

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sebelum Indonesia merdeka, istilah olahraga sering disebut sebagai latihan badan, latihan jasmani, gerak badan, sport atau olahraga, seperti pengertiannya pada saat ini. Setelah tahun 1961 digunakan istilah olahraga yang pengertiannya sangat luas, mencakup pengertian dua istilah: olahraga dan pendidikan jasmani. Menurut Kepres no 131/1962 menyatakan olahraga meliputi segala kegiatan/usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan-kekuatan jasmaniah maupun rokhaniah pada manusia Indonesia (Sunaryo. B, 1979:3).

Peranan olahraga di Indonesia dalam perkembangan dan pertumbuhannya diberikan pada sekolah-sekolah mulai taman kanak-kanak, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas bahkan sampai perguruan tinggi serta masyarakat pada umumnya. Setiap tingkatan pendidikan pelajaran olahraga selalu diberikan, hal itu agar setiap siswa mempunyai kesegaran jasmani.

Ada lima dasar yang menjadi tujuan manusia melakukan kegiatan olahraga. Pertama adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk rekreasi, yaitu mereka yang melakukan olahraga hanya untuk mengisi waktu senggang. Mereka melakukan olahraga penuh kegembiraan, santai. Kedua adalah mereka, yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan kependidikan, kegiatan olahraga yang dilakukan adalah formal, dengan tujuan yang jelas dan disusun di dalam kurikulum khususnya pendidikan jasmani (pelajaran olahraga). Ketiga adalah mereka yang melakukan olahraga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani. Dalam kegiatan ini memulihkan berbagai bidang ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan manusia. Keempat adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai prestasi. Dalam hal ini ilmu pengetahuannya menganggap manusia sebagai obyek yang akan berprestasi. Kelima adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk rehabilitasi. Dalam hal ini kegiatan olahraga, untuk tahap penyembuhan. (M. Sajoto, 1988:1-2).

Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk

penjaga gawang. Sepakbola terdiri dari 11 orang pemain (Suharsono, 1982: 79). Hampir seluruh permainan dimainkan dengan kemampuan kaki, badan dan kepala untuk memainkan bola. Namun demikian agar dapat bermain sepakbola yang baik perlu bimbingan dan tuntunan tentang teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola.

Menurut Nurhasan (2001:46) permainan sepak bola dilakukan dalam 2 (dua) babak, yang mana masing-masing dari babak pada umumnya berlangsung selama 45 menit. Permainan sepakbola dipimpin oleh seorang wasit dengan dibantu oleh dua hakim garis. Para pemain menggunakan sepatu bola serta kostum yang berbeda denganlawan mainnya, sedangkan untuk penjaga gawan harus mengenakan kostum khusus yang berbeda dengan para pemain lainnya.

Wasit adalah seorang yang memiliki wewenang untuk mengatur jalannya suatu pertandingan olahraga. Ada bermacam-macam istilah wasit. Dalam bahasa Inggris dikenal referee, umpire, judge atau linesman.

Dalam pertandingan profesional, terdapat 4 petugas yang memimpin jalannya pertandingan, yaitu wasit, 2 hakim garis, dan seorang petugas di pinggir tengah lapangan. Wasit memiliki peluit yang menandakan apakah saat berhenti atau memulai memainkan bola. Dia juga bertugas memberikan hukuman dan peringatan atas pelanggaran yang terjadi di lapangan. Masing-masing penjaga garis bertanggung jawab mengawasi setengah bagian dari lapangan. Mereka membawa bendera dengan warna terang untuk menandakan adanya pelanggaran, bola keluar, ataupun offside. Biasanya mereka akan bergerak mengikuti posisi pemain belakang terakhir. Petugas terakhir memiliki tugas untuk mencatat semua waktu yang sempat terhenti selama pertandingan berlangsung dan memberikan info mengenai tambahan waktu di akhir setiap babak, juga bertugas memeriksa pergantian pemain dan menjadi penghubung antara manajer tim dengan wasit.

Badan Perwasitan Sepak Bola Indonesia adalah sebuah badan di bawah naungan PSSI yang mengelola Wasit-Wasit, Pengawas Pertandingan, Inspektur Wasit, Pengajar Kursus Wasit, Pengajar Kursus Pengawas Pertandingan Sepak Bola, Futsal, Sepak Bola Wanita Dan Sepak Bola Pantai. Wasit-Wasit, Pengawas

Pertandingan, Inspektur Wasit, Pengajar Kursus Wasit, Pengajar Kursus Pengawas Pertandingan Sepak Bola, Futsal, Sepak Bola Wanita Dan Sepak Bola Pantai perlu pengelolaan secara Independen, selektif, efektif, dan berkesinambungan, serta berdaya guna di bawah pengelolaan Badan Perwasitan Sepak Bola Indonesia (BWSI). Untuk menjalankan kegiatan Badan Perwasitan Sepak Bola Indonesia perlu memiliki pedoman dan regulasi organisasi guna tercapainya tujuan lembaga. Dalam Peraturan Organisasi nomor: 01/PO.PSSI / III/2008 tentang Badan Perwasitan Sepak Bola Indonesia pasal dua, BWSI adalah badan yang dibentuk oleh Pengurus Pusat PSSI yang diberi wewenang untuk mengelola Perangkat pertandingan nasional, berkedudukan di kantor pusat PSSI dan bertanggung jawab kepada ketua umum PSSI.

