

**The Profile of West java Sepak takraw Athletes Looking for
physiology and psychology aspect**

**(Study case on Sepaktakraw's athletes Pelatda PON XVII East kalimantan
West Java Province)**

By

Suherman Slamet

Abstract;

This research is entitled “the profile of west java sepak takraw athletes based physiology and pshchology aspect”. The objective of this research is to investigate 1) the profile of family Background an athletes that looking for education, social,economic ; 2)The profile of Phsyiological athletes based physical aspect; 3) the profile of psychological athletes that looking for motif, social life, Attitudes, and their Hobbies; 4) how the efforts to developing athletes pelatda PON on achievement goals in Pra-PON XVII East Kalimantan

Research method for this study is descriptive, by using a questioner,survey, interview, and measure test as an instrument to collect data from the sample, the sample where 24 sepaktakraw athletes (Male/Female) pelatda pon XVII west java Province.

The result of research showed that family background of sepaktakraw athletes was heterogen

Profil Atlet Sepak Takraw Jawa Barat Ditinjau Dari Aspek Fisiologis dan Psikologis

A. Latar Belakang

Olahraga sepak Takraw merupakan olahraga beregu asli dari Indonesia. Olahraga ini sangat unik dan bentuk permainannya merupakan kombinasi dan hampir menyerupai bentuk permainan olahraga bola Voli, dan bulutangkis, hal ini dapat kita lihat dari sarana dan prasarana yang digunakan, seperti ukuran lapangan, bentuk net, serta bola.

Sepak takraw adalah olahraga beregu yang jenis permainannya bisa dilakukan oleh 2 orang, 3 orang dan 5 orang dalam satu timnya; Jenis Permainan takraw yang terdiri 2 orang dalam satu tuimnya disebut double event takraw, 3 orang dalam satu tim disebut jenis permainan regu takraw dengan sebutan pemainnya, yaitu apit kiri, apit kanan, dan tekong; Apit kiri, dan kanan adalah sebutan untuk pemain yang posisinya berada disebelah kiri dan kanan serta dekat dengan net, tekong yaitu sebutan untuk pemain yang posisinya berada ditengah dan bertugas sebagai server yaitu orang yang melakukan service. Sedangkan jenis permainan takraw yang dimainkan oleh 5 orang dalam satu timnya disebut hoop yaitu memasukan bola takraw kedalam keranjang yang digantung pada ketinggian tertentu dengan menggunakan kaki, paha, bahu sampai kepala kecuali dengan tangan.

Dalam permainan Sepak takraw ada dua kemungkinan yang dapat dikembangkan, yaitu aspek seni dan prestasi. Aspek seni dapat kita kembangkan dari cara memainkan bola yang sangat unik yaitu dengan menggunakan kaki seperti sepak sila, sepak kuda, sepak badak, sepak cungkil, sepak mula, sepak samping, memaha, kedeng, smash, dengan badan (mendada, membahu, blocking) dan dengan kepala (heading) yang dipantul-pantulkan, sedangkan aspek prestasinya yaitu olahraga ini dipertandingan diberbagai event baik itu regional, nasional maupun internasional.

Permainan olahraga sepak takraw ini memerlukan kemampuan fisik dan keterampilan gerak (Skill) yang sangat prima, khusus untuk pencapaian prestasi. Hal ini berkaitan dengan kondisi internal berupa struktur anatomis, fungsi fisiologis, dan sistem persyarafan. Ketiga faktor tersebut memiliki dampak yang

sangat berarti dalam hal penguasaan suatu keterampilan. Lutan (1998:13) mengemukakan “faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi digolongkan menjadi dua kategori, yaitu faktor endogen dan faktor eksogen... faktor endogen yaitu struktur anatomis, fungsi fisiologis, sistem persyarafan dan struktur kepribadian...”

Disamping itu juga faktor lain yang sangat menunjang dalam pencapaian prestasi olahraga yaitu faktor psikososial. Hal ini dikarenakan manusia merupakan makhluk individu yang membutuhkan interaksi dengan orang lain, apalagi dalam permainan sepak takraw yang merupakan olahraga beregu yang membutuhkan kerjasama serta interaksi antar pemain dalam satu timnya. Dalam proses interaksi pemain dalam permainan sepaktakraw ini ada kemungkinan yang berpengaruh terhadap pencapaian prestasi suatu tim, yaitu pengaruh positif dan pengaruh negatif. Pengaruh positif timbul apabila adanya kesesuaian penafsiran gerakan dan perilaku yang satu dengan yang lainnya (Kompak), sedangkan pengaruh negatif akan muncul apabila ada penafsiran gerakan dan perilaku yang berbeda yang ujung cenderung sendiri-sendiri.

