

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Sepak Bola adalah salah satu olahraga paling digemari di seluruh dunia. Sepak Bola memiliki sejarah yang hidup dan menarik di dunia olahraga. Bukti awal dari sepak bola yang dimainkan sebagai olahraga pertama kali ditemukan di China pada sekitar abad ke-3 SM. Di Cina, yaitu pada dinasti Han, orang-orang bermain sepak bola dengan cara menggiring bola yang terbuat dari kulit dan menendangnya ke dalam jaring kecil. Beberapa fakta menunjukkan Kyoto, Jepang di mana menendang bola adalah olahraga yang populer.

Kegiatan olahraga di tanah air masih memerlukan perhatian dan pembinaan khusus, baik dalam usaha mencari bibit-bibit yang baru maupun dalam usaha meningkatkan prestasi atlet. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina, maka untuk meningkatkan dan mencapai prestasi alangkah baiknya jika semenjak anak-anak telah mendapatkan pendidikan olahraga dan khususnya sepakbola secara benar, teratur, dan terarah. Dewasa ini, permainan sepakbola bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus dibawah pengawasan dan bimbingan pelatih yang professional.

Teknik dasar permainan sepakbola menentukan sampai di mana seorang pemain dapat meningkatkan mutu permainannya. Penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna di maksudkan agar para pemain dapat melaksanakan taktik permainan dengan mudah, karena pemain tersebut akan mempunyai kepercayaan pada dirinya sendiri yang cukup tinggi di setiap

pengelolaan bola yang dilakukann, tidak banyak membuang tenaga yang tidak perlu tanpa banyak melakukan kesalahan(Dnny Mielke,2003:4).

Pemain sepak bola harus memiliki kemampuan kondisi fisik secara menyeluruh yang biasa disebut dengan general motor ability atau motor ability.Kondisi fisik dalam olahraga diartikan sebagai semua kemampuan jasmani yang menentukan prestasi yang realisasinya dilakukan melalui kesanggupan pribadi (kemampuan atau motivasi). Komponen kondisi fisik yang dibutuhkan oleh atlet sepak bola adalah : daya tahan kardiovaskuler (*cardiovascular endurance*), daya tahan otot (*muscle endurance*), kekuatan otot (*muscle strength*), *power*, kelentukan (*flexibility*), komposisi tubuh (*body composition*), kecepatan gerak (*speed of moment*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), kecepatan reaksi (*reaction time*), dan koordinasi (*coordination*)(Martens, 2012:12).

Dalam permainan sepak bola ini diperlukan *speed and game* dikarenakan dibutuhkan kecepatan dan kelincahan pemain sepak bola. Jadi latihan SAQ (*Speed, Agility, Quickness*) yang meliputi Kecepatan atau *Speed* adalah kerja cepat yang meliputi penekanan aktivitas dalam waktu yang sesingkat mungkin.Seperti telah di kemukakan pada buku 1 (Kemenpora, 2008:123).Bahwa peningkatan kecepatan adalah subjek dari semua faktor yang mempengaruhi, terutama aspek teknik dan faktor psikologi.Prinsip latihan kecepatan pada intinya menghindari perkembangan timbunnya asam laktat, yakni dengan memberi recovery yang cukup di antara pengulangan.Disamping itu latihan kecepatan seharusnya segera diakhiri ketika terjadi perubahan teknik akibat kehabisan energy. Kelincahan atau *Agility* adalah kemampuan mengubah arah atau posisi badan secara cepat dan melalukan gerakan yang lain. *Quickness* adalah kecepatan gerak aksi (tanpa stimulus), atau reaksi-aksi; reaksi optik-akustik-taktik (seperti: gerak menendang, memukul, duduk berdiri, tidur berdiri, gerak dengan berbagai posisi;

baik yang diawali dengan stimulus atau tanpa stimulus). Dapat dilakukan dengan reaksi sederhana atau reaksi kompleks.

