

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dalam pembinaan olahraga prestasi banyak factor yang dapat mempengaruhi peningkatan prestasi seorang atlit. Sebagaimana yang dipaparkan bahwa ada empat aspek pokok yang mempengaruhi peningkatan prestasi seorang atlit, yaitu aspek biologis, aspek psikologis, aspek lingkungan dan aspek penunjang. Selanjutnya untuk meningkatkan prestasi olahraga seorang atlit, kondisi fisik merupakan salah satu persyaratannya, bahkan merupakan landasan awal olahraga prestasi.karena kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak terpisah, baik peningkatannya maupun pemeliharannya. Hal ini berarti setiap peningkatan kondisi fisik harus mengembangkan komponen tersebut. Namun harus mengacu pada skala prioritas, komponen mana yang perlu mendapat porsi latihan yang lebih dibanding komponen tersebut. Salah satu komponen fisik yang perlu mendapat perhatian adalah stamina serta keterampilan yang dimiliki.

Sepak bola merupakan salah satu aktivitas jasmani atau pelatihan fisik yang bertitik berat pada gerakan-gerakan alamiah seperti menggiring bola, menendang bola, mengontrol bola dan masih banyak gerakan yang dilakukan. Selain sepak bola yang tidak asing lagi dinegara kita maupun diseluruh dunia semua orang mengenalnya. Baik anak-anak, remaja, tua-muda, pria maupun wanita bahkan sebagian besar orang tergila-gila dengan permainan ini.

Sepak bola merupakan jenis olahraga yang fenomenal. Minat masyarakat terhadap sepak bola amatlah besar. Berbagai pertandinganpun digelar oleh masyarakat dipenjuru dunia. Mulai pertandingan tingkat lokal, regional hingga tingkat dunia.berjuta-juta pasang mata mengarah pada sebuah benda bulat yaitu bola.hal ini terjadi ketika laga pertandingan bergengsi sedang digelar untuk merebutkan piala.

Permainan sepak bola merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh dua tim yang bermasing masing beranggota 11 orang pemain (1 orang sebagai penjaga gawang). Adapun tujuan permainan sepak bola ini yaitu dengan memasukan bola ke gawang lawan (mencetak gol). Dalam permainan ini, setiap bentuk kerja sama dan kekompakan sesama anggota tim dalam membangun serangan maupun bertahan sangat penting untuk dimiliki oleh tim untuk mendapatkan kemenangan suatu permainan yang sesungguhnya Smk Negeri Model Gorontalo, permainan sepak bola merupakan suatu permainan yang sangat digemari akan tetapi itu tidak dapat dijadikan satu jaminan bahwa mereka dapat bermain bola dengan baik dan benar.khususnya dalam menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki (kura-kura kaki) dengan baik dan benar. Hal tersebut mengidentifikasikan bahwa kemampuan mereka belum sepenuhnya mengerti dan memahami unsur-unsur gerakan yang menunjang agar menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki dapat terlaksana dengan baik dan benar.

Rendahnya kemampuan tehnik menggiring bola dengan punggung kaki di Smk Negeri Model Gorontalo, patut mendapatkan perhatian dari guru mata pelajaran. Hal ini dikarenakan untuk menunjang keberhasilan siswa dalam belajar. Untuk itu, guru mata pelajaran wajib mengupayakan satu solusi guna mengatasi masalah rendahnya kemampuan tehnik menggiring bola dengan punggung kaki tersebut. Agar nantinya masalah rendahnya kemampuan mereka dalam menggiring bola tidak akan berdampak negative dalam nilai mata pelajaran .

Upaya yang dapat dilakukan guru untuk dapat menanggulangi permasalahan rendahnya kemampuan menggiring bola dengan punggung kaki tersebut. Diatasnya, yaitu dengan menerapkan suatu pelatihan. Penerapan suatu strategi dan pelatihan pembelajaran pendidikan jasmani adalah suatu hal yang penting dalam meningkatkan kemampuan siswa yang mengarah pada penguasaan materi. Peran guru maupun pelatih dalam menentukan pelatihan yang tepat akan meningkatkan hasil belajar dan prestasi siswa.

