

**PEMBINAAN PRESTASI ATLET CABOR SEPAK TAKRAW DI
KABUPATEN TRENGGALEK**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Prodi PENJAS



OLEH:

YUSUF BHEKTI UTOMO
NPM: 17.1.01.09.0167

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI

2022

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan masyarakat dunia yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari. Olahraga memang telah memainkan peranan yang sangat strategis dalam kehidupan manusia. Olahraga menjadi alat untuk membentuk watak dan karakter bangsa yang sangat efektif yang siap hidup dan bersaing dalam era globalisasi. Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Oleh karena itu, pemerintah Indonesia harus mempunyai kemauan serta tekad yang kuat untuk memajukan olahraga di Indonesia. Olahraga akan berkontribusi pada peningkatan sumber daya manusia bangsa Indonesia yang pada akhirnya akan menghasilkan berbagai inovasi dan kreasi yang akan mengangkat harkat dan martabat bangsa.

Prestasi olahraga di Indonesia sekarang ini mulai sulit untuk meningkatkan prestasinya, dikarenakan mulai mendekati titik kejenuhan. Apabila tidak segera dilakukan usaha-usaha yang profesional dalam menanganinya, maka prestasi olahraga yang ada di Indonesia akan semakin tertinggal dari prestasi olahraga di negara-negara lain. Peningkatan prestasi dalam bidang olahraga selain membutuhkan sarana dan prasarana yang memadai juga diperlukan pembinaan prestasi terutama sejak usia dini. Meningkatnya perhatian para Pembina

olahraga, kalangan pers dan mereka yang berkecimpung dalam dunia akademik terhadap masalah pembinaan olahraga. Oleh karena itu peningkatan prestasi bidang olahraga menjadi bagian dari pembinaan di banyak negara, termasuk negara kita Indonesia.

Upaya peningkatan kualitas manusia sebagai suatu bangsa dalam aspek kehidupan perlu dilaksanakan secara sungguh-sungguh, sehingga memungkinkan untuk memberi sumbangan nyata dalam pembangunan nasional. Pengertian kualitas manusia adalah meliputi aspek jasmani dan aspek rohani dalam bentuk dan jenis upaya yang melekat satu sama lain. Peningkatan kemajuan dalam bidang olahraga harus diimbangi dengan peningkatan sumber daya manusia. Dalam hal ini melalui upaya dan pembinaan serta pengembangan olahraga, olahraga mempunyai peranan dalam pembangunan nasional perlu dibina dan dikembangkan. Melalui pusat-pusat pelatihan atau klub-klub hendaknya peningkatan kesehatan rohani, watak, disiplin, sportifitas, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional untuk memasyarakatkan olahraga, serta upaya untuk mendorong masyarakat agar dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan olahraga terutama olahraga sepak takraw. Sepak takraw adalah suatu permainan yang 2 menggunakan bola yang terbuat dari rotan atau fiber (takraw), dimainkan di atas lapangan yang datar berukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m. Ditengah-tengah dibatasi oleh jaring atau net seperti permainan Bulutangkis (Sulaiman, 2004:4).

Sepak takraw di Indonesia mempunyai induk organisasi yaitu Persatuan Sepak Takraw Indonesia (PSTI) yang memajukan prestasi sepak takraw dengan mengadakan kejuaraan-kejuaraan antar klub sepak takraw, dalam hal ini dimaksudkan untuk mencari bibit –bibit pemain yang berbakat melalui organisasi atau klub-klub sepak takraw yang ada di Indonesia. Saat ini pemain muda mulai bermunculan dan bermain di ajang nasional maupun internasional. Indonesia menurunkan pemain muda untuk menggantikan pemain senior, ini merupakan suatu perkembangan dalam pembinaan prestasi atlet muda berbakat sepak takraw Indonesia, untuk bisa memberikan kemampuan terbaik dalam pengembangan atlet perlu adanya pembinaan usia dini dalam sepak takraw Indonesia. Dengan adanya event bertaraf nasional maupun Internasional di harapkan dapat melahirkan atlet-atlet muda yang lebih berpotensi dan cakap di dalam cabang sepak takraw.

Dalam rangka meningkatkan pemain yang bagus dan berkualitas dan demi memajukan prestasi maka sering diadakan kompetisi baik di tingkat daerah maupun tingkat nasional. Aspek-aspek yang perlu diperhatikan dalam pemanduan bakat olahraga sepak takraw adalah kualitas biometrik, kapasitas motorik, kapasitas psikologis. Secara garis besar, kualitas biometrik cabang olahraga ini adalah orang yang memiliki tipe tubuh ektomorp, yang memiliki ciri sebagai berikut: a) perut kecil, b) kepala lonjong, c) bahu sempit, d) dada tidak berlemak, e) pinggul kecil, f) tungkai panjang. Kapasitas motorik meliputi: a) kekuatan (*strength*), b) kecepatan (*speed*), c) kelentukan (fleksibilitas), d) daya ledak otot, e) antisipasi dan akselerasi, f) keseimbangan

(balancing). Kapasitas psikologis meliputi: a) konsentrasi, b) kerjasama, c) percaya diri, d) keseimbangan emosi, e) kemampuan antisipasi, f) kemampuan akselerasi gerak (Sulaiman, 2008:74).