Fokus permasalahan pada penelitian adalah tingkat kemampuan teknik dasar sepakbola ekstrakurikuler, di sana belum pernah diukur berdasarkan hasil wawancara terhadap Bapak Muslim S.Pd selaku guru ekstrakurikuler Sepakbola di SMA Negeri 1 Arjasa pada tanggal 21 Januari 2019. Oleh sebab itu dengan adanya penelitian ini bisa memberikan kontribusi berupa hasil tes dan pengukuran tingkat Teknik Sepakbola siswa di SMA Negeri 1 Arjasa dan dapat dievaluasi berdasarkan data yang diperoleh. Instrument tes penelitian ini melanjutkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Handoko, 2018) tentang judul Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Ssb Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang, akan tetapi secara subyek dan tempat pelaksanaan yang berbeda yaitu pada penelitian ini peneliti ingin mengetahui Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Di Sma Negeri 1 Arjasa. Tidak ada perbedaan instrument test yang akan dilakukan pada penelitian ini atau menggunakan instrument yang sudah ada.

## **B. IDENTIFIKASI MASALAH**

Identifikasi masalah yang terpenting pada penelitian ini adalah :

1. Peneliti mencari sebuah acuan tentang seberapa besar kemampuan Teknik dasar pemain ekstrakurikuler sepakbola di SMAN 1 Arjasa.
2. Belum pernah diketahui tentang rentang kemampuan setiap masing-masing pemain mana yang paling sangat kurang sampai baik sekali sehingga nantinya dapat diperhatikan secara khusus yang memiliki masalah.

## **C. BATASAN MASALAH**

Agar penelitian ini tidak menyimpang dari topik inti judul penelitian yang sudah tertulis maka peneliti membatsi permasalahan penelitian ini yaitu Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Arjasa. Adapun Teknik dasarnya antara lain :*shooting, dribbling, dan passing*.

#### **D. RUMUSANMASALAH**

Rumusan masalah yang akan diteliti pada penelitian sesuai dengan judul di atas adalah sebagai berikut :Bagaimanakemampuan Teknik dasar *shooting, dribbling, dan passing*peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Arjasa?

#### **E. TUJUANPENELITIAN**

Berdasarkan masalah penelitian di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan Teknik dasar *shooting, dribbling, dan passing*peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Arjasa.

#### **F. MANFAATPENELITIAN**

Diharapkan manfaat penelitian ini memberikan suatu pihak-pihak tertentu diantaranya :

1. Para guru/pelatih ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 Arjasa untuk dijadikan evakuasi mengenai kemampuan Teknik yang dimiliki oleh peserta didiknya.
2. Para atlet yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 Arjasa agar lebih giat lagi dalam berlatih dan tidak gampang puas atas kemampuan yang sudah dimilikinya.
3. Para orang tua atlet agar memberika dukungan secara langsung dan tidak langsung dalam mewujudkan bakat yang dimilikinya.

4. Para pembaca agar dijadikan sebuah acuan referensi untuk melaksanakan atau mengembangkan penelitian yang lainnya.

## G. DEFINISI OPERASIONAL

1. Kemampuan adalah suatu usaha teknik yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan tes bakat yang dimilikinya. Pada penelitian ini menggunakan sampel siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Arjasa.
2. Kemampuan teknik dasar *Shooting* adalah Kemampuan seseorang dalam melakukan tendangan bola ke arah gawang yang sudah terpasang target di setiap sisi gawang tanpa ada pengawalan dari seorang penjaga gawang.
3. Kemampuan teknik dasar *dribbling* adalah kemampuan seseorang dalam melakukan menggiring bola dengan melewati rintangan berbentuk seperti angka 8 (delapan) yang mana pada tes menggiring bola tersebut menggunakan 3 rintangan dari sisi ke sisi yang lain pada jarak masing-masing 5 meter = panjang 15 meter dan lebar 5 meter.
4. Kemampuan teknik dasar *passing* adalah Kemampuan seseorang dalam melakukan tendangan atau mengoper bola ke temannya sendiri dengan ketentuan tes dilakukan oleh 2 orang pada jarak 18 meter dan di tengah-tengah jarak 9 meter ada target sasaran siswa sebagai acuan untuk menentukan ketepatan sasaran tendangan siswa agar bola yang diarahkan melewati sasaran tersebut.
5. Ektrakurikuler adalah kegiatan non formal yang dilkuaqn oleh sekolah terhadap pengembangan minat dan bakat siswa pada bidang seni dan olahraga.