Tujuan orang bermain sepak bola berawal dari hobi kemudian berkembang kearah tujuan – tujuan lain seperti prestasi yang setinggi – tingginya, serta tujuan lain yang bertujuan untuk meningkatkan kebutuhan dari msing – masing orang bermain sepak bola, maka cara pengelohan dan tehnik–tehnik bermai semaikn berkembang. Begitupun dengan peraturan–peraturan pertandingan yang mengikatnya semakin canggih. Dalam melatih atlet, seorang pelatih biasanya menggunakan suatu pendekatan untuk mengajarkan pada atletnya mengenai keterampilan yang harus dikuasai.

Dribbling merupakan tehnik yang harus dikuasai oleh seseorang atlet sepak bola. Untuk dapat mengembangkan tehnik dasar dribbling tersebut, maka hal ini tidak lepas dari suatu bentuk latihan. Tujuan dari latihan adalah untuk membantu seorang atlet atau satu tim olahraga dalam meningkatkan ketetrampilan atau prestasinya semaksimal mungkin dengan mempertibangkan berbagai aspek latih yang harus diperhatikan, meliputi latihan fisik, tehnik, taktik, dan latihan mental (Rubianto Hadi,2007:55).

Proses latihan kecepatan merupakan faktor yang penting didalam sepak bola. Seorang pemain yang memiliki kecepatan yang baik, akan mempunyai nilai tambah yang berharga dalam permainannya. Beberapa posisi bahkan mengharuskan pemain untuk memiliki kecepatan yang baik seperti bek sayap, penyerang sayap, dan straiker.

Demikian halnya dengan hasil observasi penulis mengenai minat siswa dalam olahraga sepak bola. Melalui pemantauan pada proses pembelajaran disaat mengikuti ppl 2 di sekolah SMK Negeri Nodel Gorontalo, penulis tertrik untuk meningkatkan kelincahan dan kecepatan dribbling pada olahraga ini namun, kelincahan dan kecepatan masi perlu ditingkatkan lagi.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ **Program latihan Peningkatan Menggiring Bola Pada Siswa SMK Negeri Model Gorontalo** ”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka bisa diidentifikasi masalah dalam penelitian ini berupa:

Lemahnya latihan kelincahan dan kecepatan para siswa sehingga banyak dribbling yang tidak tepat sasaran, Siswa belum mengetahui teknik latihan dalam melakukan dribbling pada permainan sepak bola, Siswa belum sepenuhnya menguasai teknik dasar dribbling pada permainan sepak bola.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana pengaruh program latihan terhadap peningkatan kemampuan mendribbling bola pada olahraga sepak bola siswa SMK negeri model gorontalo.
- 2) Apakah latihan kelincahandapat meningkatkan dribbling bola pada olahrag sepak bola bola siswa SMK Negeri Model Gorontalo.
- 3) Apakah latihan kecepatan dapat meningkatkan menggiring pada olahraga sepak bola siswa SMK Negeri Model Gorontalo.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah: 1).Untuk mengetahui latihan peningkatan dribbel melakukan penerapan program latihan pada olahraga sepak bola siswa SMK negeri model gorontalo. 2). Untuk mengetahui latihan kelincahan terhadap peningkatan melakukan dribbling pada olahraga sepak bola siswa SMK negeri model gorontalo. 3). Untuk mengetahui latihan kecepatan terhadap peningkatan melakukan dribbling pada olahraga sepak bola siswa SMK Negeri Model Gorontalo.

1.5. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah: 1) Bagi peneliti, menambah ilmu pengetahuan dalam cabang olahraga sepak bola, khususnya tentang latihan kelincahan dan kecepatan terhadap peningkatan melakukan dribbling, 2) Bagi institusi, memberikan sumbangan positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teori kepelatihan cabang olahraga sepak bola khususnya dalam meningkatkan melakukan dribbling pada permainan sepak bola. 3) bagi atlet latihan kelincahan dan kecepatan dapat di gunakan sebagai variasi latihan untuk meningkatkan mendribbling pada permainan sepak bola, 4) Bagi pelatih memberikan pedoman atau dasar dalam melatih atlet dalam menggunakan bentuk latihan kelincahan dan kecepatan.