

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permainan sepak bola sudah tidak asing lagi di negara kita maupun di seluruh dunia, semua orang mengenalnya, baik anak-anak, remaja, tua -muda, pria maupun wanita bahkan sebagian besar orang tergila-gila dengan permainan ini. Bukan hanya saja di kota-kota besar permainan sepak bola digandrungi tapi di desa-desa, bahkan pelosok kampung banyak orang memainkannya.

Permainan sepak bola selain mengasyikkan, menyenangkan sebagai hobi, ternyata juga dapat membuahkan prestasi. Banyak pemain sepak bola yang telah mendapatkan berbagai penghargaan, apresiasi, bahkan dapat dikenal oleh banyak orang.

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang paling berkembang di dunia. Dari tahun ke tahun minat masyarakat terhadap olahraga sepak bola makin bertambah besar selain itu yang membuat minat masyarakat bertambah besar terhadap olahraga sepak bola adalah perkembangan sepak bola itu dari segi bentuk dan pola permainan. Ini kita bisa lihat sendiri dari pertandingan yang digelar oleh masyarakat diseluruh dunia. Mulai dari tingkat lokal, nasional, hingga tingkat internasional. Beribu-ribu bahkan berjuta-juta pasang mata menjadi saksi betapa luar biasanya pertandingan yang disaksikan, terlebih ketika laga pertandingan bergengsi itu sedang digelar untuk memperebutkan sebuah gelar atau piala.

Banyak alasan mengapa olahraga sepak bola sangat disukai oleh banyak orang. Pertama, karena olahraga sepak bola bermanfaat untuk melatih terbentuknya jasmani yang kuat dan jiwa yang sehat. Ke dua, dapat melatih pernafasan kita. Ke tiga, dapat dijadikan sebagai penambah penghasilan, baik yang terlibat langsung didalam olahraga itu maupun yang tidak terlibat langsung.

Permainan sepak bola merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim beranggotakan 11 pemain yang terdiri dari seorang *kipper* (penjaga gawang). Adapun tujuan dari permainan sepak bola ini yaitu dengan memasukkan bola ke gawang lawan (mencetak gol). Dalam permainan ini, setiap bentuk kerja sama dan kekompakkan sesama anggota team dalam membangun serangan maupun bertahan sangat penting untuk dimiliki oleh team untuk dapat memenangkan suatu permainan yang sesungguhnya.

Perkembangan olahraga sepak bola ini tidak bisa dipungkiri lagi, dan biasanya perkembangan ini selalu indetik dengan prestasi. Di daerah-daerah yang ada di Indonesia ini memanfaatkan betul bagaimana perkembangan olahraga sepak bola untuk memperoleh prestasi. Tapi tidak untuk daerah kita Provinsi Gorontalo yang masih belum mampu berprestasi dengan daerah-daerah yang lain yang ada di Indonesia seperti daerah Jawa, Kalimantan dan Sumatera. Banyak alasan daerah kita ini belum mampu berprestasi seperti daerah lain, salah satunya kurangnya pembinaan bakat dari usia dini, di daerah Jawa, pembinaan bakat dari usia dini sangat diperhatikan, ini kita bisa lihat dari banyaknya sekolah-sekolah sepak bola (SSB) yang didirikan. Di sekolah-sekolah sepak bola inilah anak-anak yang masih usia dini diberikan latihan-latihan tentang cara bermain sepak bola, mulai dari

teknik dasar mengoper bola, mengontrol bola, menyundul bola, menggiring bola, menendang bola dan lemparan ke dalam. Berbeda dengan yang ada di daerah kita, anak-anak dapat mengembangkan bakatnya hanya pada waktu jam sekolah pada saat mata pelajaran penjaskes dan dalam waktu yang tidak terlalu lama.

Jadi dalam hal ini, dalam usaha peningkatan prestasi olahraga, khususnya cabang olahraga sepak bola. Faktor terpenting adalah penguasaan teknik dasar, dan untuk menguasai teknik dasar seperti mengoper bola, mengontrol bola, menyundul bola, menggiring bola, menendang bola dan lemparan ke dalam dengan baik dan benar dibutuhkan latihan-latihan unsur kondisi fisik, seperti kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, ketepatan, kelenturan, keseimbangan, daya ledak otot, koordinasi, dan reaksi.

Nampak pada semua cabang olahraga, baik beregu maupun perorangan, kecepatan, dan kelincahan memegang peranan penting dalam menunjukkan prestasi setiap atlet.

