

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis dan metodik yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah, yang terdiri dari dua materi yaitu yang bersifat teoritis dan aktivitas praktis. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang berusaha mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani yang diajarkan meliputi: atletik, senam, renang (*aquatik*), olahraga permainan (sepakbola, bolavoli, bola basket, dll) dan aktivitas pengembangan.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, kegiatan banyak dilakukan di luar ruangan atau *outdoor* dan pada umumnya siswa cenderung lebih menyukai atau tertarik terhadap olahraga aktivitas yang bersifat permainan kelompok/beregu. Salah satu olahraga permainan yang dimainkan secara berkelompok/beregu yang banyak disukai oleh anak-anak adalah permainan sepakbola.

Sepakbola merupakan olahraga beregu yang dimainkan di atas lapangan yang rata berbentuk persegi panjang, dimana lebar dan panjang

berbanding tiga dengan empat. Tujuan permainan yang dilakukan oleh dua regu yang terdiri dari sebelas pemain di tiap regu termasuk satu penjaga gawang adalah berusaha menguasai bola dan memasukkan ke gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Sepakbola merupakan olahraga yang perlu dilakukan pembinaan sejak usia dini atau dari sekolah dasar, yang dimaksud sebagai tahap persiapan sebelum pemberian latihan yang kompleks saat masa prestasi puncak.

Pada saat ini sepakbola merupakan permainan rakyat yang menyebar di seluruh pelosok tanah air, sehingga olahraga ini tergolong populer di Indonesia. Meskipun telah merakyat namun prestasi tim Nasional belum belum menggembirakan bahkan ada kesan menurun. Di tingkat ASEAN saja Indonesia masih di bawah Thailand, apalagi di tingkat Asia dan Dunia, prestasi sepakbola Indonesia masih jauh tertinggal dan belum menunjukkan prestasi yang maksimal.

Kondisi yang memprihatinkan ini tidak terlepas dari sistem pembinaan sepakbola Nasional yang masih belum menemukan bentuk yang tepat dan efektif yang dapat memacu dan meningkatkan prestasi sepakbola Nasional. Hal ini memerlukan perhatian yang serius dari pemerintah terhadap kondisi sepakbola saat ini. Hal semacam ini akan berdampak buruk terhadap kemajuan sepakbola di Indonesia.

Seperti diketahui, bahwa keberhasilan pembinaan dan pencapaian prestasi puncak pada olahraga khususnya cabang sepakbola, tidak lepas

dari pembinaan yang baik salah satunya melalui pendidikan formal di sekolah dan masyarakat. Munculnya sekolah sepakbola (SSB) di berbagai daerah merupakan hal yang menggembirakan bagi dunia olahraga khususnya sepakbola. Sekolah sepakbola merupakan suatu wadah pembinaan pesepakbola anak dan remaja. Pesepakbola yang masuk dan mengikuti latihan di sekolah sepakbola diharapkan dapat berkembang secara fisik dan psikologis. Selain untuk menyalurkan bakat siswa, sekolah sepakbola juga dapat meningkatkan keseharian, meningkatkan prestasi, melatih bekerjasama, dan menumbuhkan sportifitas pada anak. Sehingga anak usia dini dapat diharapkan akan berkembang secara fisik dan psikis.

Seiring adanya sekolah sepakbola di berbagai daerah, masih banyak juga anak yang belum bahkan tidak bisa untuk mengembangkan bakatnya dengan masuk ke sekolah sepakbola. Faktor ekonomi keluarga menjadi masalah utama dari permasalahan ini. Selain fasilitas untuk berlatih, seorang anak harus mengeluarkan biaya untuk administrasi yang lain ketika seorang anak menjadi siswa sekolah sepakbola. Hal seperti ini yang kadang menghambat anak untuk mengembangkan bakat dan meraih prestasi.

Panji Putra FC Turi Sleman merupakan klub sepakbola yang berada di Kabupaten Sleman. Klub sepakbola ini menjadi anggota kompetisi divisi utama di daerah Sleman yang diadakan oleh PSSI cabang Sleman. Prestasi yang diraih oleh klub Panji Putra FC ini cukup menggembirakan karena klub ini selalu menjadi langganan kompetisi

devisi utama di daerah Sleman dan belum pernah turun kasta ke devisi satu, bahkan klub ini juga pernah menjuarai kompetisi devisi utama daerah Sleman. Pencapaian ini tidak terlepas dari pembinaan dan keseriusan pengurus klub untuk mendapatkan prestasi yang maksimal. Motivasi yang tinggi adalah kunci utama keberhasilan dalam membina dan mencapai prestasi. Hal ini yang terlihat dari pengurus Panji Putra FC Turi, Sleman. Para pengurus bukan hanya berkonsentrasi pada kompetisi tetapi juga fokus terhadap pembinaan pesepakbola usia dini. Melihat bakat, kemampuan, keinginan anak-anak yang cukup tinggi terhadap sepakbola, dan dengan segala keterbatasan ekonomi di Kecamatan Turi pengurus klub memberanikan diri untuk membina dan melatih anak-anak usia dini di daerah ini. Latihan dilakukan pada hari Minggu, Rabu dan Jumat, dengan bimbingan dari 2 orang pelatih yang dimulai dari pukul 14.30 WIB – 16.00.

