

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga demikian pesatnya dilakukan oleh semua tingkatan usia, baik cabang olahraga individual maupun olahraga beregu semakin diminati oleh masyarakat. Tujuan seseorang dalam melakukan olahraga tersebut bermacam-macam, ada yang bertujuan untuk sekedar mengisi waktu luang, rekreasi, kesehatan, kebugaran, gengsi, atau untuk pencapaian prestasi. Olahraga yang bertujuan untuk mencapai prestasi memerlukan proses latihan secara detail dan terukur dengan benar, baik yang sifatnya individual ataupun beregu. Oleh karena itu takaran atau dosis latihan sangat menentukan tingkat keberhasilan prestasi yang diraih.

Sepak bola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain termasuk seorang penjaga gawang. Tujuan dari permainan sepak bola adalah masing-masing regu atau kesebelasan yaitu berusaha menguasai bola, memasukan bola ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepak bola. Untuk biasa bermain sepak bola dengan baik dan benar para pemain menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola ada beberapa macam, seperti, menghentikan bola, menendang bola ke gawang, mengumpan, menyundul bola, dan menggiring bola.

Khusus dalam teknik menggiring bola pemain harus menguasai teknik tersebut dengan baik, karena tehnik menggiring sangat berpengaruh terhadap permainan para pemain sepak bola.

Dimana menggiring bola merupakan menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Menggiring bola merupakan menendang (menyentuh, mendorong) bola secara perlahan sambil berjalan atau berlari dengan menggunakan kedua punggung kaki. Untuk dapat menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki dengan baik dan benar serta cepat, maka perlu latihan pendukung. Salah satunya adalah dengan cara melakukan latihan kelincahan. Kelincahan (*Agility*) adalah kemampuan seseorang mengubah arah atau posisi tubuh di area tertentu. Seseorang yang mampu mengubah satu posisi tubuh dalam hal ini tangan dan kaki yang berbeda dalam kecepatan yang tinggi dengan koordinasi yang baik berarti kelincahannya cukup baik Sajoto, (dalam Bahtiar. 2006:25).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo, menunjukkan bahwa kemampuan siswa menggiring bola belum begitu baik, siswa mampu bermain bola tetapi belum memahami teknik-teknik dasar permainan sepak bola. Belum adanya pemberian latihan-latihan tertentu bagi para siswa. Hal ini yang menarik bagi penulis untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang “Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Pada Permainan Sepak Bola. (studi eksperimen siswa SMK Negeri 1 Kota Gorontalo).

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka penulis dapat mengidentifikasi beberapa permasalahan yakni a) Kemampuan siswa menggiring bola belum begitu baik, b) Siswa mampu bermain bola tetapi belum memahami teknik-teknik dasar permainan sepak bola, c) Belum adanya pemberian latihan-latihan tertentu bagi para siswa.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada identifikasi masalah tersebut di atas, maka dapat dirumuskan permasalahannya yakni Apakah terdapat pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan secara garis besar, kegunaan penelitian dapat di bagi menjadi dua yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoristis

- a). Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan sumbangan berharga dalam memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dan mengembangkan konsep olahraga, khususnya cabang sepak bola.
- b). Hasil penelitian ini diharapkan dapat merangsang penelitian lain untuk merangsang mengadakan penelitian yang lebih luas dan mendalam tentang masalah yang berhubungan dengan olahraga terutama dalam cabang sepak bola.

2. Secara Praktis

- a). Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan masukan bagi pelatih dalam menentukan metode pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi sepak bola.

- b). Hasil penelitian ini di harapkan dapat di jadikan masukan/tambahan informasi dan pedoman bagi guru olahraga maupun pelatih agar dapat meningkatkan prestasi olahraga yang dalam hal ini khususnya olahraga sepak bola.