

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga sepakbola merupakan olahraga yang digemari oleh banyak kalangan masyarakat dari Sabang sampai Merauke sepakbola dikenal menjadi olahraga paling favorit. Perkembangan sepakbola sangatlah pesat selain untuk melatih kebugaran jasmani sepakbola merupakan sebuah hiburan tersendiri untuk masyarakat umum. Sepakbola memiliki permainan yang menarik untuk diikuti terutama dari segi perkembangannya. Permainan ini sangat berkembang pesat di dunia, baik dasar permainan, sistem pertandingan, dan infrastruktur latihan. Banyak kemampuan pemain yang berkembang dimasa sekarang semua berkat perkembangan sistem sepakbola tetapi tidak lepas dari itu permainan yang baik tidak lepas dari dukungan dari aspek pemain professional. Menjadi pemain professional tidak bisa lepas dari proses yang cukup panjang, dari menjadi pemain desa sampai mencapai titik pemain professional.

Banyak pemain yang terlahir dari pelosok desa, untuk menjadi pemain professional para pemain desa melewati proses yang sangat panjang. Program yang dilakukan untuk awal yaitu menjadi pemain kesebelasan desa dalam keikutsertaan yang diselenggarakan di kecamatan daerah. Dalam hal ini setiap desa ingin menjadi yang terbaik diantara desa lainnya, tentunya pihak desa akan

mengusahakan agar tim yang dikirim untuk mengikuti turnamen adalah tim terbaik yang berasal dari putra daerah.

Proses latihan sebelum mengikuti turnamen pasti dilakukan di setiap desa selain latihan pihak desa akan melakukan regenerasi untuk tim kesebelasan desa. Proses dalam regenerasi pemain pihak desa akan melakukan pembinaan terhadap remaja yang memiliki bakat bermain sepakbola dengan memberikan arahan atau memberikan fasilitas agar setiap remaja akan terarah. Apabila setiap desa memiliki usaha pembinaan calon pemain akan memudahkan asosiasi daerah untuk menerbitkan pemain-pemain muda berbakat. Keterkaitan ini yang menjadi perubahan untuk sistem pemilihan pemain. Selain itu, apabila pemain sejak dini mendapatkan proses perkembangan di desa akan memberikan hal yang positif terhadap masa depan pemain tersebut. Karena banyak pemain profesional yang berasal dari pelosok desa dan karena adanya kemauan dan kepedulian pihak terkait pemain tersebut bisa menjadi pemain profesional. Dalam proses pembinaan pihak terkait harus sangat intensif dalam pemantauan karena untuk meminimalisir hal yang tidak diinginkan seperti kesalahan dalam program latihan.

Selain pembinaan materi pihak terkait harus memperhatikan aspek yang lainnya dan itu harus sesuai porsi umur karena sepakbola adalah permainan kelompok yang melibatkan banyak unsur fisik, teknik, dan mental. Didalam sepakbola memang fisik dan teknik sangat mempengaruhi dalam permainan tetapi mental yang dapat membuktikan pemain tersebut adalah pemain hebat atau tidak, karena setiap pemain yang memiliki fisik dan teknik yang baik tetapi

tidak memiliki mental yang baik dalam pertandingan akan mengakibatkan permainan menjadi tidak stabil. Oleh karena itu, tiga aspek tersebut sangat bersinergi agar pemain dapat melaksanakan pertandingan dengan baik. Didalam permainan sepakbola setiap pemain diwajibkan mempunyai mental yang kuat, bukan hanya mental dalam pertandingan saja tetapi harus memiliki mental untuk menghadapi dari luar lapangan. Karena sepakbola sendiri menjadi olahraga yang populer dari dulu sampai sekarang terbukti dengan banyaknya antusias penonton apabila ada pertandingan sepakbola di penjuru nusantara. Sehingga muncul kelompok-kelompok fanatik penggemar klub sepakbola yang bernama suporter sepakbola. Pada perkembangan zaman saat ini supporter telah merangsang masuk ke pelosok desa mengikuti perkembangan permainannya.

Saat ini kurangnya kesadaran pembinaan menjadi masalah utama bagi remaja yang ingin meneruskan minat dan bakat yang dimiliki kebanyakan mereka melakukan latihan mandiri diluar desa dengan mengikuti sekolah sepakbola. Hal ini dilakukan karena tingkat usaha yang tinggi untuk meneruskan minat dan bakat yang dimiliki. Seharusnya pihak desa dapat melihat atau merasakan keluh kesah remaja desa dan seharusnya pihak desa menyediakan fasilitas yang memadai untuk melakukan pembinaan remaja yang memiliki minat dan bakat dalam bermain sepakbola, lagi pula apabila pemain tersebut mendapatkan fasilitas yang menunjang dan bisa berprestasi itu akan memberikan dorongan positif terhadap kemajuan desa sendiri. Tetapi semua tidak bisa dilakukan pihak desa sendiri karena didalam sepakbola pembinaan

terhadap usia remaja harus terstruktur dan memiliki pola dalam pembinaan. Pembinaan disini meliputi pembinaan materi, fisik dan mental.