Persatuan Sepak Takraw Indonesia (PSTI) sebagai induk organisasi pada salah satu cabang olahraga Sepak Takraw di Indonesia. Dalam rangka meningkatkan pemain yang bagus dan berkualitas dan demi memajukan prestasi maka sering diadakan kompetisi baik di tingkat daerah maupun tingkat nasional. Selain itu juga diadakan pemilihan bibit pemain berprestasi baik dalam sekolahan maupun di pusat-pusat latihan seperti yang dilakukan di Persatuan Sepak Takraw Indonesia (PSTI) Kabupaten Trenggalek.

PSTI Kabupaten Trenggalek dan Reksa Trenggalek salah satu klub resmi di Kabupaten Trenggalek adalah salah satu tempat pembinaan prestasi sepak takraw di Jawa Tengah yang masih aktif sampai sekarang, yang beralamat di Utama Sport Center Kecamatan Trenggalek. Tim sepak takraw Kabupaten Trenggalek selalu menyumbangkan medali emas dalam setiap even Provinsi sejak tahun 2012. Maka dari itu cabang olahraga Sepak Takraw merupakan salah satu cabang olahraga yang di andalkan Kabupaten Trenggalek mencetak atlet tiga putri yang Gustin Dwijayanti, Dwi Samsul Arifin, dan Rini Susanti. berprestasi yang berlaga di Ajang SEA Games 2018. Seperti halnya pada prestasi atlet sepak takraw di segala *event* pada setiap tahunnya yaitu tahun 2012 event kerjuda atlet putra dan putri berhasil juara 2, tahun 2013 kerjuda berhasil juara 3, pada tahun 2019 event Porprov atlet putra berhasil juara 1 dan tahun 2021 kejurprov atlet putra berhasil juara 2. Dengan demikian dapat

disimpulkan bahwa perolehan prestasi Kabupaten Trenggalek mengalami penurunan dari tahun ke tahun yang padahal harapannya semakin meningkat. Namun pencapaian prestasi berbanding terbalik dengan apa yang diharapkan. Sistem pembinaan sepak takraw atlet di Trenggalek perlu untuk dikaji dan dipahami secara mendalam agar dapat mengangkat kembali prestasi Kabupaten Trenggalek di tingkat Jawa Timur, nasional maupun internasional. Karena pada kenyataannya pembinaan suatu cabang olahraga bukan hanya tanggung jawab para pelatih dan atletnya saja, tetapi juga banyak faktor yang seperti pendanaan, tempat latihan yang tidak memadai dan sarana dan prasarana yang juga jadi pengaruh pada pencapaian olahraga di suatu daerah.

Berdasarkan uraian diatas maka mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian tentang proses pembinaan prestasi sepak takraw Kabupaten Banyumas dengan judul “Pembinaan Prestasi Atlet Cabor Sepak Takraw Di Kabupaten Trenggalek”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diketahui permasalahan yang ada. Permasalahan tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurangnya pendanaan, tempat latihan yang tidak memadai dan sarana dan prasarana.
2. Belum diketahui cara efektif untuk menanggulangi agar tidak terjadi kemunduran pembinaan atlet.
3. Belum diketahui pembinaan prestasi olahraga sepak takraw di Kabupaten Trenggalek.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka pembatasan masalah agar dapat di fokuskan suatu penelitian yang dilakukan , maka akan dibatasi pada pembinaan prestasi atlet cabor sepak takraw di Kabupaten Trenggalek.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan diidentifikasi masalah yang akan diselesaikan dalam penelitian ini yang dapat dirumuskan menjadi “ Bagaimana pembinaan prestasi atlet cabor sepak takraw di Kabupaten Trenggalek”?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, dapat diketahui tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pembinaan prestasi atlet cabor sepak takraw di Kabupaten Trenggalek.

F. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memebrikan manfaat serta dapat memberikan sumbangan pemikiran dan pengetahuan bagi dunia pendidikan, khususnya dalam bidang ilmu keolahragaan.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Peneliti, dapat mengetahui secara jelas mengenai pembinaan prestasi atlet cabor sepak takraw di Kabupaten Trenggalek
- b. Bagi Pelatih, dapat dijadikan sebagai bahan masukan yang dapat dipertimbangkan untuk meningkatkan prestasi olahraga sepak takraw di Kabupaten Trenggalek.
- c. Bagi Atlet, dapat mengetahui seberapa besar pengaruh pembinaan terhadap prestasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi.(2010). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Depdiknas. (2000). *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*. Jakarta : Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- KONI, (1998). *Pedoman Pembinaan Organisasi Olahraga Prestasi Menuju Garuda Emas*. Jakarta: KONI Pusat.
- M. Sajoto. (1995). *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Rubianto Hadi, (2007). *Ilmu Keplatihan Dasar*. Semarang : Cipta Prima Nusantara
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori Dan Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta
- Suharno, HP. (1993). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Bandung. PT. Karya Ilmu.