Kecepatan adalah suatu kemampuan untuk bergerak dalam waktu relatif singkat merupakan salah satu unsur penunjang keberhasilan dalam pencapaian hasil pembelajaran olahraga. Kecepatan lari 100 meter ini sering disebut juga dengan sprint. Seorang Wasit Sepakbola yang mempunyai kecapatan yang baik akan menghasilkan kecepatan dalam melakukan latihan berlari 100 m dan mencapai jarak dan waktu yang memuaskan. Untuk mengembangkan kecepatan, maka skill ini harus dipraktekan secara teratur dengan kecepatan gerak maksimum atau mendekati maksimum. Skill untuk bergerak dengan kecepatan tinggi harus dipraktekan sebelum seorang wasit mengalami kelelahan.

Wasit Askab Sidoarjo adalah organisasi perwasitan yang berdiri di Kabupaten Sidoarjo, Organisasi ini berjalan dan berkembang sangat bagus terutama dalam memimpin jalanya pertandingan sepakbola di Kabupaten Sidoarjo. Rata-rata wasit Askab Sidoarjo telah memiliki lisensi perwasitan tingkat nasional, beberapa dari wasit sidoarjo juga telah berpengalaman memimpin di dalam liga resmi yang diadakan di Indonesia akan tetapi dalam segi kepemimpinan terutama dalam kecepatan berlari terdapat sedikit masalah yang terjadi, hal ini jelas berpengaruh kepada wasit Askab Sidoarjo saat memimpin jalanya sebuah pertandingan. Masalah tersebut dikarenakan oleh beberapa faktor seperti kurangnya latihan berlari pada wasit Askab sidoarjo, lalu masalah lainnya datang dari fisik dari wasit tersbut yang memiliki berat badan yang terlalu

berlebihan sehingga terkesan lambat pada saat berlari mengejar bola pada saat pertandingan berjalan.

Oleh karena itu peneliti memberikan mode latihan lari dengan jarak 100 meter untuk meningkatkan kecepatan lari wasit sepakbola Askab Sidoarjo, agar fisik dan stamina para wasit Askab Sidoarjo berkembang dan bertambah kuat. Memperhatikan uraian diatas, maka peneliti mencoba mengatasi permasalahan yang terjadi pada wasit Askab Sidoarjo dengan mengadakan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Latihan Lari 100 Meter Terhadap Peningkatan Kecepatan Lari Wasit Sepakbola Askab Sidoarjo”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil dari latar belakang diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah Belum mengetahui seberapa besar pengaruh latihan lari 100 m terhadap peningkatan kecepatan lari wasit sepakbola askab Sidoarjo.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah diatas, tujuan dari penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Adakah pengaruh latihan lari 100 meter terhadap peningkatan kecepatan lari wasit sepakbola askab sidoarjo ?.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini adalah Ingin mengetahui seberapa besar pengaruh latihan lari 100 m terhadap peningkatan kecepatan lari wasit sepakbola.

E. Variabel Penelitian

1. Identifikasi Variabel

Setiap peneliti mempunyai objek yang dijadikan sasaran dalam penelitian. Objek tersebut sering disebut sebagai gejala. Gejala-gejala yang menunjukkan variasi baik dalam jenisnya maupun tingkatnya variabel. Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya, (Sugiyono 2013:60).

Adapun variabel dalam penelitian ini antara lain :

a. Variabel Bebas (x).

Variabel bebas (*independent*) dalam penelitian ini adalah latihan kecepatan.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat (*dependent*) dalam penelitian ini adalah lari 100 meter.

2. Definisi operasional variabel

Seorang peneliti perlu memberikan batas-batas pengertian mendefinisikan tentang konsep penelitian secara operasional. Hal ini karena hasil penelitian nantinya akan digeneralisasikan sampai dengan batas-batas tertentu dengan maksud generalisasi tersebut dipertimbangkan.

Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Latihan lari 100 meter

Latihan lari 100 meter adalah salah satu metode yang efektif dalam meningkatkan kecepatan berlari wasit sepakbola.

b. Kecepatan lari

Kecepatan lari adalah salah satu keterampilan biomotor yang sering digunakan dalam permainan sepak bola. Keterampilan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keterampilan latihan berlari 100 meter yang dapat berpengaruh terhadap peningkatan kecepatan lari wasit sepakbola.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pembaca :

Menambah pengetahuan bagi pembaca dalam meningkatkan kecepatan lari dengan menggunakan metode latihan lari 100 meter di dalam permainan sepakbola.

2. Bagi Peneliti :

Penelitian ini menambah wawasan dan pengetahuan peneliti, hingga memiliki tambahan ilmu dalam melakukan latihan lari 100 m yang berhubungan dengan peningkatan kecepatan lari wasit sepakbola.