Dalam melakukan pembinaan pemain sepakbola diperlukan perkembangan metode latihan untuk menunjang kemampuan pemain yang dimilikinya, seperti menendang, menggiring, dan menyundul. Pada usia remaja metode latihan sangat berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan yang dimiliki, lantaran dalam usia ini para pemain memasuki masa perkembangan. Pada setiap usia terdapat beberapa perbedaan tingkatan dalam program latihan. Untuk usia 10-12 tahun pemain memasuki pengenalan program latihan. Untuk usia 13-16 tahun pemain sudah memasuki masa pengembangan program latihan dan pada usia 17-23 tahun pemain dalam masa perkembangan maksimal atau bisa disebut dengan usia keemasan dalam program latihan karena pada masa ini pemain harus siap berhadapan pada perpindahan masa menjadi pemain senior. Maka dari itu, program latihan pada usia 17-23 tahun diperlukan program yang benar-benar berpengaruh terhadap kemampuan yang dimiliki. Memaksimalkan kemampuan dasar didalam sepakbola sangatlah penting untuk mencapai puncak karir menjadi pemain profesional. Pada dasarnya pemain sepak bola menggunakan dasar berlari untuk melakukan olahraga ini maka dari itu pemain harus memiliki kecepatan berlari yang baik agar bisa menjadi pemain sepakbola profesional. Faktor yang mempengaruhi kecepatan berlari adalah fleksibilitas, kekuatan otot, daya tahan dan jenis otot yang dimiliki pemain. Kecepatan berlari dalam sepakbola diperlukan pada saat menggiring bola, merebut bola dari lawan dan akselerasi dalam melakukan pergerakan tanpa bola.

Seorang pelatih mewajibkan pemain untuk melatih kecepatan berlari agar mendapatkan tingkat kecepatan diatas rata-rata. Selain faktor berlari, pemain sepakbola memerlukan kekuatan fisik dan juga teknik yang baik karena percuma mempunyai kecepatan berlari diatas rata-rata tetapi tidak memiliki teknik yang baik. Oleh karena itu, melatih semua aspek dalam sepakbola sangat diperlukan untuk menunjang kemampuan setiap pemain sepakbola. Berlatih kecepatan berlari dalam sepakbola memiliki tujuan untuk membantu pemain memaksimalkan kemampuan kecepatan berlari semaksimal mungkin. Untuk memenuhi syarat menjadi pemain hebat salah satunya memiliki kemampuan berlari diatas rata-rata karena dasar dari sepakbola salah satunya adalah berlari. Kecepatan berlari dalam sepakbola masuk dalam kriteria akselerasi, apabila setiap pemain memiliki kecepatan berlari akan memudahkan pemain tersebut dalam melakukan akselerasi untuk melewati lawan.

Indonesia memiliki pemain sepak bola yang identik dengan kecepatan berlari diatas rata-rata, itu menjadi hal istimewa yang dimiliki setiap pemain. Dengan memaksimalkan keistimewaan yang dimiliki pemain akan berpengaruh terhadap prestasi sepak bola di kanca Internasional. Khususnya di Pacitan pemain yang memiliki kecepatan berlari diatas rata-rata akan menjadi sorotan pada setiap pertandingan. Terutama pada daerah pelosok pacitan masih banyak pemain muda potensial yang belum tersorot permainannya. Salah satunya daerah desa Mangunharjo Kecamatan Arjosari, banyak pemain muda potensial yang ingin menjadi pemain sepakbola tetapi terhambat oleh beberapa faktor antara lain program latihan yang kurang, fasilitas yang kurang memadai,

pembinaan yang tidak maksimal, dan kurangnya wadah dalam menyalurkan potensi yang dimiliki, hal ini yang sering menghambat perkembangan potensi yang dimiliki remaja masalah ini bukan hanya di desa Mangunharjo tetapi ini menjadi permasalahan keseluruhan daerah. Hal ini yang mengharuskan pemerintah daerah meminimalisir masalah ini dengan memberikan wadah terhadap pemain muda potensial dengan memberikan kompetisi usia remaja dan lain-lain. Apabila hal ini tidak segera terpecahkan oleh pihak desa Mangunharjo akan menjadi potensi yang sia-sia karena rata-rata usia remaja di desa Mangunharjo berusia 17-20 tahun dan termasuk dalam remaja akhir yang memiliki kematangan dalam perkembangan.

