

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan rangkaian aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga, untuk membangun peserta didik yang sehat dan kuat sehingga dapat menghasilkan prestasi akademik yang tinggi. Selain itu pendidikan jasmani yang dilakukan sejak dini merupakan awal pengembangan prestasi olahraga. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya pembinaan pendidikan jasmani, baik melalui jalur sekolah maupun luar sekolah, yang harus dilakukan sejak usia muda.

Hal tersebut senada dengan Undang-undang nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pasal 25 ayat 6 menyebutkan bahwa “Untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”.

Berdasarkan undang-undang tersebut diketahui, bahwa bangsa Indonesia mencanangkan olahraga dengan serius dengan tujuan agar rakyat Indonesia semakin bugar dan prestasi olahraga nasional dapat meningkat. Olahraga dari berbagai tingkatan mempunyai satu tujuan yaitu meningkatkan prestasi olahraga di Indonesia, dan juga harus meliputi segala bidang. Mulai dari aspek psikologis, aspek fisik, dan teknik olahraga yang dibina. Aspek psikologis didapatkan dari motivasi, tempaan mental bertanding, dan semangat juara. Aspek fisik, didapatkan dari latihan fisik guna memperkuat otot yang mendukung prestasi atlet sesuai olahraga yang digelutinya. Pengenalan dasar-dasar olahraga prestasi telah dikenalkan sejak pendidikan dasar agar calon atlet mempunyai dasar yang baik sejak dini.

Untuk mewujudkan ini, maka di lembaga pendidikan atau di sekolah-sekolah menurut kurikulum pendidikan jasmani yang merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang di dalamnya memuat materi cabang-cabang olahraga sebagai media pendidikan gerak seperti salah satunya cabang sepakbola yang banyak digemari para peserta didik.

Pada Siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang, sepakbola merupakan permainan yang digemari oleh siswa, ini ditandai dengan adanya pertandingan di sekolah maupun di luar sekolah. Dalam melakukan *shooting* siswa selain memiliki kekuatan otot tungkai siswa juga perlu memiliki *power* otot tungkai yang maksimal dan baik.

*Power* otot tungkai adalah kemampuan mengarahkan kekuatan dengan cepat dalam waktu yang singkat untuk memberikan momentum yang paling baik pada tubuh atau objek dalam suatu gerakan eksplosif yang utuh mencapai tujuan yang dikehendaki.

Permainan sepakbola adalah suatu cabang olahraga beregu, dan dalam permainan ini diperlukan teknik-teknik dasar diantaranya *shooting*, menggiring bola (*mendribbel*), menghentikan bola, mengontrol bola, dan teknik menyundul bola. Pada penelitian kali ini peneliti khusus membahas pada *shooting*.

*Shooting* adalah usaha untuk memasukkan bola ke gawang dan diperlukan teknik serta komponen kondisi fisik lainnya seperti halnya *power* otot tungkai. *Power* otot tungkai adalah anggota gerak pada tubuh manusia yang terdiri dari berbagai susunan otot dan tulang yang saling berkaitan untuk memungkinkan suatu gerak. Faktor-faktor yang mempengaruhi *shooting* yaitu pada kekuatan otot tungkai, *power* otot tungkai, koordinasi gerak, latihan variasi, serta ketepatan.

Dari pengamatan peneliti pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang, diketahui bahwa teknik dasar *shooting* sepakbola masih rendah dan kurang bagus antara lain kurangnya penguasaan teknik dasar, diantaranya kemampuan menendang (*shooting*), masih banyak siswa

yang tidak tepat dalam melakukan *shooting* bola ke sasaran, hal ini terlihat ketika para siswa sedang bermain sepakbola, siswa masih kurang dalam teknik *shooting* misalnya dalam penggunaan kaki bagian dalam dan luar, akibatnya tendangan yang di hasilkan tidak terarah. Kemudian koordinasi mata dan kaki yang menyebabkan keraguan siswa dalam melakukan *shooting* ke gawang, kemudian pada *power* otot tungkai siswa masih kurang, dimana hasil *shooting* tidak bertenaga atau lemah. Oleh sebab itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul ”Kontribusi *power* otot tungkai terhadap *shooting* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang”.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Kurangnya teknik dasar *shooting* bola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang.
2. Kurangnya *shooting* bola dalam permainan sepakbola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang.
3. Kurangnya kekuatan otot tungkai dalam melakukan *shooting* bola dalam permainan sepakbola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang.
4. Kurangnya koordinasi gerak dalam melakukan *shooting* bola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang.
5. Kurangnya *power* otot tungkai dalam melakukan *shooting* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang.

