

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga telah menjadikan gejala sosial yang telah tersebar diseluruh dunia. Olahraga telah menjadikan tontonan, pendidikan, mata pencaharian, kesehatan dan kebudayaan. Olahraga dapat digunakan dan diarahkan untuk multi tujuan, sehingga olahraga belum ada kesatuan yang serasi. Seiring dengan majunya ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap Negara di dunia termasuk Indonesia menghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warga negaranya. Bila kesegaran jasmani di Indonesia sudah baik, maka prestasi olahraga disemua cabang tentunya akan jauh lebih baik pula, termasuk cabang olahraga sepak bola.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak digemari semua kalangan, mulai usia muda sampai tua. Hal ini terbukti dengan adanya pertandingan sepak bola mulai dari kelompok junior hingga dengan usia senior, baik di tingkat daerah, nasional, dan internasional. Di Indonesia permainan sepak bola merupakan olahraga masal yang sangat digemari hampir semua lapisan masyarakat, sebagai indikatornya antara lain banyaknya sekolah sepak bola mulai meningkat sehingga banyak orang yang mulai belajar dan memainkannya.

(Nugraha, Cipta Adi 2013) sepak bola adalah, “Olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan”. Hal yang paling penting dalam permainan sepak bola adalah memiliki keterampilan gerak untuk memainkan bola. Keberhasilan dalam permainan sepak bola adalah setiap pemain mempunyai *skill* individu yang baik.

Pembekalan pengenalan teknik dasar dan keterampilan yang benar harus diberikan kepada siswa dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah agar ada pemacu atau motivasi siswa terhadap keterampilan cabang-cabang olahraga yang

dipelajari. Perlu pula diadakan pemanduan bakat siswa terhadap cabang olahraga tertentu yang diharapkan akan ada peningkatan prestasi dan kesegaran jasmani siswa. Hal ini merupakan salah satu mata pelajaran permainan dalam pendidikan jasmani yang diajarkan pada sekolah-sekolah di Indonesia yang bersifat nasional. Dari keterangan di atas bahwa teknik dasar dalam permainan sepak bola merupakan materi yang pertama kali diajarkan kepada pemain sepak bola pemula, sebagai pertimbangan bahwa teknik dasar ini sering digunakan dalam permainan sepak bola yang sesungguhnya. Selain itu, secara psikis dapat melakukan teknik dasar, siswa sudah mendapatkan kesenangan dan kepuasan.

Meningkatnya jumlah orang yang gemar dan memainkan sepak bola belum menjamin akan tercapainya prestasi yang baik jika tidak diimbangi dengan pola pembinaan yang baik dan benar. Usaha yang demikian akan memudahkan dalam menjaring bibit pemain sepak bola yang berbakat dan diharapkan akan lahir pemain-pemain sepak bola yang berpotensi dan berprestasi. Untuk mendapatkan suatu kesebelasan yang baik, kuat dan tangguh diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai dari bermacam-macam teknik dasar dan terampil dalam memainkannya sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan cermat artinya tidak membuang-buang energi dan waktu dengan hasil seperti yang dikehendaki.

Sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh 2 buah regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 pemain. Dan seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, sepakbola juga mengalami perubahan, hal ini terlihat pada peraturan pertandingan, perlengkapan lapangan, kelengkapan permainan, dan perwasitan, dan lain-lain. Hal tersebut bertujuan agar penonton semakin menikmati dan menggemari, dan untuk pemain sendiri agar lebih aman dan dapat mengeluarkan kemampuannya yang dimiliki secara maksimal..

Dengan demikian, seorang pemain sepak bola yang tidak menguasai keterampilan teknik dasar bermain tidaklah mungkin akan menjadi pemain yang baik. Oleh karena itu, untuk menguasai instrumen keterampilan teknik dasar tersebut diperlukan proses, latihan yang relatif lama dan dilakukan secara teratur dan benar.

