

# BAB I PENDAHULUAN

## **A. Latar Belakang Penelitian**

Sepak bola merupakan sebuah olahraga yang bermasyarakat, dimana olahraga tersebut banyak digandrungi di kalangan masyarakat. Hampir seluruh kalangan menyukai olahraga sepak bola, dari anak-anak, remaja, dewasa dan bahkan tidak hanya pria yang menyukai olahraga tersebut tetapi wanita kini banyak yang menyukai sepak bola. Sepak bola yang dinilai mudah dalam pelaksanaannya, menjadi sebuah alasan mengapa seseorang menyukai sepak bola.

Namun dalam konteks olahraga prestasi, sepak bola memiliki beberapa faktor yang harus dimiliki oleh seseorang yang terjun dalam olahraga prestasi sepak bola. Faktor tersebut harus sering berlatih dan harus dipersiapkan atlet untuk mencapai sebuah prestasi setinggi mungkin. Menurut Lutan, dkk (2000, hlm. 13) berpendapat bahwa, "Secara umum dapat diklasifikasikan dua faktor utama yang mempengaruhi pencapaian prestasi. Pertama, faktor yang melekat pada atlet seperti karakteristik fisik dan sifat-sifat psikologis tertentu. Kedua, faktor lingkungan sekitar atlet. Ketiga, faktor mutu pelatihan".

Berdasarkan pendapat di atas, penulis tertarik pada kondisi fisik atlet dalam mencapai suatu prestasi yang baik, karena kondisi fisik yang baik akan menunjang kemampuan atau performa atlet di dalam pertandingan dan penguasaan teknik yang sedang dilatih. Oleh karena itu, kondisi fisik merupakan sebuah hal yang mendasar untuk seorang atlet.

Menurut pendapat Harsono (2001, hlm. 4), bahwa "Kondisi fisik memberikan peranan penting pada seorang atlet dalam menguasai teknik-teknik yang dilatih karena teknik yang dilatih membutuhkan sebuah pengulangan atau intensitas yang tinggi, sehingga kondisi fisik atlet mempengaruhi mekanisme latihan serta memberikan kesiapan dalam pertandingan".

Suatu pencapaian prestasi seseorang atlet sepak bola sangat dipengaruhi faktor atau unsur-unsur yang

menunjang di antaranya yaitu teknik *shooting* yang baik, dengan demikian penguasaan teknik tersebut harus melalui proses latihan yang memerlukan pengulangan dan dilakukan dengan kesungguhan. Olahraga sepak bola khususnya dalam teknik *shooting* mengharuskan atlet memiliki kondisi fisik yang baik. Kemampuan fisik yang berperan dalam melakukan *shooting* pada olahraga sepak bola diantaranya kondisi fisik secara fungsional yaitu *power* tungkai dan fleksibilitas togok.

Kondisi fisik secara fungsional yaitu *power* tungkai, sehingga *power* tungkai yang baik dapat memberikan impuls atau momentum yang lebih besar saat tungkai mengenai bola. Ini akan berbanding terbalik dengan *power* tungkai yang kurang baik, sehingga hasil kemampuan *shooting*-nya masih kurang, hal ini sejalan dengan pendapat Sudirman (2011, hlm. 9) berpendapat, bahwa “Komponen kondisi fisik *power* merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang penting”. Kondisi fisik secara fungsional yaitu fleksibilitas, sehingga fleksibilitas akan memberikan sebuah keluwesan gerakan yang dilakukan oleh seorang atlet dalam menunjang kemampuannya, seperti dalam melakukan *shooting* pada sepak bola. Sebuah keluwesan togok dalam memberikan sebuah ayunan yang memindahkan *center of gravity* dengan cepat, dengan badan semakin condong ke depan akan memberikan sebuah *power* yang baik untuk tungkai dalam melakukan gerakan *shooting* dalam sepak bola.

*Shooting* merupakan kemampuan penting dalam sebuah permainan sepak bola karena kemampuan dasar ini sangat berpengaruh terhadap hasil pertandingan pada sebuah kelompok atau tim, kemampuan *shooting* memiliki peran penting kepada seorang atlet untuk dapat mencetak gol, apabila kemampuan *shooting* seorang atlet kurang mempunyai itu akan berimbas terhadap prestasi individu maupun prestasi suatu tim.

Ketertarikan penulis di latar belakang oleh pengamatan yang dilakukan pada sebuah pertandingan sepak bola, dimana kemampuan *shooting* yang dimiliki oleh atlet berbeda-beda khususnya atlet O2SN. Dimana kemampuan *shooting* atlet O2SN yang berlaga memiliki kelebihan dan kekurangannya baik dalam akurasi,

kekuatan maupun kecepatannya. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh kondisi fisik atlet yang berbeda sehingga berdampak kepada kemampuan *shooting* yang dihasilkan.

Sehingga berdasarkan latar belakang yang dijelaskan diatas, penulis tertarik dalam meneliti bagaimana hubungan kondisi fisik secara langsung pada prestasi sepak bola khususnya pada salah satu kemampuan yang dimiliki oleh atlet sepak bola yaitu *shooting*. Dengan demikian penulis mencoba merealisasikan sebuah penelitian tersebut ke dalam judul “Hubungan *Power* Tungkai dan Fleksibilitas Togok terhadap Kemampuan *Shooting* dalam Sepak Bola pada Atlet O2SN Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.”

## **B. Identifikasi Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi permasalahan yang berkaitan dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola melalui studi deskriptif mengenai hubungan ke *power* tungkai dan fleksibilitas togok terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola. Untuk menghindari agar persoalan yang dibicarakan dalam penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan dan agar dalam penelitian ini tidak terjadi salah penafsiran istilah dalam mengidentifikasi masalah penelitian sertamemfokuskan teori, maka penulis membatasi masalah penelitian yang terdiri:

### 1. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan situraja Kecamatan Situraja pada Atlet O2SN Kecamatan Situraja.

