

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini telah memberikan kontribusi yang sangat besar dan didalam berbagai macam bidang, misalnya perkembangan didalam bidang olahraga. Pada setiap cabang olahraga telah memiliki cara dan pengembangan yang modern baik dalam segi pelatihanya dan sarana yang menjadi faktor sebagai penunjang dari setiap cabang olahraga tersebut. Khususnya dalam cabang olahraga sepak bola, memiliki peminat yang cukup banyak dari berbagai kalangan.

Inggris adalah salah satu negara yang paling tepat menjadi kiblat persepak bolaan modern. Banyak yang sependapat bahwa perkembangan sepak bola di Inggris menjadi sorotan mata dunia. Dari tahun ketahun perkembangan sepak bola di Inggris mengalami perubahan dan keragaman. Pada tahun 1250 sepak bola dimainkan di jalan raya dengan sebutan street games. Karena street game ini membahayakan, maka pada tahun 1389 Raja Edward II melarang permainan sepak bola. Pada tahun 1815 permainan sepak bola dipindahkan tempat bermainnya di rumput-rumput bukan lagi di jalan raya. Pada tanggal 8 desember 1863. FA menyusun perturan sepak bola untuk disebar pada keseluruh dunia dan pada thun1882 terbentuk badan pengembangan peraturan permainan sepak bola yaitu *Football Association Bord (IB)*. pada tanggal 21 mei 1905 dibentuk Federation International The Football Association (FIFA). Tujuh negara sponsor sekaligus anggota pertamanya adalah Prancis, Belgia, Belanda, Denmark, Spanyol, Swedia, dan Swiss. Dan sekarang kejuaraan sepak bola semakin banyak.

Permainan sepak bola adalah perminan beregu yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kebobolan oleh tim lawan. Yang paling banyak memasukan bola ke gawang lawan akan menjadi pemenang (Clive Gifford dalam Fajar ismoyo, 2014:

1). Saat ini sepak bola tidak hanya sebagai sekedar hiburan tetapi sudah mulai mengarah pada tuntutan prestasi. Tentu saja untuk mendapatkan prestasi yang baik harus memulai dari proses latihan yang terprogram. Berbicara tentang sepak bola, ada unsur- unsur yang harus dimiliki dan sangat menentukan kualitas seorang pemain maupun sebuah tim.

Teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepak bola adalah menendang (passing), menghentikan (stopping), menggiring (dribbling), menyundul (heading), merampas (tackling), lemparan ke dalam (throw-in), dan menjaga gawang (goal keeping). Salah satu teknik dasar yang sangat berpengaruh dalam permainan sepak bola adalah menendang (passing dan shooting), Menendang (passing dan shooting) merupakan salah - satu usaha memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki.

Menurut Hilmanudin dan Muhtar (2016:10) mengumpan (passing) dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam karena kaki dibagian itu terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Menendang bola dengan kaki bagian dalam adalah teknik dasar pada saat gol dengan cara menendang bola kearah gawang bisa juga untuk memberi umpan kepada teman kosong untuk menciptakan gol.

Hasil tendangan yang baik didapatkan dari penguasaan teknik yang baik juga dipengaruhi dengan kondisi fisik yang baik pula, salah satunya adalah daya ledak. Dalam hal ini yang dimaksud dengan daya ledak adalah otot tungkai, untuk mendapatkan daya ledak otot tungkai dapat diperoleh dengan macam-macam latihan salah satunya adalah latihan loncat. Sedangkan bentuk latihan loncat itu sendiri terdiri dari bermacam-macam variasi loncatan, latihan loncatan dengan menggunakan kordinasi gerakan yang berirama serta kombinasi gerak. Latihan meloncat yang bertumpu pada satu kaki dimana loncatan yang dilakukan dengan pola gerakan satu kaki yang bisa dikenal dengan gerakan, *bounding*. dengan awalan menggunakan kekuatan dorongan diusahakan dengan satu kaki dan pendaratan menggunakan sama dengan satu kaki, tindakan ini biasa disebut dengan *hop (lompatan)*. Mengikuti

pendaratanya tumit dilipat kearah pantat diikuti oleh rencana gerakan maju yang cepat pada paha terhadap tempat pendaratan. Pendaratan ini sangat aktif dan dilakukan sangat cepat serta siap untuk memulai lompatan lain sesegera mungkin. Sedangkan lompatan yang dimaksud disini adalah “*Scissors Jump dan Half Squat*”.

Berdasarkan uraian yang tertulis diatas, maka penulis ingin melakukan penelitian mengenai : “Perbedaan Pengaruh Latihan *Scissors Jump Dan Half Squat* Terhadap Jauhnya Tendangan Dalam Permainan Sepak Bola (Studi Eksperimen Club ARUMAN JAYA Motoboi Kecil Kota Kotamobagu)”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, diidentifikasi masalah. Permasalahan tersebut adalah masih banyak pemain Club Aruman Jaya yang belum mengetahui fungsi anatomis dan kondisi fisiknya sendiri dalam hubungannya dengan olahraga sepak bola. Masih banyak dalam bermain tidak maksimal dalam melakukan tendangan jauh.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

- 1.3.1 Apakah ada pengaruh latihan *Scissors Jump* terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola pada pemain club Aruman Jaya Motoboi Kecil?
- 1.3.2 Apakah ada pengaruh latihan *Half Squat* terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola pada pemain club Aruman Jaya Motoboi Kecil ?
- 1.3.3 Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara *Scissors Jump* dan *Half Squat* terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola pada pemain club Aruman Jaya Motoboi Kecil ?

1.4 Tujuan penelitian

Setiap penelitian yang dikerjakan selalu mempunyai tujuan agar memperoleh gambaran yang jelas serta bermanfaat bagi yang menggunakannya. Adapun tujuan penelitian ini adalah :

- 1.4.1 Mengetahui latihan *Scissors jump* terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola pada pemain club Aruman Jaya Motoboi Kecil.
- 1.4.2 Mengetahui latihan *Half Squat* terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola pada pemain club Aruman Jaya Motoboi Kecil.
- 1.4.3 Mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan *Scissors Jump* dan *Half Squat* terhadap terhadap jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola pada pemain club Aruman Jaya Motoboi Kecil.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil yang didapat dari kegiatan penelitian ini dapat memberikan dua kegunaan, yaitu kegunaan teoritis dan kegunaan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan bagi mahasiswa dalam bidang olahraga sepak bola khususnya mengenai pengaruh latihan *Scissors Jump* dan *Squat Jump* terhadap jauhnya tendangan.

2. Manfaat Praktis

a.) Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana untuk menelaah sejauh mana teori yang telah diajarkan sesuai dengan praktek dilapangan.

b.) Bagi Pelatih/Guru Olahraga

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber inspirasi untuk mencapai hasil yang maksimal.

