

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan olahraga yang paling terkenal di dunia. Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia memainkan Sepakbola, dan hampir di setiap negara pasti memiliki pertandingan Sepakbola nasional di negaranya. Sepakbola ibarat sebuah jembatan yang menghubungkan kehidupan ekonomi, politik, kebudayaan dan agama. Manfaat yang bias diambil dari olahraga bergeu khususnya Sepakbola yaitu terbentuknya perilaku yang baik dan tidak bertentangan dengan norma masyarakat. Permainan Sepakbola merupakan aktivitas jasmani yang banyak dijadikan pilihan alternatif orang dalam berolahraga.

Menurut Rusli Lutan (2001:28) bahwa manfaat dari segi sosial sungguh banyak diperoleh dari program pendidikan jasmani. Melalui aktivitas jasmani atau kegiatan olahraga seseorang memperoleh kesempatan untuk bergaul dan berinteraksi dengan orang lain, juga dapat menegmbangkan kemampuannya.

Prestasi dalam berbagai cabang olahraga harus didukung oleh kondisi fisik yang baik, penguasaan teknik dan psikologi, dengan memiliki kondisi fisik yang baik maka seseorang akan lebih mudah mencapai prestasi. Hal ini diungkapkan oleh Sajoto (1998:3), bahwa “ salah satu faktor tertentu dalam mencapai prestasi olahraga adalah terpenuhinya komponen fisik yang terdiri dari kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi, tenaga, daya tahan otot, daya kerja jantung

dan paru-paru, kelenturan, keseimbangan, ketepatan dan kesehatan untuk berolahraga”.

Ada beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki seorang pemain Sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*). Dalam permainan sepakbola hampir semua teknik tersebut digunakan selama pertandingan, walaupun kadang-kadang teknik tanpa bola atau gerak tanpa bola memberikan andil yang cukup besar untuk membantu penyerangan dan pertahanan. Seperti yang telah dikemukakan di atas, bahwa salah satu teknik dasar dalam permainan Sepakbola adalah *throw-in*. Dalam permainan Sepakbola saat sekarang ini seorang pemain sepakbola dituntut untuk dapat melakukan lemparan ke dalam (*throw-in*) dengan benar. Lemparan yang keras, kuat, baik, cermat, dan tepat pada sasaran akan lebih memudahkan untuk menciptakan peluang membuat gol.

Throw-in merupakan suatu cara untuk memulai kembali pertandingan yang berlangsung jika bola keluar dari garis pinggir lapangan bola saat itu dibutuhkan *throw-in* atau lemparan kedalam. Peraturan permainan (2010:72) mengemukakan bahwa “*throw-in* adalah suatu cara untuk memulai kembali permainan”. *Throw-in* ada saatnya menjadi faktor yang menguntungkan dan mempunyai peranan yang besar dalam kemenangan suatu tim, di katakan menguntungkan dan mempunyai peranan yang besar dalam kemenangan suatu tim apabila pada saat pertandingan mendekati waktu akhir permainan dan bola keluar meninggalkan lapangan dekat dengan daerah pertahanan lawan, hal ini dapat

dimanfaatkan untuk menciptakan peluang mencetak gol dengan lemparan yang jauh ke arah gawang lawan. Untuk itu seorang pemain sepakbola diharapkan memiliki kemampuan *throw-in* yang baik. Saat melakukan *Throw-in* dibutuhkan *power* otot lengan, kekuatan otot lengan, kelentukan otot pinggang dan dorongan tungkai kaki yang menjadi hal terpenting dalam melakukan *throw-in*. Semua komponen fisik memiliki hubungan yang erat dalam pelaksanaan *throw-in* yang baik dan maksimal.

Throw-in bermanfaat untuk melakukan umpan jarak dekat atau jarak jauh sesuai dengan sasaran yang diinginkan, dalam penelitian ini nantinya diusahakan agar hasil *throw-in* baik (dengan jarak yang jauh), karena *throw-in* dengan jarak yang jauh dapat dimanfaatkan sebagai umpan lambung ke depan gawang lawan sebagai awal dari suatu penyerangan. *Throw-in* yang jauh akan semakin baik dan akan menguntungkan suatu tim untuk memperoleh peluang mencetak gol dan memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan yang merupakan tujuan utama pembinaan prestasi ditentukan oleh salah satunya melalui kemampuan *throw-in* para pemainnya.

Simalungun merupakan kabupaten yang cukup ramai dikunjungi masyarakat. Masyarakat simalungun cukup antusias dalam melakukan olahraga terutama pemuda-pemuda sekitar. Pada pembahasan ini peneliti membatasi terkait penelitian yang akan dilaksanakan yaitu sepakbola. Dikarenakan banyak orang berlatih untuk meraih kemenangan di *event-event* kejuaraan sepakbola dan tidak sedikit juga masyarakat yang ikut serta menyaksikan pertandingan. Seiring dengan minat yang banyak, maka sering diadakan kejuaraan-kejuaraan olahraga

Sepakbola, baik tingkat pelajar, pemula bahkan profesional. Khususnya di Kabupaten Simalungun Sumatera Utara, cukup banyak liga antar kampung (tarkam) antar klub Sepakbola yang ada di Simalungun, sehingga membangkitkan semangat pemudanya untuk berlatih.

