

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepak bola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepak bola, dan teknik menendang merupakan dasar dalam permainan sepak bola. Seorang pemain sepak bola yang tidak bisa menguasai teknik menendang bola dengan sempurna, tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Salah satu kegunaan dalam permainan sepak bola ialah untuk melakukan tendangan-tendangan khusus, seperti: *Cornel kick*/Tendangan pojok, *Free Kick*/Tendangan Bebas, dan *Penalty Kick*/tendangan pinalti.

Sepak bola merupakan olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utama dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Untuk bisa membuat gol harus tangkas, sigap, cepat, dan baik dalam mengontrol bola.¹

Teknik dasar tersebut harus dikuasai oleh seorang pemain bola dan harus diterapkan sedini mungkin kepada anak-anak, terutama yang sedang berkembang kemampuan motoriknya. Salah satu teknik dasar yang akan menjadi bahan kajian dalam penulisan ini yaitu teknik tendangan jarak jauh dalam permainan sepak bola. Adapun pengertian teknik dasar dalam permainan sepak bola ialah: “Gerakan-gerakan yang diperlukan untuk bermain sepak bola, yang meliputi teknik tanpa bola dan teknik dengan bola”.²

¹ Agus Salim, *Buku Pintar Sepakbola* (Bandung: Nuansa, 2008). Hlm 10.

² Soekatamsi. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. (Solo: Tiga Serangkai, 1984). 61.

Permainan sepak bola merupakan bentuk dari kegiatan fisik yang memberikan manfaat pada kebugaran tubuh, mental serta sosial, yaitu berupa prestasi. Pada kajian ini lebih menyoroti pada permainan dan olahraga sepak bola kaitannya dengan kebugaran tubuh. Permainan ini sendiri masuk dalam aktivitas gerak olahraga, karena bentuk gerak aktivitas fisik yang terstruktur, terencana dan berkesinambungan dengan tujuan untuk kebugaran tubuh yang lebih baik.³

Namun dalam penelitian ini penulis akan membahas materi mengenai teknik tendangan jarak jauh. Keterampilan menendang jarak jauh adalah keterampilan menendang bola ke rekan sebagai umpan, operan atau menembak secara langsung ke gawang dengan keras dan cermat dengan jarak yang cukup jauh.

Latihan teknik tendangan jarak jauh ini sangat penting dipelajari, karena jika siswa telah menguasai teknik tendangan jarak jauh dengan kekuatan dan arah tendangan yang cermat, akan menyulitkan pertahanan lawan atau penjaga gawang ketika berusaha mengantisipasi bola. Salah satu unsur kondisi fisik yang ikut mendukung terhadap hasil tendangan yang kuat, keras dan cepat adalah otot tungkai khususnya *power* otot tungkai.

Dari pengamatan peneliti dibidang olahraga, khususnya di sepak bola Parungpanjang, mencari titik permasalahan pada sepak bola di usia dini dan dengan melalui wawancara kepada pelatih Mekar Mulya U-12, pelatih SSB Indonesia Muda, pelatih SSB Putra Parungpanjang, serta guru di bidang ekstrakurikuler Sepak bola baik MI/SD, khususnya di MI Al-Khoeriyah Somang, peneliti mengajukan pertanyaan dengan pertanyaan yang sama, ternyata dari hasil wawancara, terdapat masalah yang berbeda-beda tetapi yang lebih dominan yaitu mengenai teknik tendangan, baik mengenai tendangan

³ Muhyi Faruq, *Meningkatkan kebugaran tubuh melalui permainan dan olahraga sepakbola* (Surabaya: Grasindo, 2008), hlm 17.

jarak jauh, maka peneliti berpendapat bahwa di usia dini/usia SD/MI, masih banyak atlet atau siswa asuhannya yang cukup kesulitan mengenai teknik tendangan, baik itu mengoper, menendang ke arah gawang lawan, menendang dari sudut pojok lapangan dan lain-lain, maka dari itu, penelitian *“Perbandingan Latihan Lari di Air dan Latihan Mengayunkan Kaki Menggunakan Ban Dalam Sepeda Terhadap Hasil Tendangan Jarak Jauh Sepak bola”*. Walaupun ini berjudul untuk siswa SD/MI, tetapi bisa dilakukan atau diterapkan untuk semua kalangan, dalam artian semua umur.

