BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembinaan prestasi dalam olahraga, terus-menerus dilakukan baik oleh pemerintah maupun oleh organisasi olahraga lainnya. Satu cara atau usaha untuk mengharumkan nama bangsa dan Negara adalah lewat olahraga. Nama Indonesia harum berkat prestasi bulutangkis. Oleh karena itu, pembinaan setiap cabang olahraga harus diarahkan ke peningkatan prestasi yang nantinya akan mengharumkan nama bangsa. Begitu pula dengan Negara Thailand dan Malaysia yang dapat mengharumkan nama bangsanya melalui olahrag sepak bola yang merupakan salah satu cabang olahraga unggulan yang dimilikinya.

Perkembangan sepak bola sebagai olahraga yang dipertandingkan telah meyebar secara nasional, regional dan internasional, oleh karena itu sepak bola di pertandingkan dan menjadi kegiatan resmi pada PON, SEA Games, Asian Games dan Piala AFF sedangkan pada tingkatan piala dunia masih dalam perjuangan.

Dalam perjalanannya, prestasi cabang olahraga sepak bola Indonesia dapat dilihat dari beberapa event kejuaraan yang telah di ikutinya, seperti pada SEA Games di Kuala Lumpur Malaysia Tahun 2013, Indonesia hanya mampu menduduki peringkat kedua dengan meraih medali perak.

Di era Globalisasi sekarang ini perkembangan dibidang olahraga semakin cepat, sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Olahraga berkembang mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, khususnya mengenai peningkatan prestasi olahraga.

Cabang olahraga Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang dengan pesat di Gorontalo, akhir-akhir ini makin maju dan dikenal oleh masyarakat. Berkembangnya olahraga ini akan menimbulkan persaingan yang semakin ketat dan menuntut perhatian yang ekstra serius dari pembina di Gorontalo

terutama mengembangkan kemampuan seorang atlet melalui media pendidikan. Sebagai gambaran di kejuaraan nasional antar pelajar nampak persaingan semakin tajam dan cukup merata.

SMP Negeri 1 Telaga juga sebagai salah satu sekolah yang memiliki kelas olahraga, dimana seorang atlet yang berbakat bisa mengembangkan dirinya melalui bimbingan kelas olahraga ini, dan salah satu cabang olahraga unggulan yang dibina pada kelas olahraga SMP Negeri 1 Telaga adalah cabang olahraga Sepakbola. Keberadaan kelas olahraga ini akan sangat besar manfaatnya terhadap pembinaan cabang olahraga Sepakbola ke depan terutama dalam upaya mempertahankan prestasinya, hanya saja dalam pelaksanaannya belum terlaksana secara maximal. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan Sumber Daya Manusia (SDM) keolahragaan terutama Pelatih yang dimiliki oleh SMP Negeri 1 Telaga selaku pengelola kelas olahraga dimaksud belum memenuhi kualifikasi seperti yang diharapkan sehingga latihan yang dilakukan belum memenuhi kaidah-kaidah yang telah dipersyaratkan baik dalam penentuan perbandingan antara volume dan intensitas latihan, variasi model latihan maupun pemilihan model latihan.

Pemilihan model latihan memegang peranan penting terhadap perkembangan prestasi atlet. Apabila model latihan yang digunakan tepat maka atlet akan berkembang lebih cepat pula akan tetapi bila model latihan yang digunakan salah maka perkembangan prestasi atlet-pun akan mengalami hambatan

Berdasarkan hasil pengamatan penulis pada saat atlet kelas olahraga SMP Negeri 1 Telaga sedang melakukan latihan, banyak ditemukan berbagai macam ketidak sempurnaan dalam tehnik bermain Sepakbola sering terjadi kesalahan dalam hal melakukan tendangan.

Berdasarkan pandangan tersebut di atas penulis mencari model latihan yang dapat meningkatkan hasil jauhnya tendangan bola dan peningkatan daya ledak otot tungkai dalam permainan sepak bola. dari sinilah penulis berinisiatif memformulasikan sebuah judul penelitian yaitu pengaruh latihan *pliometrik*

alternate leg box bound terhadap hasil jauhnya tendangan bola dan peningkatan daya ledak otot tungkai dalam permainan sepak bola pada siswa SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

1.2. Identifikasi Masalah

Beberapa pertanyaan yang muncul sehubungan dengan kemampuan passing: (1) Sejauh mana tingkat kemampuan siswa penggemar Sepak bola di sekolah-sekolah?; (2) Apakah model latihan dapat mempengaruhi peningkatan daya ledak otot tungkai dalam permainan Sepak bola?; (3) Jika ada, berapa besar pengaruhnya?; (4) Apakah model latihan *pliometrik alternate leg box bound* dapat mempengaruhi hasil jauhnya tendangan bola dan peningkatan daya ledak otot tungkai dalam permainan Sepak bola?

1.3. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang permasalahan di atas maka permasalahan pokok yang akan diteliti yaitu "Apakah Terdapat pengaruh latihan *pliometrik alternate leg box bound* terhadap hasil jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola?; "Apakah terdapat pengaruh latihan pliometrik alternate *leg box bound* terhadap peningkatan daya ledak otot tungkai dalam permainan sepak bola?"

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk : Ingin mengetahui pengaruh latihan *pliometrik alternate leg box bound* terhadap peningkatan daya ledak otot tungkai dalam permainan sepak bola.

1.5. Manfaat Peneletian

Penelitian tentang pengaruh latihan *pliometrik alternate leg box bound* terhadap hasil jauhnya tendangan bola dan peningkatan daya ledak otot tungkai dalam permainan sepak bola pada Siswa SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo diharapkan mempunyai manfaat terhadap beberapa segi antara lain:

1. Segi praktisi, diharapkan dapat dijadikan pegangan oleh para guru olahraga maupun para pelatih di dalam memilih model latihan menendang dalam permainan Sepakbola.
2. Segi pengetahuan, merupakan informasi guna pengembangan pengetahuan dalam kegiatan proses belajar mengajar olahraga Sepakbola pada umumnya dan pengembangan pengetahuan dalam bidang kepelatihan khususnya model latihan kemampuan menedang.
3. Segi penelitian, merupakan informasi untuk pelaksanaan penelitian di lapangan dalam cabang olahraga Sepakbola secara umum. Hasil penelitian ini tergantung dari peneliti itu sendiri, bagaimana cara meneliti dan yang tak kalah pentingya adalah obyek penelitian dalam hal ini siswa atau atlet.