

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan kebutuhan yang mendasar bagi manusia. Dengan pendidikan maka manusia mengetahui, mengenal, mengarahkan diri dan membentuk dirinya untuk menjadi manusia yang berguna. Pendidikan ini dilakukan melalui tiga jalur pendidikan, yaitu: keluarga, sekolah dan lingkungan masyarakat formal, non formal dan informal.

Pelajaran pendidikan jasmani di sekolah yang bersifat teori di dalam kelas dapat menggunakan berbagai metode, diantaranya: ceramah, diskusi, tanya jawab, resitasi, demonstrasi dan moduler. Sedangkan pengajaran praktek dapat menggunakan metode pengulangan (*repetition*), *drill*, modul dan demonstrasi dapat digunakan metode bagian (*part method*), keseluruhan (*whole or global method*) atau kombinasi maupun gabungan metode bagian dengan keseluruhan.

Olahraga merupakan salah satu sarana pembangunan bangsa, khususnya pembangunan dalam bidang jasmani dan rohani. Untuk mencapai hasil pembangunan yang baik perlu adanya peningkatan sumber daya manusia. Demikian pula halnya dalam meningkatkan prestasi olahraga, perlu adanya pembinaan yang diawali dari pembibitan. Sebab prestasi yang maksimal sangat dipengaruhi oleh bibit yang unggul. Pencarian bibit-bibit olahragawan dapat diberbagai tempat salah satunya disekolah. Hal ini perlu disadari oleh guru dan pelatih bahwa untuk mengatasi permasalahan yang muncul dan keragaman dan jenis kebutuhan serta peningkatan aspirasi masyarakat khususnya yang berkaitan dengan prestasi olahraga salah satunya permainan sepakbola.

Sepakbola merupakan permainan bola besar yang digemari semua lapisan masyarakat diseluruh pelosok. Sepakbola adalah olahraga yang menggunakan kaki dan penjaga gawang bebas menggunakan semua anggota badan. Setiap regu terdiri

dari 11 orang. Pemenang dalam sepakbola ditentukan oleh regu atau keseblasan yang memasukan bola ke gawang lawan lebih banyak. Permainan sepakbola dimainkan selama 2 x 45 menit dengan istirahat 15 menit dan dipimpin oleh seorang wasit dan di bantu oleh dua orang penjaga garis.

Sepakbola di Kabupaten Bone bolango juga telah dikembangkan dengan didirikan sekolah sepak bola (SSB) ataupun klub ditingkat pelajar SD, SMP dan SMA. Di SMA Negeri 1 Kabila meyenggarakan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola yang bertujuan meningkatkan kemampuan dan keterampilan atlet. Ekstrakurikuler olahraga permainan sepakbola merupakan salah satu sarana untuk membentuk kepribadian atlet, serta sebagai wadah untuk pembinaan agar dapat mengasah bakat yang terpendam dari seorang atlet. Dari berbagai macam ekstrakurikuler olahraga yang ada di SMA Negeri 1 Kabila, ekstrakurikuler olahraga yang paling digemari, populer, dan menarik atlet adalah sepakbola.

Berdasarkan observasi dengan pembentuk klub sepakbola dan pengamatan dilapangan SMA Negeri 1 Kabila perlu adanya pengembangan latihan distribusi dan latihan padat.

Diketahui bahwa metode yang digunakan dalam pembelajaran atau latihan sangat berbeda-beda, metode latihan distribusi dan latihan padat merupakan beberapa metode yang dapat digunakan oleh guru atau pelatih, disamping itu keberadaan kondisi atlet yang berasal dari berbagai lapisan masyarakat akan menambah perbedaan hasil latihan, apalagi penilaian terhadap keberhasilan suatu pembinaan sering dilihat dari keberhasilannya memenangkan pertandingan, sedangkan kualitas keterampilan seseorang secara teoritis bergantung pada bakat dan latihan

Model latihan merupakan suatu program yang dibuat oleh pelatih secara terperinci sesuai dengan cabang olahraga yang dilatihkan, digunakan dalam melatih dan mengatur apa yang akan dilaksanakan oleh atlet guna untuk meningkatkan kemampuan atau keterampilan atlet baik dari segi fisik, teknik, dan taktik.