Sebenarnya banyak cara dapat dilakukan untuk meningkatkan tendangan salah satunya mengembangkan kekuatan otot tungkai siswa, namun berhubung masalah waktu, biaya dan tenaga penulis yang terbatas, maka penulis hanya akan membahas mengenai latihan lari di air dan latihan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda, dimana akan dilihat pengaruhnya terhadap hasil tendangan jarak jauh siswa dalam permainan sepak bola di MI Al – Khoeriyah Somang Parungpanjang Kabupaten. Bogor di kelas V dan VI.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah penulis kemukakan di atas, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan teknik dasar sepak bola perlu ditingkatkan.
2. Kemampuan teknik menendang bola perlu ditingkatkan.
3. Pemberian bentuk latihan tendangan sepak bola masih kurang bervariasi.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka pembatasan masalahnya dititik beratkan pada Proses Latihan Lari di Air dan Latihan Mengayunkan Kaki Menggunakan Ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh.

dikhususkan pada bidang ekstrakurikuler sepak bola di MI Al-Khoeriyah Somang Kab. Bogor.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, penulis menarik suatu rumusan masalah yang akan menjadi fokus dalam penelitian. Adapun perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara latihan lari di air dan latihan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola?
2. Apakah terdapat pengaruh lebih signifikan antara latihan lari di air dan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola?
3. Manakah yang lebih baik latihan lari di air dan latihan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini, penulis ingin mengetahui gambaran mengenai:

- a. Pengaruh latihan lari di air dan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola.
- b. Untuk mengetahui hasil mana yang pengaruhnya lebih signifikan antara latihan lari di air dan latihan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola.
- c. Untuk mengetahui manakah yang lebih baik latihan lari di air dan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola?

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian yang penulis lakukan, dalam hal ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoretis dapat dijadikan sebagai media informasi serta masukan keilmuan bagi sekolah khususnya untuk para tenaga pengajar mengenai pengaruh latihan lari di air dan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola.
2. Secara praktis dapat dijadikan sebagai acuan bagi pihak yang berkepentingan terutama mencermati mengenai pentingnya latihan kekuatan otot tungkai guna menghasilkan tendangan yang cepat, keras dan jauh dalam bermain sepak bola.
3. Sebagai bahan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut dengan jumlah populasi dan sampel yang lebih banyak lagi mengenai pengaruh latihan lari di air dan mengayunkan kaki menggunakan ban dalam sepeda terhadap hasil tendangan jarak jauh sepak bola.

G. Sistematis Pembahasan

Dalam penyusunan skripsi ini penulis mengikuti sistematika pembahasan sesuai dengan aturan yang berlaku, maka secara sistematis penulis membagi ke dalam beberapa bab, yaitu sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan terdiri dari : Latar Belakang Masalah, Identifikasi Masalah, Pembatasan Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Kegunaan Penelitian.

BAB II Tinjauan Pustaka : Kajian Teori, Penelitian Terdahulu, Kerangka Berpikir, Pengajuan Hipotesis.

BAB III Metodologi Penelitian terdiri dari: Waktu dan Tempat, Metode Penelitian, Populasi dan Sampel, Variabel Penelitian, Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data, Teknis Pengumpulan Data, Teknis Analisis Data, Hipotesis Statistik.

BAB IV Hasil penelitian dan pembahasan terdiri dari : Deskripsi Data, Uji Persyaratan analisis, Uji Hipotesis dan Pembahasan.

BAB V Penutup meliputi, Kesimpulan dan Saran.