

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 LATAR BELAKANG**

Sekolah merupakan sarana dan lembaga pendidikan bagi peserta didik dan sekaligus wadah bagi guru untuk melaksanakan tugas utamanya sebagai tenaga pengajar dengan cara berbagai bentuk pengajaran. Berbagai jenis pengajaran yang dilakukan guru salah satu diantaranya adalah pendidikan jasmani yang dilakukan melalui pembelajaran aktifitas jasmani dalam cabang olahraga permainan. Untuk dapat mewujudkan tujuan utama sebuah proses pembelajaran yang sesuai dengan pendidikan jasmani, seorang guru pendidikan jasmani harus mampu memilih dan menggunakan berbagai bentuk pembelajaran yang lebih tepat atau dengan kata lain strategi pembelajaran yang lebih menjurus kepada materi yang akan disampaikan dan tepat sasaran kepada terhadap karakteristik peserta didik. Hal ini telah lama di upayakan mengingat begitu pentingnya pendidikan olahraga disekolah yang bertujuan untuk membina perilaku positif, kedisiplinan dan sportifitas serta kebugaran setiap peserta didik melalui kegiatan olahraga. Maka dengan dasar yang begitu mendasar maka pemerintah memasukkan kegiatan olahraga dalam pendidikan nasional mulai dari tingkat kanak-kanak sampai perguruan tinggi.

Sebagai salah satu lembaga pendidikan formal SMP Negeri 12 kota gorontalo bertekad memajukan tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan sesuai dengan tuntutan kurikulum dengan upaya menyelenggarakan proses pembelajaran yang berkualitas, efektif, efisien dan berkesinambungan.

Berdasarkan hasil studi dokumentasi terhadap kurikulum pendidikan jasmani kesehatan dalam silabus SMP Negeri 12 kota gorontalo tercantum materi ajar sepak bola yang bertujuan untuk membina perilaku positif dan sikap sportifitas, serta menumbuh-kembangkan kebugaran diri siswa melalui kegiatan olahraga sepak bola.

Proses pembelajaran sepak bola yang bertujuan untuk membina perilaku positif dan sikap sportifitas dapat dilakukan secara efektif, dan efisien dengan cara menggunakan berbagai strategi pembelajaran yang dapat membantu dan

memudahkan para siswa menguasai dan memahami berbagai keterampilan dasar secara memadai. Berbagai keterampilan yang harus dikuasai seorang siswa dalam melakukan permainan sepakbola diantaranya adalah menendang (*Passing* dan *Shooting*), menahan (*Trapping*), mengontrol (*Control*), menggiring (*Dribbling*), menyundul (*Heading*), lemparan ke dalam (*Throw in*), gerak tipu, penjaga gawang (*Keeper*). Jenis lemparan kedalam yang kedua biasanya dilakukan oleh tim yang memiliki ahli pelempar bola jarak jauh, walaupun pengamatan saya membawa saya pada kesimpulan bahwa semua lemparan jauh dalam kenyataan cukup membingungkan. Bagaimanapun juga, para pemain mudah memahami cara ini adalah sebuah fakta mungkin pada umumnya mereka berlari dulu sebelum melempar dari ketangkasnya itu mengecoh para hakim garis. Cara pelemparan bola kedalam yang paling kita sering kita jumpai sepasang pemain yang manapun bisa memanfaatkan lemparan ini, tetapi disini pemain melemparkan bola pada pemain yang sedang bergerak menuju bola dan oleh karenanya bisa, menyentuh bola sebelum dia ditantang. Pemain dengan sederhana mengoper bola itu kembali

Merujuk pada permasalahan diatas memang tidak dapat dipungkiri bahwa dalam permainan sepakbola ini masih banyak terdapat kekurangan-kekurangan yang timbul akibat kurangnya pemahaman siswa ataupun atlit tentang bagaimana cara memainkan sepak bola dengan baik dan benar serta kendala fisik penunjang hingga tercapainya pembelajaran olahraga yang lebih baik lagi.

Menendang, menyundul, menahan dan mengoper bola dapat dikategorikan baik, hanya saja dalam hal melakukan lemparan kedalam (*throw in*) yang terlihat sedikit jauh dari apa yang diharapkan. Karena dalam melakukan lemparan kedalam biasanya terdapat kesulitan yang muncul, yaitu ketika lemparannya dekat maka untuk mengoper bola kembali keteman akan mengalami kesulitan, karena terlalu dekat dengan garis. Ini menandakan bahwa perlu adanya upaya dari seorang guru sebagai motivator untuk memperbaiki kesalahan tersebut dengan mengamati dan mencarikan solusi hingga dapat menghasilkan lemparan kedalam yang lebih baik lagi.

