

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan olahraga rakyat dan telah dikenal di tanah air sejak lama yang dimainkan dan ditonton oleh jutaan orang. Sepak bola merupakan jenis olahraga beregu yang dimainkan oleh 11 orang di lapangan dengan bola sebagai alat permainannya. Olahraga sepakbola dimainkan dengan menggunakan tungkai, kaki, badan, dan kepala, kecuali penjaga gawang dapat menggunakan tangan. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan agar tidak kemasukan bola.

Permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk mencapai prestasi dalam olahraga merupakan suatu tujuan akhir, yang harus dicapai adalah penerapan latihan yang terprogram secara sistematis, terarah dan keseimbangan. Untuk mendapatkan prestasi itupun diperlukan pencarian bibit-bibit baru yang berkualitas maupun itu dengan diselenggarakannya turnamen-turnamen tertentu.

Dalam permainan sepak bola diperlukan beberapa teknik dasar. Adapun teknik dasar yang dimaksud adalah *passing*, *dribbling*, *controlling*, dan *shooting*.

Untuk memperoleh teknik dasar tersebut diperlukan latihan yang baik, terprogram, dan penuh kedisiplinan. Untuk itu juga diperlukan pembinaan,

perhatian dan penanganan yang serius baik dari segi fisik, teknik, taktik dan mental.

Tujuan dari permainan sepak bola adalah masing-masing regu atau kesebelasan berusaha menguasai bola, memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin, dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi dan menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola Sucipto dkk. (2000:7). Dari penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa tujuan bermain sepakbola adalah untuk mencetak angka atau gol sebanyak mungkin ke gawang lawan dan bertahan atau mencegah jangan sampai lawan mem buat gol ke gawang sendiri.

Sekolah sepak bola (SSB) PTPN II Saentis merupakan salah satu sekolah sepak bola yang berlokasi di Desa Saentis Kabupaten Deli Serdang. Lahirnya SSB PTPN II Saentis berawal dari terbentuknya kepedulian para mantan pemain Persatuan Sepakbola Deli Serdang (PSDS) di tahun 80-an dan pemerhati Sepak bola khususnya daerah Saentis, Adapun asal kata PORTIS adalah singkatan dari persatuan Olahraga Saentis. SSB Portis saentis usia 12 -14 tahun merupakan *club* sepakola yang mulai berdiri pada tahun 1997, namun sudah mulai menghasilkan talenta-talenta muda yang berbakat untuk di didik dan dilatih dengan maksimal untuk menjadi pemain sepakbola yang memiliki kualitas sehingga dapat menorehkan prestasi yang maksimal

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneneleti terhadap SSB PTPN II Saentis Kabupaten Deli Serdang disitu peneliti melihat kemampuan koordinasi mata kaki anak usia 12-14 tahun masih kurang terlihat dari salah satu teknik yaitu *dribbling* disitu peneliti meliah pergerakan anak-anak yang terlalu lambat, melihat

ke bawah, serta ketika pemain sedang mendribbling bola dengan cepat pemain sering kali tidak dapat mengontrol bola dengan baik sehingga bola bisa terlepas dari penguasaan kaki pemain hal itu juga disebabkan faktor kurangnya koordinasi mata kaki yang baik. Koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan (Rusli Lutan, 2000: 77). Koordinasi diperlukan hampir disemua cabang olahraga termasuk cabang olahraga sepak bola.

selanjutnya peneliti juga melakukan dialog dengan pelatih tentang program yang di berikan. Dari program tersebut pelatih memberikan beberapa latihan teknik dan di antara latihan teknik tersebut pelatih menyisipkan beberapa latihan fisik ,latihan terkniknya seperti, kontrol bola, *dribbling* bola, *shooting* dan berbagai macam bentuk variasi latihan lainnya.dari pengamatan obervasi tersebut peneliti melihat pelatih kurang memperhatikan masalah koordinasi mata kaki, yang menurut peneliti menjadi masalah saat siswa tersebut melakukan *dribbling* ataupun teknik yang lain.

Koordinasi yang dibutuhkan dalam teknik bermain sepak bola diantaranya koordinasi mata-kaki (*foot-eye coordination*) dan koordinasi mata tangan (*eye-hand coordination*). Koordinasi mata-kaki dibutuhkan dalam gerakan seperti dalam skill menendang bola, menggiring bola”. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa ketepatan *dribbling* dan *passing* dalam sepak bola merupakan suatu keterampilan yang memiliki gerakan cukup kompleks. Kemampuan seorang pemain menggiring bola dan mengoper bola atau menembakkan bola ke gawang lawan dibutuhkan koordinasi mata-kaki yang baik, maka gerakan menggiring bola

dapat dilakukan dengan baik dan lancar serta mampu menyelesaikan bola tepat pada sasaran yang diinginkan. Namun sebaliknya, koordinasi mata-kaki yang buruk, maka gerakan menggiring bola tidak lancar, bola mudah direbut lawan dan penyelesaian kurang akurat.

