

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Olahraga sepakbola di Indonesia merupakan olahraga yang banyak digemari oleh seluruh masyarakat dari Sabang sampai Merauke, banyak anak-anak di Indonesia memiliki mimpi menjadi seorang atlet sepakbola. Bukti nyatanya adalah banyaknya sekolah sepakbola (SSB) di Indonesia dan setiap sekolah sepakbola (SSB) di Indonesia memiliki puluhan anak didik dalam satu sekolah sepakbola (SSB) tersebut.

Prestasi sepakbola di Indonesia memang masih jauh dari kata memuaskan jika dibandingkan dengan sepakbola di negara Asia, seperti contoh Jepang dan Korea. Seperti yang kita lihat sepakbola di negara tersebut sangat bagus jika dibandingkan dengan sepakbola di Indonesia tentu kita bukan saingan bagi mereka. Dan bahkan atlet sepakbolanya tidak sedikit sudah berkiper di Eropa. Tapi apakah Indonesia bisa setara dengan mereka? Bisa. Dengan adanya sekolah sepakbola (SSB) di Indonesia mungkin akan meningkatkan prestasi sepakbola di Indonesia. Karena adanya pembinaan usia dini yang dilakukan bukan tidak mungkin Indonesia akan berada satu level dengan negara-negara Asia yang memiliki prestasi yang bagus.

Tingkat kebugaran jasmani yang baik merupakan modal awal bagi anak-anak untuk pencapaian kebugaran jasmani selanjutnya, kebugaran jasmani yang baik akan berpengaruh pada kegiatan belajar siswa, karena siswa dengan status kebugaran jasmani yang baik akan bertambah semangat dalam mengikuti proses pembelajaran. Dengan kebugaran jasmani yang baik atau kondisi fisik yang baik akan mempertinggi kemampuan dan kemauan belajar. Artinya

status kesegaran jasmani seseorang berpengaruh terhadap kesiapan maupun kemampuan fisik maupun pikiran untuk menerima beban kerja (aktivitas belajar) yang merupakan kewajiban siswa tiap hari. Tingkat kesegaran jasmani seseorang terutama anak sekolah dasar banyak di pengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya faktor latihan atau aktivitas fisik, pola gaya hidup, pola makan yang di dalamnya termasuk asupan gizi, pola istirahat, dan faktor lingkungan dimana faktor - faktor tersebut saling berkaitan dan saling mendukung untuk tercapinya kesehatan maupun kesegaran jasmani .

Dalam cabang olahraga sepakbola diperlukan beberapa komponen penunjang untuk mencapai prestasi maksimal. Untuk dapat menguasai dan melakukan suatu macam teknik diperlukan latihan teratur serta memerlukan waktu yang lama, akhirnya teknik tersebut dilakukan secara otomatis. Untuk mencapai teknik yang baik memerlukan waktu yang lama sehingga diperlukan juga unsur fisik yang baik. Dengan adanya sekolah sepakbola (SSB) tersebut tentu akan dapat mempermudah proses menuju prestasi. Sepakbola adalah salah satu bentuk olahraga yang cukup berat dilihat dari segi lamanya bermain dan di tuntutan untuk bergerak cepat karena olahraga sepakbola seperti olahraga marathon, maka setiap pemain sepakbola harus sanggup bermain 2 x 45 menit dan harus dituntut mempunyai Daya Tahan yang baik, Daya Tahan mempunyai 4 unsur yaitu : 1. Kecepatan, 2. Daya tahan, 3. Power, 4. Kekuatan Rummy Muchtar (1992 : 81).

Berdasarkan observasi awal terlihat adanya ketidaksanggupan bermain hingga selesai. Salah satunya terlihat kurang tahanan dalam bermain dengan tempo yang lama, sehingga saya tertarik untuk melakukan tes Daya Tahan pada SSB Gajah Mada Bali FA U 13-14 Negara. Pentingnya Daya Tahan menurut

Muhajir (2004), Daya Tahan jasmani adalah kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebasan fisik yang di berikan kepadanya (dari kerja yang dilakukan sehari hari) tanpa menimbulkan kelelahan.

Dengan demikian dalam cabang olahraga sepakbola tidak hanya teknik dasar saja yang harus dikuasai tetapi peranan aspek fisik sangat mempengaruhi permainan salah satunya faktor Daya Tahan . Faktor Daya Tahan bagi atlet berkisar pada level sedang atau tinggi sehingga mammpu menuntaskan permainan sepakbola dengan baik dan mampu meraih kemenangan. Atas dasar latar belakang permasalahan tersebut maka saya tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Survei Tingkat Daya Tahan SSB Gajah Mada Bali FA U 13–14 NEGARA”.

1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas terdapat beberapa permasalahan yang berkaitan dengan Daya Tahan atlet SSB Gajah Mada Bali FA U 13–14 NEGARA yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Kondisi fisik yang masih perlu ditingkatkan khususnya ketahanan dalam bermain yang lama.
2. Dalam pertandingan pemain terlalu cepat merasa lelah, sehingga performa tidak stabil di lapangan.

1.3 BATASAN MASALAH

Melihat banyaknya permasalahan yang muncul dari identifikasi masalah di atas, maka berdasarkan pertimbangan yang saya lakukan maka saya membatasi dalam penelitian ini yaitu Survei Tingkat Daya Tahan SSB Gajah Mada Bali FA U 13–14 NEGARA.

1.4 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah saya uraikan sebelumnya maka saya merumuskan permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini, adapun rumusan masalah tersebut adalah :
Seberapa besar tingkat Daya Tahan SSB Gajah Mada Bali FA U 13–14 NEGARA?

1.5 TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat Daya Tahan SSB Gajah Mada Bali FA U 13–14 NEGARA.

1.6 MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian ini tentunya harus membawa dampak positif dan manfaat bagi siapa saja, adapun manfaatnya adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan informasi dan menggambarkan mengenai tingkat Daya Tahan sekolah sepakbola, sehingga dapat dipakai sebagai acuan pengembangan kegiatan di SSB menjadi lebih baik.
- b. Bagi sekolah sepakbola penelitian ini bermanfaat sebagai tolak ukur tentang bagaimana tingkat Daya Tahan siswa-siswa di sekolah sepakbola SSB Gajah Mada Bali FA U 13–14 Negara.

2. Manfaat Praktis

- a. Dapat memberikan sumbangan bagi para pelatih dan pengurus secara umum dan secara khusus untuk pelatih SSB Gadjah Mada Bali FA U 13–14 Negara.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam menentukan materi dan metode pelatihannya yang sesuai dengan kondisi dan kemampuan serta tahap pertumbuhan dan perkembangan, khususnya dalam hal Daya Tahan SSB Gadjah Mada Bali FA U 13–14 Negara. Selain itu juga semoga bisa berguna sebagai barometer untuk para pemain yang akan mengikuti turnamen antar SSB se-Kabupaten Jembrana.

