

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan untuk mendapatkan tubuh yang sehat dan kuat, aktivitas itu sendiri cenderung yang menyenangkan dan menghibur. Kata olahraga berasal dari bahasa Indonesia asli, tidak sama dengan *sport*. Olahraga berarti mengolah atau menyempurnakan jasmani atau fisik. Melihat dari tujuannya, olahraga dibagi menjadi tiga yaitu olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Olahraga pendidikan dilaksanakan di sekolah, olahraga prestasi dilakukan di klub-klub olahraga melalui induk cabang olahraga, sedangkan olahraga rekreasi dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang.

Sepak bola adalah suatu cabang olahraga permainan yang populer dan sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan. Pelajar, pekerja, guru, dosen, artis, pejabat dan semua kalangan. Permainan sepak bola dilakukan di kota-kota besar maupun di pelosok desa. Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepak bola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepak bola berkembang dengan pesat. Akan tetapi minat masyarakat terhadap permainan sepak bola yang begitu besar, tidak diimbangi dengan perolehan prestasi yang diperoleh bangsa Indonesia di kancah persepakbolaan Internasional. Sebagai contoh adalah kegagalan Timnas Indonesia dalam ajang Piala AFF. Dalam ajang dua tahunan yang diikuti negara-negara se-Asia Tenggara ini Indonesia belum pernah juara, meskipun beberapa kali berhasil sampai ke final. Seorang pemain sepak bola dapat mencapai kesuksesan apabila pemain tersebut memiliki empat faktor, yaitu; faktor genetik atau keturunan, faktor kedisiplinan, faktor latihan, dan faktor keberuntungan.

Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan yang telah direncanakan secara sistematis, dilakukan secara kontinyu, dan di bawah pengawasan serta bimbingan pelatih yang profesional.

Prestasi cabang olahraga sepak bola di Indonesia di anggap kurang begitu maju dibandingkan dengan prestasi olahraga cabang lainnya. Padahal antusias masyarakat Indonesia begitu besar terhadap cabang olahraga sepak bola. Tetapi bukan hanya minat dan antusias saja yang dapat mempengaruhi prestasi, melainkan ada banyak faktor yang harus diperhatikan dan perlu pembenahan di berbagai sektor, diantaranya, masalah sarana dan prasarana, kompetisi yang teratur dan berkesinambungan, kualitas pelatih, dan didukung oleh penelitian ilmiah dan ilmu pengetahuan. Faktor-faktor ini perlu ditangani secara sungguh-sungguh dan tentunya dibutuhkan dukungan dari semua pihak yang berkompetensi, khususnya Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI), sebagai induk organisasi sepakbola nasional. Pembinaan sepak bola di perguruan tinggi juga menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi prestasi olahraga permainan sepak bola, karena pembinaan di perguruan tinggi akan melahirkan pemain-pemain profesional yang dibutuhkan dalam pencapaian prestasi yang maksimal.

Klub-klub sepak bola di sumenep begitu banyak, tak terhitung lagi jumlahnya mulai dari yang resmi maupun yang tidak mempunyai badan hukum sama sekali namun itu tidak mengurungkan niat para pecinta sepak bola untuk berkumpul dan membuat tim. Olahraga yang dilakukan oleh klub-klub olahraga melalui induk cabang olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi, sering disebut olahraga prestasi. Jadi klub sepak bola yang ada, tujuan utamanya dari pendirian klub tersebut adalah berprestasi. Untuk mencapai tujuan itu, maka perlu pembinaan. Pembinaan itu diantaranya adalah pembinaan teknik dasar dan pembinaan fisik. Menurut Hari Setijono

(2000:24) “unsur-unsur kondisi fisik yaitu berupa : kecepatan, ketepatan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, keseimbangan, daya tahan dan koordinasi”. Komponen tersebut mempunyai hubungan dengan kualitas suatu teknik dalam sepak bola dari menggiring bola, menendang bola, menghentikan bola, menyundul bola dan melempar bola.