Dugaan sementara peneliti bahwa pelatih kurang memberikan latihan untuk meningkatkan koordinasi mata kaki sehingga para siswa sering kali melakukan kesalahan-kesalahan dalam melakukan teknik sepak bola, maka untuk meyakinkan dugaan tersebut peneliti melakukan tes pendahuluan untuk mengetahui koordinasi mata kaki SSB PTPN II saentis usia Portis 12-14 tahun.

.Banyak cara untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki diantaranya adalah variasi latihan *ball feeling* menggunakan alat *ladder agilty*, sehingga peneliti mencoba untuk memberikan latihan menggunakan alat *ladder agility* yang difokuskan dalam penelitian ini dengan harapan dapat meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki pada siswa sekolah sepak bola SSB PTPN II usia 12-14 tahun Saentis Kabupaten Deli serdang tahun 2017.

Ladder agility (drill) adalah suatu bentuk alat latihan melompat menggunakan satu atau dua kaki dengan melompati tali yang berbentuk tangga yang diletakkan dilantai atau tanah. *Ladder drill* biasa digunakan para atlet untuk meningkatkan kelincahan maupun koordinasi (- www.quickness-drillss.com).

Latihan ini tidak terlepas dari kekuatan otot tungkai karena latihan ini banyak menggunakan otot tungkai selain menggunakan otot kaki saja. Menurut Lee Brown & Vance Ferrigno, dalam bukunya *Training For Speed, Agility, And*

Quickness untuk dapat meningkatkan kelincahan dan koordinasi salah satunya dapat dengan menggunakan alat *ladder*.

Pada penelitian ini, peneliti ingin melakukan upaya untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki yaitu dengan memberikan perlakuan dalam bentuk variasi latihan *ball feeling* menggunakan alat *ladder agility* yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki. Dengan demikian penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Upaya meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki melalui *ball feeling* menggunakan *ladder agility* Pada Siswa Sekolah Sepak bola (SSB) PTPN II usia 12 -14 tahun Saentis Kabupaten Deli Serdang Tahun 2017.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah yang diteliti adalah :

1. Dari hasil observasi hasil kemampuan koordinasi mata kaki siswa SSB PTPN II usia 12-14 tahun masih dalam kategori kurang.
2. Faktor-faktor apa sajakah yang dapat meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki dalam permainan sepak bola?
3. Kurangnya variasi-variasi latihan untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki siswa SSB PTPN II usia 12-14 tahun.
4. Apakah variasi latihan *ball feeling* menggunakan media alat *ladder agility* dapat meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki pada siswa SSB PTPN II usia 12-14 tahun?

C. Pembatasan masalah

Mengingat banyaknya masalah yang akan diteliti seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah, maka penulis membatasi masalah yang akan diteliti, yaitu sebagai berikut: “Apakah melalui metode variasi latihan *ball feeling* menggunakan media alat *ladder agility* dapat meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki dalam permainan sepak bola pada siswa SSB PTPN II Saentis Kabupaten Deli Serdang usia 12-14 tahun 2017

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Apakah melalui Variasi latihan *ball feeling* menggunakan media alat *ladder agility* dapat meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki dalam permainan sepak bola pada siswa SSB PTPN II tahun Saentis Kabupaten Deli Serdang usia 12-14 Tahun 2017 ?

E. Tujuan Penelitian

Mengingat betapa pentingnya tujuan dalam suatu kegiatan, maka yang jadi tujuan penelitian ini adalah: Untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki dalam permainan sepak bola melalui *ball feeling* menggunakan alat *ladder agility* pada siswa SSB PTPN II tahun Saentis Kabupaten Deli Serdang usia 12 - 14 tahun 2017.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Pemain, dapat dijadikan sebagai informasi pada pemain lain untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata kaki
2. Pelatih, dapat dijadikan sebagai informasi untuk memberikan variasi latihan dalam latihan koordinasi mata kaki
3. Mahasiswa, dapat dijadikan masukan dalam menambah wawasan tentang melakukan latihan koordinasi mata kaki dalam permainan sepak bola.

THE
Character Building
UNIVERSITY