Perilaku seorang atlet akan ditentukan oleh latar belakang atlet tersebut mulai dari latar belakang keluarga, ekonomi, pengalaman selama proses interaksi, dan lingkungan tempat ia tinggal. Ketiga faktor ini akan berpengaruh terhadap aspek psikologi dalam proses interaksi dengan individu/atlet lainnya.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan dan prestasi atlet Sepak takraw Jawa barat pada event-event yang diikutinya khususnya yang berskala nasional bahwa ditinjau dari aspek anatomis atlet sepak takraw Jawa Barat umumnya memiliki kelemahan yang signifikan hal ini bisa dilihat dari struktur antropometrik yaitu pendek tinggi badannya, dan tungkai yang pendek pula. disamping itu secara fisiologis terutama yang menyangkut kemampuan daya tahan cardio-respiratori, daya tahan otot, kekuatan, kecepatan, power, kelentukan, dan kelincahan cenderung relatif kurang baik. Data lain menunjukkan secara psikologis atlet sepak takraw Jawa Barat mempunyai perasaan tidak percaya diri, acuh tak acuh, kurang motivasi, tertutup, pendiam, cepat marah, dan mudah tersinggung.

Agar prestasi Sepak takraw Jawa barat mencapai prestasi yang menggembirakan pada berbagai event perlu kiranya ada pendekatan dan penelitian

yang mengkaji aspek fisiologis dan psikologis atlet sepak takraw sebelum mereka mengikuti suatu event.

Isu sentral dalam penelitian ini adalah secara fisiologis dan psikologis atlet sepak takraw Jawa Barat harus memiliki persyaratan dan kecakapan yang bagus supaya dapat mengoptimalkan kemampuannya dalam setiap event yang ikutirnya sehingga menghasilkan suatu pencapaian prestasi yang diharapkan.

Berdasarkan hal di atas, maka penelitian ini dikhususkan untuk meneliti aspek fisiologis dan psikologis atlet pelatda PON XVII Sepak Takraw Jawa Barat.

B. Perumusan Masalah

Penekanan rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu pada faktor fisiologis dan psikologis atlet sepak takraw pelatda pon XVII jawa barat, secara rinci masalah yang di teliti, yaitu:

1. Bagaimana profil keluarga atlet sepak takraw Pelatda PON XVII Jawa Barat berdasarkan Faktor ekonomi, sosial, dan pendidikan?
2. Bagaimana profil fisiologis atlet pelatda PON XVII Sepak Takraw Jawa Barat di tinjau dari aspek fisik?
3. Bagaimana Profil Psikologis atlet pelatda PON XVII Sepak Takraw di tinjau dari motif yang mendorongnya menjadi atlet, kehidupan sosial, sikap dan hobinya?
4. Bagaimana Upaya pembinaan atlet Pelatda Pon XVII Sepak takraw Jawa Barat agar dapat berprestasi pada PON XVII di Kalimantan Timur?

C. Kajian Teoritis

1. Sejarah Olahraga Sepak Takraw
2. Karakteristik olahraga Sepak takraw
3. Konsep fisiologi dan psikologi olahraga dalam sepak takraw

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin di capai dari penelitian ini adalah:

1. Memperoleh gambaran latar belakang keluarga atlet sepak takraw pelatda PON XVII Jawa Barat di lihat dari aspek ekonomi, sosial, dan pendidikan;
2. Memperoleh gambaran dimensi fisiologis atlet sepak takraw seperti antropometri, kecepatan, daya tahan, kelincahan, fleksibility, dan power

3. Memperoleh data langsung mengenai faktor psikologis atlet sepak takraw seperti motivasi yang melatar belaknginya menjadi atlet, hobi, sikap, cara berinteraksi dengan sesama dan lingkungan.
4. memperoleh gambaran tentang cara membina dan meningkatkan prestasi yang cocok dan memadai sehingga berdampak positif pada pencapaian prestasi di Pra PON XVII Kalimantan Timur di Kabupaten Sumedang.