Pada penelitian ini Klub Sepakbola Ramer Simalungun merupakan klub sepakbola cukup ternama yang bertempat di jalan H. Ulakma Sinaga, Rambung Merah Simalungun. Diasuh oleh pelatih Marwan Nasution. Pada umumnya atlet dari klub sepakbola Ramer Simalungun memiliki kemampuan dan *skill* yang cukup baik. Ini dibuktikan dengan prestasinya yaitu juara 3 piala PPES Cup sidamaniik pada tahun 2003 dan juara harapan 2 piala Bupati Cup Simalungun pada tahun 2009. Banyak dari bibit-bibit pemain berbakat disimalungun ikut berlatih di klub sepakbola Ramer Simalungun. Sehingga melihat dari itu terdapat atlet-atlet yang berprestasi yang ikut serta dalam sesi latihan. Jumlah atlet yang ikut serta dalam sesi latihan sebanyak 35 orang terdiri dari usia junior yaitu 10-15 tahun dan senior usia 16-21 tahun.

Mengingat pentingnya teknik *throw-in* dalam permainan sepakbola dan melihat hasil pengamatan dan observasi peneliti pada Klub sepakbola Ramer Simalungun tentang pelaksanaan teknik *throw-in* yang dilakukan. Dari hasil pengamatan saat melakukan *throw-in* atlet sangat terampil secara otomatisasi dalam melakukan tekni *throw-in* dalam sepakbola. Bentuk pola penyerangan atlet dalam melalui teknik *throw-in* sangat efektif dan sering menciptakan gol kegawang lawan. Untuk itu peneliti melakukan tes pendahuluan kepada atlet Klub sepakbola Ramer Simalungun guna mengungkap secara nyata tentang

pelaksanaan teknik *throw-in* dalam permainan sepakbola. Dan hasil yang didapat atlet mampu dalam melakukan *throw-in* dengan baik dan benar sehingga melihat hasil observasi tersebut peneliti berkesimpulan bahwa atlet Klub sepakbola Ramer Simalungun bisa melakukan *throw-in* dengan benar dan layak sebagai bahan dalam penelitian.

Berdasarkan pembahasan diatas pelaksanaan *throw-in* memiliki komponen fisik seperti *power* otot lengan dan kelentukan otot pinggang dalam pelaksanaan teknik *throw-in* atlet, untuk itu peneliti akan mengungkapkan data secara teoritik sebagai suatu masukan dan acuan bagi pelatih dalam menerapkan bentuk latihan teknik *throw-in*. Maka dari itu peneliti tertarik dan termotivasi untuk melakukan penelitian dengan menetapkan penelitian yaitu “Hubungan *Power Otot Lengan* dan *Kelentukan Otot Pinggang Terhadap Hasil Throw-in Pada Atlet Klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017*”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka dapat diuraikan identifikasi beberapa masalah yang dihadapi dalam penelitian ini, masalah-masalah yang dihadapi adalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui faktor yang mempengaruhi hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017.
2. Pengetahuan atlet dan pelatih pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017 terhadap *throw-in* masih kurang.
3. Belum diketahui hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun

Tahun 2017.

4. Belum diketahui apakah terdapat hubungan *power* otot lengan dan kelentukan otot pinggang terhadap hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari kesalah pahaman dan penafsiran serta mempertegas sasaran yang akan diteliti, adapapun masalah yang menjadi sasaran peneliti adalah hubungan *power* otot lengan dan kelentukan otot pinggang terhadap hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Adakah hubungan *power* otot lengan terhadap hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017?
2. Adakah hubungan kelentukan otot pinggang terhadap hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017?
3. Adakah hubungan *power* otot lengan dan kelentukan otot pinggang terhadap hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017?

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan *power* otot lengan terhadap hasil *throw-in* pada

atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017.

2. Untuk mengetahui hubungan kelentukan otot pinggang terhadap hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017.
3. Untuk mengetahui hubungan *power* otot lengan dan kelentukan otot pinggang terhadap hasil *throw-in* pada atlet klub sepakbola Ramer Simalungun Tahun 2017.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Bagi para pembina dan pelatih diharapkan bermanfaat sebagai dasar untuk mengukur kemampuan *throw-in* dan sebagai rancangan bahan untuk menyusun program latihan yang baik dan sesuai untuk atlet sepakbola Ramer Simalungun tahun 2017.
2. Sebagai bahan masukan yang berarti bagi atlet, pelatih dan Pembina serta pemerhati olahraga, khususnya dalam meningkatkan hasil *throw-in* dengan mempertimbangkan kemampuan *power otot* lengan dan kelentukan otot pinggang.
3. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan cabang olahraga sepakbola bagi mahasiswa/i Fakultas Ilmu Keolahragaan.
4. Sebagai bahan masukan untuk melakukan penelitian dalam menyusun karya ilmiah.