

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Prestasi dalam berbagai cabang olahraga harus didukung oleh kondisi fisik yang baik dalam Penguasaan teknis dan faktor psikologis. Dengan memiliki kondisi fisik yang baik, maka seseorang akan lebih mudah untuk mencapai prestasi maksimal. Dalam permainan sepakbola banyak faktor-faktor yang dibutuhkan untuk meningkatkan prestasi yaitu faktor teknik, kondisi fisik, taktik, strategi, mental, dan kerja sama.

Beberapa unsur-untuk kondisi fisik yang harus dimiliki oleh pemain sepakbola antara lain ; kekuatan, kelincahan, kecepatan dan kordinasi, tenaga, *power*, daya tahan otot, daya kerja jantung paru, kelenturan, keseimbangan, dan kesehatan olahraga.

Untuk mencapai hasil yang maksimal, kita harus melakukan program latihan rutin. Sekolah sepakbola (SSB) biasanya selalu melakukan latihan rutin yang membina anak-anak usia muda untuk menjadi atlet sepakbola yang kelak menjadi bibit pemain kebanggaan bangsa.

Salah satu sekolah sepakbola (SSB) yang membina atlet muda yang menjadi program pemerintah adalah sekolah sepakbola (SSB) PATRIOT Medan. Berawal dengan niat mendidik dan menghindari anak dari kenakalan remaja, Drs Hendra DS yang sekarang menjabat sebagai anggota DPRD kota medan bersama Fitian Hamdi, Dedi Supriadi, Alm. Dodi, Syahril WP dan Suharto Samin mendirikan Sekolah Sepakbola dengan nama Sekolah sepakbola (SSB) PATRIOT Medan.

Sekolah sepakbola (SSB) PATRIOT berdiri sejak tahun 2006 dan sekarang menjadi tempat berlatih sekitar 500 pemain berbakat.

SSB Patriot Medan ditangani oleh 5 orang pelatih senior yang semuanya memiliki lisensi C. Mereka adalah Syahril WP selaku kordinator pelatih, Suharto Samin, Kaliman, Aditio Nugroho dan Ripho Buano. Ditangan mereka, beberapa prestasi sudah ditorehkan, diantaranya, juara I U-13 Piala Yamaha tahun 2013, juara I U-14 Batam Champion's Trophy dikota Batam tahun 2013, juara I U-15 Piala Surya Putra Syawal CUP IV, dan lain sebagainya.

Sekolah sepakbola ini mempunyai jadwal latihan yang terprogram dengan materi latihan yang bervariasi dan latihan dilakukan 3 kali dalam seminggu, yaitu hari Senin, Rabu, dan Jum'at. Materi latihan dimulai dari pemanasan dan latihan intinya adalah penekanan pada teknik dasar sepakbola seperti *passing*, *controlling*, *dribbling*, *shooting*, dan *heading*.

Program latihan yang diberikan untuk pemula dan remaja junior berbeda. Program latihan untuk pemula lebih menekankan pada teknik dasar sepakbola seperti menendang dan menggiring bola, sedangkan untuk junior selain latihan teknik dasar, pelatih juga menekankan pada latihan fisik, seperti daya tahan, kecepatan, kelincahan dan reaksi.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan sekolah sepakbola (SSB) Patriot Medan saat melakukan latihan maupun saat mengikuti pertandingan, peneliti mengamati para pemain kurang lincah dalam pergerakannya, baik pergerakan pada saat menguasai bola ataupun tanpa bola, terutama saat melewati lawan.

Pelatih Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Suharto Samin menuturkan, “untuk menangani pemain muda tidaklah mudah. Kebanyakan anak-anak masih lebih banyak bermain dari pada belajar. Mereka main-main dan ketawa-ketawa. Ya, kita sabar sambil mengarahkannya”.

Pada Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan, peneliti melihat pelatih selalu memberikan latihan-latihan yang monoton yaitu bentuk-bentuk latihan yang selalu sama pada saat memberi latihan, sehingga perkembangan anak dapat terhambat karna tidak adanya rasa senang dalam melakukan latihan-latihan yang diberikan oleh pelatih. Kebanyakan juga pelatih sekarang jika diperhatikan dalam memberikan materi latihan, pelatih lebih banyak memberikan latihan taktik bermain sepakbola dan juga memberikan ceramah kepada pemain saat melatih, terutama pada pelatih-pelatih sekolah sepakbola. Hal ini berdampak pada saat pertandingan-pertandingan uji coba ataupun kompetisi sedang berlangsung, anak-anak tersebut terlihat kurang lincah dalam pergerakannya.

Kelincahan merupakan suatu gerakan yang dominan pada permainan sepakbola, kelincahan juga sangat dibutuhkan pada saat melewati lawan, baik pergerakan yang dilakukan saat menguasai bola ataupun tanpa bola. Terlihat kelincahan pemain masih kurang dan terlihat kaku yang mengakibatkan pemain kurang mampu pada saat melewati lawan. Karena pada saat latihan anak-anak tidak didasari dengan perasaan senang dan hanya diberikan latihan yang bersifat monoton atau latihan yang sama setiap latihan dan tidak didasari dengan latihan bermain, sehingga hasil yang didapat tidak maksimal bagi anak-anak usia dini.

