

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian dari pendidikan. Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional untuk merubah hidup mengarah pada hidup bertara sehat dan lebih baik. Penegrtian Pendidikan Jasmani menurut Simon, dkk (2007, hlm. 5) “Merupakan upaya agar dapat megaktualisaikan seluruh potensi akltivitas sebagai manusia berupa sikap, tindakan dan karya yang di berikan bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai cita-cita kemanusiaan”. Menurut Warsidi (2010, hlm. 40) memaparkan sepak bola dan sejarahnya, yaitu.

Kelahiran sepakbola modern memang lahir di Inggris. Keberadaannya pun digunakan sebagai olah raga “perang”. Saat itu ada semacam kepentingan pelampiasan antara Inggris dan Scotland. Satu bola diperebutkan dua kampung. Permainannya pun cenderung kasar dan brutal. Gak heran kalau akhirnya banyak makan korban. Ada kisah menyeramkan pula. Bahwa sepak bola kuno di timur Inggris bukan menggunakan bola, melainkan kepala musuh prajurit perang lawan.

Jadi, sepak bola merupakan olahraga yang paling populer diseluruh dunia. Diperkirakan hampir lebih dari setengah penduduk dunia memainkan olahraga ini. Olahraga sepakbola ini tidak hanya dimainkan oleh para atlet dalam liga-liga profesional dunia namun juga dimainkan oleh anak-anak hingga orang dewasa baik didalam gang-gang sempit, di tanah-tanah kosong atau juga lapangan – lapangan sepakbola yang tersedia. Dalam pertandingan, olahraga ini dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing masing berjuang untuk memasukan bola ke gawang kelompok lawan. Masing-masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, dan karenanya kelompok tersebut juga dinamakan kesebelasan.

Dua tim yang masing-masing terdiri dari 11 orang bertarung untuk memasukkan sebuah bola bundar ke gawang lawan (mencetak gol). Tim yang mencetak lebih banyak gol adalah sang pemenang (biasanya dalam jangka waktu 90 menit, tetapi ada cara lainnya untuk menentukan pemenang jika hasilnya seri). Peraturan terpenting dalam mencapai tujuan ini adalah para pemain (kecuali penjaga gawang) tidak boleh menyentuh bola dengan tangan mereka selama masih dalam permainan. Sepak bola yang seperti kita kenal sekarang ini sebenarnya berasal dari England.

Beberapa teknik dasar sepakbola yang ada, *heading* adalah teknik dasar yang juga sering digunakan dalam permainan sepakbola, dikarenakan kemampuan *heading* dengan baik dan benar dapat dipergunakan untuk tujuan. Memberi operan kepada teman, *heading* kearah gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan, membersihkan atau menyapu bola di daerah pertahanan sendiri langsung kedepan. Pada perkembanganya, permainan sepakbola sering memanfaatkan serangan lewat sayap baik kanan maupun kiri dan menggunakan umpan tarik kedaerah pinalti. Untuk memanfaatkan peluang dari umpan tarik tersebut salah satu dengan teknik *heading* teknik yang tepat didalam situasi yang begitu. Untuk mendapatkan hasil *heading* yang baik atau berkualitas perlu untuk dipelajari dan dianalis tentang gerak teknik *heading* yaitu mengenai sikap badan atau tubuh saat *heading* otot-otot mana sajakah yang berperan dalam *heading*. Karena *heading* yang baik memerlukan koordinasi gerak yang baik antara lengan, kaki, perut, bahu, leher dan kepala. Ada beberapa faktor untuk menenentukan hasil yang maksimal dalam permainan sepakbola untuk mencapai suatu kesuksesan dalam sebuah pertandingan. Ada beberapa tekhnik dasar sepakbola yang dipelajari dlam sebuah permainan sepak bola yang harus dikuasai para atlet sepak bola. Dari beberapa teknik dasar yang ada, *heading* adalah teknik dasar yang juga sering digunakan dalam permainan sepakbola, dikarenakan kemampuan *heading* dengan baik dan benar dapat dipergunakan untuk tujuan. Memberi operan kepada teman, *heading* kearah gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan, membersihkan atau menyapu bola di daerah pertahanan sendiri langsung kedepan.

Kelentukan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi. Kelentukan togok dalam penelitian ini adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi terutama sendi-sendi dalam *kolumna vertebralis*, dimana sangat berguna dalam *heading* permainan sepakbola.

Heading dalam permainan sepak bola yang dimana pemain menggunakan kepala mereka untuk menyundul bola dengan arahn yang tepan dan kekuatan yang teratur. Pemain sepakbola menggunakn *heading* berguna untuk mengoper bola kepada kawannya sendiri dan untuk menciptakan goll dengan mengarahkan bola kearah gawang lawan. Berdasarkan uraian tersebut *heading* adalah menyundul bola untuk menciptakan permainan yang indah yaitu dengan mengoper bola atau menciptakan goll. Tentang *heading* menurut Mielke (2003, hlm. 49) “ Kepala boleh digunakan untuk memainkan bola di udara. Banyak sekali perdebatan berkaitan dengan permaina menggunakan kepala. Bebrapa peneliti telah menunjukkan bahwa terdapat kemungkinan fatal yang bisa di akibatkan karena *heading*.”

Berdasarkan pengamatan penulis dalam mengamati sebuah hasil *heading*, banyak yang terjadi dalam hasil *heading* tersebut yang kurang mencapai hasil maksimal terutama dalam gerak dasar dan posisi tubuh yang tidak sempurna terutama pada posisi togok. Dari pengamatan tersebut penulis tertarik untuk meneliti pada kekuatan otot togok dalam permainan sepak bola.