Pada permainan sepak bola setiap pemain disamping memiliki kemampuan fisik yang lainnya, juga dituntut memiliki komponen unsur kondisi fisik yaitu kecepatan dan kelincahan. Kita bisa lihat sendiri bahwa setiap pemain atau siswa sering kali melakukan gerakan dengan cepat dan lincah, apakah pada setiap menghalau bola dari serangan lawan ataupun pada saat membawa atau menggiring bola. Kemampuan melakukan gerakan dengan cepat dan dapat mengubah arah dan posisi tubuh pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan, maka memudahkan siswa tersebut dapat bergerak meski dalam keadaan ruang gerak yang sempit.

Kecepatan merupakan kemampuan untuk berpindah atau bergerak dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu yang singkat/secepat-cepatnya, dan kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah posisi tubuhnya. Dengan kecepatan dan kelincahan yang dimiliki oleh setiap pemain atau siswa akan mudah menyerang pertahanan lawan bahkan dapat mencetak gol dengan cara menggiring bola dengan secepatnya dan mampu menghindari lawan. Tetapi kebanyakan pemain atau siswa, kecepatan dan kelincahan yang dimilikinya hanya akan terlihat pada saat berlari tanpa menggiring bola, dan biasanya pada saat menggiring bola kecepatan dan kelincahan pemain atau siswa akan berkurang dan rendahnya kemampuan tehnik menggiring bola, untuk itu guru mata pelajaran wajib mengupayakan suatu solusi guna mengatasi masalah tersebut.

Dalam hal ini kemampuan menggiring bola harus benar-benar dikuasai oleh pemain atau siswa, kemudian dengan latihan kombinasi kecepatan dan kelincahan, agar pada saat menggiring bola dapat berlari dengan cepat dan penuh dengan kelincahan seperti berlari tanpa menggiring bola. Demikian pula halnya bagi siswa di SMK Negeri 1 Batudaa dalam hal menggiring bola dengan kecepatan dan kelincahan, masih kurang dimiliki oleh siswa, hal ini terlihat pada pencapaian belajar siswa yang masih rendah. Rendahnya belajar siswa karena guru kurang memperhatikan komponen latihan tehnik dasar dan komponen unsur kondisi fisik siswa dengan tujuan pembelajaran. Khususnya dalam hal menggiring bola dalam permainan sepak bola, faktor kecepatan dan kelincahan sangat berkaitan erat dan sangat memegang peranan penting dan hal ini perlu di lakukan

oleh guru dalam proses pembelajaran di sekolah maupun di luar sekolah dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai kecepatan maksimal maka perlu diberikan bentuk-bentuk latihan yang tepat seperti bentuk latihan kecepatan berupa lari 20, 30, dan 40 meter dan bentuk latihan kelincahan berupa lari bolak-balik (*shuttle Run*), lari belak-belok (*zig-zag*) yang dapat mempengaruhi kemampuan menggiring bola secara maksimum.

Berdasarkan masalah tersebut, peneliti terdorong untuk mengadakan penelitian sejauh mana pengaruh latihan kombinasi kecepatan dan latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa SMK Negeri 1 Batudaa.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dijelaskan diatas maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut : (a) faktor-faktor apa yang menjadi hambatan dalam menggiring bola? (b) Apakah latihan kombinasi kecepatan dan kelincahan dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola?

1.3 Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh latihan kombinasi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa SMK Negeri 1 Batudaa?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini tidak lain untuk mengetahui pengaruh latihan kombinasi kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

A. Secara Teori

1. Bagi siswa

Dengan hasil penelitian ini siswa memperoleh pengetahuan yang baru yang dapat dijadikan suatu bahan pembelajaran untuk lebih memahami bagaimana cabang olahraga sepak bola itu.

2. Bagi guru

Hasil penelitian ini akan menambah wawasan dan pengetahuan guru tentang bagaimana pentingnya mata pelajaran penjaskes, jadi waktu yang ada harus dapat dimanfaatkan dengan baik dan tidak disia-siakan.

3. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini merupakan suatu motivasi untuk dapat membangun dan mengembangkan sekolah lebih baik lagi melalui bidang olahraga khususnya pada cabang olahraga sepak bola.

B. Secara praktek

1. Bagi siswa

Dapat mengetahui kemampuan menggiring bolanya dengan sendiri, sehingga bisa menjadi patokan untuk menambah latihan-latihan kombinasi kecepatan dan kelincahan untuk memperoleh atau memiliki kemampuan menggiring bola yang baik.

2. Bagi guru

Dapat dijadikan pedoman untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola siswa yang memiliki kemampuan menggiring bola yang rendah, dan dengan penelitian ini latihan kombinasi kecepatan dan kelincahan dapat diterapkan kepada siswa yang lainnya.

3. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini mendorong sekolah untuk memberikan kesempatan bagi siswanya untuk mengembangkan bakatnya dibidang olahraga khususnya cabang olahraga sepak bola.