

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat dikenal dan digemari masyarakat di seluruh dunia, baik sebagai rekreasi, pendidikan, dan prestasi untuk membela daerah dan negara. Demikian juga di Indonesia, permainan ini dikenal dan dimainkan oleh berbagai lapisan masyarakat mulai dari anak-anak, remaja maupun orang tua, pria bahkan para wanita pun menggemari dan memainkan olahraga sepak bola. Sehingga tidaklah salah apabila di Indonesia sepak bola disebut sebagai olahraga yang memasyarakat. Sebagaimana yang diungkapkan Erik (2010: 28) bahwa, "Olahraga yang paling populer di tanah air adalah sepak bola dan bulutangkis sehingga olahraga tersebut dikelompokkan sebagai olahraga yang memasyarakat."

Pesat dan matangnya perkembangan sepak bola tidak lepas pula dengan lahirnya lembaga yang mengurusinya seperti FIFA (*Federation Internationale de Football Association*) yang menjadi induk organisasi sepak bola di dunia. Lahirnya lembaga ini disusul lembaga-lembaga regional yang mengorganisir beberapa Negara di wilayah masing-masing. Seperti AFC yang mengurus Negara Asia, dan Indonesia juga termasuk anggotanya. Di Indonesia dibina oleh organisasi yang bernama Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI). Kegiatan sepak bola di tanah air masih memerlukan perhatian dan pembinaan khusus.

Sepak bola merupakan permainan beregu yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapih dari anggota-anggotanya, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepak bola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepak bola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, oleh karena itu sangat penting untuk kerjasama dalam olahraga beregu seperti yang diungkapkan oleh Seidel (1970: 336) menjelaskan sebagai berikut: *“Is dependent not only upon team work but also upon the ability of each individual to control the ball, and gain possession of the ball from the opponent.”* Maksud dari ungkapan Seidel bahwa keberhasilan dalam suatu tim dalam suatu pertandingan ditentukan oleh penguasaan teknik dasar dan kerjasama pemain dalam tim tersebut.

Kemudian kerjasama tim dalam suatu kelompok juga dapat meningkatkan saling pengertian dan hubungan emosional yang baik, dengan menghasilkan keterpaduan, kekompakan dan hubungan yang lebih akrab antar individu. Sebagai mana yang diungkapkan Rusli Lutan (1991: 45) bahwa, “Semakin tinggi kadar ketiga aspek yang terdiri dari keterpaduan, kekompakan, dan hubungan yang akrab sesama individu, maka dapat mendorong pula kesuksesan dalam penampilan bermain dan kesuksesan tersebut menimbulkan tingkat kepuasan dalam setiap individu.”

Dalam sepak bola bukan hanya kerjasama tim tetapi kebugaran jasmani merupakan bagian yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepak bola. Dengan kebugaran jasmani yang baik, pemain sepak bola dapat menjalankan program latihan yang sudah direncanakan oleh seorang pelatih. Karena dengan kebugaran jasmani yang baik akan mendukung dalam proses latihan teknik dan taktik, dan orang yang memiliki kebugaran jasmani akan memiliki kepercayaan diri yang lebih baik.

Kebugaran jasmani sangat diperlukan dalam melaksanakan olahraga atau kegiatan sehari-hari, tingkatan sehat menurut ilmu faal ada dua yaitu sehat statis dan sehat dinamis. Giriwijoyo Santosa (1995:20) mengatakan bahwa :

Kebugaran jasmani adalah keadaan kemampuan jasmani, untuk dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya.

Jika ditinjau lebih lanjut inti kebugaran jasmani, semakin tinggi derajat dinamis seseorang semakin besar kemampuan kerja fisiknya dan semakin kecil kemungkinan terjadi kelelahan, orang itu disebut memiliki derajat kebugaran yang tinggi sebagai contoh; seorang pedagang yang sehari-harinya beraktivitas hanya dengan berjualan saja terus menerus tanpa berolahraga bila dibandingkan dengan pedagang yang sehari-harinya berolahraga akan lebih rendah pedagang yang tidak suka berolahraga tingkat kebugarannya.

