

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Olahraga pada dasarnya merupakan bagian integral dari system kebugaran jasmani secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan suatu latihan dalam berolahraga harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan dari pelatihan dalam berolahraga bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir kritis, stabilitas emosional, kemampuan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Sekarang ini olahraga merupakan salah satu bagian hidup yang terpenting dari aktifitas hidup manusia, karena kegiatan olahraga yang dilakukan secara teratur dan terencana akan dapat meningkatkan kebugaran jasmani seseorang. Oleh karena itu olahraga sangat berperan dalam meningkatkan kualitas manusia seutuhnya yakni sehat jasmani dan rohani, tangguh serta disiplin, berjiwa sportifitas yang tinggi meningkatkan prestasi. Dalam meningkatkan prestasi belajar atletnnya harus berupaya untuk lebih kreatif dalam melatih olahraga, karena olahraga atau permainan bola besar merupakan landasan awal dalam pencapaian kesuksesan.

Permainan bola besar ini merupakan olahraga tertua di dunia. Permainan bola besar meliputi sepak bola, bola voly, dan sepak bola. Permainan tersebut banyak digemari masyarakat pada umumnya. Karena nilai-nilai edukatif yang terdapat didalamnya juga memegang peranan penting dalam pengembangan kondisi fisik, sehinggah dapat menjadi dasar pokok untuk pengembangan atau peningkatkan prestasi yang optimal bagi cabang olahraga lain dan bahkan di perhitungkan sebagai ukuran kemajuan suatu negara, khususnya dalam prestasi olahraga lebih khususnya yakni olahraga permainan Sepak Bola.

Permainan sepak bola adalah permainan yang dilakukan secara beregu atau tim dan kemenangan dalam suatu tim ditentukan oleh banyaknya poin atau capaian bola masuk ke gawang lawan yang diperoleh. Hal ini seperti yang di definisikan oleh Dwinarhayu dan Mohamad (2010:3) Sepak bola adalah olahraga

yang dimainkan secara beregu/berkelompok. Tiap-tiap regu terdiri atas 11 pemain. Tujuan utama dari permainan sepak bola adalah memasukkan bola ke gawang lawan. Dalam permainan sepak bola diperlukan teknik permainan yang tinggi dengan kontrol bola yang prima, kerja sama yang terjalin rapi, serta semangat yang tinggi dari pemain.

Sepak bola telah menjadi olahraga permainan yang sangat populer serta banyak digemari masyarakat umum. Permainan yang sekarang sangat berbeda pada saat permulaan sepak bola dimainkan, permainan yang sekarang penuh dengan gaya, teknik, taktik, dan tempo permainan yang cepat. Hal ini membuat permainan sepak bola sangat didominasi oleh masyarakat terutama kaum muda lebih khususnya pada tingkat Pelajar.

Untuk menjamin agar dapat menjalankan fungsinya dengan baik di sekolah sepak bola, maka dalam implementasi program-programnya di lapangan harus melalui strategi atau gaya-gaya pelatihan yang efektif dan efisien, dalam arti memiliki fleksibilitas yang cukup tinggi dalam berinteraksi atau melatih dengan berbagai faktor pendukung program latihan dalam pendidikan yang ada di suatu sekolah. Program pelatihan dapat diartikan sebagai usaha merancang komponen-komponen pelatihan yang dapat memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap pencapaian tujuan prestasi olahraga dalam satuan latihan.

Peran olahraga permainan sepak bola melalui sekolah sepak bola merupakan faktor penting dalam pencapaian prestasi Sepak bola, pembinaan melalui sekolah sepak bola bertujuan untuk menghasilkan bibit-bibit pemain sepak bola yang berbakat dan berkualitas yang nantinya dikemudian hari akan menjadi bagian dari Klub Sepakbola yang ada di Provinsi Gorontalo. Proses pembinaan harus terus menerus, serius, tidak mengenal lelah dan secara bertahap dilakukan pada jam. Anak-anak didik di latih pada jam latihan terkadang tidak diberi pemahaman tentang semua yang harus dilakukan setelah menuntaskan latihan. Bakat dan kemampuan anak didik sering diabaikan pelatih atau pembina yang ada di sekolah sepak bola, hal ini disebabkan pelatih lebih mementingkan atlet yang sudah ada atau senior, yang semestinya ada pemerataan dalam

pembinaan anak-anak sesuai kelompok umur. Harus disiapkan wadah kompetisi yang diatur secara reguler untuk mengukur kemampuan mereka.

Faktor penting yang lain yang dapat mempengaruhi prestasi pemain Sepakbola adalah penguasaan teknik dasar Sepakbola oleh para pemain, oleh sebab itu seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar sepakbola tidak akan menjadi pemain yang baik.

SSB Bhascara Bone Pantai merupakan sekolah sepak bola yang memprogramkan kegiatan latihan rutin, yakni kegiatan yang menunjang pengembangan bakat yang dimiliki oleh setiap individu peserta didik. Kegiatan latihan yang ada di SSB Bhascara Bone Pantai antara lain terdapat kelompok latihan junior maupun senior. Pelaksanaan kegiatan latihan sepak bola juga memberikan dukungan untuk menunjang keberhasilan program tersebut, antara lain mengadakan fasilitas olahraga yang akan digunakan untuk proses kegiatan yang telah dipilih oleh atlet agar sesuai dengan harapan. Dalam pelaksanaan itu sendiri dibutuhkan seorang pelatih dimana pelatih itu dapat dipilih dari luar SSB dan bisa juga dilatih oleh pelatih yang ada di sekolah sepak bola tersebut. Diharapkan seorang pelatih tersebut mampu berkompeten sesuai bidangnya, serta kejelian dari pelatih atau pembimbing agar atlet yang dilatih mampu menerima materi latihan yang telah diberikan dan dapat memberikan motivasi terhadap masing-masing atlet.

