

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Melihat perkembangan pendidikan jasmani dan kesehatan dalam menumbuh kembangkan dan meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah, pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan aktivitas fisik yang dilakukan melalui pembelajaran yang diarahkan dan mendorong kepada pendidik agar seluruh potensi peserta didik dapat mencapai suatu tujuan secara utuh dan menyeluruh. Pengertian pendidikan jasmani secara modern merupakan suatu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik dan olahraga sebagai media atau alat pembelajaran.

Pada kenyataannya pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas, Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya. Hubungan dari perkembangan tubuh, fisik dengan pikiran dan jiwanya. Tujuan pendidikan jasmani bukan aktivitas jasmani itu sendiri, tetapi untuk mengembangkan potensi siswa melalui aktivitas jasmani.

Dari pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan salah satu ajaran yang penting kita pelajari karena mengandung istilah-istilah di dalamnya. pertama pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok orang dalam mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan. Sedangkan jasmani adalah tubuh atau badan atau fisik. Namun yang dimaksud jasmani di sini bukan badan saja, tapi keseluruhan manusia seutuhnya, karena antara rohani dan jasmani tidak dapat di pisah-pisahkan. jasmani dan rohani merupakan satu kesatuan yang utuh, yang selalu berhubungan dan saling berpengaruh. Di sekolah pendidikan jasmani sangatlah perlu, karena aspek di dalamnya dapat menyehatkan tubuh kita dari berbagai unsur-unsur yang bisa merubah tata cara laku kita menjadi tidak sehat.

Pendidikan jasmani secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran stabilitas nasional, dan lain sebagainya. Pada hakekatnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan bukan prestasi dalam cabang olahraga, akan tetapi tidak menutup kemungkinan adanya pengembangan prestasi bagi siswa yang memiliki bakat dan kemampuan dalam cabang olahraga tertentu.

Banyak sekali macam-macam olahraga, salah satunya yang banyak digemari seperti sepakbola dan futsal. Sepakbola menurut aturan *FIFA* merupakan suatu permainan beregu yang dimainkan 2 regu. Masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Tujuan dari permainan sepakbola adalah masing-masing regu berusaha menguasai bola, memasukan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin, dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi gawangnya agar tidak kemasukan bola. Hal ini sesuai dengan definisi sepakbola menurut Tarigan (2001, hlm 2) “hakikat permainan sepak bola adalah pemecahan masala, bagaimana memperagakan sebuah teknik yang serasi, ditinjau dari posisi lawan dan kawan”. Perkembangan sepakbola akhir-akhir ini menunjukkan peningkatan yang sangat pesat, yaitu dengan banyaknya perkumpulan hingga pertandingan baik di daerah, provinsi, maupun nasional. Serta banyaknya dukungan penonton dalam suatu pertandingan baik tua maupun muda. Hal ini memberikan gambaran bahwa permainan sepakbola sangat populer dan sangat digemari oleh masyarakat.

Permainan sepak bola merupakan salah satu jenis olahraga yang dijadikan salah satu alternatif pilihan untuk menyalurkan bakat serta minat terhadap permainan beregu. Hal ini merupakan salah satu bukti bahwa permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh setiap lapisan masyarakat. Dewasa ini permainan sepak bola berkembang dengan berbagai jenisnya seperti sepak bola indoor, futsal, sepak bola mini untuk anak-anak, dan sebagainya.

Permainan futsal pada saat ini semakin berkembang dan semakin digemari oleh anak-anak, dewasa, orang tua baik pria maupun wanita. Seluruh lapisan masyarakat pun menyukai jenis olah raga ini. banyak masyarakat yang memanfaatkan waktu luangnya untuk bermain sepak bola futsal terutama anak-anak remaja yang berusia antara 10-15 tahun. Bagi mereka, kegiatan seperti itu merupakan salah satu wahana untuk menghilangkan stress akibat jenuh di tempat kerja, jenuh di sekolah, jenuh dalam menghadapi kehidupan yang sedang serba sulit ini.

Kenyataan ini mendorong sekolah untuk membuka kegiatan ekstrakurikuler sebagai wahana penyaluran bakat dan minat siswa terhadap permainan sepak bola dan futsal. Peranan ekstrakurikuler sangatlah penting dalam mengembangkan dan mengarahkan siswa dalam mengisi waktu luang bahkan untuk mencapai prestasi secara optimal. Begitu pula kegiatan ekstrakurikuler yang ada di lingkungan SMPN 17 Bandung, khususnya ekskul sepak bola dan futsal cenderung diminati oleh siswa. Oleh karena itu peran pembina disini sangatlah vital dalam mengembangkan keterampilan dan kondisi fisik yang meliputi unsur-unsur gerak sesuai dengan kebutuhan dan ekskul tersebut.

Permainan futsal pada prinsipnya mempunyai konsep dasar unsur-unsur gerak yang cenderung sama dengan permainan sepak bola, yaitu komponen-komponen kebugaran jasmani seperti, daya tahan, kecepatan, agilitas, kekuatan, keseimbangan, stamina dan sebagainya. Dan tanpa mereka sadari permainan futsal dan sepak bola dapat meningkatkan komponen-komponen kebugaran jasmani tersebut karena mempunyai karakteristik permainan dan gerak yang hampir sama.

