

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.

Anak-anak sekolah dasar kelas v dan vi merupakan usia anak-anak yaitu usia anak kecil menuju besar, pada masa anak besar kecendrungan pertumbuhan fisik kearah tipe tubuh tertentu mulai terlihat, namun masih belum begitu jelas, hal ini mulai terlihat pada usia *adolesensi* yaitu masa transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. (Sugiyanto Sudjarwo, 1993 : 137).

Dari masa pertumbuhan menuju dewasa sudah terlihat dari bentuk tubuh dan kelinciannya. Perkembangan ukuran dan proporsi tubuh erat kaitannya dengan keterbentukan setiap individu ke arah tipe bentuk tubuh dan erat kaitannya juga dengan kelincihan setiap tipe tubuh. Bentuk tubuh seseorang merupakan wujud dari perpaduan dari tinggi badan, berat badan serta berbagai ukuran *antropometrik* lainnya yang ada pada diri seseorang. Seseorang yang memiliki ukuran togok pendek, kaki pendek, lingkaran dada dan perutnya besar maka orang tersebut bentuk tubuhnya akan kelihatan pendek dan bulat sementara itu orang yang memiliki togok panjang, kaki panjang, lingkaran dada dan perut yang kecil maka orang tersebut kelihatan tinggi dan langsing.

Ada beberapa upaya yang dilakukan oleh para ahli untuk mengklarifikasikan tipe tubuh (*somatotype*) manusia. Salah seorang ahli

yang berhasil membuat cara untuk mengklarifikasikan tipe tubuh ialah Sheldon. Sheldon membedakan adanya 3 tipe yang ekstrim dari bentuk *endomorph* (bertipe bundar, halus, gemuk), *mesomorph* (bertipe sedang, atletis, berotot), dan *ectomorph* (bertipe tipis dan kurus). (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 109).

Dalam kenyataannya tipe tubuh yang dimiliki oleh setiap orang sering kali sulit untuk diklarifikasikan dalam salah satu dari ketiga tipe tersebut dan pada umumnya hanya berupa kecenderungan ke arah tipe tertentu atau merupakan perpaduan dari ketiga tipe.

Banyak faktor yang mempengaruhi dalam menentukan bentuk tubuh seseorang, faktor-faktor tersebut diantaranya faktor keturunan dan pengaruh gizi, dimana faktor ini sangat mempengaruhi bentuk tubuh seseorang. Faktor yang mempengaruhi dalam pertumbuhan fisik seseorang diantaranya : penyakit dan iklim, Orang-orang yang berada di daerah yang beriklim panas cenderung lebih langsing bentuk tubuhnya dibandingkan dengan orang yang hidup di daerah yang beriklim dingin sedangkan orang-orang di daerah beriklim dingin sedikit berlemak dan sangat berbahaya sekali apabila ada yang mempunyai penyakit asma (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 109).

Karena ada kecenderungan bahwa orang-orang yang tinggal di daerah tinggi memiliki lingkaran dada dan paru-paru lebih besar dibandingkan orang-orang yang tinggal di daerah rendah. Faktor-faktor yang mempengaruhi bentuk tubuh anak juga berdampak pada kelincahan

gerak mereka, hal ini disebabkan pula karena adanya pergerakan fisik anak yang berbeda-beda tergantung pada pengolahan fisik anak tersebut.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan individu ada dua faktor yaitu: faktor *internal* dan faktor *eksternal*, faktor *internal* adalah faktor yang ditimbulkan dari pengaruh ibu sejak masih dalam kandungan kondisi ibu yang berpengaruh seperti gizi makanan. Aktivitas fisik dan kondisi emosional. Faktor *eksternal* adalah faktor yang ditimbulkan dari pengaruh lingkungan, keturunan gizi, makanan, sistem kelenjar hormon, musim dan iklim, suku bangsa, kondisi sosial ekonomi, kondisi psikososial dan kecendrungan sekuler (Husdarta dan Yudha M Saputra, 2000 : 21).