Misi pendidikan jasmani di setiap sekolah bukanlah semata-mata pada penekanan fisik dan menekankan pada hasil (*product*), melainkan juga menekankan pada proses. Artinya, tingkat kualitas gerak yang benar penting bagi siswa serta perbaikan hasil pendidikan jasmani adalah perubahan kualitas gerak. Perubahan ini secara tidak langsung berpengaruh pada aspek lain seperti kognitif, afektif, maupun aspek sosial semata, tetapi juga mungkin akan menjadi pemain yang baik. Oleh karena itu, untuk menguasai instrumen keterampilan teknik dasar tersebut diperlukan proses, latihan yang relatif lama dan dilakukan secara teratur dan benar.

Memberikan pengalaman baru kepada siswa, di samping pengembangan keterampilan motoriknya. Oleh sebab itu, sikap dan tingkah laku yang sehat, pada akhirnya siswa tersebut mampu berpartisipasi secara aktif dalam segala bentuk aktivitas termasuk aktivitas olahraga permainan seperti sepak bola, bola voli, dan sebagainya. Olahraga permainan dapat menumbuhkan kreativitas dan imajinasi siswa setelah seorang siswa berada di luar kelas sebagai penyegaran pikiran. Bentuk olahraga yang digemari pada saat ini adalah sepak bola khususnya untuk siswa putra karena dapat dimainkan di mana saja dan murah dalam arti semua orang dapat mempelajarinya tanpa adanya batasan umur, sedangkan untuk siswa putri biasanya bola voli dan sebagainya.

Perlu diingat bahwasanya keberhasilan keterampilan gerak dalam proses latihan keterampilan teknik dasar bermain bola tidak hanya ditentukan oleh metode latihan saja, namun ditentukan pula oleh faktor internal lain yang berupa kemampuan keterampilan siswa. Keterampilan gerak adalah kemampauan pola-pola gerak keterampilan tubuh, proses latihannya melalui pengamatan dan mempraktikkan pola yang dipelajari sehingga dapat dikatakan kemampuan siswa akan sangat menentukan cepat lambatnya siswa tersebut untuk dapat menguasai keterampilan teknik dasar bermain sepak bola. Hasil akhir dari kemampuan gerak adalah berupa kemampuan melakukan pola-pola gerak keterampilan.

Dalam permainan sepak bola keterampilan dasar merupakan suatu keterampilan individu tiap pemain untuk melakukan pergerakan baik dengan bolamaupun tanpa bola. Teknik dasar sepak bola, seperti mengumpan (*passing*), menahan (*control*), mengumpan lambung (*long passing*), menggiring (*dribbling*),

dan menembak (*shooting*). Untuk bermain sepak bola dengan baik pemain di bekali dengan teknik dasar *shooting* yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar *shooting* yang baik, pemain tersebut cenderung dapat menendang bola tepat ke gawang lawan dengan baik.

Kemampuan menggiring bola, selain ditentukan oleh faktor teknik, tidak kalah pentingnya harus didukung oleh kemampuan fisik terutama kecepatan dan kelincahan. Kecepatan diperlukan ketika pemain berusaha mengejar bola yang diumpan satu tim untuk dengan cepat digiring ke arah gawang, sedangkan kelincahan diperlukan ketika menggiring bola dengan cepat tetapi harus dapat menghindari lawan yang menghalangi untuk berkelit tanpa kehilangan keseimbangan dan bola tetap dalam penguasaan pemain.

Teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola lebih terkenal dengan istilah *dribbling*. Farid Aprianova dan Imam Hariadi. (2016) menjelaskan bahwa,

Salah satu teknik dasar dalam bermain sepakbola yang harus dikuasai setiap pemain yaitu teknik dasar menggiring bola (*dribbling*). Tidak semua orang dapat menggiring bola dengan baik, dalam teknik dasar menggiring bola sebaiknya bola harus dekat dengan kaki. Namun kenyataan yang terjadi di lapangan, tidak semua orang mampu melaksanakannya. Oleh karena itu, latihan untuk meningkatkan teknik dasar menggiring bola sangat penting. (hlm. 64)

Kemampuan menggiring bola sangat diperlukan seorang pemain dengan baik, karena menggiring bola termasuk keterampilan individu yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Cara melakukan *dribbling* dijelaskan Farid Aprianova dan Imam Hariadi. (2016): “Macam-macam teknik menggiring bola ada tiga, yaitu (a) menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, (b) menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian luar, (c) menggiring bola menggunakan sisi kaki bagian kura-kura. (hl. 64). Demikian pula menurut Yunus (2013:20) dalam Farid Aprianova dan Imam Hariadi. (2016: 64) menyatakan bahwa: “Dribbling sepakbola bisa dilakukan dengan bagian punggung kaki sebelah dalam, dribbling dengan punggung kaki dan dribbling dengan bagian punggung kaki bagian dalam”.