Penulis membatasi permasalahan dalam penenlitan ini dengan tujuan agar yang diteliti tidak keluar dari ruang lingkup dan dalam pelaksanaan lebih terarah pada tujuan dengan baik. Adapun batasan-batasan tersebut.

1. Pelaksanaan penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SDN Ciboboko Desa Mekarasih Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumedang pada siswa kelas V (lima).

2. Variable penelitian

Ada dua variable yang dihadapi dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Variable bebas (variabel independent) variabel ini adalah variabel yang mempengaruhi, yaitu kekuatan otot togok.
- b. Variabel terikat (variabel dependent) yaitu variabel yang dipengaruhi adalah hasil *heading* dlam permainan sepak bola.

3. Populasi dan sampel

Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V (lima) SDN Ciboboko yang berjumlah 10 siswa.

4. Metode penelitian

Metode penelitian ini digunakan metode penelitian deskriptif.

5. Instrument penelitian

Instrument penelitian yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Tes *back up*
- b. Tes *heading*

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Apakah ada hubungan kelentukan otot togok terhadap hasil *heading* kelas V SDN Ciboboko Desa Mekarasih Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumendang?
2. Seberapa besar hubungan kelentukan otot togok terhadap hasil *heading* kelas V SDN Ciboboko Desa Mekarasih Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumendang?

C. Tujuan Penelitian

Menentukan tujuan penelitian sangat diperlukan dalam melakukan suatu penelitian. Demikian pula penelitian yang dilaksanakan penulis mempunyai tujuan untuk mengetahui:

1. Ingin mengetahui hubungan antara kelentukan togok dan hasil *heading* dalam sepak pada kelas V SDN Ciboboko Desa Mekarasih Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumendang.
2. Ingin mengetahui seberapa besar hubungan antara kelentukan togok dan hasil *heading* dalam sepak pada kelas V SDN Ciboboko Desa Mekarasih Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumendang.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan, maka dari itu diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat, bermanfaat dari segi teoritis, praktik, umum dan khusus. Adapun manfaat dari penelitian ini penulis jelaskan, yaitu.

1. Secara Teoritis

Sebagai pengembangan ilmu pendidikan olahraga, khususnya dalam kekuatan togok terhadap hasil *heading* dalam permainan sepak bola. Hasil penelitian ini dapat melengkapi kepustakaan dalam bidang olahraga mengenai hubungan kekuatan togok terhadap hasil *heading* dalam permainan sepak bola. Dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman dan pemahaman dalam menyusun karya ilmiah dan pengkajian baru mengenai hasil *heading*.

2. Secara Praktis

Diharapkan mempunyai manfaat sebagai acuan untuk meningkatkan hasil *heading* pada permainan sepak bola siswa SDN Ciboboko dan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru tentang hubungan kekuatan togok terhadap hasil *heading* dalam permainan sepak bola.

a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk siswa, upaya siswa mengetahui seberapa besar kemampuan yang dimilikinya dalam pembelajaran sepak bola.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk guru dalam mengukur dalam mengukur seberapa besar kemampuan siswa dalam pembelajaran sepak bola.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah khususnya dalam pembelajaran sepak bola.

d. Bagi Lembaga UPI

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi lembaga dalam rangka penelitian deskriptif mengenai hubungan antara kekuatan togok dengan hasil *heading* terhadap pembelajaran sepak bola.

e. **Peneliti**

1). Peneliti Pribadi

Dalam penelitian ini dijadikan sebagai pengalaman dalam penyusunan karya tulis ilmiah khususnya pada skripsi.

2). Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan sumber referensi bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang hubungan antara kekuatan togok terhadap hasil *heading* terhadap pembelajaran sepak bola.

E. **Susunan Skripsi**

Pada skripsi ini, penulis menjelaskan tentang “Hubungan Kekuatan Otot Togok Terhadap Hasil *Heading* dalam Permainan Sepak Bola Pada Kelas V SDN Ciboboko desa Mekarasih Kecamatan Jatigede Kabupaten Sumendang” yang terdiri dari lima bab.

Lima bab tersebut, yaitu bab I pendahuluan, bab II kajian pustaka, bab III metode penelitian, bab IV hasil penelitian dan bab V simpulan dan saran, yaitu tersusun sebagai berikut:

1. **BAB I PENDAHULUAN**

- A. Latar Belakang Masalah
- B. Rumusan Masalah Penelitian
- C. Tujuan Penelitian
- D. Manfaat Penelitian
- E. Susunan Skripsi

2. **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

- A. Pendidikan Jasmani
 - 1. Pengertian Pendidikan Jasmani
 - 2. Tujuan Pendidikan Jasmani
 - 3. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani
- B. Pengertian Sepakbola
- C. Teknik Dasar Sepakbola
- D. Peranan Hubungan Kekuatan Togok Terhadap Hasil *Heading* dalam Permainan Sepak Bola
- E. Penelitian yang Relevan

F. Hipotesis

3. BAB III METODE PENELITIAN

A. Manfaat Desain Penelitian

1. Metode Penelitian
2. Desain Penelitian

B. Partisipan

1. MeLokasi Penelitian
2. Waktu Penelitian

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi
2. Sampel

D. Instrumen Penelitian

1. Tes *Back Up*
2. Tes *Heading*

E. Prosedur Penelitian

F. Analisis Data

4. BAB IV HASIL PENELITIAN dan PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Proses Pengumpulan Data

B. Hasil pengujian Normalitas Data Setiap Variabel

C. Korelasi Variabel Bebas (X) dengan Variabel Terikat (Y)

D. Koefisien Diterminasi Anantara Variabel Bebas dan Variabel Terikat

E. Interpretasi Hasil Analisis Data

5. BAB V SIMPULAN dan REKOMENDASI

A. Simpulan

B. Rekomendasi