

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Sepakbola adalah permainan yang dimainkan oleh 2 buah regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 pemain. (Sukatamsi. 1998 : 3). Dan seiring dengan perkembangan zaman, sepakbola juga mengalami perubahan, hal itu terlihat pada peraturan pertandingan, perlengkapan lapangan, kelengkapan permainan, perwasitan dan lain-lain, yang kesemuanya bertujuan bagi penonton agar sepakbola lebih bisa dinikmati dan digemari dan menjadi suatu suguhan atau tontonan yang sangat menarik. Sedangkan bagi pemain sendiri agar di lapangan pemain lebih aman dan terlindungi dalam mengekspresikan kemampuannya dalam mengolah bola, walau tetap saja sering terjadinya insiden yang mengakibatkan pemain cedera sehingga pemain harus keluar dari pertandingan, bahkan ada yang menjalani operasi dan harus beristirahat serta menjalani perawatan intensif.

Di Indonesia cabang olahraga yang cukup populer selain bulu tangkis dan atletik adalah sepakbola. Cabang sepakbola sangat diminati dan digemari oleh semua lapisan masyarakat Indonesia, baik yang di kota maupun di desa. Bahkan kini sepak bola juga digemari dan dimainkan oleh kaum wanita selain itu, dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepakbola merupakan cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina terutama disemua jenjang pendidikan dari tingkat SD sampai SMA dengan program ekstrakurikuler sepakbola, seperti yang sudah dilaksanakan secara rutin di SMP N 5 Sumenep.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti sewaktu melaksanakan PPL II di SMP N 5 Sumenep. Setelah melakukan obsevasi Peneliti menemukan kelemahan pada peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP N 5 Sumenep yaitu dalam hal kecepatan lari, dan peneliti mewancarai 5 dari 20 peserta ekstra yang memiliki kecepatan lari, dengan menanyakan faktor apa yang menyebabkan lari mereka cepat, ternyata jawaban kebanyakan dari mereka adalah lari, latihan push-up dan sit-up setiap seminggu 3 kali, maka dari itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut, apakah ada hubungan kekuatan otot perut dengan kecepatan lari, dan peneliti mengambil judul penelitian yaitu “ Hubungan Kekuatan Otot Perut Dengan Kecepatan Lari Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP (Sekolah Menengah Pertama) Negeri 5 Sumenep “.

B. Identifikasi Dan Pembatasan Masalah

Dari latarbelakang di atas agar penelitian tidak melebar kemana-mana, maka peneliti membatasi masalah ini dengan mempersempit masalah yaitu tentang hubungan antara kekuatan perut dengan kecepatan lari.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, penulis mengambil sebuah rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu ”Apakah ada hubungan kekuatan otot perut dengan kecepatan lari pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 5 Sumenep”.

D. Tujuan Penelitian

Setiap kegiatan yang di lakukan oleh seseorang sudah tentu mempunyai tujuan, dengan tujuan itu akan menjadi pedoman dalam

kelangsungan dari kegiatan penelitian yang dilakukan, berdasarkan rumusan masalah di atas maka penelitian ini bertujuan: “Untuk mengetahui apakah ada hubungan kekuatan otot perut dengan kecepatan lari pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 5 Sumenep”.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Kegunaan teoritis adalah kegunaan bagi ilmuwan. Untuk itu kegunaan teoritis penelitian ini adalah :

- a. Diharapkan informasi yang digali bermanfaat bagi ilmuwan dibidang olahraga untuk dapat mengembangkan konsep dasar dalam rangka meningkatkan prestasi olahraga terutama dalam cabang olahraga sepakbola.
- b. Bagi penelitian lain diharapkan terangsang untuk meneliti secara mendalam tentang masalah yang berhubungan dengan cabang olahraga sepakbola yang belum terjangkau dalam penelitian.

2. Manfaat Praktis

Kegunaan praktis adalah kegunaan bagi pelaksana. Diharapkan informasi yang telah diperoleh dalam penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi bagi Pembina dan pelatihan olahraga sepakbola khususnya pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 5 Sumenep.