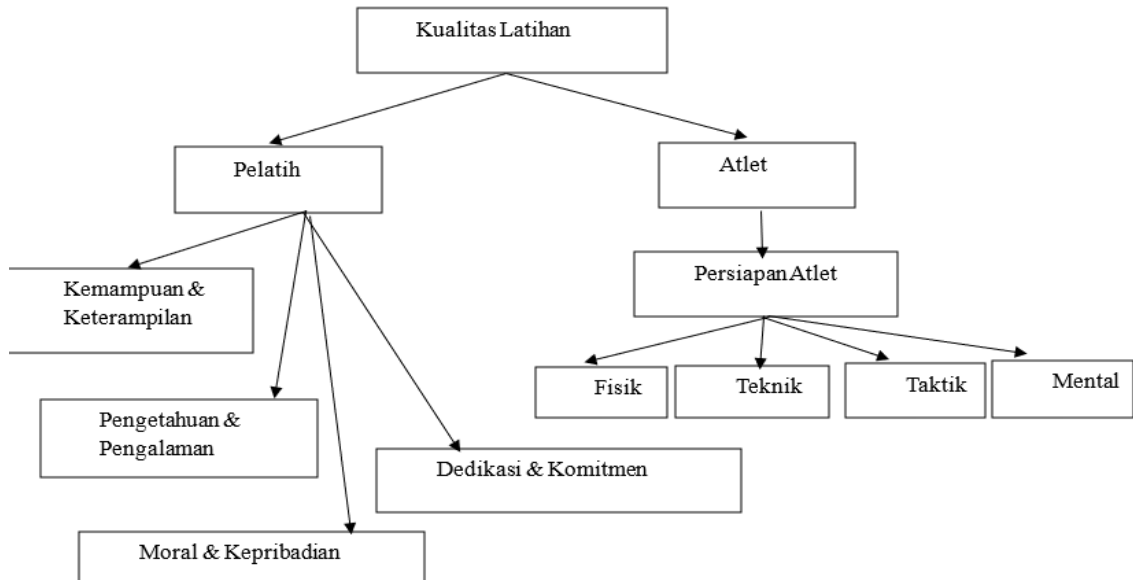
Kecepatan dan kelincahan merupakan bagian dari komponen kebugaran jasmani. Prestasi sepakbola akan tercapai apabila pemain memiliki kebugaran

jasmani yang baik, dampak positif kebugaran fisik pemain sepakbola dijelaskan Koger, Robert dalam Subiyanto Arif (2007) sebagai berikut,

- **Daya tahan tubuh** memungkinkan para pemain menjalani seluruh rangkaian latihan, pertandingan, dan turnamen yang berlangsung lama dan menuntut stamina yang prima.
- **Kontrol pikiran** sangat diperlukan agar pemain bisa tetap berpikir jernih pada saat mereka berlalri, ditabrak pemain lain, dan sebagainya. Kemampuan mengendalikan pikiran sangat diperlukan untuk mengendalikan tubuh.
- **Kelincahan** sangat diperlukan agar pemain dapat bergerak dengan gesit sambil tetap menjaga keseimbangan tubuh.
- **Kekuatan tubuh** diperlukan agar pemain dapat melompat, berlari dan bergerak dengan cekatan
- **Kecepatan Reaksi** memungkinkan pemain berpikir cepat lalu melakukan gerakan yang diperlukan.
- **Kecepatan dan Keseigapan** diperlukan untuk menampilkan keterampilan yang diperlukan dalam keadaan menyerang maupun bertahan.
- **Koordinasi** diperlukan agar pemain dapat selama mungkin menguasai bola, mengawasi gerak langkahpemain lainnya, dan bermain secara kompak dalam tim. (hlm. 3)

