

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dalam proses belajar mengajar agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam kehidupan seseorang karena melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri dan dapat membentuk pribadi yang bertanggung jawab, cerdas dan kreatif. Salah satu program pendidikan dalam kurikulum pendidikan Nasional adalah program pendidikan olahraga yang disebut Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (penjaskes) pada dasarnya ditujukan untuk memupuk dan mengembangkan minat dan bakat para siswa dalam bidang olahraga, sehingga dengan program latihan olahraga yang terarah dan sistematis, para siswa dapat meningkatkan kemampuannya dalam prestasi olahraga.

Salah satu mata pelajaran penjaskes yang diajarkan di sekolah-sekolah adalah cabang olahraga sepakbola. Dalam bermain sepak bola ada beberapa teknik dasar yang perlu dipelajari. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan kedalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*). Salah satu teknik yang harus dikuasai dalam

permainan sepakbola adalah kemampuan dalam menggiring bola. Dalam permainan sepakbola bila kita amati.

Menggiring adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri, atau siap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan menggiring bola secara efektif, kontribusi mereka di dalam pertandingan akan sangat besar. Menggiring dalam permainan sepakbola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan. Menggiring terbagi menjadi: menggiring menggunakan sisi kaki bagian luar, menggunakan kura-kura kaki. Saat menggiring bola pemain sangat membutuhkan kekuatan, keterampilan, kelincahan, kelenturan, daya tahan dan kecepatan. Dengan demikian kelenturan dan kelincahan merupakan bagian komponen kondisi fisik yang diperlukan untuk menunjang keterampilan dalam olahraga sepakbola, sehingga kelenturan dan kelincahan merupakan sebagian faktor yang penting dalam mempengaruhi kemampuan menggiring bola yang merupakan salah satu teknik dalam permainan olahraga sepakbola.

Untuk mendapatkan hasil menggiring yang baik atau berkualitas perlu untuk dipelajari dan dianalisa tentang gerak teknik menggiring yaitu mengenai sikap badan atau tubuh saat menggiring otot-otot mana sajakah yang berperan dalam menggiring. Karena menggiring yang baik memerlukan kelincahan tubuh, dan untuk mendapatkan kelincahan tubuh saat menggiring bola diperlukan kelenturan otot dan persendian. Latihan yang biasa digunakan untuk meningkatkan kelincahan seseorang adalah *shuttle run*, *dodging run* dan *zig-zag run*.

Namun demikian hal ini kurang mendapat perhatian secara khusus dari pemain maupun guru/pelatih. Pada kenyataannya orang lebih senang hanya sekedar bermain sepakbola yang lebih menekankan pada penguasaan teknik semata dan mengabaikan latihan fisik. Begitu pula berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 1 Limboto khususnya pada siswa kelas VIII dapat dilihat kemampuan para siswa dalam menggiring bola masih kurang, latihan kelentukan tidak dilakukan dan kelincahan siswa dalam memainkan bola pada saat bermain masih kurang sehingga bola gampang direbut oleh pemain lawan.

Dari uraian dan penjelasan tersebut maka penulis menyimpulkan latihan kelentukan dan kelincahan sangat penting bagi para siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Limboto dan tidak boleh dikesampingkan dan harus menjadi perhatian bagi pelatih atau guru mata pelajaran dalam membina siswa untuk mencapai prestasi yang lebih baik terutama dalam cabang olahraga sepakbola.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi masalah tersebut sebagai berikut :

1. Kurangnya kemampuan siswa dalam bermain sepak bola khususnya dalam kemampuan menggiring bola.
2. Belum ada penerapan latihan kelentukan dan kelincahan pada siswa khususnya dalam menggiring bola pada permainan sepakbola.

3. Terdapat pengaruh latihan kelentukan dan kelincahan terhadap menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Limboto.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada, maka penulis merumuskan permasalahan yakni “ Apakah terdapat pengaruh latihan kelentukan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Limboto?”

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah “Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh latihan kelentukan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Limboto”.

1.5 Manfaat Penelitian

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

a. Manfaat Teoritis

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 penjas kes, 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 praktis

1. Bagi siswa

Dapat mengetahui kemampuan menggiring bolanya dengan sendiri, sehingga bisa menjadi patokan untuk menambah latihan-latihan kelincaran dan kelentukan 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 kelincaran dan kelentukan dapat diterapkan pada siswa lain.

3. Bagi sekolah

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