

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Permainan Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang sangat digemari masyarakat Provinsi Sulawesi Utara dan banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat, baik itu anak-anak, remaja, orang dewasa hingga dimainkan oleh orang tua, tidak dibatasi baik pria maupun wanita yang ada di Provinsi Sulawesi Utara sekarang ini sangat menggemari Sepakbola.

Untuk pembinaan pemain muda yang berbakat akan dibina atau dilatih dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas dengan kegiatan ekstrakurikuler di tiap-tiap sekolah, meskipun sekarang juga banyak sekolah atau akademi Sepakbola yang ada agar dapat menghasilkan pemain yang berkualitas dan dapat bersaing dengan para pemain dari luar daerah maupun luar negeri.

Sepak bola adalah permainan yang dimainkan pada lapangan yang lebih besar dari olahraga lainnya. Peraturan permainan dimainkan pada waktu dua kali 45 menit, tanpa time-out dan hanya sedikit pergantian pemain. Pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim beranggotakan 11 orang pemain dan beberapa pemain cadangan, bola yang dimainkan dengan menggunakan bola yang berbahan karet atau kulit, dan permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan sebanyakbanyaknya dan menjaga agar tidak kebobolan.

Daya tarik sepakbola secara umum sebenarnya bukan hanya lantaran olahraga ini mudah dimainkan, akan tetapi sepakbola lebih banyak menuntut ketrampilan pemain dibandingkan olah raga lain. Dengan ketrampilan yang dikuasainya, seorang pemain dituntut bermain bagus, dan mampu menghadapi tekana-tekanan yang terjadi saat dalam pertandingan diatas lapangan dengan waktu yang terbatas, belum kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh. menuntut teknik dan fisik yang stabil.

Di dalam permainan Sepakbola terdapat berbagai macam teknik dasar bermain Sepakbola yang harus dikuasai oleh pemain. Dengan menguasai teknik

dasar, pemain mampu memainkan bola dalam semua situasi permainan, memberikan kemudahan dalam menerapkan taktik permainan, dan mampu menciptakan kerja sama yang kompak dan meningkatkan kualitas permainan, sehingga akan menghasilkan kemenangan.

Salah satu teknik dasar yang penting untuk dikuasai oleh pemain adalah kecapatan menggiring bola. Seorang pemain harus benar-benar menguasai teknik dasar menggiring bola dengan baik untuk mendukung teknik dasar yang lainnya. Dari pola gerakannya, aktivitas menggiring bola melibatkan beberapa unsur gerakan dari beberapa anggota tubuh. Agar menggiring bola dapat dilakukan dengan baik dan benar maka bagian-bagian tubuh yang terlibat didalam gerakan menggiring bola harus dikoordinasikan dengan baik.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di Sekolah Sepakbola Inapita, yang merupakan salah satu lokasi dimana penulis melakukan study pengamatan dalam pencarian bakat untuk atlet berprestasi, yakni penguasaan teknik dasar menggiring bola pada atlet peserta latihan Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita belum maksimal. Banyak pemain cenderung melakukan kesalahan-kesalahan mendasar dalam menggiring bola, seperti jarak kaki dan perkenaan kaki yang terlalu jauh. Kemampuan atlet peserta latihan Sepakbola Sekolah Sepakbola Inapita dalam menerapkan latihan kelincahan yang berimplementasi pada aktivitas menggiring bola masih kurang, terbukti dalam latihan terjadi kesalahan mendasar, sehingga berpengaruh terhadap program latihan yang telah disusun oleh pelatih. Dalam melakukan aktivitas menggiring bola, pemain harus didukung dengan kelincahan yang memadai, hal ini dapat dilihat dari banyak contoh pemain Sepakbola profesional yang mempunyai kelincahan maupun kecepatan yang memadai, rata-rata pemain profesional juga memiliki keterampilan menggiring bola yang baik.

Seorang pemula dapat memiliki kecepatan yang memadai, akan tetapi menggiring bolanya belum tentu baik pula, hal ini dikarenakan porsi jam latihan dalam menggiring bola masih terbatas dan juga jumlah sarana bola yang ada di Sekolah tidak mencukupi dengan jumlah anak yang latihan. Latihan kelincahan

tidak akan berpengaruh positif terhadap kecepatan menggiring bola jika tidak ada komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet.