Berdasarkan kutipan tersebut, kecepatan dan kelincahan merupakan salahsatu komponen kondisi fisik yang sangat diperlukan dalam permainan sepakbola. Baik kemampuan fisik maupun kemampuan teknik, harus dipersiapkan sedini mungkin dengan menerapkan program latihan yang menganut prinsip-prinsip latihan untuk menuju puncak prestasi. (Bompa (2009) dalam Emral, (201) menjelaskan: Puncak prestasi seorang pemain sepakbola pada usia 18 sampai 25 tahun, sedangkan usia permulaan latihan sepakbola pada usia 12-14 tahun dan mulai masuk pada spesialisasi pada usia 16-18 tahun. (Hlm. 23). Melihat data usia

tersebut, usia siswa SMA atau yang sederajat berkisar antara 16 sampai 18 tahun, berarti seharusnya sudah berlatih secara khusus untuk menuju puncak prestasi.



Gambar 1.1 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Latihan
(Sukadiyanto (2005) Dalam Mylsidayu, Apta & Febi Kurniawan,2015)

Kualitas latihan fisik kecepatan dan kelincahan untuk mendukung keterampilan menggiring bola ditentukan oleh berbagai faktor, khususnya faktor pelatih dan atletnya itu sendiri, Sukadiyanto (2005) dalam Mylsidayu Apta dan Febi Kurniawan (2015) membuat gambar faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas latihan olahraga sebagai mana dapat di lihat pada gambar 1.1.

Dengan melihat gambar tersebut, dalam mengembangkan latihan untuk mencapai prestasi komponen pelatih dan atlet menjadi titik pusat perhatian. Atlet yang berkualitas kemampuan fisik kecepatan dan kelincahan didukung pelatih yang memiliki kemampuan, pengalaman kepribadian yang baik serta dedikasi dan komitmen yang tinggi untuk memeberikan latihan – latihan kondisi fisik kecepatan dan kelincahan akan mendukung terhadap pencapaian prestasi khususnya kemapuan menggiring bola yang diperlukan untuk melakukan serangan dalam permainan sepakbola.

Mengamati kegiatan SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya, dimana penulis pernah berlatih dan bermain di SSB tersebut, dan saat

ini pelatih SSB meminta penulis untuk membantu membina atau menjadi asisten pelatih SSB Putra Santana.

Minat masyarakat desa Rajadatu terhadap terhadap pertandingan sepakbola diikuti dengan minat anak muda yang terampil dalam permainan sepakbola membuat kegiatan sekolah sepakbola memiliki minat peserta yang tinggi. Hasil dari pembinaan dan latihan yang rutin dan mengikuti prinsip-prinsip latihan membuat tim inti anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya pada kelompok usia U 16.

Penulis mengamati saat pertandingan atau saat latihan ber pertandingan antar dua regu anggota SSB , kedua tim memiliki kecepatan berlari yang bagus saat mengejar dan menggiring bola serta memiliki kelincahan yang baik sehingga lawan sangat sulit untuk merebut bola dan sering dapat melewati lawan hingga dapat memasukan bola ke gawang. Berdasarkan pengamatan tersebut timbul pertanyaan penulis apa karena siswa memiliki kecepatan berlari yang baik dan kelincahan yang baik sehingga sering menjadi juara dalam kejuaraan sepakbola yang sederhana?

Pertanyaan tersebut yang membuat penulis tertarik untuk meneliti tentang daya dukung atau kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya. Dengan adanya informasi daya dukung tersebut, akan menjadikan dasar dalam menyusun program latihan fisik yang menunjang terhadap keterampilan teknik, sebagaimana Harsono (2018) menjelaskan: “ Karena sukses dalam olahraga sering menuntut keterampilan yang sempurna dalam situasi stres fisik yang tinggi, maka semakin jelas bahwa kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi atlet”(hlm. 4).

Komponen-komponen kondisi fisik yang menunjang keterampilan menggiring bola diantaranya adalah koordinasi mata dan kaki, kecepatan menendang, kelincahan, keseimbangan, dan kelentukan (*flexibility*). kelincahan mempunyai kontribusi yang berarti terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola, karena kelincahan dibutuhkan ketika menggiring bola untuk bisa melakukan dengan baik dan seimbang, yaitu harus dilakukan dengan mudah. Serta kecepatan mempunyai kontribusi yang berarti terhadap keterampilan

menggiring bola, karena dalam keterampilan menggiring bola kecepatan dibutuhkan ketika membawa bola sehingga bisa melakukan dengan cepat.