Proses kegiatan latihan sepak bola yang ada secara garis besar belum terlalu optimal, hal itu terbukti beberapa tahun ini SSB Bhascara Bone Pantai belum pernah menjuarai dalam kompetisi antar sekolah sepak bola (SSB) seperti yang diharapkan.

Berdasarkan hasil observasi/Pengamatan yang telah dilakukan di SSB Bhascara Bone Pantai, khususnya atlet junior, menunjukkan bahwa aktivitas bermain terutama dalam menggiring bola perlu di evaluasi. Terutama dalam hal panjang tungkai dan keseimbangan ketika menggiring bola, hal ini perlu di lakukan tes dan pengukuran agar dapat melihat sejauhmana perkembangan atlet dalam melakukan menggiring bola dengan baik dan benar, selebihnya permainan sepak bola membutuhkan keseimbangan dan panjang tungkai yang terukur

sehingga dalam hal ini atlet perlu mengetahui sejauhmana tingkat keseimbangan dan panjang tungkai atlet ketika menggiring bola yang selama ini sudah diterapkan. Olehnya itu penulis berasumsi bahwa tidak adanya keseimbangan kemudian panjang tungkai atlet dalam melakukan menggiring bola, disamping itu juga hubungan panjang tungkai dan keseimbangan dapat mempengaruhi hasil kemampuan menggiring bola, maka penulis berharap untuk dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola terhadap atlet tersebut maka perlu adanya tes dan pengukuran secara baik guna mendapatkan hasil kemampuan menggiring bola yang maksimal. Seiring dengan perkembangan pendidikan dan pelatihan olahraga, aktivitas permainan sepak bola terutama peran keseimbangan dan panjang tungkai secara dominan dapat mempengaruhi hasil kemampuan menggiring bola. Hubugannya dalam menggiring bola yaitu jika seorang atlet/atlet memiliki panjang tungkai dan keseimbangan maka secara otomatis hasil kemampuan menggiring bola yang dilatih akan semakin meningkat.

Berdasarkan masalah tersebut maka perlu adanya suatu penelitian eksperimen yang bertujuan untuk mengembangkan proses peningkatan kemampuan atlet terhadap teknik menggiring bola dalam permainan sepak bola. Dengan demikian judul penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: “Hubungan panjang tungkai dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola (Studi Eksperimen pada Atlet SSB Bhascara Bone Pantai).

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Sejauh mana Perkembangan Olahraga Sepak bola di SSB Bhascara Bone Pantai?
2. Apakah yang menjadi penyebab sehingga atlet kelas SSB Bhascara Bone Pantai kurang mampu melakukan aktivitas menggiring bola dalam permainan sepak bola.
3. Apakah ada hubungan antara panjang tungkai dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Bhascara Bone Pantai.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas,dapat dirumuskan suatu permasalahan dalam penelitian yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan antara panjang tungkai dengan hasil menggiring bola pada atlet SSB Bhascara Bone Pantai?
2. Apakah terdapat hubungan keseimbangan dengan hasil menggiring bola pada atlet SSB Bhascara Bone Pantai?
3. Apakah terdapat hubungan bersama antara panjang tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Bhascara Bone Pantai.

### **1.4. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini yaitu :

1. Mengetahui hubungan antara panjang tungkai dengan kemampuan menggiring bola pada atlet SSB Bhascara Bone Pantai.
2. Mengetahui hubungan Keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada atlet SSB Bhascara Bone Pantai.
3. Mengetahui hubungan bersama antara panjang tungkai dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Bhascara Bone Pantai

### **1.5. Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1 Secara Teoritis**

1. Bagi Atlet :

Menambah pengetahuan bagi atlet dalam meningkatkan teknik dasar sepak bola khususnya kemampuan menggiring bola yang dilakukan secara teratur, terarah dan berkesinambungan.

2. Bagi Pelatih :

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi pelatih dalam meningkatkan kemampuan atlet. Dapat digunakan pelatih untuk meningkatkan kemampuan atlet maupun tim dalam melakukan menggiring bola melalui tes dan pengukuran.

3. Bagi Sekolah sepak bola :

Sebagai nilai tambah untuk sekolah dalam peningkatan kemampuan atlet.

4. Bagi Peneliti :

Penelitian ini menambah wawasan pengetahuan peneliti, hingga memiliki tambahan bekal ilmu untuk melatih atlet dikemudian hari dan Memberi sumbangan pengembangan pengetahuan, serta Sebagai kajian bagi peneliti selanjutnya, sehingga lebih mengetahui tentang menggiring bola dalam permainan sepak bola.

### **1.6.2 Secara Praktis**

1. Manfaat bagi atlet

Atlet dapat mengetahui sendiri hubungan keseimbangan dan panjang tungkai jika ingin meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

2. Manfaat Bagi Pelatih

Dapat dijadikan pedoman untuk melatih atlet dalam bermain sepak bola serta dalam evaluasi bagi pengajar agar dapat memberikan secara konkrit tentang teknik dasar menggiring bola pada pemain sepak bola.

3. Manfaat bagi sekolah Sepak Bola

Hasil dari kemampuan atlet meningkat sehingga menunjang prestasi olahraga di sekolah sepak bola itu sendiri dan Sebagai sumbangan dalam salah satu usaha untuk meningkatkan prestasi tim dalam suatu pertandingan sepak bola.

4. Manfaat bagi peneliti

Mendapat satu pengalaman yang sangat berharga, berupa hubungan panjang tungkai dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola untuk sebuah pelatihan olahraga.