

BAB I

Pendahuluan

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan salah satu dari beberapa cabang olahraga merupakan bagian dari suatu aktivitas bagi masyarakat dalam sehari-hari manusia yang berguna membentuk kebugaran jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan para atlet sepak bola. Selain itu olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pengembangan yang berkelanjutan. Mengenai pentingnya kondisi fisik Harsono (1988:153) mengungkapkan bahwa kondisi fisik atlet memegang peranan yang sangat penting dalam program latihannya. Program latihan Kondisi fisik haruslah direncanakan dengan baik dan sistematis. Dalam bentuk latihan kondisi fisik (Vo2Max) dalam suatu faktor merupakan untuk mengukur tes kondisi fisik (Vo2Max) siswa SSB aston villa kendung surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun dalam suatu hal dalam tujuan melatih tes kondisi fisik (Vo2Max) dalam mendapatkan tes kondisi fisik (Vo2Max) atau daya tahan terhadap siswa SSB aston villa kendung surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun. Menurut Syafruddin (1999:35) "Kondisi fisik umum adalah suatu merupakan kemampuan dasar untuk mengembangkan kemampuan kondisi fisik biar semakin meningkat prestasi atlet siswa SSB, tubuh yang terdiri dari komponen tes daya tahan, kecepatan dan kelentukan". Latihan kondisi fisik terdiri dari komponen-komponen tahapan dari tes kondisi fisik yang sistematis dan metodis untuk pengembangan dasar kondisi fisik antara lain ada MFT (*multi fitnees tes*) Latihan kondisi fisik terdiri dari komponen-komponen tahapan dari tes kondisi fisik yang sistematis dan metodis untuk pengembangan dasar kondisi fisik antara lain ada MFT (*multi fitnees tes*) adalah yang digunakan untuk mengetahui/mengukur tes daya tahan kondisi siswa SSB aston villa kendung 13 sampai 15 tahun seberapa melakukan terhadap, bllep tes/(Vo2Max) tersebut peningkatan daya tahan (Vo2Max) untuk melatih organ paru-paru dan jantung dalam suatu meningkatkan kinerja tubuh. Berdasarkan kejadian di lapangan, peneliti menganalisis kondisi fisik (VO2Max) siswa sepakbola SSB, Aston Villa Kendung, Surabaya, berusia 13 hingga 15 tahun. Yang dimiliki oleh Atlet, ternyata

belum sesuai dengan harapan yang diinginkan, jika hal ini terus dibiarkan maka akan berdampak pada kondisi fisik Atlet Mahasiswa SSB yang tidak mengelola program secara maksimal dan kinerja Atlet juga terus menurun. Kebugaran (VO_{2Max}) yang dimiliki Atlet tidak memenuhi harapan yang diinginkan, jika hal ini terus menerus akan mempengaruhi pencapaian prestasi yang maksimal. Oleh karena itu, hal ini perlu dibuktikan secara ilmiah, melalui penelitian bertajuk “Analisis Kondisi Fisik (VO_{2Max}) Pelajar Atlet Sepak Bola SSB Aston Villa Kandung Surabaya untuk kelompok usia 13 sampai 15 tahun. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui ini yaitu untuk mengetahui kondisi fisik VO_{2Max} para atlet siswa ssb aston villa kandang surabaya usia 13 sampai 15 tahun dengan menggunakan tes MFT (Multi Stage Fitness Tes) di SSB Aston Villa Kandung Surabaya.

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya variable penelitian yang mempengaruhi terhadap permasalahan yang terdapat didalam identifikasi masalah diatas, maka ruang lingkup dan pembatasan masalah pada Penelitian adalah analisis kondisi fisik (Vo_{2Max}) atlet siswa sekolah sepak bola SSB aston villa kandang surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat penulis rumusan masalah yang akan di bahas yaitu bagaimana kondisi fisik (Vo_{2Max}) atlet sepak bola siswa ssb aston villa kandang surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun?

D. Tujuan Penelitian

Didasarkan pada rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan penelitian untuk mengetahui hasil tes kondisi fisik juga akan melakukan tes daya tahan seberapa kemampuan daya tahan (Vo_{2Max}) yang dilakukan atlet sepak bola siswa ssb semakin menurun bahwa kondisi fisik siswa ssb aston villa kandang surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun

E. Variabel Penelitian

Mengetahui dalam perkembangan kondisi fisik atlet sepak bola siswa SSB aston villa kendung surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun Variabel (X)

Hasil dalam analisis kondisi fisik (Vo2Max) atlet sepak bola siswa SSB aston villa kendung surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun Variabel (Y)

F. Manfaat Penelitian

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

1. Berbagi Dapat mengetahui baik buruknya kondisi fisik VO2 Max pemain sepak bola di klub/ssb aston villa kendung surabaya usia 13 sampai 15 tahun upaya dalam berlatih kemampuan atlet sepak bola siswa SSB
2. Hasil dari penelitian ini dapat menambah informasi sehingga mengetahui hasil kemampuan kondisi fisik (Vo2Max) atlet sepak bola siswa SSB aston villa kendung surabaya kelompok usia 13 sampai 15 tahun
3. Sebagai bahan acuan bagi pelatih dalam mengutamakan dari latihan daya tahan untuk mengukur kondisi fisik (Vo2Max) untuk atlet sepak bola siswa ssb dan sebagai pengalaman dan pembelajaran buat peneliti sebagai calon pelatih sekaligus bermanfaat untuk peneliti lebih selanjutnya