BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola ialah cabang yang peminatnya banyak dari kalangan muda sampai dewasa. Selain untuk sebuah permainan tontonan atau hiburan, sepakbola juga merupakan tolak ukur dalam dunia internasional dalam mengembangkan suatu negara. Ada 11 orang dalam permainan sepakbola ini, yang secara langsung dipimpin oleh wasit dan 2 asisten, dan juga ada wasit pengganti. Dalam permainan ini memerlukan lapangan ($p=10m$ dan $l=64-75m$) (Jusran et al., 2022:24).

Permainan ini prinsipnya sederhana saja, paling banyak cetak gol adalah pemenang, mencetak gol dan menghadang lawan ketika hal yang sama dilakukan. Permainan ini berkembang di Indonesia karena prinsip sederhana ini. Berdirinya sekolah sepak bola maupun akademi yang berkaitan dengan ini, menjadi bukti bahwa permainan ini mengalami perkembangan.

FIFA adalah induk dari organisasi sepakbola di dunia, dan juga universal adalah sifat dari olahraga ini, selain laki-laki ada juga perempuan yang juga menyukai permainan ini baik dari kalangan dewasa ataupun anak-anak. Olahraga ini hanya untuk kaum pria di tahun 1990 (Aisyah, 2022:26).

Menurut (Aisyah, 2022:32) sepakbola ialah permainan beregu sehingga membutuhkan kerjasama tim. Menurut (Kismono & Dewi,

2022:90) menjelaskan bahwa, *passing* ialah seni memindahkan sebuah bola dari pemain satu ke yang lain. Pemain bisa berpeluang mendapatkan tendangan shooting lebih banyak apabila dapat melakukan passing dengan keterampilan dan juga ketepatan yang tinggi.

saat menguasai bola, diperlukan banyak tehnik untuk melakukan *passing*. permainan yang cepa diperlukan guna penguasaan bola dilapangan dan juga membuat irama permainan.

Menurut (Deri et al., 2018:53) dalam jurnalnya dijelaskan bahwa, pemain sepakbola harus menguasai tehnik bermain sepakbola, keterampilan ini bisa dikembangkan lagi. Teknik yang dikuasai merupakan cara untuk melihat *skill* dasar yang dimiliki oleh pemain.

Setiap cabang olahraga terutama dalam sepak bola, seseorang harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seorang pemain sepak bola harus menguasai kemampuan dan tehnik dalam menguasai bola dan menyerang lawan.

Menurut (Aisyah, 2022:33) ada beberapa komponen yang berperan penting dalam dunia sepakbola, diantaranya ada fisik, mental, tehnik dan juga ada taktik. Akan tetapi untuk melatih komponen-komponen tersebut, seorang pelatih harus memperhatikan aturan, seperti umur dan juga pemilihan metode yang sesuai. Seperti yang tercantum di kurikulum sepak bola Indonesia tahun 2012 sudah dijelaskan bahwasanya di usia 9-12 tahun, takaran latihannya sudah disamakan dengan yang lebih tua. Di usia inilah yang paling intensif

untuk mengembangkan tehnik dan taktik. Di usia ini anak lebih cepat berkembang dan lebih cepat tanggap menguasai bola. Dan untuk yang mengalami masalah keterbatasan fisik, biasanya latihannya hanya akan diberikan sebatas kelincahan, dan juga kecepatan dengan bola.

Menurut (Trishandra, 2018:16) dalam karakteristik suatu cabang olahraga, yang masuk dalam komponennya diantaranya ada tehnik, dan oleh sebab itu, harus dipersiapkan sebaik mungkin. Penguasaan tehnik yang baik akan dapat menghemat dan mengoptimalkan penggunaan kondisi fisik. (Tafonao, 2018:13) juga menyatakan bahwa, penguasaan tehnik yang baik akan dapat membantu menghemat penggunaan tenaga. Ini berarti bahwa semakin baik penguasaan tehnik suatu cabang olahraga, maka semakin hemat dalam pemakaian tenaga yang dikeluarkan.

Dalam dunia sepakbola, kondisi fisik dan mental berpengaruh dalam proses peningkatan *skill* pemain. Peningkatan *skill* dalam bermain dapat dilakukan dengan melakukan latihan rutin dan juga didukung oleh tingkat kebugaran fisik dan bakat.