Jadi, dapat penulis simpulkan bahwa, arti dari kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk melakukan kegiatan sehari-hari tanpa menimbulkan

rasa lelah yang berlebihan. Oleh karenanya kita sebagai manusia harus senantiasa menjaga tubuh kita agar tetap sehat dan bugar. Apabila kita lihat dari karakteristik kebugaran pemain sepak bola, maka kebugaran jasmani menjadi penting karena ketika bermain sepak bola selama 2 x 45 menit pemain berlari. Oleh sebab itu sangat penting untuk pemain sepak bola mempunyai tingkatan kebugaran yang baik.

Kemudian menurut Koger Robet Kebugaran jasmani (2007: 2) mengatakan bahwa :

Kebugaran jasmani adalah syarat mutlak. Banyak tim yang berhasil meraih kemenangan di akhir pertandingan karena kekuatan tim lawan sudah terkuras habis. Pastikan setiap kegiatan kebugaran untuk para pemain merupakan latihan yang sebanyak mungkin berinteraksi dengan bola. Jangan hanya menyuruh pemain untuk berlari, tapi perintahkan mereka memainkan dan menggiring bola selama berkegiatan.

Maksud dari uraian yang diungkapkan oleh Koger Robet bahwa berbagai komponen kebugaran jasmani yang terdiri dari ketahanan jantung dan peredaran darah, kekuatan, ketahanan otot, dan kelentukan. Ketiga komponen tersebut saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain. Apabila berbagai komponen tersebut dapat tercapai, maka seseorang akan dapat melakukan aktifitas dengan efektif dan efisien, serta dapat melakukan aktivitas yang melibatkan fungsi-fungsi anatomis dan fisiologis tubuh secara optimal. Dengan demikian, seorang pemain sepak bola dapat menjalankan program latihan yang dapat meningkatkan kebugaran jasmaninya.

Kerjasama tim dan kebugaran keduanya merupakan faktor penting dalam sepak bola, demi menciptakan permainan yang kompak dan memiliki tingkat

kondisi fisik yang baik dalam setiap pertandingan. Dengan kerjasama tim yang baik permainan akan terlihat indah dan menarik dari sentuhan - sentuhan kaki ke kaki tentunya semua itu tidak terlepas dari kebugaran jasmani yang dimiliki para pemain, kerjasama tim tanpa kebugaran yang baik tidak akan tercapai permainan yang indah dan kompak.

Kebugaran jasmani memiliki faktor yang mutlak yang harus dimiliki setiap pemain agar kerjasama tim bisa terdukung, dengan kebugaran yang baik permainan bagaimanapun akan mudah dilakukan dan kerjasama tim akan terjalin kompak dan menampilkan permainan terbaik.

Atas dasar uraian di atas, peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul : **“Korelasi Kemampuan Kerjasama Tim dan Kebugaran Terhadap Teknik Dasar Bermain Sepak Bola Pada Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon”**.

B. Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini permasalahan yang muncul adalah:

1. Adakah Korelasi antara Kemampuan kerjasama Tim dengan teknik dasar bermain sepak bola di SMA Negeri 1 Lemahabang?
2. Adakah Korelasi antara kebugaran dengan teknik dasar bermain sepak bola di SMA Negeri 1 Lemahabang?
3. Apakah terdapat korelasi antara kemampuan kerjasama tim dan kebugaran jasmani dengan teknik dasar bermain sepak bola di SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui korelasi kerjasama tim pemain sepak bola anak-anak ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon.
2. Untuk mengetahui korelasi kebugaran sepak bola anak-anak ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon.
3. Untuk mengetahui adakah korelasi antara kerjasama tim dan kebugaran anak-anak ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini manfaat yang dapat diperoleh adalah :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan referensi dan media informasi tentang manfaat pentingnya kemampuan fisik dalam penguasaan keterampilan gerak dasar sepak bola khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi semua kalangan yang berkepentingan dalam dunia olahraga

2. Secara Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang berarti pada Ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon dalam membina dan menciptakan calon bibit-bibit pemain sepak bola yang profesional dan handal bagi perkembangan sepak bola di Kabupaten Cirebon khususnya Kecamatan Lemahabang.