Secara umum disepakati bahwa tipe tubuh atau sikap tubuh melibatkan pertimbangan mekanis seperti kelincahan kelurusan segmen tubuh, kekuatan, tekanan otot, dan ikatan sendi, serta efek gaya berat badan. Tipe seperti semua karakter manusia tidak hanya melibatkan perbedaan antara individu, tetapi juga perbedaan di dalam individu itu. Evaluasi statis dilakukan dengan dua pendekatan yaitu statis dan dinamis. Evaluasi statis dilakukan terhadap tipe seseorang pada saat yang bersangkutan dalam posisi diam (*fixed position*) yang meliputi ukuran-ukuran dari organ-organ tubuh seperti berat badan, tinggi badan, panjang kaki, panjang lengan ukuran togok, dan organ-organ tubuh yang lain (*antropometrik*) dan sifatnya kuantitatif atau bisa di ukur, sedangkan yang satunya yaitu evaluasi yang sifatnya dinamis dilakukan pada saat yang bersangkutan sedang bergerak yang meliputi gerak pada saat sedang

berjalan, berlari, memanjat, turun tangga, dan berlari (Johnson Dkk. 1970 : 372).

Garut merupakan kota Intan dan termasuk daerah dataran tinggi khususnya Kecamatan Garut kota dimana sebagian besar penduduknya bermata pencaharian sebagai pedagang, di samping pedagang ada juga yang menjadi pengusaha dan buruh. Di daerah kota banyak anak-anak yang melakukan aktivitas permainan tradisional seperti main kelereng, mandi di sungai, main sepak bola layang layang dan mancing.

Di samping anak-anak bermain mereka juga tidak melupakan tanggungjawabnya sebagai seorang siswa. Mereka belajar mengaji tiap pagi dari sehabis sholat subuh sampai fajar, pagi jam 06.30 berangkat sekolah dan sepulang sekolah siang jam 12.30 sampai sore kadang main. Sore jam 16.00 mereka sekolah madrasah sampai menjelang maghrib. Malam hari mereka belajar, ada yang belajar mandiri dan ada juga les privat. Sebagian anak-anak di Garut ada yang membantu pekerjaan orangtuanya, seperti merapikan baju atau celana yang sudah jadi dijahit dimasukkan ke plastik, membantu berjualan diwarung dan mengantarkan jajanan atau es ke warung-warung langganannya. Kondisi ini diperkirakan akan mempengaruhi postur tubuh dan tipe tubuhnya. Akan tetapi kelincihan anak akan bertambah sehingga anak dapat merasakan gerakan-gerakan yang sudah seperti biasanya yang mereka lakukan. Gerak dasar yang baik akan meningkatkan fungsi organ tubuh dalam melakukan tugas gerak, kalau fungsi organ tubuh menjadi baik berarti anak mengalami perkembangan.

Sehingga dapat dikatakan dengan bermain gerak dasar anak akan berkembang, maka akan diikuti adanya perkembangan kemampuan gerak. Ini berarti harus dikembangkan juga keterampilan geraknya atau meningkatkan keterampilan berolahraga dan juga meningkatkan tekniknya. Dengan mengetahui kecenderungan postur tubuh anak besar ini diharapkan dapat membantu dalam menyusun program pendidikan jasmani di sekolah, dalam hal pembuatan perencanaan pengajaran pendidikan Jasmani dimasukkan dalam kurikulum sekolah untuk kepentingan anak didik bukan untuk kepentingan kurikulum. Anak didik sebagai titik sentral bagi setiap upaya pendidikan pada umumnya dan pendidikan jasmani pada khususnya, maka program pengajaran yang akan disusun tidak bisa lepas dari pertimbangan anak didik itu sendiri.

1.2. Permasalahan

Dengan adanya 3 tipe tubuh yang *extrim* dari bentuk *mesomorph*, *endomorph* dan *ectomorph* inilah yang mendasari sebuah penelitian tes keterampilan teknik dasar sepak bola dan kelincahannya antara tipe tubuh *endomorph*, *mesomorph* dan *ectomorph*. Sebuah penelitian ini tidak terlepas dari adanya suatu permasalahan sehingga perlu kiranya masalah tersebut untuk diteliti, dianalisis dan dipecahkan, setelah diketahui dan dipahami latar belakang masalahnya maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah :

- Bagaimanakah tipe tubuh *endomorph* terhadap kelincahan dan keterampilan teknik dasar sepak bola.
- Bagaimanakah tipe tubuh *mesomorph* terhadap kelincahan dan keterampilan teknik dasar sepak bola.
- Bagaimanakah tipe tubuh *ectomorph* terhadap kelincahan dan keterampilan teknik dasar.
- Apakah ada perbandingan kelincahan dan keterampilan teknik dasar sepak bola antar tipe tubuh *endomorph*, *mesomorph*, dan *ectomorph*.

