

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Sikap atau kebiasaan dan kegemaran berolahraga memang sejak dahulukala telah dimiliki oleh bangsa Indonesia. Manusia melakukan kegiatan olahraga, pertama olahraga untuk rekreasi, yaitu mereka melakukan olahraga hanya untuk mengisi waktu senggang. Kedua adalah mereka yang melakukan olahraga untuk tujuan pendidikan, seperti olahraga yang di sekolah-sekolah yang diasuh oleh para guru olahraga. Ketiga adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai kesegaran jasmani. Sedangkan yang keempat adalah mereka yang melakukan olahraga untuk mencapai prestasi sebagai sasaran terakhir.

Berbagai macam upaya untuk meningkatkan prestasi olahraga yang setinggi-tingginya merupakan tujuan utama olahraga prestasi. Dengan prestasi yang tinggi olahraga dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mengharumkan nama baik bangsa dan negara.

Olahraga yang sudah memasyarakat dan populer sekarang ini adalah permainan sepak bola. Sepak bola sebagai olahraga rekreasi, atau prestasi yang digemari oleh anak-anak, muda-muda dan orang tua baik laki-laki maupun perempuan. Hal ini dikarenakan karena permainan sepak bola disamping mudah dimainkan dan aturannya mudah dimengerti oleh khalayak ramai.

Salah satu cabang olahraga permainan yang diajarkan dalam pendidikan jasmani dan olahraga yang ada dalam lembaga pendidikan sekolah, yang pada dasarnya membutuhkan perhatian khusus terutama seperti pengadaan sarana dan prasarana disekolah serta tenaga akademis yang trampil. Maka dari itu guru sebagai penyelenggara pendidikan sekaligus sebagai motivator dalam proses pendidikan, sangat berperan penting dalam rangka mencapai tujuan pemerintah.

Permainan sepak bola adalah permainan yang kompleks, dan digemari oleh banyak orang. Hal ini juga bisa dilihat Pada siswa Madrasah Aliyyah Nurul Bahri Kabila Bone. Hal ini terlihat jelas ketika pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga pada materi sepak bola, mereka begitu antusias serta senang dengan permainan sepak bola selama proses pembelajaran berlangsung. Namun yang dilihat secara langsung dikalangan siswa dimana dengan kesenangan dan antusias terhadap cabang olahraga sepak bola, tidak menjadi sebuah jaminan bahwa mereka dapat menguasai serta melakukan keterampilan dasar dalam permainan sepak bola secara baik dan benar.

Sesuai dengan hasil pengamatan yang dapat dilihat dikalangan siswa yaitu, kurangnya keterampilan dasar dalam permainan sepak bola, sehingga siswa dalam hal ini sangat memerlukan bimbingan agar mereka dapat termotivasi dan lebih giat berlatih serta mampu menguasai teknik dasar permainan sepak bola.

Dari hasil pengamatan maka nampak jelas terlihat dalam proses pembelajaran keterampilan dan permainan sepak bola, yaitu teknik dasar menendang (*shooting*) yang mana untuk kekuatan tendangan masih perlu di tingkatkan guna pencapaian prestasi yang lebih baik dan benar.

Untuk mengatasi permasalahan diatas, maka perlu adanya latihan-latihan khusus yang cocok dan tepat dalam pengembangan tehknik dasar menendang (*shooting*) yang lebih baik, sehingga penulis berpendapat bahwa dengan latihan Leg Extension akan lebih tepat dan mampu meningkatkan teknik dasar Menendang (*Shooting*) yang di inginkan.

Oleh sebab itu penulis merasa tertarik dan termotivasi untuk mengadakan suatu penelitian secara langsung dengan judul “ **Pengaruh Latihan Leg Extension Terhadap kemampuan Menendang (*Shooting*) Dalam Permainan Sepak Bola Pada siswa Madrasah Aliyyah Nurul Bahri Kabila Bone**”.

## **1.2. Identifikasi Masaalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu : Kurang efektifnya siswa melakukan *shooting* dalam permainan sepak bola, Frekuensi *Shooting* dapat ditingkatkan dengan latihan *Leg Extension*, Pelatih atau guru mampu memberikan latihan-latihan agar bisa meningkatkan kemampuan *shooting* dengan baik agar bisa mencapai permainan yang diinginkan dan prestasi yang memuaskan.

## **1.3. Rumusan Masaalah**

Berdasarkan identifikasi masaalah diatas, maka dapat dirumuskan masaalah dalam penelitian ini yaitu : “Apakah terdapat Pengaruh Latihan *Leg Extension* Terhadap kemampuan Menendang (*Shooting*) Dalam Permainan Sepak Bola Pada siswa Madrasah Aliyyah Nurul Bahri Kabila Bone? “

#### **1.4. Tujuan Penelitian**

Secara umum tujuan penelitian ini adalah : Untuk mengetahui pengaruh latihan *Leg Extension* Terhadap Jauhnya Menendang (*Shooting*) Dalam Permainan Sepak Bola Pada siswa Madrasah Aliyyah Nurul Bahri Kabila Bone.

#### **1.5. Manfaat Penelitian**

##### **1. Secara Praktis**

Manfaat dari hasil penelitian ini yang diharapkan adalah sebagai berikut : Menjadi acuan dalam perkembangan substansi ilmu, khususnya dalam upaya peningkatan hasil latihan kekuatan otot paha terhadap shooting, Bisa dapat bermanfaat bagi perkembangan permainan sepak bola baik disekolah, perguruan tinggi dalam menerapkan suatu metode/gaya yang tepat untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar shooting, dan sebagai tambahan informasi guna penelitian yang lebih lanjut.

##### **2. Secara Teoritis**

Manfaat penelitian secara teoritis yaitu, Menambah pengetahuan penulis, khususnya pada cabang olahraga sepak bola.