Kemampuan atlet peserta latihan Sekolah Sepakbola Inapita dalam memahami dan menerapkan bentuk-bentuk latihan kelincahan masih kurang, terbukti dalam latihan terjadi 3 kesalahan mendasar sehingga berpengaruh terhadap program latihan yang telah disusun oleh pelatih. Teknik menggiring bola yang baik dan benar diperlukan latihan yang terprogram dan berkelanjutan. Latihan menggiring bola dapat dilakukan dengan beberapa bentuk/macam latihan, misalnya menggiring bola melewati rintangan, menggiring bola lurus ke depan kemudian berbalik badan, berlari zig-zag dan bentuk latihan lainnya yang masih banyak macamnya. Untuk dapat menguasai suatu cabang olahraga tidak dapat dilakukan dengan hanya menonton suatu pertandingan dari satu tempat ke tempat yang lainnya, akan tetapi harus dilakukan dengan melalui latihan-latihan yang sistematis dan terprogram.

Menurut Djoko Pekik Irianto (2002:8) usaha mencapai prestasi merupakan usaha yang multikompleks yang melibatkan banyak faktor baik internal maupun eksternal meliputi kualitas latihan yang merupakan penopang utama tercapainya prestasi olahraga. Tujuan melakukan latihan tidak lain adalah untuk menguasai keterampilan teknik, taktik, dan strategi bermain, serta minimal memiliki suatu keinginan untuk menjadi pemain atau atlet yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola dengan latihan kelincahan. Latihan kelincahan-latihan yaitu latihan dengan cara lari berbelok-belok (zigzag) dengan melewati cones yang sudah diatur jaraknya. Namun dalam hal ini latihan yang akan dilaksanakan yakni akan ditentukan dengan frekuensi durasi waktu yang dicapai. Dalam penelitian ini penulis memformulasikan bentuk variasi latihan kelincahan, baik durasinya cepat maupun durasinya lambat, dan intensitas latihan yang digunakan dalam dua bentuk latihan sangat berbeda.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, penulis tertarik mengadakan penelitian dengan judul, Pengaruh Variasi Latihan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada peserta Latihan Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Belum maksimalnya keterampilan teknik dasar menggiring bola pada atlet latihan cabang Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita.
2. Belum maksimalnya atlet peserta latihan Sepakbola dalam memahami dan menerapkan bentuk-bentuk variasi latihan kelincahan yang diberikan pelatih.
3. Belum diketahuinya apakah ada pengaruh variasi latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada peserta latihan Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita.

## **1.3. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, serta untuk menghindari meluasnya pembahasan, maka dibuatlah batasan masalah. Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh variasi latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada atlet peserta latihan Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita.

## **1.4. Rumusan Masalah**

Permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan, yakni

1. Apakah terdapat pengaruh variasi latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada atlet peserta latihan Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita?

## **1.5. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui pengaruh modifikasi latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada atlet peserta latihan Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita.

## **1.6. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang didapat setelah melakukan penelitian pengaruh variasi latihan kelincahan terhadap kecepatan menggiring bola pada atlet peserta latihan Sepakbola di Sekolah Sepakbola Inapita sebagai berikut:

### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

1. Atlet akan mengetahui tingkat prestasi yang dimilikinya dalam menguasai teknik menggiring bola.
2. Atlet mengetahui pengaruh variasi latihan kelincahan terhadap kecepatan menggiring bola pada permainan Sepakbola.
3. Penelitian ini sebagai masukan untuk para pelatih Sepakbola dalam menentukan program latihan yang tepat dalam melakukan teknik dasar menggiring bola.
4. Penelitian ini untuk menambah ilmu pengetahuan dan menggali teknik menggiring bola dalam usaha mencapai prestasi pada permainan Sepakbola.

### **1.6.2. Manfaat Praktis**

1. Bagi atlet untuk meningkatkan kemampuan kelincahan dan keseimbangan terhadap hasil menggirin bola dalam permainan sepakbola
2. bagi pelatih penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk memberikan pelatihan permainan sepakbola dalam rangka meningkatkan kemampuan atletnya pada olahraga sepakbola.
3. Bagi sekolah sepak bola diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dalam meningkatkan proses pelatihan di Sekolah Sepakbola Inapita.
4. Bagi peneliti sebagai salah satu syarat untuk laporan tugas akhir untuk mendapat gelar strata 1 dan menambah pengetahuan tentang cara meningkatkan kemampuan kelincahan dan keseimbangan terhadap hasil menggiring sepakbola.