Latihan pesepakbola usia dini tersebut ditekankan pada penguasaan gerak – gerak dasar dan peningkatan kondisi fisik, serta penguasaan dasar keterampilan. Kesegaran Jasmani dalam sepakbola menurut Robert Koger (2007:2) adalah syarat mutlak. Banyak tim yang berhasil meraih kemenangan di akhir pertandingan karena ke kuatan pemain lawan sudah terkuras habis. Kesegaran jasmani memegang peranan penting dalam pencapaian prestasi. Hal tersebut karena untuk mengaplikasikan keterampilan teknik dan taktik, kualitas fisik sangat dibutuhkan. Dengan demikian apabila seorang pesepakbola mempunyai kesegaran jasmani

yang tinggi maka akan bisa melakukan segala yang berkaitan dengan sepakbola, baik fisik, teknik, taktik, dan mental sehingga prestasi pesepakbola akan bisa optimal dibanding pesepakbola yang tingkat kesegaran jasmaninya rendah.

Pentingnya kesegaran Jasmani pesepakbola hendaknya disadari oleh para pelatih dan pesepakbola itu sendiri. Pelatih hendaknya selalu mengontrol kesegaran Jasmani pesepakbola sehingga akan terdeteksi sejak dini. Peningkatan kesegaran Jasmani tersebut dapat dipantau melalui pelaksanaan tes kesegaran Jasmani yang dilakukan secara berkala, misalnya setiap 6 (enam) bulan. Hasil tes kesegaran Jasmani dapat digunakan pelatih untuk mengarahkan atau memberikan informasi kepada pesepakbolanya tentang tingkat kesegaran Jasmani. Pusat Kesegaran Jasmani telah menyusun rangkaian tes yang disebut Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI). TKJI ini disusun dengan kelompok umur yang berbeda yaitu: 6-9 tahun, 10–12 tahun, 13–15 tahun, dan 16–19 tahun.

Penelitian ini difokuskan pada kelompok umur 10 – 12 tahun, hal ini dengan mempertimbangkan bahwa SSB Panji Putra kelompok umur 10–12 tahun telah sering mengikuti berbagai turnamen, misalnya turnamen antar SSB, Liga Danone, dan lain – lain tetapi belum pernah mendapatkan juara. hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah faktor kesegaran jasmani.

Kenyataan yang dapat diamati di lapangan jarang sekali pelatih yang mengontrol tingkat kesegaran Jasmani pesepakbola yang dilatihnya,

seperti hal yang terjadi di SSB Panji Putra FC Turi. Dengan melihat kondisi pesepakbola usia dini di SSB Panji Putra FC Turi yang terjadi dari berbagai macam latar belakang, status ekonomi, tingkat aktivitas yang berbeda, pemanfaatan waktu luang yang beraneka ragam, tentunya akan memiliki tingkat Kesegaran Jasmani yang berbeda. Berdasarkan dari latar belakang masalah di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Panji Putra Turi Kelompok Usia 10–12 tahun".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui pengaruh ekonomi keluarga terhadap motivasi pesepakbola usia dini di SSB Panji Putra Turi.
2. Belum diketahui pengaruh tingkat aktivitas yang berbeda terhadap Kesegaran Jasmani siswa SSB Panji Putra Turi usia 10-12 tahun.
3. Belum diketahui tingkat Kesegaran Jasmani SSB Panji Putra Turi usia 10–12 tahun.

C. Batasan Masalah

Melihat banyaknya permasalahan yang muncul pada latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas dan didasarkan pada pertimbangan keterbatasan kemampuan peneliti, baik biaya, pengalaman, waktu dan daya pikir maka peneliti hanya akan mengkaji dan membahas pada satu

pokok permasalahan saja yaitu tentang tingkat kesgaran jasmani siswa SSB Panji Putra kelompok usia 10 – 12 tahun.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan topik permasalahan dalam penelitian ini, yaitu: Seberapa Baik Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Panji Putra Turi Kelompok Usia 10 – 12 tahun?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai tingkat kesegaran jasmani siswa SSB Panji Putra kelompok usia 10 – 12 tahun.

F. Manfaat penelitian

1. Secara Teoritis

A. Bagi SSB dan Pelatih

- a. Memberikan informasi kepada para pelatih dan seluruh pengurus SSB Panji Putra tentang keadaan tingkat kesegaran siswa SSB Panji Putra kelompok usia 10 – 12 tahun.
- b. Sebagai alat ukur yang baik untuk mengetahui keberhasilan tugas pelatih dalam menyusun, membina, melatih dan mengaplikasikan program latihan yang dibuat untuk siswa-siswa SSB Panji Putra Turi.

B. Bagi Siswa

- a. Siswa dapat mengetahui dan memahami akan arti pentingnya kesegaran jasmani.
- b. Dapat mengetahui tentang tingkat kesegaran jasmani.
- c. Memberikan acuan agar lebih giat dalam berlatih.

2. Secara Praktis

- A. Siswa SSB sebagai subyek penelitian dapat mengetahui tingkat kesegaran jasmani dan makin terpacu untuk meningkatkan kesegaran jasmani mengingat besarnya manfaat tentang kesegaran jasmani.
- B. Pelatih dapat lebih meningkatkan kesegaran jasmani siswa SSB.