

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Untuk melakukan keterampilan dasar menggiring bola diperlukan kecepatan dan penguasaan bola yang cukup baik melalui bentuk latihan *zig-zag* dan *dodging run*, Menggiring bola biasanya menggunakan beberapa bagian kaki secara terus menerus sambil berlari yaitu kaki bagian dalam dan kaki bagian luar. Menggiring bola dengan sisi bagian dalam dan luar harus diatur jaraknya agar bola tetap berada dalam jarak yang terjangkau kaki.

Latihan *zig-zag* dan latihan *dodging run* berperan dalam meningkatkan keterampilan dasar menggiring bola. Dalam gerakan latihan ini keduanya bertujuan untuk meningkatkan kecepatan dan kelincahan dalam melakukan sentuhan-sentuhan bola dalam permainan sepak bola. Latihan *zig-zag* yang mempunyai gerakan yang hampir mirip dengan latihan *dodging run* hanya saja langkah dalam latihan *dodging run* sangat beraturan sedangkan *zig-zag* langkah kaki seperti biasa orang berlari. Sehingga peneliti akan mencari manakah bentuk latihan yang tepat dalam keterampilan menggiring bola melalui latihan *zig-zag* dan *dodging run*.

Latihan *zig-zag* dan latihan *dodging run* merupakan model latihan yang dapat diterapkan dengan harapan dapat meningkatkan komponen fisik penunjang menggiring bola. Kedua model latihan belum diketahui tingkat keefektifannya, jika diterapkan pada siswa kelas Xd SMA Negeri 1 Suwawa. Untuk mengetahui keefektifan latihan tersebut maka perlu dilakukan penelitian. Menggiring bola

adalah faktor yang tak kalah pentingnya untuk peningkatan gerak dasar. Kekurangan kelincuhan menggiring bola tersebut dapat diperoleh melalui latihan interval yang dilaksanakan secara terprogram.

Sesuai dengan hasil observasi pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Suwawa dalam cabang olahraga sepak bola khususnya dalam ketrampilan dasar menggiring bola belum terlalu baik sehingga bola jauh dari jangkauan kaki. Hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya latihan yang sistematis untuk meningkatkan ketrampilan menggiring bola, karena keterampilan menggiring bola perlu didukung oleh kelincuhan. Hal ini merupakan tantangan yang perlu mendapatkan perhatian dari berbagai kalangan, untuk itulah diperlukan upaya-upaya pembinaan prestasi belajar tingkat SMA dalam cabang olahraga khususnya olahraga sepak bola. Berkaitan dengan upaya pembinaan tersebut, perlu dipikirkan cara-cara yang dapat meningkatkan kemampuan tersebut dengan latihan kondisi fisik antara lain latihan kelincuhan.

Berkaitan dengan hal tersebut di atas, maka perbandingan latihan *zig-zag* dan latihan *dodging-run* khususnya kecepatan perlu mendapat perhatian khusus dari guru agar siswa menjadi baik dan nantinya akan memberikan kontribusi yang besar guru terhadap siswa keterampilan dasar menggiring bola, sehingga dengan demikian akan terlihat perbandingan latihan *zig-zag* dan *dodging-run* terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola pada siswa kelas X^d SMA Negeri 1 Suwawa.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul yaitu “ perbandingan latihan *zig-zag* dan *dodging run*

terhadap keterampilan dasar menggiring bola dalam permainan sepak bola siswa kelas X^D SMA Negeri 1 Suwawa.

1.2 Identifikasi Masalah

Penulis dapat mengidentifikasi masalah penelitian seperti faktor-faktor apakah yang menunjang terhadap teknik keterampilan dasar menggiring bola pada olahraga sepak bola, “ apakah terdapat pengaruh latihan *zig-zag* terhadap keterampilan dasar menggiring bola?, apakah terdapat pengaruh latihan *dodging run* terhadap menggiring bola?, apakah terdapat perbedaan latihan *zig-zag* dan latihan *dodging-run* terhadap peningkatan keterampilan dasar menggiring bola pada olahraga sepak bola?, diantara latihan *zig-zag* dan latihan *dodging-run* manakah latihan yang lebih efektif dalam menggiring bola pada permainan sepak bola?

1.3 Rumusan Masalah

- 1.3.1 Apakah terdapat pengaruh latihan *zig-zag run* terhadap keterampilan dasar menggiring bola pada siswa kelas xd sma negeri 1 suwawa?
- 1.3.2 Apakah terdapat pengaruh latihan *dodging run* terhadap keterampilan dasar menggiring bola siswa kelas xd sma negeri 1 suwawa?
- 1.3.3 Apakah terdapat perbedaan pengaruh latihan *zig-zag* dan *dodging run* terhadap keterampilan dasar menggiring bola Siswa SMA Negeri 1 Suwawa?

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang dihadapi maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut : “ untuk mengetahui perbedaan hasil latihan *ziz-zag* dan latihan *dodging-run* pada keterampilan dasar mengiring bola dalam olahraga sepak bola.

1.5 Manfaat Penelitian

Denagan dicapainya tujuan tersebut diatas, maka penelitian ini memiliki mamfaat baik secara teoritis dan praktis

1. manfaat teoritis

secara teoritis, penelitian ini akan menambah wawasan keilmuan dan pengetahuan bagi penulis dan secara langsung memberikan sumbangan ilmu yang bermamfaat menunjang terhadap pengembangan penelitian yang lebih mendalam dimasa yang akan datang.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, penelitian bermanfaat dan memperdalam ilmu yang penulis dapat untuk diterapkan dilapangan, juga merupakan suatu tambahan ilmu bagi penulis khususnya dalam kelemahan olahraga dan memberikan informasi atau gambaran mengenai pengaruh olahraga sepak bola terhadap keterampilan dasar mengiring bola.