## C. Pembatasan Masalah



Mengingat terbatasnya waktu, tenaga dan dana yang tersedia maka penulis membatasi masalah yaitu kontribusi *power* otot tungkai terhadap *shooting* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas peneliti dapat merumuskan masalah yaitu Apakah terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap *shooting* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang?.

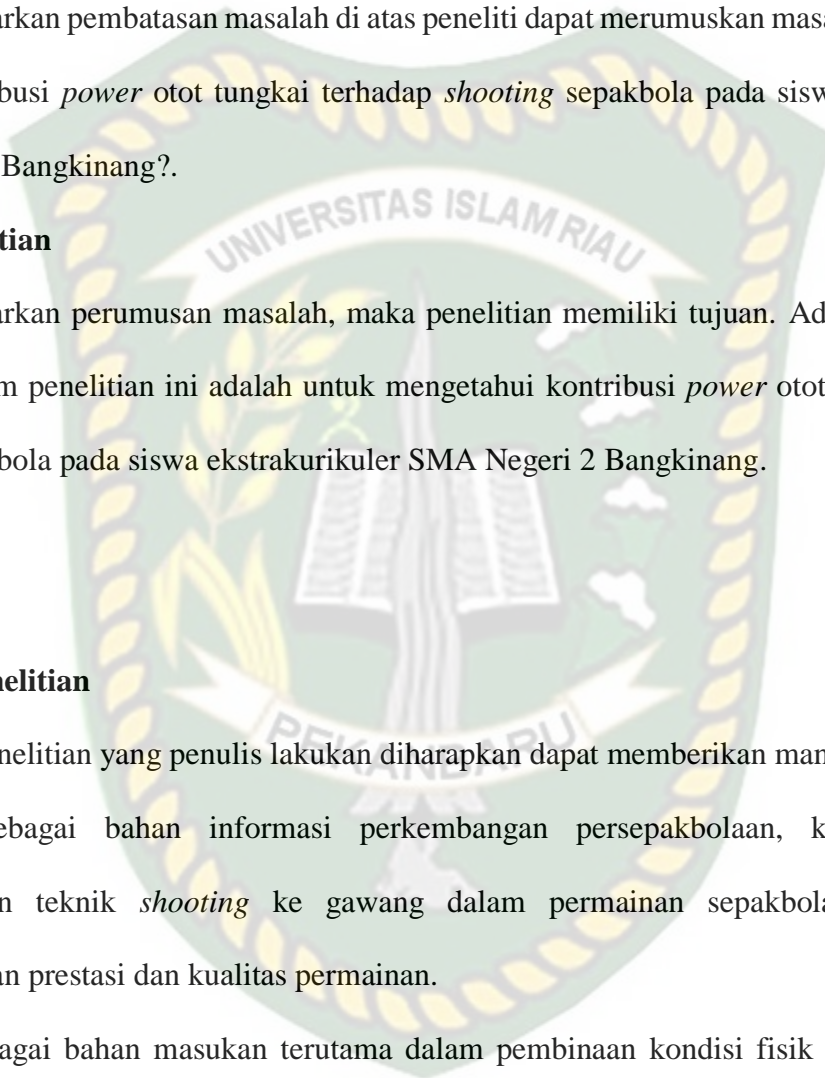
#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah, maka penelitian memiliki tujuan. Adapun tujuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai terhadap *shooting* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Bangkinang.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Dari penelitian yang penulis lakukan diharapkan dapat memberikan manfaat diantaranya:

1. Siswa, Sebagai bahan informasi perkembangan persepakbolaan, khususnya dalam penguasaan teknik *shooting* ke gawang dalam permainan sepakbola sebagai upaya peningkatan prestasi dan kualitas permainan.
2. Guru, Sebagai bahan masukan terutama dalam pembinaan kondisi fisik untuk melakukan *shooting* dalam olahraga sepakbola.
3. Sekolah, Agar dapat memperbanyak sarana dan prasarana dalam berolahraga terutama olahraga sepakbola.



4. Peneliti, Untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan Strata Satu di Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas FKIP Universitas Islam Riau
5. Fakultas, Sebagai sumbangan bacaan bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas FKIP Universitas Islam Riau.