- b. Bagi peneliti merupakan proses pembelajaran diri dalam penerapan disiplin ilmu yang telah diperoleh dari hasil studi Ilmu Keolahragaan baik teori maupun praktek, selain itu juga untuk menambah pengalaman di bidang penelitian supaya dalam melakukan penelitian di lain waktu agar lebih baik.

E. Batasan Penelitian

Batasan penelitian yang penulis tentukan adalah sebagai berikut:

1. Populasi dalam penelitian ini adalah pada siswa Ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon yang berjumlah 20 orang.
2. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Deskriptif.
3. Variabel bebas (X_1) adalah kerjasama tim
4. Variabel bebas (X_2) adalah kebugaran jasmani
5. Variabel terikat (Y) adalah teknik dasar bermain sepak bola

F. Definisi Operasional

1. Korelasi. Menurut Arikunto (1993: 139) “Adalah suatu bentuk penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan”.
2. Kerjasama menurut Baron & Byane (2000: 34) yaitu, “kerjasama (*Cooperation*) merupakan suatu usaha bersama antara orang perorangan atau kelompok manusia untuk mencapai satu atau beberapa tujuan bersama.”
3. Kebugaran Jasmani Menurut Giriwijoyo Santosa (1995:20) adalah Jasmani yang memiliki derajat sehat dinamis yang mampu mendukung segala aktivitas dalam kehidupan sehari-hari tanpa terjadi kelelahan yang berarti.

4. Ektrakurikuler menurut Hermawan (200:123) “Kegiatan diluar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah ataupun diluar sekolah”.

G. Anggapan Dasar

Pengertian anggapan dasar dijelaskan oleh Surakhmad (1982: 38) sebagai berikut: “Anggapan dasar, asumsi atau postulat yang menjadi tumpuan segala pandangan dan kegiatan terhadap masalah yang dihadapi, postulat ini menjadi titik pangkal dimana tidak lagi menjadi keragu-raguan penyelidik.”

Adapun yang menjadi anggapan dasar yang akan diajukan pada penelitian ini bahwa dalam bermain sepak bola adalah faktor fisik dan penguasaan kemampuan kerjasama tim yang dimiliki oleh pemain itu sendiri, sehingga penampilan bermain sepak bola sangat memuaskan. Selain itu juga kebugaran fisik yang terdiri dari daya tahan tubuh, kontrol pikiran, kelincahan, kekuatan tubuh, kecepatan beraksi, kecepatan dan kesigapan, serta koordinasi, sedangkan dalam kemampuan kerjasama tim kita dapat meningkatkan pengertian dan hubungan emosional yang lebih baik yang akan menimbulkan keterpaduan, kekompakan, dan hubungan akrab antar perorangan.

Jadi jelaslah bahwa kerjasama tim dan kebugaran dapat berpengaruh terhadap teknik dasar sepak bola. Sehingga kerjasama tim merupakan bagian dari keberhasilan dalam suatu latihan teknik dasar sepak bola.

H. Hipotesis

Berdasarkan pendapat di atas, penulis menentukan hipotesis penelitian sebagai berikut :

1. Terdapat korelasi yang signifikan antara kerjasama tim dengan teknik dasar bermain sepak bola di SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon.
2. Terdapat korelasi yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan teknik dasar bermain sepak bola di SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon.
3. Adanya korelasi antara kemampuan kerjasama tim dan kebugaran terhadap teknik dasar bermain sepak bola pada Ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Lemahabang Kabupaten Cirebon.

