

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Sepak bola merupakan olahraga yang di mainkan oleh dua tim beregu, yang masing-masing regu beranggotakan 11 orang pemain. Olahraga ini berlangsung selama 2x45 menit. Setiap tim bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Sepak bola di mainkan menggunakan kaki dengan cara di tendang. Menurut Muhajir (dalam Nugroho & Aditya, 2017) Sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola. Agar dapat bermain sepak bola pemain harus bisa melakukan teknik dasar sepak bola. Teknik dasar sepak bola yang harus dimiliki seorang pemain yaitu menendang, mengontrol, menyundul, dan menggiring. Menurut Kosasih (dalam Tarju & Wahidi, 2017) membagi teknik dasar bermain sepak bola menjadi enam bagian yaitu, Teknik menendang, menghentikan bola, menggiring bola, gerak tipu, teknik menyundul bola dan teknik melempar bola.

Dalam permainan sepak bola teknik dasar yang paling dominan digunakan adalah teknik dasar passing. Passing adalah gerakan menendang bola yang secara terarah kepada teman satu tim. Menurut Arma Abdoellah (dalam Nurcahyo, 2014) passing adalah memberikan/mengoper bola kepada teman, dengan menggunakan kaki sebelah dalam, banyak dimanfaatkan untuk memberikan bola

jarak pendek (short passing), adapun gerakan passing menurut Arma Abdoellah sebagai berikut: a) Posisi langsung dari depan dekat bola b) Kaki tumpu disamping bola c) Kaki ayun membuka keluar membentuk sudut 90o d) Badan hampir tegak e) Mata melihat rendah ke arah bola. Permainan sepak bola dapat berkembang apabila pemain bisa melakukan passing dengan baik dan benar, dengan menggunakan teknik passing yang baik dan benar dapat tercipta peluang melakukan gol. Menurut Koger (dalam Tamammudin & Widodo, 2020) keahlian pemain dalam menendang bola ke gawang sangat penting untuk mendapatkan poin atau skor. Dalam sepak bola keterampilan dasar sangat penting, namun dalam melakukan teknik dasar sepak bola pada saat pertandingan kondisi fisik juga penting untuk menunjang keberhasilan sebuah permainan.

Menurut Juliantine Tite, et al., (dalam Manurung & Landak, 2019) apabila kondisi fisik baik maka akan meningkatkan efektifitas dan efisiensi gerak ke arah yang lebih baik. Kondisi fisik pemain sangat berpengaruh terhadap keterampilan passing sepak bola. Adapun komponen-komponen kondisi fisik yaitu kekuatan, daya tahan, daya ledak otot, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, reaksi Satojo (dalam Setiawan 2013). Kondisi fisik merupakan syarat keberhasilan dalam melakukan keterampilan passing sepak bola.

Indrarti, et al., (dalam Manurung & Landak, 2019) kekuatan mendasari performa olahraga semua cabang olahraga, karena meningkatkan kemampuan melompat, melempar, menendang, berlari, dan memukul dengan cepat dan kuat". Pemain sepak bola dalam melakukan passing yang tepat sasaran harus dilakukan dengan kekuatan sehingga tujuannya dapat tercapai. Menurut sukadiyanto (dalam

Kurniawan, Jubaedi & Suranto, 2017) kekuatan secara umum adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban atau ketahanan. Berdasarkan pernyataan diatas, seorang pemain sepak bola dalam melakukan teknik passing yang keras, tepat dan akurat memerlukan otot tungkai. Tanpa memiliki kekuatan otot tungkai pemain sepak bola tidak dapat menendang tepat sasaran, bola berjalan lambat yang berakibat bola bisa direbut oleh lawan. Dalam bermain sepak bola selain teknik dasar, kondisi fisik sangat diperlukan oleh pemain sepak bola.

