

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Upaya untuk hidup sehat, kuat, terampil dan bermoral salah satunya dapat ditempuh melalui proses pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari sistem pendidikan secara menyeluruh yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Pendidikan jasmani memberi kesempatan kepada seseorang untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Konsep pendidikan jasmani tidak terlepas dari olahraga karena olahraga merupakan bagian terpenting dalam memberikan sumbangan bagi pertumbuhan dan perkembangan manusia seutuhnya.

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perseorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan atau pertandingan dengan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan nilai-nilai yang terkandung dalam Pancasila. Gerak dalam tubuh manusia dapat dijadikan sebagai modal dalam menentukan prestasi ketika seseorang mampu menggunakan sistem gerak tubuhnya secara optimal dan tentunya diikuti dengan pelatihan yang mampu mendukung tercapainya prestasi. Gerak adalah salah satu aktivitas jasmani manusia dalam menjaga kesehatan fisik agar tetap sehat. Gerak yang merupakan kegiatan jasmani manusia, yang eksistensinya sangat berfaedah bagi kesehatan manusia. Selain itu, gerak juga merupakan salah satu ciri khas manusia dalam gelora hidup seseorang. Didalam kurikulum pendidikan jasmani pada sekolah menengah kejuruan (SMK) terdapat beberapa materi yang harus dipelajari oleh siswa antara lain; Senam, Atletik, Bolavoli, Basket dan Sepak

bola. Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang dalam permainannya menggunakan bola.

Bola umumnya terbuat dari bahan kulit dan dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim terdiri dari sebelas pemain inti dan beberapa pemain cadangan yang bertujuan untuk memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan daerah dari serangan lawan sebagai salah satu dari tujuan permainan Sepak bola. Permainan Sepak bola dimainkan dalam lapangan terbuka yang berbentuk persegi panjang, diatas rumput alami atau rumput sintetik. Sepak bola dapat dikatakan sebagai salah satu hiburan atau kompetisi yang populer ditingkat daerah, nasional dan internasional. Sepak bola juga merupakan salah satu cabang olahraga yang tercantum dalam kurikulum pada jenjang pendidikan SD, SMP, SMA dan Perguruan Tinggi.

Menurut M Sajoto (1999), kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya. Artinya, bahwa didalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan, dalam proses latihan, unsur kondisi fisik merupakan hal yang sangat vital untuk dilatih, disamping latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Lebih lanjut, Suharno HP (1985), juga menyatakan bahwa pembinaan fisik, teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding merupakan sasaran latihan secara keseluruhan, dimana aspek yang satu tidak dapat ditinggalkan dalam program latihan yang berkesinambungan sepanjang tahun. Teknik dasar dalam permainan sepak bola terdiri dari dua macam yaitu: teknik dengan bola dan tanpa bola. Teknik dasar bermain sepak bola yang harus dikuasai meliputi; menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola, gerak tipu, tackling, menggiring bola, lemparan kedalam dan teknik menjaga gawang.

Menggiring bola dilakukan dengan cara membawa bola dengan kaki yang bertujuan untuk melewati lawan, selain itu menggiring juga berguna untuk mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan serta untuk menahan bola tetap dalam posisi penguasaan. Menggiring memerlukan ketrampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti kelincahan dan

kelentukan yang dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat. Kelincahan yang dilakukan oleh atlet atau pemain sepak bola saat berlatih maupun bertanding tergantung pada kemampuan mengkoordinasikan sistem gerak tubuh dan respon terhadap situasi atau kondisi yang dihadapi.