Keseimbangan (*balance*) adalah salah satu komponen kondisi fisik yang berperan dalam menentukan kualitas teknik dalam sepak bola khususnya teknik menendang bola. Menurut Ali Maksum (2007:24) “keseimbangan (*balance*) diartikan sebagai kemampuan untuk mengontrol posisi tubuh pada saat bergerak maupun tidak bergerak (statis)”. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa bila seseorang atau atlet tidak memiliki keseimbangan, maka ketika menendang bola tidak akan sempurna atau kurang maksimal. Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepak bola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepak bola. Sebab kegunaan menendang bola adalah untuk memberikan operan bola kepada teman, memberikan umpan untuk menembakan bola ke gawang lawan, membersihkan dan menyapu bola di daerah pertahanan sendiri, untuk mematahkan serangan lawan, tendangan bebas, tendangan sudut, tendangan gawang dan tendangan hukuman. Selama peneliti bergabung di klub SERIKAT, pada waktu bermain latihan menendang dan menahan bola, bola yang ditendang tak jarang melambung tinggi jauh dari sasaran atau melebar di sisi kanan kiri sasaran, dan ketika melakukan control bola atau menahan bola posisi tubuh atau badan dari pemain tidak terjaga keseimbangannya, ada yang miring ke kiri, miring ke kanan dan ada pula yang terjatuh saat mengontrol atau menahan bola.

Permainan sepak bola juga harus ditunjang dengan kondisi fisik yang mumpuni. Karena kondisi fisik merupakan bentuk kontribusi terbesar dalam

menyukkseskan teknik bermain bola yang baik. Selain kondisi fisik bentuk fisik atau anatomi tubuh pemain bola harus terbentuk dengan baik, dengan kata lain pembentukan fisik tubuh pemain harus proporsional. Karena pemain bola dominan menggunakan tungkai dan kaki, kedua faktor ini harus dioptimalkan dengan baik. Dikaitkan dengan proporsional bentuk tubuh, tungkai kaki harus sesuai dengan struktur tubuh bagian bawah yang dapat membantu peningkatan kualitas bermain bola yang baik. Oleh sebab itu dalam penelitian ini perlu diteliti adanya hubungan yang dikaitkan dengan ukuran tungkai pemain bola.

Berdasarkan observasi dan penemuan masalah, maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Keseimbangan Dan Panjang Tungkai Dengan Sepak Tahan Bola Pada Pemain SERIKAT FC Batang Batang Sumenep”

B. Identifikasi Dan Batasan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Dalam permainan sepak bola faktor keseimbangan sangat mempengaruhi terhadap kemampuan pemain. Karena faktor tersebut mampu menjadi penyangga dalam menempatkan posisi kaki saat melakukan teknik bermain sepak bola, terutama saat menahan dilanjutkan dengan menendang bola, maka masalah-masal yang perlu diidentifikasi adalah:

- a. Lapangan bergelombang.
- b. Minimnya bola di club Serikat FC Batang-batang.
- c. Teknik dasar pemain dalam melakukan sepak tahan bola masih kurang.
- d. Belum di ketahui hubungan keseimbangan dan panjang tungkai dengan sepak tahan bola pada pemain Serikat FC Batang-batang.

2. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini terdapat batasan-batasan masalah yang diangkat yaitu :

- a. Keseimbangan yang diukur dengan menggunakan stork stand.
- b. Teknik sepak dan tahan bola menggunakan kaki bagian dalam.
- c. Panjang tungkai diukur dengan posisi berdiri dengan teknik antropometri.
- d. Pemain yang diteliti adalah pemain sepak bola SERIKAT FC Batang Batang Sumenep.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas sesuai dengan judul penelitian maka masalah yang ingin penulis teliti sebagai berikut :

1. Adakah hubungan antara keseimbangan dengan sepak tahan bola pada pemain SERIKAT FC Batang Batang Sumenep ?
2. Adakah hubungan antara panjang tungkai dengan sepak tahan bola pada pemain SERIKAT FC Batang Batang Sumenep ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan perumusan masalah tersebut di atas maka tujuan dari penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan dengan sepak tahan bola pada pemain SERIKAT FC Batang Batang Sumenep.
2. Untuk mengetahui hubungan antara panjang tungkai dengan sepak tahan bola pada pemain SERIKAT FC Batang Batang Sumenep.

E. Manfaat Penelitian

Dengan diadakannya penelitian ini, maka diharapkan dapat memberikan yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna dan dapat menjadi inspirasi khususnya di bidang olahraga sepak bola.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan gambaran mengenai hubungan keseimbangan dan panjang tungkai terhadap sepak dan tahan bola pada pemain SERIKAT FC, sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau acuan bagi pembinaan.

