

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan untuk mendapatkan tubuh sehat dan kuat, aktivitas itu sendiri cenderung yang menyenangkan dan menghibur. Kata olahraga berasal dari bahasa Indonesia asli, tidak sama dengan *sport*. Olahraga berarti mengolah atau menyempurnakan jasmani atau fisik. Melihat dari tujuannya, olahraga dibagi menjadi tiga yaitu olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Olahraga pendidikan dilaksanakan di sekolah, olahraga prestasi dilakukan di klub-klub olahraga melalui induk cabang olahraga, sedangkan olahraga rekreasi dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang.

Sepak bola merupakan olahraga yang paling terkenal di dunia, tidak hanya oleh orang dewasa, anak-anak, pria, bahkan wanita pun memainkan olahraga ini. Sepak bola adalah olahraga menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang. Memasuki abad ke-21, olahraga ini telah dimainkan oleh lebih dari 250 juta orang di 200 negara, yang menjadikannya olahraga paling populer di dunia. Sepak bola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit ke gawang lawan. Sepak bola dimainkan dalam lapangan yang berbentuk persegi panjang, di atas rumput atau rumput sintetis. (http://id.wikipedia.org/wiki/Sepak_bola). Organisasi sepak bola dunia adalah FIFA (Federation International De Football Association).

Induk organisasi sepak bola di Indonesia adalah Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI). Organisasi yang begitu disegani dahulu karena sukses menyelenggarakan Pekan Olahraga Nasional (PON) pertama di kota Solo ini, untuk sekarang belum memberikan prestasi yang memuaskan dalam dunia persepak bolaan Indonesia, melainkan masalah dan polemik yang terjadi di batang tubuh organisasi tersebut.

Klub-klub sepak bola di Indonesia begitu banyak, tak terhitung lagi

jumlahnya mulai dari yang resmi maupun yang tidak mempunyai badan hukum sama sekali namun itu tidak mengurungkan niat para pecinta sepak bola untuk berkumpul dan membuat tim. Menurut Sukirno (2012:12) “olahraga yang dilakukan oleh klub-klub olahraga melalui induk cabang olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi, maka disebut olahraga prestasi”. Jadi klub sepak bola yang ada, tujuan utamanya dari pendirian klub tersebut adalah berprestasi. Untuk mencapai tujuan itu, maka perlu pembinaan. Pembinaan itu diantaranya adalah pembinaan teknik dasar dan pembinaan fisik. Menurut Subroto (2010:7.35) pembinaan fisik itu meliputi unsur-unsur kondisi fisik yaitu: kecepatan (*speed*), ketepatan (*accuracy*), kekuatan (*strength*), kelenturan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), daya tahan (*endurance*) dan koordinasi (*coordination*). Rudi (2012:47) menyebutkan ada satu lagi unsur kondisi fisik yaitu reaksi (*reaction*).

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepak bola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepak bola. Sebab kegunaan menendang bola adalah untuk memberikan operan bola kepada teman, memberikan umpan untuk menembakkan bola ke gawang lawan, membersihkan dan menyapu bola di daerah pertahanan sendiri, untuk mematahkan serangan lawan, tendangan bebas, tendangan sudut, tendangan gawang dan tendangan hukuman. (Subroto, dkk, 2010:8. 32). Kondisi fisik pasti berperan dalam setiap teknik dasar permainan sepak bola.

PERSITAJ merupakan klub sepak bola yang telah ada sejak tahun 1989). Baru tahun 2009 PERSITAJ diakui keberadaannya oleh Pemerintah Daerah. Sekarang PERSITAJ memiliki dua tim yaitu tim A dan tim B yang masing-masing beranggotakan 18 orang. Sedangkan penerus dari PERSITAJ yang rata-rata berusia 10 sampai 12 tahun tergabung dalam club PERSITAJ Junior (BJFC). Klub PERSITAJ beralamatkan di kecamatan Tungkal Ilir kabupaten tanjungjabung barat provinsi Jambi.

