

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan suatu kebutuhan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Dalam pelaksanaan aktivitas olahraga tersebut mempunyai maksud dan tujuan yang beragam yakni olahraga sebagai kebutuhan jasmani, olahraga sebagai prestasi, bahkan ada juga sebagian orang menjadikan sebagai ajang untuk bersenang-senang. Khususnya permainan sepak bola mempunyai andil yang besar dalam pembentukan kepribadian atau individu seseorang.

Permainan sepak bola merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang pemain yang terdiri dari seorang kiper (penjaga gawang). Adapun tujuan dari permainan sepak bola ini yaitu untuk memasukan bola ke gawang lawan (mencetak gol). Dalam permainan ini setiap bentuk kerjasama dan kekompakan sesama anggota tim dalam membangun serangan maupun bertahan sangat penting untuk dimiliki oleh setiap tim untuk memenangkan suatu pertandingan yang sesungguhnya.

Sehubungan dengan uraian diatas dalam permainan sepak bola yang ada di kelas X SMK Negeri 2 Wonosari Kabupaten Boalemo khususnya dalam permainan sepak bola merupakan suatu permainan yang sangat digemari, akan tetapi itu tidak dapat dijadikan suatu jaminan bahwa mereka dapat bermain bola dengan baik dan benar, khususnya dalam melakukan tendangan yang lebih jauh dan terarah. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan mereka masih perlu untuk ditingkatkan lagi, karena mereka belum sepenuhnya mengerti dan

memahami unsur- unsur gerakan yang menunjang agar tendangan lebih jauh dan terarah dengan baik dan benar.

Adapun unsur – unsur gerakan penulis maksudkan disini adalah sebagai berikut

1. Sikap awal, 2. Posisi kaki pada saat akan menendang bola, 3. Ketepatan perkenaan pada bola, 4. Gerakan lanjutan. Apabila keempat unsur gerakan ini dapat dikuasai dengan baik oleh setiap pemain, maka mereka dipastikan dapat tendangan dengan baik dan benar.

Masalah kurangnya kemampuan teknik jauhnya menendang pada siswa kelas X SMK Negeri 2 Wonosari, Kabupaten Boalemo ini patut mendapatkan perhatian dari guru mata pelajaran khususnya guru olahraga. Hal ini dikarenakan seorang guru memegang peranan penting dalam menunjang setiap keberhasilan siswa dalam belajar, baik itu dalam penguasaan materi maupun dalam penguasaan suatu keterampilan gerak. Untuk itu, guru mata pelajaran wajib mengupayakan suatu solusi guna mengatasi masalah rendahnya kemampuan tehnik jauhnya menendang bola siswa kelas X tersebut, agar nantinya masalah rendahnya kemampuan mereka tidak berdampak negatif dalam nilai mata pelajaran maupun dalam bermain sepak bola.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan guru untuk dapat menanggulangi permasalahan rendahnya kemampuan tehnik menendang bola yang lebih jauh dan terarah Siswa Kelas X di atas, yakni dengan menerapkan suatu metode latihan dalam meningkatkan kemampuan siswa yang mengarah pada penguasaan tehnik menendang bola. Adapun salah satu bentuk latihan yang perlu diterapkan untuk

meningkatkan jauhnya tendangan dalam permainan sepak bola adalah dengan latihan *single leg tuck jump*.

Sehubungan dengan hal tersebut maka peranan guru dalam menentukan metode latihan yang tepat yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menendang bola dengan jarak yang jauh sangat diperlukan. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang diformulasikan dengan judul “ **Pengaruh Latihan *Single Leg Tuck Jump* Terhadap Jauhnya Tendangan Pada Permainan Sepak Bola**”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi : apakah latihan *single leg tuck jump* berhubungan dengan jauhnya tendangan pada permainan sepak bola? Bagaimana pengaruh latihan *single leg tuck jump* terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepak bola? Adakah korelasi latihan *single leg tuck jump* dengan jauhnya tendangan pada permainan sepak bola?

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, permasalahan dalam penelitian ini adalah” apakah terdapat pengaruh latihan *single leg tuck jump* terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepak bola pada siswa kelas X di SMK N 2 Wononsari?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *single leg tuck jump* terhadap jauhnya tendangan pada permainan sepak bola.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik yang bersifat teoritis maupun praktis, yaitu :

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan bentuk latihan tentang olahraga sepak bola terutama mengenai bentuk latihan *single leg tuck jump*

b. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini bermanfaat bagi pihak sekolah (guru olahraga) dan siswa sebagai masukan terhadap bentuk latihan *single leg tuck jump* dalam melakukan kegiatan ataupun permainan sepak bola dalam kehidupan sehari – hari.

Adapun manfaat lain yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa

Membuat siswa lebih mengerti bagaimana cara melakukan tendangan yang lebih jauh dengan baik dan benar dengan menggunakan metode latihan *single leg tuck jump*.

2. Bagi guru

Melalui penelitian ini guru dapat menjadikan latihan *single leg tuck jump* sebagai salah satu solusi untuk memperbaiki kemampuan siswa dalam menendang bola dengan jarak yang jauh.

3. Bagi penulis

Menambah wawasan pengetahuan penulis mengenai latihan khususnya mengaplikasikan model latihan *single leg tuck jump* pada siswakeselas X di SMK N 2 Wonosari.

4. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi sekolah dalam upaya meningkatkan kemampuan siswa dalam menendang bola dengan jarak yang jauh dengan metode latihan *single leg tuck jump*.