E. Kontribusi Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi berharga bagi pembinaan dan pelatihan olahraga sepak takraw yang selama ini masih dirasakan minim akan prestasi dalam event-event yang sifatnya nasional. Pemaparan penelitian yang lebih menitik beratkan pada gambaran fisiologis dan psikologis atlet sepak takraw di harapkan akan memberikan kontribusi sebagai berikut:

1. memberikan gambaran bagi para pembina olahraga sepak takraw tentang keadaan fisiologis dan psikologis atlet sehingga akan membuka wawasan dan pengetahuan tentang cara-cara membina dan melatih serta menghasilkan atlet yang berprestasi;
2. data yang diperoleh dapat dijadikan acuan dalam membuat program latihan yang lebih mengutamakan prestasi dengan mempertimbangkan perbedaan individuali, sosial, dan psikologis;
3. bagi para ahli psikologi olahraga dapat dijadikan masukan positif sehingga menimbulkan minat untuk mengkaji lebih dalam lagi mengenai faktor psikologi yang selalu menyelimuti atlet dalam mencapai prestasi puncak khususnya cabang olahraga sepak takraw yang mempunyai ciri khas dan latar belakang sangat kompleks.

F. Metode Penelitian

a. Pendekatan penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif dengan bersumber pada data empirik di lapangan dan berbagai kajian teori sebagai dasar kerangka berpikirnya. Mengenai pendekatan deskriptif ini di kemukakan oleh Nasir dalam Sutresna. (2006) sebagai berikut: “penelitian deskriptif di lakukan untuk membuat deskripsi secara sistematis faktual dan akurat mengenai fakta, sifat serta hubungan antara fenomena yang diselidiki”.

b. pengumpulan data

Responden dalam penelitian ini yaitu seluruh atlet putra dan putri Pelatda PON XVII Jawa Barat cabang olahraga sepak takraw yang terkonsentrasi di Kabupaten Sumedang.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan cara teknik analisis survey, dan tes fisik. Untuk pengambilan data dan informasi mengenai profil Psikologis atlet sepak takraw dilakukan dengan cara penyebaran angket yang memuat hal-hal yang akan diteliti, dan wawancara. Sedangkan informasi yang ingin digali dari profil fisiologis yaitu melalui serangkaian tes dan pengukuran fisik atlet antara lain tes kecepatan, daya tahan, kelincahan, fleksibilitas, dan power sedangkan pengukurannya melalui pengukuran antropometri.

G. Hasil dan Pembahasan

1. Profil keluarga atlet sepak takraw Pelatda PON XVII Jawa Barat berdasarkan Faktor ekonomi, sosial, dan pendidikan

Berdasarkan hasil pengumpulan dan pengolahan data maka diperoleh gambaran mengenai latar belakang keluarga atlet sepak takraw pelatda PON XVII Jawa Barat sebagai berikut: pada umumnya orang tua atlet yang menggeluti cabang olahraga sepaktakraw berasal dari keluarga dan lingkungan atlet yang mempunyai budaya olahraga sepak takraw. Kecenderungan olahraga sepaktakraw ini digeluti dan digemari oleh keluarga yang berasal dari keluarga menengah ke bawah. Di samping itu latar belakang pendidikan keluarga atlet sepak takraw rata-rata hanya lulusan SMA

Tabel 1

Hasil distribusi latar belakang keluarga atlet sepak takraw pelatda PON XVII Jawa Barat

No.	Latar Belakang Keluarga	Putra	Putri	Keterangan
1.	Pendidikan	80% SD, 15% SMP, 5% SMA	50% SD, 35% SMP, 10% SMA, 5% PT	
2.	Ekonomi	80% kurang mampu, 20%	60% kurang mampu, 30%	

		Menengah	menengah, 20% Mampu	
3.	Mata Pencaharian	70% Petani, 20 % Buruh, 10% Pelaut	60 % Petani, 25% Wiraswasta, 25% buruh,	

2. Gambaran dimensi fisiologis atlet sepak takraw seperti antropometri, kecepatan, daya tahan, kelincahan, fleksibility, dan power

Tabel 2

Hasil Pengukuran Antropometri dan pengetesan Kondisi fisik

No	Fisiologi Atlet	Putra	Putri	Ket.
1	Antropometri tubuh <ul style="list-style-type: none"> • Rata-rata tinggi badan • Rata-rata berat badan • Panjang tungkai 	sedang	Sedang sedang Kurang	
2	Kondisi Fisik <ul style="list-style-type: none"> • Daya tahan • Power; • Fleksibility • Kecepatan 	Cukup Baik Baik Cukup	Cukup Cukup Baik Cukup	