Klub sepak bola Jember Putri adalah organisasi sepak bola yang ada di kota Jember sudah ada sejak tahun 2012. Sempat tidak aktif namun kembali aktif pada bulan Juli 2021. Pemain sepak bola klub Jember Putri yang mengikuti latihan, seringkali diberikan latihan fisik dengan tujuan bermain sepak bola dapat tercapai. Berkembangnya prestasi sepak bola klub Jember Putri pada awal keaktifannya dalam berlatih sepak bola dapat dilihat saat mengikuti turnamen yang berlangsung pada bulan September 2021 hingga bulan November 2021 sepak bola klub Jember Putri menjadi juara dua se-Kabupaten Jember. Klub sepak bola Jember Putri juga melakukan pertandingan di Kota Malang pada tanggal 20 maret 2022 menjadi juara satu. Namun pada tanggal 27 maret 2022 pada saat pertandingan di Kota Banyuwangi klub sepak bola Jember Putri mengalami kemunduran menjadi posisi ketiga.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan pada tanggal 20 maret 2022 saat pertandingan berlangsung di kota Malang klub Jember Putri meraih juara satu, observasi kedua tanggal 27 maret 2022 pada saat pertandingan di kota Banyuwangi klub Jember Putri mengalami kekalahan menjadi juara tiga. Menurut

hasil wawancara pada tanggal 27 maret 2022 dengan *coach* Sugeng selaku pelatih klub sepak bola di Jember Putri diperoleh informasi bahwa pada saat bertanding di Kota Banyuwangi kekalah disebabkan oleh lemahnya kemampuan passing para pemain klub Jember Putri. Permasalahan yang terjadi pada klub sepak bola Jember Putri dikarenakan saat bertanding masih banyak atlet yang tidak akurat dalam melakukan passing antar pemain atau passingnya kurang tepat sasaran. Berdasarkan permasalahan yang akan di teliti untuk mencapai tujuan bermain sepak bola yang baik harus memiliki komponen komponen yang ada seperti kekuatan untuk menendang bola, daya tahan otot tungkai yang kuat, penguasaan teknik yang bagus, dan kondisi fisik yang baik pula.

Namun hal ini belum terbukti, maka perlu dicarikan solusi terbaik untuk mengatasi dan membuktikan melalui sebuah penelitian tentang “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Passing sepak Bola Di Klub Jember Putri”. Di harapkan melalui penelitian ini prestasi pemain sepak bola di Klub Jember Putri tidak menurun dan tercapai sesuai dengan tujuan yang di inginkan.

1.2 Masalah Penelitian

Adakah Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Passing Sepak Bola Di Klub Jember Putri?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Passing Sepak Bola Di Klub Jember Putri”

1.4 Definisi Operasional

Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim beranggotakan 11 orang atau lebih sebagai cadangan apabila terjadi suatu kendala dalam permainan yang bertujuan untuk tetap memperkuat tim. Permainan sepak bola dimainkan dalam waktu 2x45 menit dengan cara menendang bola yang dimasukkan ke dalam gawang lawan.

Kekuatan adalah sekelompok otot yang bekerja untuk mengatasi ketahanan. Dalam sepak bola kekuatan sangat menunjang aktivitas fisik yang dilakukan seorang pemain. Dimana dengan kekuatan seorang dapat bertahan dalam menyelesaikan pertandingan dengan baik sesuai dengan waktu yang ditetapkan.

Otot Tungkai adalah otot yang dominan bekerja pada saat melakukan aktivitas olahraga. Otot tungkai terletak pada kaki bagian paha dan betis. Dalam sepak bola otot tungkai berpengaruh terhadap kecepatan berlari, kekuatan saat menendang.

Passing adalah keterampilan dasar sepak bola yang dilakukan dengan cara menendang bola pada teman satu tim. Pasing biasanya dilakukan dalam jarak dekat antar teman. Passing mendominasi gerakan dalam sepak bola.

1.5 Manfaat Penelitian

Untuk mengetahui “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Passing Sepak Bola Di Klub Jember Putri”.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola di Klub Jember Putri. Objek yang akan diteliti adalah “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap

Keterampilan Passing Sepak Bola Di Klub Jember Putri”. Lokasi penelitian ini dilakukan di lapangan Unmuh Jember sepak bola. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, variabel bebas kekuatan otot tungkai, dan variabel terikat keterampilan passing.