Sepak bola adalah sebuah permainan yang sederhana, dan rahasia permainan sepak bola yang baik ialah melakukan hal-hal sederhana dengan

sebaik-baiknya. Namun pada kesan pertama mungkin saja semua itu tampak rumit, tetapi jika dipelajari dengan kesungguhan sampai akhir, maka segala sesuatu akan menjadi demikian jelas jikalau kesederhana latihlah sesegera dan sebaik mungkin serta janganlah berhenti ataupun bosan berlatih, sepak bola permainan yang menggembirakan untuk para putra yang menyukai permainan sepak bola permainan ini menyenangkan, dan bagi beribu-ribu penggembir sepak bola masa kini.

Perlu diketahui bahwa salah satu teknik dasar yang harus diperhatikan dalam permainan sepak bola adalah melakukan lemparan kedalam (*throw in*). karena apabila seorang pemain mampu melakukan lemparan dengan benar maka akan tercipta suatu permainan yang menguntungkan bagi tim. Lemparan kedalam (*Throw in*) dapat digunakan untuk melakukan penyerangan ke daerah lawan yang pada akhirnya dapat dimanfaatkan untuk menciptakan gol. Untuk itu seorang pemain sepak bola diharapkan memiliki kemampuan melakukan *throw in* yang baik. Agar seorang pemain memiliki kemampuan *throw in* yang baik perlu dilatih dengan baik secara terprogram dan kontinu dengan metode latihan yang sesuai. Lemparan ke dalam dapat dilakukan dengan atau tanpa awalan, baik dengan posisi kaki sejajar maupun satu kaki didepan. Namun perlu digaris bawahi bahwa beberapa aspek penunjang diatas tidak akan berpengaruh sama sekali apabila dilakukan tanpa adanya konsentrasi dan kesiapan dalam melakukan lemparan.

Salah satu faktor penting dalam pencapaian lemparan ke dalam dan efisien tentunya tidak lepas dari pengaruh otot lengan sebagai motor penggerak dalam melakukan lemparan kedalam (*throw in*), Dalam meningkatkan kekuatan otot lengan penulis menggunakan model latihan modifikasi *cable french press*. Latihan *Cable French Press* adalah latihan yang dilakukan dengan cara menarik tau memanipulasi alat/*cable* dari belakang ke arah depan menggunakan dua tangan atau satu tangan guna untuk latihan meningkatkan kekuatan otot lengan dengan.

Berdasarkan landasan pemikiran diatas maka penulis terdorong untuk melakukan penelitian terhadap "Pengaruh latihan modifikasi *cable french press* terhadap kemampuan melakukan lemparan kedalam (*throw in*), dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 12 kota gorontalo.

## **1.2 IDENTIFIKASI MASALAH**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat di indentifikasi masalah sebagai berikut: Berapa besar wawasan siswa dalam menguasai latihan dalam permainan sepak bola ?,Apakah latihan modifikasi *cable franch press* dapat berpengaruh dalam melalukan lemparan kedalam (*throw in*), dalam permainan sepak bola ?,Apakah lemparan kedalam (*throw in*), dapat dilakukan dengan latihan *cable franch press* ?

## **1.3 RUMUSAN MASALAH**

Adapun rumusan masalah yang terkait dengan indetifikasi masalah di atas adalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh latihan modifikasi *cable franch press* terhadap kemampuan melakukan lemparan kedalam (*throw in*), dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 12 kota gorontalo?”

## **1.4 TUJUAN PENELITIAN**

Adapun tujuan penelitian yang terkait dengan rumusan masalah di atas adalah untuk mengetahui besarnya pengaruh latihan modifikasi *cable franch press* terhadap kemampuan melakukan lemparan kedalam (*throw in*), dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 12 kota gorontalo

## **1.5 MANFAAT PENELITIAN**

### **1.5.1 Secara Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap pengembangan teori olahraga pada umumnya dan teori kepelatihan pada khususnya. hasil penelitian ini dapat memperkuat kedudukan teori kepelatihan olahraga pada khususnya. dalam usaha mengarpakan keterampilan melakukan lemparan kedalam.

### **1.5.2 Secara Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi pembaca dan peneliti. bagi pembaca hasil penelitian ini dapat dijadikan sarana untuk mengetahui pengembangan teori olahraga khususnya ilmu kepelatihan olahraga. bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan untuk penelitian selanjutnya.