3. Faktor Psikologis atlet pelatda PON XVII Sepak Takraw di tinjau dari motif yang mendorongnya menjadi atlet, kehidupan sosial, sikap dan hobinya:

Berdasarkan hasil penyebaran angket dan wawancara yang kami lakukan maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Atlet putri memilih cabang olahraga sepaktakraw ini dilatar belakangi karena minimnya masyarakat yang mengetahui dan menyukai olahraga ini sehingga menumbuhkan minat yang besar bagi putri menggeluti olahraga ini persentasenya 55%. Sedangkan atlet putra sebanyak 60 %. Hal lain yang melatarbelakangi mereka memilih olahraga sepaktakraw ini karena mereka mempunyai bakat yang

besar dan ditunjang dengan lingkungan tempat tinggal, Lingkungan sekolah mulai dari: SD, SMP, sampai SMA, persentasenya putra 80%, putri sebanyak 60%. Selanjutnya 80% atlet putra yang memilih cabang ini dengan alasan materi dan 60% atlet perempuan. 100% atlet putra dan putri memilih cabang olahraga ini karena alasan pekerjaan.. Atlet putra 80% bertujuan untuk meraih prestasi yang tinggi, sedangkan atlet putri 90%, sisanya adalah bertujuan untuk prestise dan bonus. Motivasi tertinggi diberikan oleh orang tua sebesar 80% kepada atlet putra dan putri, dorongan dari teman/Pacar/istri/suami sebesar 60%.

4. Memperoleh gambaran tentang cara membina dan meningkatkan prestasi yang cocok dan memadai sehingga berdampak positif pada pencapaian prestasi di Pra PON XVII Kalimantan Timur di Kabupaten Sumedang.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang penulis lakukan maka diperoleh upaya-upaya dalam meningkatkan prestasi sepak takraw pada Pra PON XVII 2007 antara lain:

1. Pembentukan manajemen pengelolaan pelatda yang kondusif dan komprehensif yang dibentuk dalam satuan tugas sehingga atlet bisa merasakan kenyamanan dan ketenangan sebelum, selama dan setelah bertanding;
2. Pemilihan sumber daya pelatih, dokter, psikolog, yang berkualitas dan mampu memahami berbagai karakteristik atlet;
3. Adanya program latihan yang terstruktur dengan baik dan ditunjang dengan sistem monitoring;
4. Meningkatkan sistem reward dan punishment pada semua element yang tergabung dalam tim pelatda Spak takraw.

H. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan uraian data di atas, maka kesimpulan penelitian ini adalah:

1. Orang tua atlet sepaktakraw putri dan putra di tinjau dari sudut ekonomi khususnya mata pencahariannya mayoritas berlatar belakang sebagai petani, dari segi pendidikan mereka mayoritas berasal dari lulusan SD, sedangkan ditinjau dari latar belakang ekonomi berasal dari keluarga kurang mampu (miskin), kecenderungan memiliki minat dan bakat terhadap cabang olahraga sepaktakraw sangat besar pada orang tua atlet;

2. Ditinjau dari sudut antropometri tubuh khususnya baik pada atlet putra/putri berada pada ukuran tinggi dan berat yang sedang. Sedangkan untuk keadaan kondisi fisik tubuh atlet sepak takraw berada pada level cukup;
3. Pada umumnya atlet Sepaktakraw Pelatda Pon XVII Jawa Barat mempunyai motif yang sangat besar yaitu keinginan untuk mendapatkan prestasi yang tinggi, yang nantinya berdampak pada terbukanya peluang untuk mendapatkan pekerjaan di instansi-instansi. Hal ini berdampak pada peningkatan rasa percaya diri atlet pada saat berlatih dan selama pertandingan. Hal ini terungkap dari raih prestasi yang tinggi pada Pra-Pon XVII di Sumedang yaitu dengan lolosnya Tim Putra/putri Jawa Barat ke Kalimantan Timur.

Berdasarkan penguraian data empirik di atas maka rekomendasi penelitian ini yaitu bahwa pembinaan atlet sepak takraw untuk PON XVII di Kalimantan Timur, sebaiknya lebih menitik beratkan pada aspek fisik atlet hal ini dikarenakan kondisi fisik atlet masih berada pada level cukup. Di samping itu, hal yang harus diperhatikan selanjutnya yaitu pemilihan pelatih yang berkualitas dan berdedikasi tinggi sehingga menjadi motivator bagi para atlet.