**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Dalam dunia olahraga, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat popular yang paling banyak penggemarnya diseluruh dunia dan salah satunya di Indonesia. Meskipun olahraga ini sudah sangat populer bahkan sampai ke pelosok-pelosok namun prestasi olahraga ini belum maksimal seperti yang diharapkan.

Perlu pembinaan dan pelatihan yang mengacu pada pendekatan secara ilmu ilmiah yang dapat membantu dalam meningkatkan prestasi sepakbola dengan cara melakukan sesuatu penelitian mengenai faktor-faktor yang menunjang suatu peningkatan prestasi olahraga sepakbola ini. Hal ini juga sangat diperlukan seorang pelatih dan tenaga pendidik agar mengetahui dan memahami sifat olahraga yang dibinanya, namun disadari juga dalam pencapaian prestasi yang optimal merupakan suatu permasalahan yang kompleks.

Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim yang di mainkan sebelas (11) orang melawan sebelas (11) orang, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Tim yang hebat akan terbentuk dari individu yang hebat pula, oleh karena itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula.

1

Adapun tujuan olahraga secara umum meliputi memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani, meningkatkan kesehatan, meningkatkan kegemaran manusia berolahraga sebagai rekreasi serta menjaga dan meningkatkan prestasi olahraga setinggi-tingginya. Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan pertandingan dalam permainan sepakbola. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

Melihat kenyataan tersebut, maka diupayakan agar prestasi sepakbola dapat dikembangkan dengan mengirim para pelatih untuk mengikuti penataran-penataran pelatih baik di dalam maupun diluar. Namun demikian, harus juga disadari bahwa dengan pelatih yang berkualitas tanpa ditunjang oleh pemain yang berbakat atau berkualitas semuanya akan menjadi hambar. Salah satu hambatan untuk mendapatkan pemain yang berkualitas adalah kesadaran untuk menjaga kondisi fisik dan meningkatkan fisik.

Peranan fisik dalam menunjang prestasi sepakbola sangat penting, sehingga pemain yang mempunyai fisik yang baik tentu akan lebih berpeluang untuk berprestasi. Begitu penting fisik bagi seorang pemain sepakbola. sehingga sebelum terjun ke arena pertandingan harus sudah dalam kondisi fisik dan tingkat fitness yang baik. Keberadaan kondisi fisik yang siap bertujuan agar dalam suatu pertandingan dapat menghadapi intensitas kerja dan gejala stress yang akan dihadapinya dalam suatu pertandingan.

Berdasarkan pengamatan selama ini data dikemukakan bahwa sebagian besar pemain sepakbola masih kurang dalam hal penguasaan teknik dasar. Salah satunya adalah teknik dasar menggiring bola. Prestasi sepak bola Indonesia cenderung jalan di tempat, permasalahan yang paling mendasar adalah masalah fisik pemain baik dari segi postur, kondisi fisik dan tehnik pemain yang seadanya sehingga di level Asia Tenggara pun sangat sulit untuk bersaing. Kesenjangan antara harapan dan kenyataan pada cabang olahraga sepakbola telah melahirkan beberapa upaya untuk meningkatkan prestasi sepakbola di Indonesia pada umumnya dan di Sulawesi Selatan pada khususnya.

Kalau diperhatikan secara seksama, permainan sepakbola merupakan rangkaian bentuk gerakan memainkan bola yang digabungkan kemudian dilengkapi dengan unsur kekuatan, dan kelincahan. Teknik dasa pada prinsipnya tidak mengalami peningkatan. Sementara yang sangat menentukan kualitas permainan adalah kondisi fisik yang dipergunakan dalam melakukan teknik dasar.

Seorang pemain sepakbola selain harus menguasai teknik dasar yang benar juga harus mempunyai kondisi fisik yang baik, komponen kondisi fisik yang sangat diperlukan meliputi: kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, kordinasi, kelincahan, ketepatan, dan reaksi (M. Sajoto, 1988: 56). Jadi menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus kedepan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. Menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan, dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Menggiring bola memerlukan keterampilan yang baik dan didukung dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti kekuatan yang merupakan daya gerak bagi setiap aktivitas fisik. Kekuatan dan kelincahan disini memberikan kemampuan gerak lebih cepat.