1.2 Tujuan Penelitian.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan rumusan masalah penelitian, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui perbandingan tes kelincahan antara tipe tubuh *endomorph*, *mesomorph*, dan *ectomorph*.
2. Mengetahui tipe tubuh yang mana yang lebih baik dalam melakukan tes kelincahan dan keterampilan teknik dasar sepak bola.

1.3 Definisi istilah

1.3.1 Tipe Tubuh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia tipe adalah bentuk tubuh, keadaan tubuh, sikap pengawakan dan perawakan seseorang Tubuh adalah keseluruhan jasad manusia atau binatang yang kelihatan dari ujung kaki sampai

ujung rambut. Jadi pengertian postur tubuh adalah bentuk tubuh atau sikap badan yang terlihat dari ujung rambut sampai ujung kaki.

1.3.2 Endomorph

Menurut Sheldon, orang yang komponen *endomorphnya* tinggi, sedangkan kedua komponen lainnya rendah, ditandai oleh alat-alat dalam dan seluruh sistem *digestif* (yang berasal dari *endoderm*) memegang peranan penting. Sheldon menyebut tipe *endomorph* dengan kecenderungan pada kebulatan, keluwesan, kehalusan, dan gemuknya tubuh, serta tangan-kaki yang lembut dan kecil.

1.3.3 Mesomorph

Dalam pandangan Sheldon, orang yang bertipe *mesomorph*, komponen *mesomorphnya* tinggi, sedangkan komponen lainnya lagi rendah. Karena itu, bagian-bagian tubuhnya yang berasal dari *mesoderm* relatif berkembang lebih baik ketimbang yang lain-lain; misalnya: otot-ototnya dominan, pembuluh-pembuluh darah kuat, jantung juga dominan. Orang tipe ini punya kecenderungan kokoh, keras, otot tampak bersegi-segi, tahan sakit.

1.3.4 Ectomorph

Menurut Menurut Rice (1990), yaitu bentuk tubuh yang cenderung tinggi, kurus, langsing, dengan struktur tulang yang besar dan menonjol.

1.3.5 Sepak bola

Menurut Sucipto, dkk (1999:7), merupakan permainan beregu yang setiap regunya terdiri dari 11 pemain dengan tujuan memasukan bola sebanyak

mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang nya sendiri dari kamasukan

1.3.6 Kelincahan (*agility*)

Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan posisi

(Tite Juliantine, Yunyun Yudiana, dan Herman Subarjah, 2007 : 3.20).

1.4 Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan suatu referensi bagi guru penjas dalam melaksanakan proses pembelajaran serta dapat memberikan informasi secara ilmiah dan dapat memberikan masukan kepada semua pihak pengajar, khususnya bagi pengajar penjas dalam menyesuaikan materi pembelajaran dengan kondisi siswa terutama pada tipe tubuh.

2. Secara praktis

Dari penelitian ini diharapkan untuk siswa dapat melakukan Kegiatan-kegiatan dalam pendidikan jasmani semestinya dilaksanakan dengan bervariasi agar dapat memberikan kepuasan kepada anak untuk melakukan aktivitas gerak sesuai minatnya, dan dapat memberikan pengalaman yang lebih bermakna kepada anak.

1.5 Hipotesis

Menurut Sudjana (1987:11) “Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap suatu fenomena atau pertanyaan penelitian yang dirumuskan setelah mengkaji suatu teori”. Dari latar belakang, permasalahan di atas, penulis menetapkan hipotesis : bahwa tipe tubuh *mesomorph* dalam melakukan tes kelincahan dan keterampilan teknik dasar sepak bola lebih baik dari pada tipe tubuh *endomorph* dan *ectomorph*.

