

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh sebagian besar manusia yang ada di bumi ini. Demikian juga di Indonesia bahkan mendapat simpati di hati masyarakat. Sepak bola digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, dan internasional, dari usia anak-anak, dewasa hingga orang tua, mereka senang memainkan sendiri atau sebagai penonton

Olahraga Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh berbagai kalangan . Demikian juga di Indonesia olahraga sepak bola mendapat simpati di hati masyarakat. Sepakbola digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, dan internasional, dari usia anak-anak, dewasa hingga orang tua, mereka senang memainkan sendiri atau sebagai penonton olahraga ini.

permainan sepak bola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus-menerus, dengan demikian peran dariseorang pelatih sangat penting untuk mengawasi dan memberikan metode latihan yang tepat.

Pencapaian prestasi puncak dapat diraih bila pembinaan atlet melalui tahapan tingkat pemula sampai atlet berprestasi atau dari tahap usia dini sampai tahap usia dewasa. Pembinaan sepak bola usia dini atau usia muda mengharuskan para pelatih, guru penjas atau pembina olahraga sepak bola memperhatikan secara cermat dan teliti dalam memberikan bimbingan kepada para siswa atau altetnya.

Oleh karena itu, pelatih, guru penjas atau pembina olahraga sepakbola harus memahami karakteristik siswa atau atletnya sesuai tingkat usianya.

Dalam olahraga sepakbola terdapat beberapa tehknik dasar dalam bermain, yaitu ; *dribbling* (menggiring bola), *throw in* (lemparan kedalam), *heading* (menyundul), *control* (menahan), *passing* (mengumpan/mengoper), *shooting* (menembak), dan menangkap bola, dalam hal ini seorang penjaga gawang

Menggiring bola, yaitu gerakan mendorong bola ke depan variasi ke samping sambil berlari sehingga bola bergulir di atas tanah dan selalu dalam penguasaan pemain. Dalam menggiring bola dapat menggunakan berbagai kaki (dalam, luar, kura-kura). Untuk menerobos pertahanan lawan harus memiliki kelincahan dalam melakukan teknik dasar menggiring bola dengan baik dan benar. Namun untuk siswa ekstra kurikuler SMP Negeri 12 Wonosari belum mendapatkan pelatihan tentang kemampuan dalam melakukan teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepak bola secara benar dan linca

Untuk itu alternatif yang bisa di gunakan dalam meningkatkan kelincahan dalam menggiring bola yaitu Dengan adanya model latihan lari *shuttle run* dan model latihan lari *Zig-Zag drill*. Dengan adanya latihan ini siswa mampu melakukan teknik dasar menggiring bola dengan baik dan benar.

Berkaitan dengan hal di atas, maka penulis berkeinginan untuk meneliti “*pengaruh model latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola siswa ekstra kurikuler SMP Negeri 12 Wonosari*”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut: Belum maksimalnya siswa dalam melakukan teknik dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam, kurang diterapkannya latihan kelincahan pada siswa ekstra kurikuler SMP Negeri 12 Wonosari.

1.3 Pembatasan Masalah

Dari sekian banyak masalah yang telah diidentifikasi maka ruang lingkup penelitian ini di batasi pada masalah yang berhubungan dengan penelitian yaitu Model latihan lari *shuttle run* dan model latihan lari *Zig-Zag drill* terhadap kemampuan menggiring bola.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, di identifiikasi masalah dan pembatasan masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat pengaruh model latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola bagi siswa ekstra kurikuler SMP Negeri 12 Wonosari?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah mengetahui pengaruh model latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola bagi siswa ekstra kurikuler SMP Negeri 12 Wonosari.

1.6 Kegunaan Hasil Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini terdiri dari manfaat secara teoritis dan mafaat secara praktis:

1.6.1 Manfaat Teoritis.

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pemikiran tentang efektifitas model latihan lari *shuttle run* dan model latihan lari *Zig-Zag drill*. khususnya guru olahraga dan untuk memberikan data yang empiris dengan dukungan teori latihan.

1.6.2 Manfaat Praktis.

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat Meningkatkan kelincahan menggiring bola pada permainan sepak bola melalui model latihan lari *shuttle run* dan model latihan lari *Zig-Zag drill*. pada siswa ekstra kurikuler SMP Negeri 12 Wonosari.

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan informasi bagi guru dalam meningkatkan kelincahan menggiring bola dengan membuat program latihan.

c. Bagi sekolah

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan khususnya materi tentang menggiring bola pada permainan sepak bola. Selain itu juga sebagai bahan masukan bagi SMP Negeri 12 Wonosari.

d. Bagi peneliti

- a. Mendapatkan pengalaman berupa metode melatih dan membuat suatu program latihan yang tepat dalam meningkatkan kelincahan siswa dalam melakukan teknik dasar menggiring bola. Salah satunya menggiring bola dengan kaki bagian dalam