Dapat disimpulkan bahwa metode latihan teknik ini lebih cenderung pada memodifikasi waktu istirahat yang diberikan setelah atlet melakukan satu set latihan,

lama istirahat bisa meningkat setiap set danada pulayang menurun yang berguna untuk memulihkan kondisi tubuh dan adaptasi pada latihan yang diberikan guna melanjutkan latihan pada set berikutnya agar lebih maksima dalam pelaksanaannya. Pada saat istirahat atlet bisa dengan bantuan pelatih dengan atlet mendengarkan penjelasan atau memberikan contoh lagi (Yudiana, 2008:3:32).

Metode atau alat yang digunakan dalam proses belajar mengajar atau latihan dipilih berdasarkan tujuan dan bahan yang telah ditentukan sebelumnya. Metode atau alat berfungsi sebagai jembatan penghubung antara bahan pelajaran dengan tujuan yang akan dicapai karena metode latihan yang hendak digunakan akan mempengaruhi latihan pemain, banyak faktor yang mempengaruhi terhadap penggunaan metode latihan yang dalam prosesnya akan mengakibatkan terjadinya perbedaan perubahan dan perilaku gerak manusia.

Berkaitan dengan penggunaan waktu dalam proses latihan maka metode yang digunakan dalam hal ini adalah metode latihan distribusi dan metode latihan padat. Saya tertarik untuk mencari perbandingan kedua metode latihan tersebut terhadap ketepatan *passing* lambung (*long pass*).

1.2 Identifikasi Masalah

Berpijak pada latar belakang yang diuraikan diatas, maka terkait dengan meningkatnya hasil observasi atlet terhadap ketepatan *passing* lambung (*long pass*) dalam permainan sepakbola, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

- 1) Bagaimana hasil latihan atlet terhadap ketepatan *passing* lambung (*long pass*) dalam permainan sepakbola.
- 2) Faktor-faktor apakah yang mempengaruhi atlet terhadap ketepatan *passing* lambung (*long pass*) dalam permainan sepakbola.
- 3) Pendekatan latihan yang bagaimana dapat membantu meningkatkan atlet terhadap ketepatan *passing* lambung (*long pass*) dalam permainan sepakbola.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat di rumuskan penelitian yaitu :

1. Apakah Terdapat Pengaruh Metode Latihan Distribusi Terhadap Ketepatan *Passing* Lambung (*Long Pass*) dalam Permainan Sepak Bola ?
2. Apakah Terdapat Pengaruh Metode Latihan Padat Terhadap Ketepatan *Passing* Lambung (*Long Pass*) Dalam Permainan Sepak Bola?
3. Apakah Terdapat Perbandingan Pengaruh Metode Latihan Distribusi dan Padat Terhadap Ketepatan *Passing* Lambung (*Long Pass*) Dalam Permainan Sepak Bola ?

1.4 Tujuan Penulisan

Adapun tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk :

1. Mengetahui Pengaruh Metode Latihan Distribusi Terhadap Ketepatan *Passing* Lambung (*Long Pass*) Dalam Permainan Sepak Bola.
2. Mengetahui Pengaruh Metode Latihan Padat Terhadap Ketepatan *Passing* Lambung (*Long Pass*) Dalam Permainan Sepak Bola.
3. Mengetahui Perbandingan Pengaruh Metode Latihan Distribusi dan Padat Terhadap Ketepatan *Passing* Lambung (*Long Pass*) Dalam Permainan Sepak Bola.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diterapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang latihan distribusi dan latihan padat terhadap ketepatan *passing* lambung (*long pass*) dalam sepakbola.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Atlet

Untuk mengetahui kemampuan siswa dalam ketepatan *passing* lambung (*long pass*), sehingga atlet melakukan perubahan jika ada kekurangan dalam prestasinya.

2. Pelatih

Sebagai bahan acuan untuk menentukan langkah-langkah yang tepat dan sebagai bahan referensi latihan sepakbola sehingga mendorong pelatih untuk melaksanakan latihan secara optimal.

1.5.3 Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk memberikan alternatif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam menendang bola dan memberikan dorongan kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian yang lebih luas dan mendalam.