### 2. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian hubungan *power* tungkai dan fleksibilitas togok terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola di bagikan menjadi:

- a. Variabel bebas, yaitu variabel yang mempengaruhi adalah *power* tungkai dan fleksibilitas togok.

- b. Variabel terikat atau variabel yang dipengaruhi adalah *shooting* dalam permainan sepak bola yang didalamnya terdapat dua aspek *power* tungkai dan fleksibilitas togok.

### 3. Populasi Dan Sampel

Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah semua atlet Sepak Bola O2SN Kecamatan Situraja.

### 4. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif.

### 5. Instrumen Penelitian

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

- a. *Vertical jump* (loncat tegak) untuk mengukur *power* tungkai (Nurhasan, 2007, hlm. 115).
- b. Tes modifikasi duduk raih untuk mengukur fleksibilitas togok (Widiastuti, 2015, hlm. 174).
- c. Tes kemampuan *shooting* dalam sepak bola (Nurhasan, 2007, hlm. 213).

## C. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut.

1. Apakah *power* tungkai memiliki hubungan yang berarti terhadap kemampuan *shooting* dalam Sepak Bola pada Atlet O2SN Sekolah Dasar Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang?
2. Apakah fleksibilitas togok memiliki hubungan yang berarti terhadap kemampuan *shooting* dalam Sepak Bola pada Atlet O2SN Sekolah Dasar Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang?
3. Apakah *power* tungkai dan fleksibilitas togok memiliki hubungan yang berarti terhadap kemampuan *shooting* dalam Sepak Bola pada Atlet O2SN Sekolah Dasar Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Setiap penelitian memiliki tujuan. Demikian pula dengan penelitian yang akan dilaksanakan oleh penulis memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *power* tungkai terhadap kemampuan *shooting* dalam Sepak Bola pada Atlet O2SN Sekolah Dasar Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.
2. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan fleksibilitas togok terhadap kemampuan *shooting* dalam Sepak Bola pada Atlet O2SN Sekolah Dasar Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.
3. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *power* tungkai dan fleksibilitas togok terhadap kemampuan *shooting* dalam Sepak Bola pada Atlet O2SN Sekolah Dasar Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang.

#### **E. 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 hal kemampuan *shooting* dalam sepak bola. Hasil penelitian ini dapat melengkapi ke pustaka dalam bidang olahraga mengenai aihubungan *power* tungkai dan fleksibilitas togok terhadap kemampuan *shooting* dalam sepak bola. Dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman dan pemahaman dalam menyusun karya ilmiah dan pengkajian baru mengenai *shooting* dalam sepak bola.
2. Secara praktik, diharapkan mempunyai manfaat sebagai acuan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* pada atlet O2SN sepak bola Kecamatan Situraja dan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru tentang hubungan *power* tungkai dan fleksibilitas togok terhadap kemampuan *shooting* dalam sepak bola.

3. Secara umum dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian selanjutnya. Selain hal itu hasil penelitian yang di peroleh di harapkan dapat memberikan sumbangan positif bagi pembinaan atlet sepak bola baik dalam memilih atlet, pengembangan pola latihan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan secara karakteristik permainan sepak bola dan latihan yang dilakukan dapat berjalan secara efektif dan efisien.
4. Secara khusus, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat :
  - a. Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan.
  - b. Agar peneliti, dapat memberikan pengalaman baru dalam penyusunan karya tulis ilmiah. Para pelatih sepak bola dalam upaya peningkatan kondisi fisik atlet.
  - c. Sebagai bahan perbandingan terhadap faktor-faktor yang berkaitan dengan peningkatan kemampuan *shooting* pada permainan sepak bola.

#### **F. Struktur Organisasi Skripsi**

Padaskripsi ini, penulismenjelaskantentang “Hubungan Power Tungka dan Fleksibilitas Tugok Terhadap kemampuan *Shooting* dalam Sepak Bola” yang terdiri dari lima bab. Lima Bab tersebut yaitu Bab I (Pendahuluan), Bab II (Kajian Pustaka), Bab III (Metode Penelitian), Bab IV (Hasil Penelitian), Bab V (Simpulan dan Rekomendasi).

#### **1. BAB I PENDAHULUAN**

- A. Latar Belakang Penelitian
- B. Identifikasi Masalah Penelitian
- C. Rumusan Masalah
- D. Tujuan Penelitian
- E. Manfaat Penelitian
- F. Struktur Organisasi Skripsi

#### **2. BAB II KAJIAN PUSTAKA**

- A. Hakikat Pendidikan Jasmani

1. Pengertian Pendidikan Jasmani
  2. Tujuan Pendidikan Jasmani
  3. Ruanglingkup Pendidikan Jasmani
- B. Pengertian Sepak Bola
- C. Hubungan *Power* tungkai terhadap *Shooting*
- D. Hubungan Fleksibilitas Togok terhadap *Shooting*
- E. Tinjauan Praktis
- F. KerangkaBerfikir
- G. AnggapanDasar
- H. Hipotesis
3. BAB III METODE PENELITIAN
- A. Metode dan Desain Penelitian
  - B. Lokasi dan Waktu Penelitian
  - C. Populasi dan Sampel Penelitian.
  - D. Definisi Operasional
  - E. Instrumen Penelitian
  - F. Proses Pengembangan Instrumen
  - G. Teknik Pengumpulan data
  - H. Analisis Data
4. BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN
- A. Temuan
  - B. Pembahasan
5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI
- A. Simpulan
  - B. Rekomendasi

