

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di seluruh belahan dunia. Begitu populernya permainan ini, membuat para penggemarnya sangat antusias mengikuti informasi tentang perkembangan sepakbola itu sendiri. Tidak jarang bagi klub-klub di Eropa ataupun di Amerika latin mengikuti tim kesangganya kemanapun mereka bertanding.

Hal tersebut diatas adalah menggambarkan sepakbola adalah sebagai olahraga yang sangat memasyarakat. Data statistik menunjukkan bahwa penonton yang mengikuti permainan ini melebihi event seperti Olimpiade. Maka dari itu FIFA (*Federation International Football Asociation*) sebagai badan tertinggi permainan sepakbola, telah membuat program khusus untuk lebih mengembangkan dan meningkatkan mutu permainan sepakbola.

Dalam melakukan permainan sepakbola, setiap pemain harus menguasai teknik bermain sepakbola yang benar dan baik. Pengertian dari teknik sepakbola adalah segala sesuatu yang diperlukan agar seseorang dapat bermain sepakbola.

Tindakan yang dilakukan untuk bermain sepakbola adalah termasuk teknik sepakbola,yang termasuk tehnik sepakbola adalah Menendang (*passing* dan *shooting*), Menahan (*trapping*), Mengontrol (*control*), Menggiring (*dribbling*), Menyundul (*heading*), Lemparan ke dalam (*throw-in*), dan tehnik Penjaga gawang (*keeper*)

Heading sangat penting di kuasai oleh setiap pemain dalam upaya melakukan operan bola yang berda di udara ke rekan satu team, untuk mencetak gol dan mengarahkan bola ke gawang lawan, menghalau bola lambung dari serangan lawan atau membuang bola yang mengarah ke gawang sendiri.

Penelitian ini di rencanakan di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri Kisaran. Alasan peneliti melakukan penelitian di tempat tersebut dikarenakan berdasarkan hasil pengamatan penulis ketika menyaksikan pertandingan persahabatan yang di lakukan siswa ekstrakurikuler MAN Kisaran dimana banyaknya peluang mencetak gol melalui *heading* terbuang sia-sia dan masih rendahnya kualitas *heading* yang dimiliki para pemainnya. Selain itu para pemain kesulitan mengarahkan bola pada teman satu team sehingga teman yang menerima kesulitan untuk mengontrol bola, hal ini disebabkan kurangnya tehnik *heading* para pemain yang pada saat berlatih tidak diberikan bentuk latihan *heading*.

Banyak bentuk latihan yang dapat digunakan dalam meningkatkan kemampuan *heading*. Dalam beberapa bentuk latihan *heading* yang ada, peneliti memilih bentuk latihan yang digunakan adalah *heading with a body turn* dan *diving header*.

Tabel 1 .Nilai untuk tiap-tiap jenis tes keterampilan heading sepakbola

| Bermain dengan menggunakan kepala | Nilai |
|-----------------------------------|-------|
| 7 | 90 |
| 6 | 83 |
| 5 | 76 |
| 4 | 68 |
| 3 | 61 |
| 2 | 54 |
| 1 | 39 |
| 0 | 36 |

Sumber : Hasnan Said (1997:15)

Tabel 2. Norma penggolongan kemampuan bermain sepakbola

| Nilai keterampilan | Golongan |
|--------------------|----------------------|
| 61-keatas | Baik (B) |
| 53-60 | Cukup (C) |
| 46-52 | Sedang (S) |
| 37-45 | Kurang (K) |
| \leq -36 | Kurang sekali (KS) |

Sumber : Hasnan Said (1997 :17)

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang di atas dapat di jadikan gambaran tentang permasalahan yang mencakup di dalamnya. Supaya permasalahan tidak berkembang maka permasalahan dapat di identifikasikan sebagai berikut : faktor-faktor apa saja yang dapat meningkatkan kemampuan *heading* ? Apakah latihan teknik dapat mempengaruhi kemampuan *heading* ? Apakah latihan *heading with a body turn* dapat meningkatkan kemampuan *heading* ? Apakah latihan *diving header* dapat meningkatkan kemampuan *heading* ? Sejauh mana kedua bentuk latihan tersebut dapat meningkatkan kemampuan *heading* ?

C. Pembatasan Masalah

Untuk mempertegas sasaran yang akan dicapai, perlu kiranya menentukan pembatasan masalah pada hal-hal yang pokok saja yaitu untuk melihat perbedaan pengaruh latihan *heading with a body turn* dengan *diving header* terhadap peningkatan kemampuan *heading* pada permainan sepakbola.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan pada uraian latar masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan di teliti, sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh yang signifikan latihan *heading with a body turn* terhadap peningkatan kemampuan *heading* ?
2. Adakah pengaruh yang signifikan latihan *diving header* terhadap peningkatan kemampuan *heading* ?

3. Manakah yang lebih besar pengaruhnya latihan *heading with a body turn* dan *diving header* terhadap peningkatan kemampuan *heading* ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *heading with a body turn* terhadap peningkatan kemampuan *heading*
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *diving header* terhadap peningkatan kemampuan *heading*
3. Untuk mengetahui manakah yang berpengaruh latihan antara *heading with a body turn* dengan *diving header* terhadap peningkatan kemampuan *heading*

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan bermanfaat sebagai berikut :

1. Untuk menjadi bahan rujukan bagi pembina ekstrakurikuler sepakbola khususnya di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri Kisaran pada umumnya tentang pentingnya pemberian latihan *heading with a body turn* dan *diving header* yang mengarah pada peningkatan teknik *heading* .
2. Untuk para pelatih sepakbola dan guru pendidikan jasmani di sekolah, hasil penelitian ini kiranya dapat di manfaatkan sebagai masukan dalam pelaksanaan pelatihan dan pembinaan sepakbola.
3. Bagi para pembaca yang telah membaca penelitian ini, dapat menjadikan penambah wawasan tentang pelatihan sepakbola.