

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Istilah olahraga di Indonesia merupakan suatu kata yang sudah melekat kedalam kehidupan masyarakat, mulai dari anak-anak hingga orang tua, baik laki-laki maupun perempuan olahraga adalah suatu kegiatan atau aktivitas fisik untuk melatih tubuh seseorang secara sistematis dan terencana dengan adanya pengulangan yang tujuan untuk melatih tubuh baik dari jasmani maupun rohani. menurut UU no.3 Tahun 2005 dalam (INDONESIA, 2007) “Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Pelaku olahraga adalah setiap orang yang terlibat secara langsung dalam kegiatan olahraga yang meliputi pelatih, pembina olahraga, dan tenaga keolahragaan.” Di dalam dunia olahraga tentunya terdapat berbagai macam cabang olahraga yang populer dan ada juga yang mulai berkembang, diantaranya adalah Bola basket, Sepak bola, Bola voli, Bulutangkis, Tenis, Tenis meja, dan *Baseball* ataupun *Softball*. *Softball* merupakan suatu cabang olahraga yang mulai berkembang di Indonesia. Permainan *softball* merupakan suatu jenis permainan modifikasi dari permainan *Baseball* itu sendiri. Dikarenakan memang permainan *baseball* hanya diperuntukan oleh laki-laki saja sehingga dibuatlah permainan *softball*. Seiring berjalannya waktu, permainan *softball* tidak hanya dimainkan oleh perempuan saja tetapi juga oleh laki-laki.

Permainan *softball* merupakan olahraga beregu yang cukup populer di Indonesia. Hal ini dapat dilihat dari adanya perkumpulan-perkumpulan yang terdapat di berbagai kota maupun kabupaten. Hal ini dapat dilihat dengan adanya permainan *softball* di berbagai kota besar seperti Jakarta, Surabaya, Yogyakarta, Bandung, bahkan Kota Tasikmalaya pun ikut berpartisipasi dalam meramaikan cabang olahraga ini. Permainan ini cukup diminati oleh berbagai kalangan karena permainannya yang memakai berbagai alat yang bervariasi. Tidak heran permainan

softball ini cukup diminati oleh berbagai kalangan dari anak-anak sampai orang dewasa. Selain itu permainan ini yang dulunya hanya diperuntukan perempuan saja sekarang dapat dimainkan oleh laki-laki juga.

Menurut artikel yang dikemukakan (Suhartini, 2011) Softball adalah salah satu cabang olahraga permainan ini sangat menarik, karena dalam permainannya menggunakan seragam yang menarik dan menggunakan teriakan-teriakan dengan istilah asing Di Indonesia Softball mirip dengan permainan Bola Kasti. Softball lahir di Amerika Serikat dan diciptakan oleh Hancock pada tahun 1887 di kota Chicago. Pada saat itu Softball dikenal dalam bentuk permainan dalam ruangan atau ditempat tertutup, namun pada tahun 1930 di ubah menjadi permainan di lapangan terbuka oleh H. Fiscer dan M.J Panley (hlm. 1).

Di dalam setiap permainan terdapat berbagai ketentuan atau syarat untuk dapat bermain, salah satunya yaitu dengan menguasai teknik dasar pada permainan tersebut. Tidak hanya permainan sepakbola, bola basket, ataupun bulutangkis saja yang memiliki berbagai teknik-teknik dasar. Permainan *softball* juga mempunyai teknik dasar yang perlu dipahami. Menurut Del Bethel dalam artikelnya (Suhartini, 2011) teknik yang harus dikuasai meliputi teknik melempar bola (*throwing*), menangkap bola (*catching*), memukul bola (*batting*), berlari (*running base*) dan meluncur (*sliding*).

Memukul bola adalah kemampuan dasar yang harus dikuasai oleh seseorang yang ingin bermain *softball*. Memukul merupakan suatu teknik yang digunakan pada saat menyerang. Dengan memiliki kemampuan memukul bola dengan keras dan terarah dapat memudahkan tim untuk mencetak poin. Selain untuk mencetak poin, teknik ini juga dapat mendorong teman satu tim supaya aman sampai ke *base* selanjutnya (*safe*). Menurut (Yusuf dkk., 2016) Jenis memukul dibedakan menjadi 2 yaitu memukul dengan ayunan (*Hitt* atau *Swing*) dan memukul bola tanpa ayunan (*Bunt* atau *Sacrifice Bunt*) (hlm.62). Teknik memukul (*Hitt*) merupakan teknik dasar yang sangat penting karena hasil pukulan dari teknik ini tidak dapat diprediksi hasilnya oleh tim penjaga, dan teknik ini memungkinkan untuk mencetak poin langsung (*Homerun*). Untuk memperoleh pukulan yang keras dan terarah diperlukannya koordinasi rangkaian gerak yang sempurna. Diawali dengan

langkahannya kaki kedepan atau kaki terdapan dibuka menghadap ke *pitcher*, kemudian dilanjut dengan perputaran panggul dengan dorongan lengan kedepan.