Kondisi fisik sangat diperlukan untuk dapat bermain sepakbola dengan baik pada tingkat persaingan yang lebih tinggi, lebih dari yang diperlukan dalam kegiatan sehari-hari, dan bahkan melampaui yang diperlukan oleh jenis cabang olahraga lainnya. Melihat pola gerak tentang teknik dasar menggiring bola, prinsipnya memanfaatkan dua kemampuan fisik yaitu: kekuatan dan kelincahan. Keutuhan fisik yang relevan merupakan suatu pengembangan keterampilan permainan dalam pelaksanaan teknik dasar sepakbola khususnya menggiring bola, agar tidak nampak kaku dan tidak terjadi pemborosan tenaga.

Kekuatan otot tungkai merupakan komponen kondisi fisik yang sangat penting guna menunjang komponen-komponen lainnya. Akan tetapi kekuatan yang diperlukan untuk suatu cabang olahraga lainnya atau dan sebagainya. Hal tersebut menimbulkan pengetahuan bahwa kekuatan itu bersifat khusus sesuai tuntutan cabang olahraga tertentu. Kekuatan sebagai kemampuan otot untuk mengatasi tahanan atau beban dalam menjalankan suatu aktivitas fisik, oleh karena itu diperlukan dalam setiap cabang olahraga untuk mencapai prestasi optimal terutama permainan sepakbola. Pada teknik menggiring bola, kekuatan diperlukan untuk gerakan-gaerakan otot tungkai dalam melakukan gerakan, langkah-langkah kaki secara cepat di iringi dengan liukan badan. Kekuatan otot tungkai merupakan penunjang utama untuk menambah daya dorong pada gerakan langkah kaki untuk menggerakan tubuh kearah tertentu sambil mengontrol arah bola agar tidak direbut oleh lawan.

Kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Di samping itu, kelincahan merupakan prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga, terutama gerakan-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak. Lebih lanjut, kelincahan sangat penting untuk jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan.

Berkaitan dengan hal di atas, kelincahan dibedakan menjadi kelincahan umum yang biasanya nampak pada berbagai aktivitas olahraga dan biasanya nampak pada berbagai aktivitas olahraga dan kelincahan khusus yang berkaitan dengan gerakan olahraga tertentu. Jika ditinjau dari sudut anatomis, kelincahan umum melibatkan seluruh segmen bagian tubuh dan kelincahan khusus hanya melibatkan segmen tubuh tertentu.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka diketahui bahwa kekuatan otot tungkai dan kelincahan dapat meningkatkan prestasi menggiring bola pada permainan sepakbola. Inilah yang mendorong peneliti untuk membuktikan apakah variable-variabel tersebut mempunyai kontribusi sehingga judul dalam penelitian ini adalah “Kontribusi kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa kelas VIII SMP Negeri 33 Makassar”.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka permasalahan yang akan di bahas dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah ada kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola siswa kelas VIII SMP Negeri 33 Makassar?
2. Apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola siswa kelas VIII SMP Negeri 33 Makassar?
3. Apakah ada kontribusi kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola siswa kelas VIII SMP Negeri 33 Makassar?
4. **Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian disesuaikan dengan permasalahan yang telah dikemukakan yang secara rinci, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola siswa kelas VIII SMP Negeri 33 Makassar.
2. Untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola siswa kelas VIII SMP Negeri 33 Makassar.
3. Untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola siswa kelas VIII SMP Negeri 33 Makassar.
4. **Manfaat Hasil Penelitian**

Apabila hasil yang dicapai dalam penelitian ini cukup terandalkan, maka kegunaan yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini antara lain:

1. Memberikan informasi kepada guru olahraga, siswa kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
2. Dapat dijadikan bahan pertimbangan dan masukan guna dijadikan kerangka acuan penelitian dengan melibatkan variabel dan permasalah yang lebih luas.
3. Memberikan informasi guna dijadikan bahan diskusi, seminar dan lokakarya dalam rangka pelaksanaan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola, menuju arah prestasi.
4. Dapat dijadikan pedoman dalam menerapkan dan memilih kerangka acuan dalam mengembangkan prestasi olahraga khususnya cabang olahraga sepakbola.