Dalam hal ini peneliti mengangkat sebuah masalah yaitu dalam olahraga khususnya sepakbola pada pemain usia 12 – 14 tahun. Pada usia dini, anak-anak masih cenderung suka bermain atau permainan dalam rangka pelajaran penjas, sehingga anak-anak melakukan permainan itu dengan rasa senang. Karena rasa senang ini, maka anak-anak akan mengungkapkan keadaan pribadinya yang asli pada saat mereka bermain, baik itu berupa watak asli maupun kebiasaan yang telah membentuk kepribadiannya.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa dengan bermain orang dapat mengaktualisasikan potensi aktifitas manusia dalam bentuk gerak, sikap, dan perilaku. Untuk itu peneliti memberi suatu bentuk permainan untuk meningkatkan kelincahan para pemain sepakbola SSB Patriot Medan Tahun 2015, Sebab kelincahan sangat mendukung dalam permainan sepak bola.

Dispora Kota Medan (2004 : 209) menjelaskan bahwa “Olahraga tradisional ada beberapa bentuk permainan yaitu egrang, gebug bantal, terompah panjang, tarik tambang, hadang, patok lele, benteng, dagongan, sumpitan, dan gasing”.

Dari uraian diatas, peneliti memilih dua bentuk latihan dari permainan tradisional yang dapat meningkatkan kelincahan pemain SSB Patriot Medan Tahun 2015. Permainan tradisional yang digunakan dalam penelitian ini adalah Bermain Benteng dan Bermain Hadang.

Kegiatan pendidikan yang dilaksanakan dijenjang usia muda terutama olahraga, merupakan suatu usaha yang membantu mengembangkan pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa muda, sesuai dengan masa pertumbuhan dan perkembangannya. Hal ini dapat membuat perubahan jasmaniah maupun psikis

atau semakin baiknya fungsi organ tubuh untuk melakukan gerakan ataupun melakukan kegiatan.

Karakteristik perkembangan fisik ini perlu dipelajari dan dipahami karena akan memiliki aplikasi tertentu bagi penyelenggaraan pendidikan olahraga. Selain itu juga diyakini bahwa pertumbuhan fisik anak dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan keperibadian anak secara keseluruhan keanekaragaman aktifitas fisik melalui gerakan yang dinyatakan dalam bentuk bermain.

Untuk meningkatkan gerak motorik anak, sebaiknya diberi kesempatan untuk beraktifitas dalam bentuk bermain. Hal ini dapat meningkatkan keseimbangan fisik, mental, dan moral, juga dapat mendorong imajinasi anak, menambah daya ingat dan kesempatan bernalar, serta menyalurkan hasrat dorongan untuk bergerak.

Mencermati permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan suatu penelitian tentang: “Perbedaan Pengaruh Latihan Bermain Benteng dengan Latihan Bermain Hadang terhadap kelincahan Pada Atlet Putra Sepakbola Usia 12 – 14 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan Tahun 2015”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang dikemukakan dari latar belakang masalah, maka masalah yang akan diteliti dapat diidentifikasi, yaitu ; Faktor apa sajakah yang menyebabkan kurangnya kelincahan pada pemain? Bentuk latihan yang bagaimanakah yang dapat meningkatkan kelincahan pemain? Apakah faktor bermain dapat mendukung dalam peningkatan kelincahan pemain? Apakah

bermain Benteng dan bermain Hadang dapat meningkatkan kelincahan pada pemain sepakbola?

### **C. Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari masalah yang lebih luas dan interpretasi yang berbeda, maka perlu adanya pembatasan masalah yang diteliti yaitu “Perbedaan Pengaruh Latihan Bermain Benteng dengan Latihan Bermain Hadang terhadap kelincahan pada atlet putra sepakbola usia 12 - 14 tahun SSB Patriot Medan Tahun 2015”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari identifikasi masalah yang dikemukakan, maka dirumuskan masalah yang diteliti, yakni :

1. Apakah ada pengaruh Latihan bermain Benteng terhadap peningkatan kelincahan pada atlet putra sepakbola usia 12 - 14 tahun SSB Patriot Medan Tahun 2015?
2. Apakah ada pengaruh Latihan bermain Hadang terhadap peningkatan kelincahan pada atlet putra sepakbola usia 12 - 14 Tahun SSB Patriot Medan Tahun 2015?
3. Manakah yang lebih besar pengaruhnya antara Latihan bermain Benteng dan Latihan Bermain Hadang terhadap peningkatan kelincahan pada atlet putra sepakbola usia 12 - 14 tahun SSB Patriot Medan Tahun 2015?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah serta rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh Latihan bermain Benteng terhadap peningkatan kelincahan pada atlet putra sepakbola usia 12 - 14 tahun SSB Patriot Medan Tahun 2015.
2. Untuk mengetahui pengaruh Latihan bermain Hadang terhadap peningkatan kelincahan pada atlet sepakbola usia 12 - 14 tahun SSB Patriot Medan Tahun 2015.
3. Untuk mengetahui mana yang lebih besar pengaruhnya antara Latihan bermain Benteng dan bermain Latihan Hadang terhadap peningkatan kelincahan pada atlet putra sepakbola usia 12 - 14 tahun SSB Patriot Medan Tahun 2015.

#### **F. Manfaat Penelitian**

1. Bagi guru olahraga sebagai bahan masukan dalam pembelajaran materi sepakbola.
2. Bagi pelatih sepakbola sebagai bahan masukan tentang latihan permainan benteng dan permainan hadang terhadap kelincahan dan kecepatan pemain sepakbola.
3. Sebagai bahan masukan bagi masyarakat pecinta olahraga tentang permainan benteng dan permainan hadang terhadap kelincahan dan kecepatan pemain sepakbola.
4. Bagi mahasiswa dapat mengembangkan penulisan ini untuk penelitian selanjutnya.