

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini permainan sepak bola adalah olahraga yang sangat populer dan digemari oleh orang tua, orang muda, bahkan anak-anak. Banyak diantara anak-anak yang ingin menjadi seorang pemain sepak bola yang baik, bahkan kalau mungkin menjadi bintang sepak bola. Dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina. Untuk meningkatkan dan mencapai prestasi alangkah baiknya jika semenjak anak-anak telah mendapatkan pelatihan olahraga khususnya olahraga sepak bola secara benar, teratur dan terarah. Dalam pelatihan olahraga, untuk dapat mencapai prestasi yang tinggi harus memperhatikan beberapa faktor. Salah satunya adalah teknik dasar dari olahraga tersebut. Begitu juga dalam olahraga sepak bola, apabila kita menguasai teknik dasar dengan baik, maka seorang pemain dapat bermain dengan baik.

Penguasaan teknik dasar merupakan suatu persyaratan yang harus dimiliki oleh setiap pemain, agar permainan dapat dilakukan dengan baik. Teknik dasar permainan sepak bola menentukan sampai dimana seseorang pemain dapat meningkatkan mutu permainannya. Penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna, pemain dapat melaksanakan taktik permainan dengan mudah karena pemain tersebut mempunyai kepercayaan pada diri sendiri cukup tinggi dan setiap pengolahan bola yang dilakukan tidak banyak membuang tenaga yang tidak perlu. Sepak bola dimainkan oleh dua kelompok pemain, tiap-tiap kelompok terdiri dari sebelas orang, sehingga dinamakan "kesebelasan". Kesebelasan dapat bermain dengan baik, jika setiap pemainnya memiliki keterampilan yang dapat menunjang keberhasilan bermain sepak bola seperti penguasaan teknik dasar dan taktik permainan.

Teknik dasar dalam permainan sepak bola meliputi teknik menggiring, teknik menyetop, teknik mengkop (baca: menyundul bola), teknik menangkap bola (penjaga gawang), teknik melempar (*throw-in*), dan teknik mengumpan. Berorientasi pada berbagai macam teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepak bola, menggiring bola adalah suatu teknik yang sangat penting dalam permainan. Pemain bola harus mahir menggiring bola dengan berbagai cara. Menggiring bola merupakan salah satu aspek teknik penting dalam permainan sepak bola, hal ini tercermin dari gol yang tercipta ke gawang dalam permainan sepak bola, sebaliknya untuk pemain bertahan keterampilan menggiring bola sangat dibutuhkan dalam menghalau serangan. Oleh karena itu para pemain baik pemain depan, pemain tengah, pemain belakang dan bahkan penjaga gawang harus mahir menggiring bola adalah: untuk memberi umpan, dan untuk membuat gol.

Kemampuan menggiring bola secara terarah bertambah penting artinya dalam permainan apabila lawan bermain dengan sistem bertahan. Pola permainan bertahan tersebut dapat diterobos dengan pola penyerangan lewat umpan terobosan. Sebaliknya agar pemain penyerang tidak mudah untuk menerobos sistem pertahanan, pemain belakang pun harus mampu memotong bola dengan tendangan yang baik.

Memperhatikan aspek manfaat yang dapat diambil dari keterampilan menggiring bola, maka pelatihan keterampilan menggiring bola dapat dilakukan dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki bagian dalam dan punggung kaki bagian luar. Melakukan teknik dengan punggung kaki diperlukan sebuah latihan yang mendukung kemampuan untuk menggiring bola dengan baik. Dari berbagai teknik menggiring bola yang ada, salah satu teknik menggiring bola yang populer dikalangan pemain bola ialah menggiring bola dengan punggung kaki.

Pada umumnya menggiring dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*). Dapat dilakukan dengan cara posisi badan berada di belakang bola sedikit

condong ke depan, kaki tumpuan diletakkan di samping bola dan ujung kaki menghadap sasaran dan lutut sedikit ditekuk, kaki untuk menggiring berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap sasaran, kemudian ayunkan kedepan. Tempatkan punggung kaki tepat di tengah-tengah bola dan setelah menggiring kaki tetap mengayun ke depan mengikuti arah bola.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMA Negeri I Limboto kabupaten Gorontalo menunjukkan bahwa sebagian siswa mampu bermain bola namun penguasaan akan teknik permainan masih rendah khususnya kemampuan menggiring bola, belum ada penerapan latihan *shuttle run* dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam menggiring bola. Disisi lain, siswa belum bisa mengembangkan kemampuan dalam permainan sepak bola. Untuk mengembangkan kemampuan dasar yang ada pada siswa harus dimulai dengan latihan-latihan sehingga siswa mempunyai kemampuan dan keterampilan yang dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu latihan yang bisa membentuk kemampuan menggiring bola dengan baik adalah latihan *shuttle run*. Latihan *shuttle run* dilakukan secepat mungkin sebanyak 3-8 kali dalam jarak 4-5 meter. Setiap kali sampai pada suatu titik sebagai batas, maka secepatnya berusaha mengubah arah menuju titik lainnya.

Berdasarkan permasalahan diatas maka penulis memformulasikan sebuah judul sebagai berikut “**Pengaruh Latihan *Shuttle Run* Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dengan Menggunakan Punggung Kaki Pada Permainan Sepak Bola (suatu penelitian pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri I Limboto)**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang yang ada, maka dapatlah diidentifikasi masalah yang ada yakni : 1) Penguasaan teknik permainan masih rendah khususnya kemampuan menggiring bola, 2) Belum ada penerapan latihan *shuttle run* dalam meningkatkan kemampuan

siswa dalam menggiring bola, 3) Siswa belum bisa mengembangkan kemampuan dalam permainan sepak bola.

C. Rumusan Masalah

Sehubungan dengan pokok pikiran pada indentifikasi masalah yang ada maka yang menjadi permasalahan adalah apakah terdapat pengaruh latihan *shuttle run* terhadap kemampuan siswa menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki pada permainan sepak bola di SMA Negeri I Limboto?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penulisan ini tidak lain adalah bertitik tolak dari rumusan masalah yang ada yakni untuk mengetahui pengaruh latihan *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki pada permainan sepak bola di SMA Negeri I Limboto.

E. Manfaat Penelitian

Berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian tersebut di atas, diharapkan penelitian ini memberi manfaat antara lain:

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). Menambah wawasan bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan, khususnya dan masyarakat pencinta sepak bola pada umumnya, guna meningkatkan pengetahuan dalam rangka mengembangkan potensi dan kemampuan melatih disekolah maupun di klub-klub dimasa mendatang.
- 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.
- c). Selanjutnya hasil penelitian ini bisa menjadi acuan bagi peneliti lain yang melakukan penelitian yang hubungan dengan penelitian ini.