

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepakbola merupakan olahraga yang merakyat sekaligus menjadi gaya hidup. Aksi para bintang lapangan yang memukau, persaingan yang sengit, dan gol-gol spektakuler menjadi daya tarik bagi para penggila bola. Dalam masyarakat global yang dipisahkan oleh perbedaan fisik dan ideologi, ketenaran sepakbola tidak terikat umur, jenis kelamin, agama, kebudayaan, atau batasan etnik.

Istilah yang diberikan untuk permainan sepakbola pun bervariasi. Untuk Negara-negara yang menggunakan bahasa *inggris*, mereka menyebut permainan ini *football*, sementara beberapa wilayah lain di sebut *soccer*. Negara-negara yang menggunakan bahasa latin menyebutkan dengan istilah *futbol* atau *futebol*. Dalam bahasa Jerman atau bahasa yang digunakan oleh bangsa-bangsa Skandinavia disebut dengan *fussball* atau *votbal* dalam sebutan bahasa Belanda. Sedangkan di Indonesia permainan ini sering disebut *sepakbola* atau *bolakaki*. Sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya.

Sesuai dengan UU RI No. 3 Tahun 2005 Pasal 27 ayat 4: “Bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”. Berdasarkan kutipan di atas, dapat dilihat bahwa pembinaan olahraga hendaklah

dilakukan sedini mungkin agar bisa mengikuti jenjang-jenjang kompetisi yang diadakan. Olahraga yang diadakan sebagai ajang kompetisi untuk berpacu dalam mencapai prestasi yang tinggi baik secara individu maupun berkelompok, dapat berpengaruh terhadap peningkatan harkat dan martabat suatu daerah bangsa. Oleh karena itu olahraga harus dibina dan dikembangkan dengan baik

Menurut Syafrudin (1999:22) bahwa pencapaian prestasi atlet ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari potensi yang ada pada diri atlet atau orang yang berlatih seperti kemampuan kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Sementara faktor eksternal adalah pengaruh yang timbul dari luar diri atlet itu sendiri seperti sarana dan prasarana, pelatih, guru olahraga, dana, organisasi, iklim, cuaca, keluarga, makanan bergizi dan sebagainya.

Di samping faktor-faktor di atas, prestasi juga ditentukan oleh bakat dan motivasi dari atlet itu sendiri, program dan metode latihan yang diterapkan oleh pelatih juga dapat mengembangkan kemampuan teknik atlet sehingga atlet dapat mencapai prestasi yang diinginkannya. Usaha pembinaan yang teratur dan kontiniu serta asupan gizi yang diterima oleh atlet juga menjadi peranan penting dalam pencapaian prestasi atlet. `

Unsur kondisi fisik yang penting dalam sepakbola antara lain kelincahan, kelentukan, kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan keseimbangan.(Djezed dan Darwis, 1985:5). Sedangkan menurut Lutan (1991:234) Kemampuan komponen dasar dalam sepakbola adalah daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelentukan. Dalam semua unsur yang terpenting dalam sepakbola,yang merupakan unsur yang paling dominan dalam permainan sepakbola adalah daya tahan, kecepatan, kekuatan, dan kelincahan dan kelentukan.

Kondisi fisik yang baik sangat berhubungan erat dalam penerapan teknik-teknik dalam bermain sepakbola, karena kondisi fisik merupakan suatu basis di dalam peningkatan kemampuan teknik dan mental. Ada empat komponen untuk meningkatkan prestasi olahraga termasuk olahraga sepakbola yaitu kondisi fisik, latihan teknik, latihan strategi dan latihan mental. Untuk mencapai puncak prestasi, maka pemain sepakbola harus memiliki komponen yang mendasari seperti kondisi fisik yang prima. Dalam permainan sepakbola seseorang pemain sepakbola harus berlari selama 2x45 menit di setiap pertandingannya, dalam hal ini pemain sepakbola harus mempunyai unsur-unsur kondisi fisik yang baik terutama unsure daya tahan anaerobik dan aerobik, jika tidak mempunyai unsure kondisi fisik yang baik maka teknik dan taktik yang akan di terapkan tidak akan berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan. Kemudian dalam permainan sepak bola untuk meraih suatu kemenangan harus bisa mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan, dalam hal ini banyak cara yang harus di lakukan untuk mencetak gol ke gawang lawan, seperti melalukakan tendangan yang akurat dan keras kearah gawang lawan, kemudian dengan menyundul bola (Syarifudin, 2011:23).

Untuk bisa melakukan tendangan yang keras dan akurat dan menyundul bola dibutuhkan daya ledak otot tungkai yang bagus agar tendangan yang di hasilkan oleh seorang pemain sepakbola keras, tepat dan akurat menuju gawang lawan, begitu juga pada saat menyundul bola atau melakukan heading, dibutuhkan lompatan yang tinggi untuk mendahului lawan disaat melompat di udara.

Selain itu permainan sepakbola juga di pengaruhi oleh kecepatan pemain, hal ini berguna untuk meningkatkan tempo permainan yang cepat serta untuk berlari meninggalkan lawan secepat mungkin setelah berhasil mengecoh lawan dan menuju gawang lawan, kecepatan sangat di

butuhkan sekali dalam permainan bola bola panjang atau bola daerah yang diumpan oleh rekan satu tim menuju gawang lawan.

Kemudian selain unsur kondisi fisik diatas, unsur kelincahan juga dibutuhkan oleh seorang pemain sepakbola untuk melewati lawan atau mengecoh lawan, karena sepakbola merupakan olahraga tim yang memainkan 11 lawan 11 orang dalam satu tim yang mana disini artinya seorang pemain sepakbola mempunyai lawannya masing didalam permainan, untuk itu di perlukan kelincahan untuk bisa melewati lawan secepat mungkin menuju daerah pertahanan lawan dan mencetak gol kegawang lawan, dan meraih kemengangan utnuk mencapai prestasi yang diharapkan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor kondisi fisik memegang peranan penting dalam permainan sepakbola untuk meraih prestasi yang tinggi. Berarti pembinaan dan peningkatan unsur-unsur kondisi fisik merupakan hal yang penting. Latihan kondisi fisik harus dinamis terukur dan mempunyai tujuan yang hendak di capai.

SSB Bocah Junior FC yang berdiri pada tahun 2003 merupakan salah satu sekolah sepakbola yang aktif melakukan pembinaan, untuk mencetak atlet dan pemain sepakbola yang berprestasi di Kuala Tungkal dan Kabupaten Tanjung Jabung Barat, yang mana SSB Bocah Junior FC Kuala Tungkal Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi ini diketuai oleh bapak Husaini. Prestasi yang di raih adalah Juara 3 Kejuaraan Sekolah Sepak Bola Nasional Di Bandung Tahun 2014 dan banyak lagi yang lain.

Berdasarkan analisis awal peneliti di lapangan pada saat latihan dan pertandingan para pemain melakukan latihan dengan semestinya sesuai dengan arahan yang di berikan oleh pelatih,

kemudian peneliti melakukan pengamatan pada saat SSB Bocah Junior FC melakukan pertandingan, pada saat pertandingan peneliti melihat para pemain terlihat sulit mengembangkan permainan untuk meraih hasil yang maksimal.

Maka dapat berpengaruh terhadap kondisi fisik pemain SSB Bocah Junior FC Kuala Tungkal Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi. Terlihat pada saat pertandingan babak pertama dan kedua, khusus dibabak kedua tempo permainan terlihat agak menurun dari yang pertama. Untuk itu penelitian ingin melihat dan mengetahui lebih jauh apa yang menyebabkan hal itu terjadi. Rendahnya prestasi atlet kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor seperti, kondisi fisik, teknik, taktik, mental, status gizi, program latihan, pelatih, sarana dan prasarana, dukungan dana dan yang lain lain.

Berdasarkan uraian diatas ternyata cukup banyak faktor faktor yang mempengaruhi prestasi SSB Bocah Junior FC. Untuk mengetahui faktor yang cukup dominan terhadap hal yang menyebabkan rendahnya prestasi tersebut maka perlu dilakukan penelitian, semoga dengan hasil penelitian ini bisa dipakai sebagai referensi demi perkembangan sepakbola jambi kedepannya, khususnya Kuala Tungkal Kabupaten Tanjung Jabung Barat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu:
Bagaimana kondisi fisik olahraga pemain SSB Bocah Junior FC Kuala Tungkal Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi.

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mendeskripsikan hasil Analisis Kondisi Fisik pemain SSB Bocah Junior FC Kuala Tungkal Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumus masalah diatas, penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut:

Penulis memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan Universitas Jambi.

1. Pelatih sepakbola yang ada di jambi, khusus nya di Kuala Tungkal Kabupaten Tanjung Jabung Barat sebagai bahan masukan dalam meningkatkan prestasi para pemain dan SSB Bocah Junior FC.
2. Pemain sepakbola SSB Bocah Junior FC Kuala Tungkal Kabupaten Tanjung Jabung Barat Propinsi Jambi , sebagai bahan masukan tentang kondisi fisik yang mereka miliki.
3. Pengcab PSSI Kabupaten Tanjung Jabung Barat Provinsi Jambi.
4. Peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.