

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat terkenal dan banyak digemari oleh semua kalangan, yaitu dari anak-anak, remaja hingga orang tua, baik yang tinggal di perkotaan hingga di pedesaan. Di lingkungan sekolah, olahraga yang sangat populer tersebut sudah menjadi trend bagi siswa, sehingga tidak sedikit di antara siswa yang menyibukkan diri mereka dengan bermain sepak bola di saat jam-jam istirahat. Bahkan begitu antusiasnya siswa terhadap olahraga permainan tersebut, maka hampir di setiap sekolah menjadikan permainan ini sebagai salah satu cabang olahraga yang diikuti pada turnamen kegiatan-kegiatan ekstra kurikuler.

Dalam permainan sepak bola terdapat beberapa teknik dasar yang perlu dipelajari dan dilatih guna tercipta pemain atau atlet sepak bola sesuai harapan. Salah satu teknik dasar yaitu menggiring bola. Teknik ini sangat mempengaruhi kemenangan suatu tim sepak bola. Teknik menggiring bola terdiri dari yaitu kaki bagian dalam dan bagian luar. Dalam melatih teknik menggiring bola khususnya dengan kaki bagian dalam banyak faktor yang sangat mempengaruhi baik tidaknya teknik tersebut. Faktor utama adalah sikap hati-hati saat berlari. Teknik berlari dalam permainan sepak bola membutuhkan skill khusus agar koordinasi antara kaki dan bola timingnya tepat dan ritme kecepatan lari dengan sundulan bola berjalan seiring. Akan tetapi hal ini sering kurang terlaksana dengan baik saat di lapangan, salah satu faktor yang mempengaruhinya yaitu metode latihan yang kurang sesuai. Khususnya di lingkungan siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama) sering ditemukan beberapa siswa yang terhimpun dalam club sepak bola kurang maksimal dalam menggiring bola dengan kaki bagian dalam.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan saat PPL II (Program Pengalaman Lapangan II) di SMP Negeri I Tlongkabila, terdapat hasil bahwa kenyataan dilapangan siswa saat melakukan gerakan menggiring bola (*Dribbling*) masih belum dapat melaksanakan teknik dasar dengan baik dan benar, karena gerakan menggiring yang dilakukan siswa masih kaku, bola berada jauh dari kaki

saat menggiring, pada saat menggiring siswa juga terlalu mendorong bola ke depan sehingga bola sulit untuk dikendalikan. Salah satu permasalahan yang ditemukan yaitu kurangnya kreativitas dalam latihan serta model latihan yang kurang bervariasi sehingga kemampuan menggiring bola tidak berkembang. Siswa juga kurang melakukan latihan dasar untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola, dengan kata lain siswa hanya bisa bermain sepak bola tanpa mengetahui beberapa teknik dasar permainan sepak bola, sehingga beberapa teknik dasar bermain sepak bola masih kurang bagus dan kurang bervariasi untuk penguasaan bola dan menggiring bola karena kurangnya latihan. Di samping itu faktor penyebab lainnya yaitu banyak siswa yang hanya menonton dan tidak melakukan apa-apa pada saat latihan. Hanya beberapa yang melakukan gerakan dan kebanyakan siswa yang sudah mengerti dengan gerakan menggiring, Siswa yang kurang aktif serta metode latihan yang memungkinkan siswa tidak banyak mendapatkan kesempatan untuk meningkatkan kemampuan menggiring, kondisi ini dipastikan menjadi penyebab masalah.

Untuk menyikapi masalah di atas maka perlu adanya metode yang cocok diterapkan bagi siswa, salah satu metode dimaksud adalah latihan lari zig zag, metode tersebut merupakan metode yang bagi peneliti dapat menciptakan teknik menggiring bola khususnya menggiring dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola yang sesuai harapan. Latihan lari zig zag merupakan teknik lari berkelok-kelok. Tujuan dari pada penerapan metode tersebut adalah menciptakan teknik menggiring bola yang baik, karena dalam pelaksanaannya metode tersebut dilakukan sambil berlari berkelok-kelok melewati rintangan di depan berupa kun. Rintangan di depan diibaratkan lawan yang menghadang saat berlari menggiring bola. Di duga metode latihan tersebut tidak hanya mempengaruhi ritme lari sambil menggiring bola siswa tetapi dapat juga melatih kebiasaan menjaga keseimbangan dan kehati-hatian saat berlari sambil menggiring bola.

Berdasarkan beberapa uraian di atas maka penulis dalam hal ini peneliti tertarik mengadakan suatu penelitian dalam teknik permainan sepak bola khususnya menggiring dengan kaki bagian dalam. Adapun judul penelitian

dimaksud adalah *pengaruh latihan lari zig-zag terhadap kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola siswa putra kelas VIII SMP NEGERI I TILONGKABILA.*

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian pendahuluan yang mengutarakan beberapa faktor penyebab kurangnya kemampuan siswa dalam menguasai teknik menggiring bola, maka perlu di lakukan identifikasi terhadap permasalahan tersebut. Hal ini di lakukan guna meminimalisir permasalahan melalui latihan lari zig-zag yang di gunakan pada teknik menggiring.

Dengan demikian identifikasi masalah yaitu : 1). Kemampuan menggiring yang dimiliki siswa belum sesuai harapan dan bola berada jauh dari kaki saat menggiring. 2). Metode latihan untuk peningkatan menggiring seperti lari *zig-zag* kurang bervariasi dan cenderung monoton bagi siswa.

1.3 Rumusan masalah

Berdasarkan uraian dari pendahuluan, dan identifikasi masalah maka perumusan masalah dalam penelitian yaitu; “Adakah pengaruh latihan lari zig-zag terhadap kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola siswa kelas VIII SMP NEGERI I TILONGKABILA.?”

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan lari zig-zag terhadap kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola siswa kelas VIII Smp Negeri I Tilongkabila.

1.5 Manfaat Penelitian

Setiap penelitian memberikan harapan bagi setiap peneliti agar dapat memberikan manfaat kepada orang lain, untuk itu penelitian ini diharapkan dan diupayakan dapat memberikan manfaat yang sifatnya progresif atau manfaat yang

sangat menguntungkan. Dengan kata lain penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat secara teoritis dan praktis.

1.5.1 Manfaat teoritis

- a) Bagi peneliti
Sebagai tambahan ilmu pengetahuan terutama dalam pemakaian berbagai jenis latihan.
- b) Bagi Siswa
Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dalam latihan
- c) Bagi Guru
Sebagai bahan referensi dalam proses latihan
- d) Bagi Sekolah
Sebagai bahan acuan pemikiran untuk meningkatkan mutu latihan kepada Siswa.

1.5.1 Manfaat praktis

- a) Bagi Siswa
Menumbuhkan motivasi dan meningkatkan kecepatan Lari.
- b) Bagi Guru
Sebagai bahan referensi model latihan yang dapat digunakan dalam Kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam.
- c) Bagi Sekolah
Sebagai sumber informasi dalam meningkatkan Kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam.
- d) Bagi peneliti Lanjut
Menambah pengalaman berharga tentang latihan Lari Zig-Zag agar nantinya peneliti bisa menerapkan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan Kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam.