

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu cabang olah raga yang digemari dan mendapat tempat tersendiri di masyarakat adalah olah raga sepak bola. Olah raga ini dapat dikatakan populer di Indonesia bahkan seluruh dunia. Ini dapat dilihat dalam penyelenggaraan Piala Dunia yang diselenggarakan setiap empat tahun sekali.

Pada cabang olahraga sepak bola, ada beberapa aspek yang perlu diperhatikan di antaranya kondisi fisik dan latihan teknik. Menurut Joseph A. Luxbacher (dalam Agust Wibawa 2011: 1) menyatakan bahwa “olahraga sepak bola memang mensyaratkan kualifikasi pemain bertubuh kuat, lincah, cepat, stamina tinggi, cerdas, dengan penguasaan teknik dan taktik yang prima, mestinya juga seorang artis dengan improvisasi yang cermat.

Pada prinsipnya dalam berolahraga perlu adanya latihan, yang mana latihan adalah suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik. Baik untuk meningkatkan kualitas fisik. Jika ditinjau dari karakteristik olahraga sepak bola pada kecepatan menggiring bola khususnya dengan kaki bagian luar, olah raga ini sangat membutuhkan unsur-unsur kondisi fisik yang meliputi kekuatan dan daya tahan tubuh karena hanya dengan memiliki unsur-unsur fisik dan daya tahan tubuh anak latihan akan mampu menggiring bola khususnya dengan kaki bagian luar, dengan program latihan yang teratur olahraga dengan cabang sepak bola ini akan lebih terarah dan sistematis, kenyataan apabila tidak melakukan latihan yang tidak rutin

dan belum lagi dipengaruhi oleh kondisi fisik dan daya tahan tubuh para pemain yang tidak optimal membuat para pemain sepak bola khususnya di tingkat SMP sulit untuk menjadi seorang pemain sepak bola yang diandalkan dalam menerapkan teknik keterampilan menggiring bola khususnya dengan kaki bagian luar. Apa yang di dapatkan melalui praktek pembelajaran penjaskes di sekolah belum dapat di terapkan oleh siswa pada cabang olahraga sepak bola khususnya menggiring dengan menggunakan kaki bagian luar.

Ada beberapa keterampilan yang perlu di perhatikan oleh pemain sepak bola di antaranya kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar. Untuk meningkatkan kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar perlu latihan terus menerus, sehingga kemampuan kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar dapat meningkat dan berkembang dengan baik.

Berdasarkan hal-hal di atas peneliti mengamati kesalahan-kesalahan dan kekurangan yang sering dilakukan oleh siswa pada waktu bermain sepak bola di antaranya kesalahan pada teknik kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar.

Kenyataan menunjukkan bahwa siswa tidak dapat menguasai latihan dasar, sehingga terkesan bahwa siswa melakukan pertandingan sepak bola secara konvensional dan belum teratur. Untuk mencapai tujuan yang diharapkan maka perlu diberi latihan-latihan sejak dini bagi siswa SMP. Pemain sepak bola di tingkat SMP hanya melakukan teknik yang mereka lakukan pada waktu bermain sepak bola sehari-hari, tanpa menggunakan teknik-teknik permainan yang menarik dan terarah.

Melihat kondisi ini perlu dicari mencari metode atau cara yang tepat untuk di jadikan satu bentuk latihan yang baik dan boleh dikembangkan di tingkat SMP, terutama pada teknik kemampuan kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar.

Munurut pengamatan, latihan interval adalah metode atau cara yang tepat digunakan untuk meningkatkan kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar. Sehingga ditetapkan latihan interval sebagai cara untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola dengan kaki bagian luar pada siswa SMP Negeri 8 Kota Gorontalo .

Berdasarkan hal-hal di atas maka diadakan penelitian tentang “Pengaruh Latihan Interval terhadap Kecepatan Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Luar Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra SMP Negeri 8 Kota Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diidentifikasi masalah yang dihadapi siswa putra SMP Negeri 8 Kota Gorontalo sebagai berikut:

- a Kurangnya keterampilan dalam menggiring bola dengan kaki bagian luar pada permainan sepak bola.
- b Kurangnya kemampuan untuk berlatih.
- c Perlu adanya latihan khusus dalam kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian luar pada permainan sepak bola.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah latihan interval dapat mempengaruhi terhadap kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMP Negeri 8 Kota Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan interval terhadap kecepatan menggiring bola dengan kaki bagian luar dalam permainan sepak bola pada siswa SMP Negeri 8 Kota Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dilihat dari dua hal, yaitu teoretis dan praktis yang akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian tentang sumbangan terhadap pengembangan teori keolahragaan pada umumnya dan teori kesehatan pada khususnya. Dengan kata lain, hasil penelitian ini dapat memperkuat kedudukan teori keolahragaan di antara teori-teori sosial yang ada, serta dapat memperkuat kedudukan teori kesehatan di antara teori-teori keolahragaan lainnya.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan kearah penyempurnaan pelaksanaan program pendidikan jasmani, memberikan sumbangsi pikiran bagi peneliti, pembina, guru penjaskes, serta masyarakat penggemar olah raga sepak bola guna membina olah raga sepak bola.