Menurut (Deri et al., 2018:55) di dalam konteks kondisi fisik, selain kondisi fisiknya yang ditingkatkan, juga di dalamnya seluruh komponen tersebut juga mesti dikembangkan. Selengkapanya lagi klasifikasi komponen kemampuan fisik dalam cabang olahraga sepak bola (putra) menurut (Fenanlampir & Faruq, 2018) meliputi 1)

kekuatan, 2) kecepatan, 3) kelincahan 4) power/daya ledak dan 5) daya tahan jantung paru.

Tim Sepak bola Talang Raya FC adalah salah satu tim sepakbola yang ada di Sumenep, latihan diadakan setiap seminggu 3x pada jam 15.30 WIB. Pelatih dari tim Talang Raya FC adalah Bapak Achmad Purwanto Hadi Kusuma, S.P dan Rofiki. Tapi kadang-kadang disatukan dengan latihan teknik, sehingga latihan kondisi fisik di tim sepakbola Talang Raya FC ini tidak terkontrol, dikarenakan : 1) latihan kondisi fisik disini dijadikan satu dengan latihan teknik 2) latihan kondisi fisik juga disampaikan secara bersamaan dengan latihan taktik 3) Profil kondisi fisik di Tim Talang Raya FC belum diketahui. Jika kondisi ini terjadi terus-menerus, dikhawatirkan performa pemain Tim Talang Raya FC akan semakin menurun.

Berdasarkan *problem* tersebut, maka perlu diadakannya penelitian tentang “PROFIL KONDISI FISIK PEMAIN SEPAK BOLA PADA TIM TALANG RAYA FC U-15 SARONGGI SUMENEP”.

B. Idetifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, identifikasi masalah pada penelitian ini sebagai berikut.

1. Semakin menurunnya prestasi tim Talang raya FC U-15 Saronggi Sumenep.
2. Dalam program latihan yang rutin diadakan 3x/minggu, kurangi akaran latihan.

3. Tidak adanya data konkrit kondisi fisik Tim Talang Raya FC U-15 Saronggi Sumenep.

C. Batasan Masalah

1. Penelitian ini terbatas pada pemain Tim Talang Raya FC U-15 Saronggi Sumenep.
2. Penelitian ini terbatas pada kondisi fisik kekuatan otot lengan, kecepatan, kelincahan, dan daya tahan jantung paru.

D. Rumusan Masalah

Berangkat dari masalah tersebut, peneliti merumuskan masalah pada penelitian ini Bagaimanakah profil kondisi fisik pemain sepak bola tim Talang Raya FC U-15 Saronggi Sumenep ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuannya yaitu Untuk mengetahui profil kondisi fisik pemain sepak bola tim Talang Raya FC U-15 Saronggi Sumenep.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Sebagai wawasan atau gambaran kedepannya bahwasanya semakin bagus kondisi fisik maka peluang perolehan prestasi lebih besar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pemain Sepak Bola

Supaya pemain tau seperti apa tingkat kondisi fisiknya dan juga peranannya dalam perolehan prestasi.

b. Bagi Pelatih

Untuk evaluasi kinerjanya tentang hasil dari programnya selama ini dan juga bahan kedepannya untuk memperbaiki kekurangan tersebut.

c. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan wawasan dan menambah ilmu pengetahuan dan juga dasar untuk next penelitian mengenai profil kondisi fisik pada permainan sepak bola U-15.

G. Definisi Operasional

Supaya tidak terjadi penafsiran dan persepsi yang salah serta menghindari penyimpangan yang mungkin terjadi mengenai permasalahan yang dibicarakan maka perlu penjelasan dan penegasan istilah-istilah sebagai berikut :

1. Sepak bola adalah suatu permainan yang ada 2 tim yang mana sama-sama bertujuan memasukan bola ke ring atau gawang.
2. Tingkat ialah kedudukan. Dalam penelitian ini tingkat yang dimaksud adalah kedudukan atau seberapa tinggi keadaan berdasarkan kriteria yang ada dalam tes kondisi fisik yang dipakai sebagai acuan.
3. Kondisi Fisik merupakan satu kesatuan yang utuh, yang tidak dapat dipisahkan baik dari cara peningkatannya maupun pemeliharannya.

Yang artinya, bahwa setiap usaha peningkatan kondisi fisik, maka harus mengembangkan semua komponen tersebut.