Melihat observasi yang dilakukan peneliti dari teknik memukul (*hitt*) merupakan teknik yang sangat penting karena memukul pada dasarnya digunakan untuk mencetak poin. Selain itu juga Teknik memukul *hitt* memungkinkan cukup besar untuk dapat berlari lebih dari 1 *base*. Dan juga melihat hasil *scoring sheet* pertandingan pada saat BK PORPROV XIV atlet putra dan putri dapat memukul dengan keras dan menghasilkan pukulan yang cukup sulit untuk dikuasai oleh tim lawan. Peneliti ingin mencari tahu apa yang menjadikan atlet *softball* Kota Tasikmalaya mempunyai pukulan keras dan sulit dikuasai oleh tim lawan, apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan dan fleksibilitas panggul yang mempergaruhi terhadap hasil pukulan atlet *softball* Kota Tasikmalaya.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kontribusi dari *power* otot lengan terhadap hasil pukulan dan kontribusi fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan atlet *softball* Kota Tasikmalaya. Penelitian ini mengambil judul tentang “Kontribusi *Power* Otot Lengan dan Fleksibilitas Panggul Terhadap Hasil Pukulan (*Hitt*) Atlet *Softball* Kota Tasikmalaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas, penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

- 1) Apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya?
- 2) Apakah terdapat kontribusi fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya?
- 3) Apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan dan fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya.

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan batasan istilah

yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kontribusi

Pengertian kontribusi menurut KBBI dalam artikel (Mercyana, 2019) adalah uang iuran atau sumbangan kepada perkumpulan dan sebagainya (hlm10). Yang dimaksudkan dalam penelitian ini kontribusi adalah suatu sumbangan atau pemberian sesuatu yang menunjang untuk mencapai suatu tujuan yaitu kontribusi dari power otot lengan atlet dan fleksibilitas pinggang terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya.

b. *Power*

Menurut Sukadiyanto dalam artikel (Broto, 2015) *power* adalah hasil kali antara kekuatan dan kecepatan (hlm180). *Power* adalah kemampuan yang dilakukan dengan mengerahkan seluruh kekuatan dan kecepatan sehingga terjadi *eksplosif power* dalam waktu yang singkat. *Power* di dalam penelitian ini adalah kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya.

c. Otot

Menurut (Marwan, 2013) otot adalah sebuah jaringan konektif dalam tubuh yang tugas utamanya kontraksi. Kontraksi otot digunakan untuk memindahkan bagian-bagian tubuh dan substansi dalam tubuh dalam tubuh. Otot yang berhubungan dengan penelitian ini yaitu otot lengan.

d. Lengan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia lengan adalah anggota badan dari pergelangan tangan sampai ke bahu, dan lengan termasuk ke dalam anggota tubuh bagian atas. Lengan yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu ingin mengetahui seberapa besar kontribusi dari *power* otot lengan terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya.

e. Fleksibilitas

Menurut Matjan dalam (Huda, 2013) “Fleksibilitas adalah tingkat ruang gerak suatu persendian” (hlm.2). Fleksibilitas yang dimaksudkan dalam penelitian

ini adalah fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya”.

f. Panggul

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia panggul adalah pangkal paha. Panggul yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu ingin mengetahui seberapa besar kontribusi dari fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya

g. *Softball*

Permainan *softball* menurut (Muharrami, 2018) merupakan cabang olahraga beregu yang dapat dimainkan oleh berbagai kalangan, putra putri, anak-anak maupun orang dewasa yang berkembang dari penyederhanaan olahraga *baseball* dan memiliki teknik (hlm.23).

h. Memukul (*Hitting*) Dalam Permainan *Softball*

Menurut (Yusuf dkk., 2016) “*Hitt* atau *swing* ialah jenis pukulan dimana *batt* berusaha memukul bola dari hasil lemparan *pitcher* dengan diayun dan menghasilkan pukulan yang lontarannya *lane drive* (cepat) dan sulit untuk dikuasai oleh tim bertahan” (hlm.62).

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan di dalam penelitian ini seperti yang sudah dijelaskan dalam perumusan masalah diatas yaitu,

- 1) Untuk mengetahui signifikansi kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya.
- 2) Untuk mengetahui signifikansi kontribusi fleksibilitas panggul terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya.
- 3) Untuk mengetahui signifikansi kontribusi *power* otot lengan dan fleksibilitas panggul secara bersama-sama terhadap hasil pukulan *hitt* atlet *softball* Kota Tasikmalaya.

1.5 Kegunaan Penelitian

Dengan melaksanakan penelitian ini penulis berharap dapat berguna bagi penulis dan juga bagi semua orang. Hal yang diharapkan oleh penulis adalah:

1.5.1 Kegunaan Teoretis

Sebagai sumber tambahan dan referensi bagi semua orang yang akan meneliti mengenai softball dan juga dapat mempertahankan teori yang sudah ada.

1.5.2 Kegunaan Praktis

- 1) Bagi penulis, penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung mengenai kontribusi *power* otot lengan dan fleksibilitas panggul secara bersama-sama terhadap hasil pukulan *hitt* atlet softball Kota Tasikmalaya.
- 2) Bagi pelatih, dapat dijadikan sebagai masukan dan evaluasi terhadap program latihan yang telah dilakukan, sekaligus merencanakan program latihan yang akan diberikan.
- 3) Dapat meningkatkan semangat dan juga tolok ukur bagi atlet untuk terus berkembang tentunya pada pukulan atlet.