Namun yang jadi permasalahan belum diketahui seberapa besar nilai daya dukung kelincahan dan kecepatan terhadap menggiring bola dalam permainan sepakbola maka dari pada itu perlu dikaji secara ilmiah lebih mendalam lagi. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan dan kecepatan penulis mengambil populasi pada Anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya.

Alasan mengambil pada Anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya.. karena tim sepakbola tersebut pernah mengikuti berbagai pertandingan dan mendapat juara, serta kondisi fisik yang sudah teruji selain itu mereka sudah memiliki dan mampu melakukan keterampilan menggiring bola dengan baik hal ini terlihat ketika mereka bermain sepakbola selain itu goal yang tercipta atau yang diciptakan oleh anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya.adalah melalui keteampilan menggiring bola dengan baik serta hampir semua pemain mampu melakukan menggiring bola dengan baik dan permainan sepakbola yang menonjol di Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya hal ini tentunya merupakan suatu hal yang menarik untuk diteliti.

Dengan demikian atas dasar tersebut penulis tertarik melakukan penelitian pada Anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya. dengan judul penelitian “Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya?

2. Seberapa besar kontribusi kecepatan terhadap menggiring bola dalam permainan sepakbola pada anggota Anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya?
3. Seberapa kontribusi secara bersama-sama kelincahan dan kecepatan terhadap menggiring bola dalam permainan sepakbola pada Anggota SSB Putra Santana Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari salah satu penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan secara operasional terhadap beberapa istilah-istilah tersebut sebagai berikut:

1. Kontribusi dalam penelitian ini adalah dimaksudkan adalah daya dukung dari komponen fisik kelincahan dan kecepatan lari terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
2. Kelincahan menurut Badriah, Dewi Laelatul (2013) dijelaskan: “Kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk mengubah secara tepat arah tubuh atau bagian tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan”. (hlm. 38).
3. Kecepatan dikemukakan Emral (2017) sebagai berikut: “Secara umum, kecepatan mengandung pengertian kemampuan seseorang untuk melakukan gerak atau serangkaian gerak secepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsang”. (hlm. 182) Kecepatan yang dimaksud dalam variabel penelitian ini adalah kecepatan berlari sambil menggiring bola dalam permainan sepakbola.
4. Sepakbola menurut Roji (2004:1) dalam Taufik Akbar (2018) sepakbolai adalah “sepakbola dilksuksn olrh dua kesebelasan, masing-masing regu terdiri dari 11 pemain termasuk penjaga gawang. Pemain cadangan untuk setiap pemian berjumlah tujuh pemain. Lama permainan adalah 2 x 45 menit”.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1 Untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap menggiring bola Pada Anggota SSB Putra Santana Desa Rajadatu Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya
- 2 Untuk mengetahui kontribusi kecepatan lari terhadap menggiring bola Pada Anggota SSB Putra Santana Desa Rajadatu Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya
- 3 Untuk mengetahui kontribusi secara bersama-sama kelincahan dan kecepatan lari terhadap menggiring bola Pada Anggota SSB Putra Santana Desa Rajadatu Kecamatan Cineam Kabupaten Tasikmalaya

1.5 Kegunaan Manfaat Penelitian

Setiap melakukan kegiatan tentunya diharapkan bermanfaat untuk diri sendiri maupun untuk orang lain, begitu pula dalam melakukan penelitian ini penulis berharap hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoritis maupun secara praktis.

Secara teoritis hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan dan informasi yang bermanfaat tentang keterampilan menggiring bola.

Secara praktis hasil dari penelitian ini bermanfaat sebagai berikut:

1. Sebagai bahan masukan bagi guru Pendidikan Jasmani dalam mengetahui kontribusi kelincahan dan kecepatan lari terhadap menggiring bola dalam permainan sepakbola.
2. Sebagai tambahan informasi bagi mahasiswa Universitas Siliwangi khususnya mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani tentang kelincahan dan kecepatan terhadap menggiring bola.