

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas penting yang harus dilakukan oleh manusia dalam rangka untuk memperoleh kesehatan tubuh, setiap orang di anjurkan untuk berolahraga yang baik agar dapat melaksanakan aktivitas dengan efektif dan efisien tanpa mengalami kelelahan. Ada banyak jenis olah ragayang dapat di lakukan salah satunya sepak bola.

Olahraga sepak bola merupakan permainan yang paling populer di dunia dan bahkan menjadi salah satu permainan pemersatu bangsa bagi setiap negara Eropa, Amerika Selatan, Asia, Afrika dan bahkan pada saat ini permainan sepak bola sangat di gemari di Amerka Serikat. Olahraga sepak bola merupakan olahraga yang sederhana dan dapat dilakukan oleh siapapun dan dimanapun, hanya memerlukan lapangan yang luas dan bola serta gawang sebagai media dalam bermain dan tidak heran sepak bola bisa dimainkan di lapangan tanah, bekas persawahan, bahkan di gang gang sempit.

Sepak bola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim, masing masing tim terdiri dari sebelas pemain dan terdiri dari beberapa pemain cadangan, setiap tim bertujuan untuk memasukan bola kegawang lawan dan mempertahankan keunggulannya dengan kata lain tidak kebobolan.

Untuk bermain sepak bola, terutama pada atlet pemula faktor penting yang harus dimiliki oleh pemain sepak bola adalah kondisi fisik. Kondisi fisik merupakan faktor penting yang harus dimiliki oleh pemain sepak bola. selain kondisi fisik, penguasaan teknik dasar bermain juga sangat diperlukan. Pemain sepak bola yang tidak menguasai teknik dasar bermain sepak bola terutama bagi pemula tidak akan menjadi pemain yang baik dan terkemuka.

Permainan sepakbola bisa terampil, teratur dan menarik apabila para pemain dapat menguasai unsur-unsur dalam permainan sepakbola diantaranya adalah penguasaan teknik dan keterampilan teknik dasar. Apalagi untuk penguasaan teknik dan keterampilan teknik dasar permainan sepakbola harus membutuhkan bibit pemain yang aktif dalam latihan dan bimbingan sejak dini. Di antara teknik dasar

yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola adalah menendang (kicking), menghentikan (stopping), menggiring (dribbling), menyundul (heading), merampas (tackling).

Salah satu daerah di Provinsi Gorontalo yang lebih tepatnya di Kabupaten Pohuwato Kecamatan Patilanggio, terdapat beberapa desanya memiliki perkumpulan sepakbola. Hal ini mendorong beberapa pemerhati olahraga sepak bola yang ada di kabupaten Pohuwato terpanggil untuk memberikan motivasi dan peningkatan kualitas pembinaan prestasi sepak bola terhadap desa-desa yang ada di kecamatan Patilanggio. Perkembangan ini mendorong klub-klub sepakbola yang ada di kecamatan patilanggio berlomba-lomba untuk meningkatkan prestasi. Untuk dapat menciptakan prestasi yang baik, sebuah klub sepakbola harus memiliki pemain-pemain yang mampu menguasai berbagai macam teknik dasar permainan sepak bola khususnya atlet sepak bola pemula, sehingga pelatih dapat menerapkan berbagai strategi dalam setiap pertandingan untuk membantu klub memenangkan pertandingan.

Desa Balayo merupakan salah satu desa yang memiliki klub sepak bola, klub tersebut diberi nama Klub Balayo. Di klub Balayo terdapat beberapa anak-anak yang sering bermain sepak bola mulai dari kelompok 16 tahun ke bawah sampai ke tingkat senior. Berdasarkan hasil Observasi dilapangan penulis mengamati latihan yang dilaksanakan oleh beberapa atlet pemula dalam berlatih teknik dasar bermain bola. Dalam pengamatan tersebut dimana ada beberapa atlet pemula belum bisa menguasai beberapa teknik dasar salah satunya teknik dasar mengontrol (menghentikan bola) dengan menggunakan punggung kaki.

Dari pengamatan tersebut penulis berupaya mencari bentuk latihan yang dapat meminimalisir tingkat keterampilan atlet pemula klub Balayao melalui latihan Juggling Bola. Latihan Juggling bola merupakan salah satu latihan memainkan bola, menimang bola atau mempertahankan bola agar tidak jatuh dengan menggunakan punggung kaki. Namun dalam hal ini penulis menerapkan latihan juggling bola dengan menggunakan metode *massed practice*. Seperti kita ketahui metode *massed practice* adalah salah satu metode dengan cara kerjanya yakni secara terus menerus tanpa diselingi waktu istirahat. Sehingga latihan

juggling bola dengan menggunakan metode *massed practice* yakni larian memainkan, menimang atau mempertahankan bola dengan secara terus menerus sampai tidak jatuh dan tanpa diselingi waktu istirahat.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh latihan juggling bola menggunakan metode *massed practice* terhadap keterampilan mengontrol bola dalam permainan sepak bola pada Atlet Pemula Klub Sepak Bola Balayo.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Tingkat kemampuan atlet dalam mengembangkan aktivitas latihan teknik dasar di Klub Balayao Masih belum Maksimal.
2. Penerapan latihan yang ada belum dapat mempengaruhi tingkat keterampilan teknik dasar mengontrol bola pada atlet pemula Klub Balayo.
3. Belum diketahui pengaruh latihan juggling bola menggunakan metode *massed practice* terhadap keterampilan mengontrol bola dengan menggunakan punggung kaki dalam permainan sepak bola pada Atlet Pemula Klub Sepak Bola Balayo.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dimana telah menguraikan berbagai permasalahan tentang teknik dasar yang pada umumnya sangat penting bagi atlet sepak bola khususnya atlet sepak bola pemula maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah latihan juggling bola menggunakan punggung kaki dan keterampilan teknik dasar mengontrol dalam bermain sepak bola pada atlet pemula yang ada di klub Balayo.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka dapat di rumuskan masalah sebagai berikut: apakah ada pengaruh latihan juggling bola menggunakan metode *massed practice* terhadap keterampilan mengontrol bola dalam permainan sepak bola pada Atlet Pemula Klub Sepak Bola Balayo?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh latihan juggling bola menggunakan metode *massed practice* terhadap keterampilan mengontrol bola dalam permainan sepak bola pada Atlet Pemula Klub Sepak Bola Balayo.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoristik

1. Bagi klub Dan Pelatih

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk pemberian latihan teknik dasar pada atlet sepak bola pemula selanjutnya

2. Bagi Atlet

Hasil penelitian dapat dipakai untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar mengontrol pada atlet sepak bola pemula

3. Bagi orang tua dan masyarakat sekitar

Sebagai bacaan yang bermanfaat bagi yang memerlukan sehingga dapat menambah pengetahuan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi klub Dan Pelatih

Pelatih dapat merencanakan dan menerapkan model latihan yang efektif dan efisien bagi atlet sepak bola pemula

2. Bagi Atlet

Dapat mengetahui sejauh mana tingkat keterampilan teknik dasar mengontrol dan menambah wawasan yang lebih banyak.

3. Bagi orang tua dan masyarakat umum

Hasil penelitian dapat menjadi bahan referensi dalam pembuatan penelitian lanjutan

4. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini, sebagai tambahan ilmu dan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.