

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak Bola adalah permainan yang digemari oleh banyak orang baik dikalangan anak-anak maupun dewasa. Permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang terdiri dari 11 orang pemain tujuannya untuk memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang sendiri, Kurniawa, Nurrochmah, & Paulina H, (2016) mengatakan Sepak bola adalah permainan untuk memasukkan bola kedalam gawang lawan. Untuk mencapai kemenangan dalam suatu pertandingan sepak bola tidaklah mudah, maka dibutuhkan pemain-pemain yang benar-benar bisa menguasai dengan baik teknik awal yang merupakan dasar yang harus dikuasai dalam bermain sepak bola dan juga bisa mengkoordinasi teman satu tim. Sama halnya dengan permainan sepak bola di Kabupaten Bone Bolango yang *club*-nya memiliki teknik dasar yang baik untuk mencapai kemenangan.

Sepak bola di Kabupaten Bone Bolango sudah dikenal sebagai olahraga permainan yang sangat memasyarakat baik dilingkungan pendidikan maupun kalangan masyarakat umum. Hal ini dilihat dari antusias masyarakat mengikuti berbagai pertandingan sepak bola baik antar desa, maupun antar daerah. Melihat antusias masyarakat yang tinggi pada permainan sepak bola, kabupaten Bone Bolango tidak tertinggal dengan daerah-daerah lain untuk menggalakan berbagai potensi di bidang olahraga sepak bola.

Secara umum, prestasi yang diraih oleh Bone Bolango belumlah mengembirakan bila dibandingkan dengan daerah-daerah lainnya. Dari kenyataan tersebut, maka menimbulkan suatu pertanyaan mengapa hal tersebut bisa terjadi, Sementara pembinaan sepak bola di Bone Bolango sudah dimulai sejak pada jenjang pendidikan dasar, menengah, dan tinggi, bahkan olahraga sepak bola menjadi salah satu kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara salah satu pelatih dan pemain penyebab prestasi Bone Bolango belum maksimal yakni, kemampuan dalam menguasai teknik dasar menggiring bola kurang sempurna sehingga berpengaruh

pula pada kecepatan menggiring saat melewati pemain lawan. Untuk kesempurnaan perlu ada pembenahan serta peningkatan khususnya kemampuan kecepatan menggiring bola maka perlu diberikan latihan berupa latihan variasi *zig-zag* untuk menyempurnakan keterampilan menggiring yang benar dan kecepatan menggiring, kecepatan yang memadai dari seorang atlet atau pemain sepak bola akan menambah nilai lebih terhadap penampilannya dalam menguasai bola atau bermain di lapangan, dalam hal menggiring bola, kondisi fisik dan ketenangan harus dimiliki oleh seorang pemain yang harus diberikan latihan yang benar. masalah ini sama halnya dengan atlet di SMA Terpadu Wira Bhakti Gorontalo.

Atlet di SMA Terpadu Wira Bhakti Gorontalo banyak yang berprestasi dibidang olahraga sepak bola dan mampu bersaing dengan atlet pelajar yang ada di kabupaten Bone Bolango akan tetapi prestasi tersebut belum maksimal. Dibuktikan pada kejuaraan antar sekolah tingkat kabupaten Bone Bolango, atlet SMA Terpadu Wira Bhakti Gorontalo meraih juara 4 pada tahun 2012 dan 2013. Pada tahun-tahun berikutnya SMA Terpadu Wira Bhakti Gorontalo tidak mampu mempertahankan prestasinya sebagai juara 4 ditingkat Kabupaten sampai dengan saat ini, bahkan gugur pada babak pengisihan grup.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara guru olahraga penyebab prestasinya tidak bisa dipertahankan lagi yaitu, kemampuan fisik yang tidak mendukung sehingga atlet cepat lelah, rendahnya penguasaan bola, koordinasi kaki saat menggiring bola masih kurang sempurna, atlet belum menguasai penuh tehnik-tehnik dasar dalam bermain sepak bola yang baik dan benar, terutama tehnik dasar dalam hal kecepatan menggiring bola dengan baik masih rendah sehingga untuk melewati pemain lawan sangat sulit dan selalu mengalami kekalahan setiap kali mengikuti pertandingan atau kejuaraan-kejuaraan tingkat sekolah.

Kecepatan menggiring sangat dibutuhkan pemain sepak bola, menggiring bola tidak hanya membawa bola dengan penguasaan bola dikaki secara lurus tetapi melewati lawan yang jaraknya dekat, mengecoh pertahanan lawan dan mendekati sasaran untuk melakukan tembakan ke gawang lawan untuk meraih

kemenangan, Pemain yang memiliki kecepatan menggiring yang baik bisa saja menjadi pusat perhatian penonton, dan menarik pertandingan menjadi lebih bergengsi.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Latihan Variasi *Zig-Zag* Jarak Bertahap Terhadap Kemampuan Kecepatan Menggiring Pada Atlet Sepak Bola Putra SMA Terpadu Wira Bhakti Gorontalo ”

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah di uraikan di atas dapat di identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kemampuan fisik atlet yang tidak mendukung, sehingga atlet cepat lelah.
2. Penguasaan bola yang dimiliki atlet masih kurang.
3. Koordinasi kaki saat menggiring bola masih kurang sempurna.
4. Kemampuan kecepatan menggiring bola yang di miliki atlet kurang cepat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini, Apakah terdapat pengaruh latihan variasi *zig-zag* jarak bertahap terhadap kemampuan menggiring pada atlet sepak bola putra SMA Terpadu Wira Bhakti Gorontalo?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah :

Untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *zig-zag* jarak bertahap terhadap kemampuan kecepatan menggiring pada atlet sepak bola Putra SMA Terpadu Wira Bhakti Gorontalo.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis, Metode latihan lari zig-zag dapat dibuktikan secara ilmiah untuk meningkatkan kecepatan dan kelincahan menggiring bola (*dribbling*) pemain sepakbola.
2. Secara Praktis, Dapat digunakan sebagai bahan masukan dan referensi bagi para pelatih sepakbola untuk lebih teliti dan selektif dalam menentukan metode latihan yang digunakan untuk meningkatkan kualitas fisik dan teknik pemain sepakbola khususnya kemampuan menggiring bola (*dribbling*).