Tahun 2015 merupakan tahun emas bagi klub PERSITAJ, hal ini dikarenakan keberhasilan membawa pulang trofi juara 1 Gubernur Cup provinsi jambi dan tahun 2019 Juara harapan juga berhasil diraih pada

turnamen sepak bola seprovinsi jambi yang dilaksanakan dilapangan KONI Jambi Provinsi Jambi. Dari tahun tersebut hingga sekarang, klub ini seakan jauh dari gelar juara. Sarana dan prasarana yang dimiliki cukup menunjang. Memiliki satu lapangan dengan ukuran tiga terbaik Di Provinsi Jambi, bola, dan perlengkapan- perlengkapan lain yang mendukung. Klub ini memiliki pelatih yang sudah berpengalaman di dunia persepakbolaan.

Kualitas keterampilan teknik dasar bermain setiap pemain tidak lepas dari faktor-faktor kondisi fisik. Seperti yang dijelaskan sebelumnya ada sembilan komponen kondisi fisik. Menurut Subroto (2010:7.35) dan ditambahkan oleh Rudy (2012:47) yaitu :

1. Kecepatan (*speed*)
2. Ketepatan (*accuracy*)
3. Kekuatan (*strength*)
4. Kelentukan (*flexibility*)
5. Kelincahan (*agility*)
6. Keseimbangan (*balance*)
7. Daya tahan (*endurance*)
8. Koordinasi (*coordination*)
9. Reaksi (*reaction*)

Sembilan komponen ini mempunyai hubungan dengan kualitas suatu teknik dalam sepak bola dari menggiring bola, menendang bola, menghentikan bola, menyundul bola dan melempar bola. Keseimbangan (*balance*) adalah salahsatu komponen kondisi fisik yang berperan dalam menentukan kualitas teknik dalam sepak bola khususnya teknik menendang bola. Menurut Nurhasan dan Hasanudin (2007:180) “keseimbangan (*balance*) diartikan sebagai kemampuan seseorang mengontrol alat-alat tubuhnya yang bersifat neuro-muscular”. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa bila seseorang

atlet tidak memiliki keseimbangan, maka ketika menendang bola tidak akan sempurna atau kurang maksimal. Selama peneliti bergabung di klub persitaj, pada waktu bermain dan latihan menendang bola ke gawang, dan ketika melakukan tendangan bola-bola mati baik tendangan bebas, tendangan sudut dan tendangan gawang, posisi tubuh atau badan dari pemain tidak terjaga keseimbangannya, ada yang miring ke kiri, miring ke kanan, dan ada pula yang terjatuh saat menendang bola. Maka dari itu para pemain persitaj prestasinya sangat menurun dan tidak pernah lagi mendapatkan juara pada ajang liga usia dibawah 15 tahun.

Berdasarkan observasi dan penemuan masalah, maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Korelasi Keseimbangan Terhadap *Shooting* Pada klub Sepak Bola PERSITAJ (Persatuan Sepak Bola Tanjab Barat) Tanjung Jabung Barat”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalahnya adalah Korelasi Keseimbangan Terhadap *shooting* pada klub Sepak Bola PERSITAJ (Persatuan Sepak Bola Tanjab Barat) .

1.3 Tujuan penelitian

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah diuraikan, maka tujuan penelitian ini adalah mengetahui: Adakah Korelasi Keseimbangan dengan Hasil Menendang Bola Kesasaran pada klub Sepak Bola PERSITAJ (Persatuan sepak bola Tanjaung Jabung Barat).

1.4 Manfaat Penelitian

Dengan diadakannya penelitian ini, maka diharapkan dapat memberikan yaitu:

1. Bagi pelatih, memberikan masukan dalam upaya meningkatkan keterampilan para atlet sepak bola dalam teknik menendang bola atau shooting ball.
2. Bagi atlet, dapat memberikan pengetahuan dan kesadaran tentang peran keseimbangan dengan menendang bola.
3. Bagi klub, dapat meningkatkan prestasi klub nantinya.
4. Bagi peneliti, sebagai bahan pembelajaran untuk kedepannya

5. Bagi Universitas Jambi, berguna sebagai bahan perbandingan penelitian lebih lanjut

