

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang mendunia pada masa sekarang ini, cabang olahraga sepakbola menjadi primadona dan paling banyak digemari oleh masyarakat dunia, baik laki-laki maupun perempuan, anak-anak, dewasa dan sampai orang tua. Tidak hanya sebagai kegiatan olahraga untuk menyehatkan tubuh, akan tetapi lebih kepada pencapaian prestasi perseorangan, kelompok, wilayah/daerah, bahkan suatu bangsa/negara. Banyak bintang-bintang pemain sepakbola lahir dan kemudian terkenal yang sukses dibayar dengan gaji yang tinggi mengalahkan pegawai kantoran. Sehingga banyak atlet yang terus berlatih keras untuk meraih mimpi menjadi pemain sepakbola yang profesional, karena menjadi pemain sepakbola yang handal sebagai profesi yang menjanjikan. Tidak hanya itu, bahkan semua negara termasuk bangsa ini tiada henti melakukan upaya yang sungguh-sungguh untuk dapat menorehkan sejarah mengibarkan benderanya di dunia melalui olahraga sepakbola.

Sepak bola merupakan olahraga yang membutuhkan kelengkapan komponen kondisi fisik yang baik agar pemain tersebut mampu mendapatkan prestasi yang lebih baik pula, disamping seorang atlet menguasai teknik, taktik dan strategi. Komponen kondisi fisik daya tahan (VO2 Max) merupakan salah satu komponen fisik yang memiliki pengaruh cukup besar dalam permainan sepakbola. Daya tahan yang baik tentunya akan berpengaruh terhadap teknik

dasar sepakbola agar dapat dilakukan dengan maksimal. Daya tahan kardiovaskular adalah kemampuan untuk bekerja yang tinggi, mampu mengeluarkan sejumlah energi yang cukup besar dalam periode waktu yang lama. Kemampuan untuk menghirup, menyalurkan dan menggunakan oksigen dapat diukur dengan tes yang disebut maksimal pemasukan oksigen atau VO<sub>2</sub> max (Sharkley, 2011). Seperti yang dikatakan Harsono (1988:155) VO<sub>2</sub> Max merupakan salah satu unsur penting dari keseluruhan unsur kondisi fisik yang dibutuhkan atlet, karena VO<sub>2</sub> Max merupakan keadaan atau kondisi tubuh yang mampu untuk bekerja dalam waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah melakukan pekerjaan atau aktifitas.

Pada tahap persiapan umum suatu program latihan tidak terlepas dari pembentukan komponen daya tahan yang baik, karena pada tahap ini merupakan pondasi untuk keberlangsungan pada tahap berikutnya. Latihan-latihan untuk mengembangkan daya tahan haruslah sesuai dengan batasan yang sudah ada, yaitu bahwa latihan daya tahan harus berlangsung untuk waktu yang lama. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melihat dan mengetahui status kondisi fisik para pemain klub Pamekasan FC yang nantinya akan berkompetisi di Liga 3 Nasional dan nantinya hasil penelitian ini dapat dijadikan tolak ukur untuk merencanakan program latihan fisik selanjutnya serta dapat dijadikan sebagai acuan klub-klub lain khususnya klub sepakbola di Kabupaten Pamekasan. Sehingga banyak bermunculan pemain-pemain putra daerah sendiri yang tidak kalah dengan daerah lain.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang di uraikan di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Klub Pamekasan FC menjadi salah satu perwakilan dari Kab. Pamekasan dalam kompetisi Liga 3 Nasional.
2. Belum pernah diadakan penelitian berkenaan tentang tingkat kondisi fisik terutama aspek daya tahan (*endurance*).

## C. Batasan Masalah

Dari permasalahan yang ada di atas, Peneliti hanya membatasi permasalahan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian ini hanya terbatas pada klub Pamekasan FC.
2. Penelitian ini hanya terbatas pada satu komponen kondisi fisik yaitu Daya tahan (*Endurance*)

## D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan batasan masalah di atas, peneliti merumuskan masalah penelitian ini yaitu:

Bagaimana Tingkat Daya Tahan Atlet Sepakbola Pamekasan FC Tahun 2019 ?

## E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui bagaimana Tingkat Daya Tahan Atlet Sepakbola Pamekasan FC Tahun 2019.

## **F. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian yang di harapkan dapat menambah wawasan serta pembendaharaan ilmu pengetahuan, khususnya yang berkenaan dengan tingkat kondisi fisik atlet sepakbola.

### 2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Peneliti akan menjadi pengalaman yang bermanfaat untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh dibangku kuliah. Serta peneliti mendapat jawaban yang konkret tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul.
- b) Bagi Pelatih akan menjadi pedoman dan acuan dalam merencanakan program latihan fisik selanjutnya.
- c) Bagi Atlet akan menjadi informasi dan koreksi untuk meningkatkan kondisi fisiknya.
- d) Bagi Pamekasan FC. akan menjadi bahan pertimbangan dalam merencanakan program latihan fisik untuk mempertahankan prestasi klubnya.

## **G. Definisi Operasional**

### 1. Pengertian Profil

Ada berbagai pendapat dari para ahli tentang hakikat profil. Profil menurut Sri Mulyani (1983: 1) profil adalah pandangan sisi, garis besar, atau biografi dari diri seseorang atau kelompok yang memiliki usia yang sama.

Menurut Victoria Neufeld (1996, dalam Desi Susiani, 2009: 41) profil merupakan grafik, diagram, atau tulisan yang menjelaskan suatu keadaan yang mengacu pada data seseorang atau sesuatu.

Sedang menurut Hasan Alwi (2005 : 40) profil adalah pandangan mengenai seseorang. Dari berbagai pengertian dan pendapat tentang profil yang diungkapkan oleh para ahli dapat dimengerti bahwa pendapat-pendapat tersebut tidak jauh berbeda bahwa profil adalah suatu gambaran secara garis besar tergantung dari segi mana memandangnya. Misalkan dari segi seninya profil dapat diartikan sebagai gambaran atau sketsa tampang atau wajah seseorang yang dilihat dari samping. Sedangkan bila dilihat dari segi statistiknya profil adalah sekumpulan data yang menjelaskan sesuatu dalam bentuk grafik atau tabel.

## 2. Pengertian Permainan Sepakbola

Sepak bola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas (11) orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan. ( Sarumpaet, 1992:8).

## 3. Pengertian Kondisi Fisik

Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan baik peningkatannya, maupun pemeliharanya. (Sajoto, 1988:57)