Peraturan permainan futsal tidak sama dengan peraturan permainan sepak bola biasa, tetapi keterampilan dan taktik serta unsur-unsur gerak yang dipakai dalam permainan futsal hampir sama dengan keterampilan dan taktik serta unsur-unsur gerak dalam permainan sepak bola biasa. Oleh karena itu dalam permainan futsal para pemain dituntut mampu melakukan gerak-gerak dasar yang diperlukan dalam permainan tersebut seperti, lari, menendang, melempar, dan sebagainya. Gerak-gerak dasar tersebut harus diimbangi dengan unsur-unsur gerak pembentuk

Bobby Erlando, 2015

**PERBEDAAN PENGARUH ANTARA PEMBELAJARAN SEPAK BOLA DAN FUTSAL TERHADAP
KEBUGARAN JASMANI SISWA
DI SMP NEGERI 17 BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kondisi fisik yang mumpuni. Secara otomatis antara permainan sepak bola dan futsal mempunyai tingkat perkembangan kondisi fisik yang cenderung sama, begitu pun dengan tingkat kebugaran jasmani siswa.

Kebugaran jasmani tidak lepas dari kesehatan karena kesehatan merupakan segala permasalahan mengenai faktor siswa secara langsung maupun tidak langsung yang akan mempengaruhi kualitas kebugaran jasmani siswa. Seperti yang diutarakan Nurhasan (2011:12) “Tingkat kebugaran jasmani adalah tingkat kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari tanpa menimbulkan suatu kelelahan yang berarti.”

Atas dasar itulah, penulis tertarik ingin meneliti perbedaan pengaruh antara permainan sepak bola dan futsal terhadap kebugaran siswa di SMPN 17 Bandung. Dalam kesempatan ini penulis mengamati proses pembelajaran permainan sepak bola dan futsal dalam kebugaran jasmani di SMPN 17 Bandung. Terlihat dalam kegiatan ekstrakurikuler siswa memiliki tingkat kelelahan atau kebugaran yang berbeda satu sama lain. Hal ini menarik peneliti untuk membahas kebugaran jasmani siswa dalam dua cabang olahraga yang berbeda. Maka dari itu penulis melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan Pengaruh Antara Pembelajaran Sepak Bola Dan Futsal Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa di SMP Negeri 17 Bandung”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, penulis merumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah pembelajaran sepak bola memberikan pengaruh terhadap kebugaran jasmani di SMPN 17 Bandung?
2. Apakah pembelajaran futsal memberikan pengaruh terhadap kebugaran jasmani di SMPN 17 Bandung?
3. Apakah ada perbedaan pengaruh antara pembelajaran sepak bola dan futsal terhadap kebugaran jasmani siswa di SMPN 17 Bandung?

Bobby Erlando, 2015

*PERBEDAAN PENGARUH ANTARA PEMBELAJARAN SEPAK BOLA DAN FUTSAL TERHADAP
KEBUGARAN JASMANI SISWA
DI SMP NEGERI 17 BANDUNG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penulis dapat menyimpulkan tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran sepak bola terhadap kebugaran jasmani di SMPN 17 Bandung.
2. Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran futsal terhadap kebugaran jasmani di SMPN 17 Bandung
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara permainan sepak bola dan futsal terhadap kebugaran jasmani di SMPN 17 Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu keolahragaan serta dapat mendukung dan mempertahankan teori yang sudah ada khususnya teori-teori yang berkaitan dengan permasalahan dalam penelitian ini, serta dapat memperkaya khazanah ilmu keolahragaan.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan pedoman bagi para guru, pembina dan pelatih olahraga di sekolah dasar dalam menyusun program pembelajaran dan pelatihan, yang bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani siswa yang diajarinya atau yang dilatihnya.

E. Batasan Penelitian

Untuk membatasi penafsiran yang terlalu luas dalam penelitian ini, pembatasan penelitian sangat diperlukan dalam setiap penelitian agar masalah yang diteliti lebih terarah. Mengenai pembatasan masalah penelitian dijelaskan oleh Surakhmad (1998, hlm.36) sebagai berikut:

Bobby Erlando, 2015

*PERBEDAAN PENGARUH ANTARA PEMBELAJARAN SEPAK BOLA DAN FUTSAL TERHADAP
KEBUGARAN JASMANI SISWA
DI SMP NEGERI 17 BANDUNG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang di perlukan untuk pemecahannya: tenaga, kecekatan, waktu, biaya, dan lain sebagainya yang timbul dari rencana tersebut

Berdasarkan penjelasan diatas, penulis membatasi hal-hal yang diteliti yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian ini meneliti unsur-unsur gerak dalam permainan sepak bola dan futsal yang difokuskan pada tingkat kebugaran jasmani siswa.
2. Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimen.
3. Populasi penelitian adalah siswa SMPN 17 Bandung, sample penelitian adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal dan sepak bola.