

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu bagian terpenting dari aktivitas fisik manusia yang berpengaruh terhadap perkembangan fisik dan mental. Kegiatan olahraga yang dilakukan secara teratur dan terencana akan meningkatkan kebugaran jasmani seseorang. Jadi olahraga berperan penting dalam meningkatkan kualitas manusia seutuhnya. Dengan demikian, setiap warga negara Indonesia diharapkan menjaga kuat, sehat dan tangguh dalam membangun bangsa dan negara menuju masyarakat yang makmur dan berkeadilan.

Dalam pembinaan olahraga prestasi banyak faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan prestasi seorang atlet. Sebagaimana yang dipaparkan bahwa ada empat aspek pokok yang mempengaruhi peningkatan prestasi seorang atlet, yaitu : 1) aspek biologis, 2) aspek psikologis, 3) aspek lingkungan, dan 4) aspek penunjang.

Selanjutnya untuk meningkatkan prestasi olahraga seorang atlet, kondisi fisik merupakan salah satu prasyaratnya, bahkan merupakan landasan awal olahraga prestasi. Karena kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak terpisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya. Hal ini berarti setiap peningkatan kondisi fisik harus mengembangkan komponen tersebut. Namun harus tetap mengacu pada skala

prioritas, komponen mana yang perlu mendapat porsi latihan yang lebih di banding komponen tersebut. Salah satu komponen fisik yang perlu mendapatkan perhatian adalah stamina serta keterampilan yang dimiliki.

Sepak bola merupakan salah satu aktivitas jasmani atau pelatihan fisik yang bertitik berat pada gerakan-gerakan alamiah seperti menggiring bola, menendang bola, mengontrol bola dan masih banyak gerakan yang dilakukan. Selain sepak bola yang tidak asing lagi di negara kita maupun di seluruh dunia semua orang mengenalnya. Baik anak-anak, remaja, tua-muda, pria maupun wanita bahkan sebagian besar orang tergila-gila dengan permainan ini.

Sepak bola merupakan jenis olahraga yang fenomenal. Minat masyarakat terhadap sepak bola amatlah besar. Berbagai pertandinganpun digelar oleh masyarakat dipenjuru dunia. Mulai pertandingan tingkat lokal, regional hingga tingkat dunia. Berjuta-juta pasang mata mengarah pada sebuah benda bulat yaitu bola. Hal ini terjadi ketika laga pertandingan bergengsi sedang di gelar untuk merebutkan piala.

Permainan sepak bola merupakan sutu permainan yang di mainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang pemain (satu orang sebagai penjaga gawang). Adapun tujuan dari permainan sepak bola ini yaitu dengan memasukkan bola kegawang lawan (mencetak gol). Dalam permainan ini, setiap bentuk kerja sama dan kekompakan sesama anggota tim dalam membangun serangan maupun bertahan sangat penting untuk dimiliki oleh tim untuk dapat memenangkan suatu permainan yang sesungguhnya.

SMP Negeri 4 Gorontalo, Permainan sepak bola merupakan suatu permainan yang sangat digemari. Akan tetapi itu tidak dapat dijadikan satu jaminan bahwa mereka dapat bermain bola dengan baik dan benar. Khususnya dalam menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki (kura-kura kaki) dengan baik dan benar. Hal tersebut mengidentifikasikan bahwa kemampuan mereka belum sepenuhnya mengerti dan memahami unsur-unsur gerakan yang menunjang agar menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki dapat terlaksana dengan baik dan benar.

Rendahnya kemampuan teknik menggiring bola dengan punggung kaki di SMP Negeri 4 Gorontalo, patut mendapatkan perhatian dari guru mata pelajaran. Hal ini dikarenakan untuk menunjang keberhasilan siswa dalam belajar. Untuk itu, guru mata pelajaran wajib mengupayakan satu solusi guna mengatasi masalah rendahnya kemampuan teknik menggiring bola dengan punggung kaki tersebut. Agar nantinya masalah rendahnya kemampuan mereka dalam menggiring bola tidak akan berdampak negatif dalam nilai mata pelajaran.

Upaya yang dapat dilakukan guru untuk dapat menanggulangi permasalahan rendahnya kemampuan menggiring bola dengan punggung tersebut di atas, yaitu dengan menerapkan suatu pelatihan. Penerapan suatu strategi dan pelatihan pembelajaran pendidikan jasmani adalah suatu hal yang penting dalam meningkatkan kemampuan siswa yang mengarah pada penguasaan materi. Peranan guru maupun pelatih dalam menentukan pelatihan yang tepat akan meningkatkan hasil belajar dan prestasi siswa. Pelatihan yang lebih efektif dalam

meningkatkan kemampuan siswa dalam menggiring bola adalah dengan pelatihan *shuttle run*.

Berdasarkan Masalah tersebut, peneliti terdorong untuk mengadakan penelitian dengan judul “ Pengaruh pelatihan *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki Tim Ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Gorontalo.”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu :

1) Bagaimana upaya meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola? 2) Apakah dengan pelatihan *shuttle run* dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki? 3) Apakah terdapat pengaruh pelatihan *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki dalam permainan sepak bola?

1.3 Pembatasan Masalah

Sehubungan dengan pokok pikiran pada identifikasi masalah yang ada, maka yang menjadi masalah adalah apakah terdapat pengaruh pelatihan *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki pada Tim Ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Gorontalo.

1.4 Tujuan penelitian

Tujuan penelitian penulisan ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki pada Tim Ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Gorontalo.

1.5 Manfaat penelitian

Secara garis besar, manfaat penelitian dibagi dua, yaitu :

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat merangsang penelitian lain untuk terangsang mengadakan penelitian yang lebih luas lagi dan mendalam tentang masalah yang berhubungan dengan olahraga terutama pada cabang olahraga sepak bola.
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan yang berharga didalam memperkaya ilmu pengetahuan serta mengembangkan konsep olahraga, khususnya olahraga sepak bola.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa untuk dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan teknik menggiring bola agar bisa mencapai hasil yang lebih maksimal.