Kelincahan ditentukan oleh faktor kecepatan bereaksi, kemampuan untuk menguasai situasi dan kemampuan mengendalikan gerakan secara tiba-tiba. Kelentukan pada sepak bola digunakan untuk menentukan sikap badan saat melakukan gerakan menggiring bola dan dapat mempengaruhi maksimal atau tidaknya saat menguasai bola. Sehingga, dengan memaksimalkan gerakan tubuh pada saat melakukan gerakan menggiring bola dengan posisi badan dicondongkan kedepan maka akan menghasilkan gaya menggiring bola yang baik secara maksimal.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh penulis pada siswa kelas XI SMK Negeri Model Gorontalo penulis melakukan game dengan rekannya sendiri, ternyata masih ada beberapa gerakan yang kurang maksimal. Sebagai contoh pada saat melakukan gerakan menggiring, sebagian siswa masih belum memiliki gerakan yang maksimal, baik bergerak kearah kanan dan kiri untuk menghindari lawannya dan juga lambat untuk memindahkan bola dari kaki kanan ke kaki kiri sehingga bola mudah terlepas. Penguasaan bola dalam melakukan gaya menggiring masih belum lincah. Saat melakukan gaya menggiring, pandangan mereka tidak terpusat dan hanya tertuju pada bola serta kurangnya keterampilan dalam melewati lawan. Hal itu terlihat pada saat dilapangan, sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melewati lawan yang mana disebabkan karena kurangnya kelincahan dan kelentukan yang dimiliki. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian tentang, “Hubungan Antara Kelincahan dan Kelentukan terhadap Hasil Menggiring bola dalam Permainan Sepak bola pada Siswa kelas XI SMK Negeri Model Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis telah mengidentifikasi permasalahan yang akan diteliti yakni sebagai berikut:

1. Sebagian siswa kurang lincah dalam melakukan gerak ke arah kanan dan kiri untuk menghindari lawan saat dihadapang.
2. Pada saat melakukan gerakan menggiring, sebagian siswa belum memaksimalkan gerakan tubuh untuk memindahkan bola dari kaki
3. Beberapa siswa mengalami kesulitan dalam melewati lawan saat melakukan gerakan menggiring
4. Sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melewati lawan kanan ke kaki kiri.
5. Pada saat melakukan gerakan menggiring bola, sebagian siswa kurang mampu menipu lawan dengan cepat.

1.3 Batasan Masalah

Dari latar belakang dan identifikasi masalah yang dibahas, maka perlu diadakan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih berfokus dalam pengkajiannya. Adapun pembatasan masalah yaitu:

- a. Hubungan kelincahan dengan hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo.
- b. Hubungan kelentukan dengan hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo.
- c. Hubungan antara kelincahan dan kelentukan terhadap hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang dikemukakan, maka dirumuskan suatu masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara kelincahan dengan hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo.?
2. Apakah ada hubungan antara kelentukan dengan hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo.?
3. Apakah ada hubungan antara kelincahan dan kelentukan dengan hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo.?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang dirumuskan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dengan hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo
- b. Untuk mengetahui hubungan antara kelentukan dengan hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo
- c. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan kelentukan terhadap hasil menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini berguna untuk memberikan informasi tentang Hubungan antara Kelincahan dan kelentukan terhadap Hasil Menggiring bola dalam Permainan Sepak bola Pada Siswakelas X1 SMK Negeri Model Gorontalo. Penulis Berharap Hasil Penelitian ini dapat bermanfaat.

1. Bagi Penulis

Peneliti dapat mengetahui upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar sepak bola siswa dan juga memberikan pengalaman berharga untuk pembelajaran Pendidikan Jasmani di masa yang akan datang.

2. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan prestasi Sepak bola, agar lebih mengetahui berbagai hubungan kelincahan dan kelentukan terhadap keterampilan menggiring bola yang dapat menunjang penampilan pada saat melakukan gerak teknik dasar sepak bola.

3. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Hasil penelitian ini diharapkan menjadi gambaran dalam upaya pengkajian dalam pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya untuk sepak bola dalam tes hasil menggiring bola. Selain itu juga, hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan

pemikiran untuk kemajuan program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

4. Untuk Pelatih atau Guru

Dapat digunakan sebagai salah satu pedoman untuk mengetahui dan menyusun program latihan, sehingga waktu latihan akan lebih efektif efisien agar mencapai prestasi yang lebih baik.