Usia remaja ini sangat memerlukan program latihan yang tepat untuk memaksimalkan potensi yang dimiliki, apabila mendapatkan program yang tepat potensi yang mereka punya akan tersalurkan dengan baik tentunya dapat menjadi pemain sepakbola yang hebat. Selain itu, kurangnya program latihan dan fasilitas latihan untuk usia 17-20 tahun di desa Mangunharjo menjadi penghambat utama. Maka dari itu, diperlukan variasi program latihan dan fasilitas yang menunjang. Kurangnya fasilitas sangat berpengaruh terhadap program latihan karena selama ini fasilitas yang diberikan hanya sebatas bola dan gawang belum ada alat yang menunjang dalam latihan, sedangkan pada saat ini sudah banyak alat atau fasilitas yang menunjang latihan pemain, salah satunya adalah *Speed Chute Parasut* alat ini berfungsi untuk memaksimalkan gerakan. Tetapi dalam konteks ini potensi yang dimiliki remaja di desa Mangunharjo adalah kecepatan berlari maka dari itu perlu dilakukan penelitian

terhadap alat ini berpengaruh terhadap kecepatan berlari atau tidak, apabila memiliki pengaruh pemilihan alat ini untuk program latihan akan efektif karena memiliki beberapa fungsi yaitu memaksimalkan gerakan atau akselerasi dan peningkatan kecepatan berlari. Metode latihan ini dilakukan dengan cara mengaitkan alat pada tubuh pemain dan pada saat pemain berlari parasut akan mengembang yang menimbulkan beban berasal dari angin, dengan beban yang ditimbulkan akan melatih otot kaki untuk mengeluarkan kekuatan lebih dalam berlari.

Setelah mengetahui permasalahan tersebut penulis ingin melakukan penelitian yaitu pengaruh latihan berlari dengan *speed chute parasut* terhadap peningkatan kecepatan berlari pada anak laki-laki usia 17-20 tahun desa Mangunharjo. Latihan ini menggunakan alat *speed chute parasute* yang berbentuk seperti terjun payung tetapi memiliki ukuran yang kecil dan diikat pada punggung pemain, latihan ini dilakukan secara berkelanjutan dengan jarak tempuh 100 meter. Dengan metode penelitian ini apakah berpengaruh terhadap kecepatan berlari pemain atau tidak. Target penelitian ini adalah anak-anak usia 17-20 tahun desa Mangunharjo. Alasan penulis menggunakan anak usia 17-20 tahun adalah apabila metode yang diteliti berpengaruh terhadap kecepatan berlari latihan ini akan mempengaruhi perkembangan yang positif terhadap kemampuan yang dimiliki pemain tersebut. Maka dari itu penulis memberi judul penelitian yaitu “Pengaruh Latihan *Speed Chute Parasute* Terhadap Peningkatan Kecepatan Berlari Dalam Permainan Sepakbola Pada Anak Laki-laki usia 17-20 Tahun Desa Mangunharjo”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas identifikasi masalah yang muncul yaitu :

1. Kurangnya pemahaman terhadap pola pembinaan pemain muda tingkat daerah atau desa.
2. Belum ada inovasi baru untuk melatih dan memaksimalkan kemampuan kecepatan berlari untuk pemain sepakbola usia 17-20 tahun.
3. Belum diketahui pengaruh latihan *speed chute parasut* terhadap peningkatan kecepatan berlari dalam permainan sepakbola untuk anak usia 17-20 tahun di desa Mangunharjo.
4. Belum diketahui kecepatan berlari dapat berpengaruh terhadap kecepatan gerak atau akselerasi untuk pemain sepakbola usia 17-20 tahun.

C. Pembatasan Masalah

Melihat dari banyaknya permasalahan yang terdapat di dalam indentifikasi masalah di atas,serta penelitian itu memiliki arah dan tujuan yang jelas,maka perlu adanya batasan masalah pada penelitian ini dibatasi pada :

1. Pengaruh latihan berlari dengan *speed chute parasut* terhadap peningkatan kecepatan berlari dalam permainan sepakbola untuk anak usia 17-20 tahun di Desa Mangunharjo

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, identifikasi masalah serta batasan masalah diatas, maka dapat penulis simpulkan rumusan didalam penelitian ini adalah

1. Bagaimana pengaruh latihan *speed chute parasut* terhadap peningkatan kecepatan berlari dalam permainan sepakbola untuk anak usia 17-20 tahun di Desa Mangunharjo?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan inovasi latihan terhadap peningkatan kemampuan kecepatan berlari yang dimiliki oleh pemain desa Mangunharjo
2. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Latihan *speed chute parasut* terhadap peningkatan kecepatan berlari dalam permainan sepakbola untuk anak usia 17-20 tahun di desa Mangunharjo

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas peneltian ini diharapkan mendapatkan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Memberikan sumbangan pemikiran untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

- b. Untuk bahan referensi pelatih sepakbola untuk meningkatkan kemampuan kecepatan dalam berlari.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk Pemain

Mendapatkan peningkatan dalam kemampuan kecepatan berlari untuk permainan sepakbola.

- b. Untuk Penulis

Mengembangkan teori yang hasilnya dapat digunakan oleh pelatih, atlet dan aspek-aspek yang berkaitan dengan sepakbola.

