

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat ini Sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain. Sepakbola adalah permainan yang sangat populer, karena permainan sepakbola sering dilakukan oleh anak-anak, orang dewasa maupun orang tua. Saat ini perkembangan permainan sepakbola sangat pesat sekali, hal ini ditandai dengan banyaknya sekolah-sekolah sepakbola (SSB) yang didirikan. Tujuan dari permainan sepakbola adalah masing-masing regu atau kesebelasan yaitu berusaha menguasai bola, memasukan bola ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin, dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola.

Permainan sepak bola sangat dibutuhkan fisik, skill, dan kerjasama, yang meliputi: ketahanan (*endurance*), kekuatan (*strength*) dan kecepatan (*speed*). Ketahanan berarti kita kuat bermain selama waktu yang cukup panjang tanpa tersengal-sengal kehabisan nafas (ketahanan aerobik) ataupun ngilu-ngilu (ketahanan otot). Kekuatan berarti otot-otot tubuh kita cukup kuat untuk menendang dengan keras, melempar bola cukup jauh, melakukan *body charge* dengan kuat, dan sebagainya. Adapun kecepatan bermakna kita bisa berlari dengan cepat (*sprint*) baik ketika membawa bola ataupun ketika tidak membawa

bola. Yang disebut dengan skill disini terutama adalah (teknik-teknik dasar) sepakbola, yang meliputi mengumpan dan menerima (*passing and receiving*), menembak (*shooting*), mengontrol bola dengan berbagai anggota badan, melindungi bola, dan menggiring (*dribbling*), menyundul bola (*heading*). selain keempat hal itu, yang tidak boleh ketinggalan adalah mental yang positif. Semua pemain harus memiliki kepercayaan diri, optimisme dan semangat.

Cabang olahraga sepakbola faktor yang sangat menentukan keberhasilan suatu kesebelasan adalah penguasaan teknik dasar”. Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam, seperti *stop ball* (menghentikan bola), *shooting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), *heading* (menyundul bola), dan *dribbling* (menggiring bola). Menurut Danny Mielke (2007: 1) : “Ketika mulai mempersiapkan diri untuk bertanding, keterampilan utama yang pertama kali akan membuatmu terpacu dan merasa puas adalah kemampuan menggiring bola (*dribbling*)”. Danny Mielke (2007: 2) : Menggiring bola adalah keterampilan dasar dalam permainan sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Selain faktor tersebut Jeff Sneyers (1988: 3) menambahkan : “Faktor terpenting lainnya dalam mencapai puncak prestasi dalam cabang olahraga sepakbola adalah kondisi fisik dan kemampuan teknik seperti menggiring bola”. Dari kesimpulan diatas, ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka didalam permainan akan sangat besar.

Sekolah sepak bola Agtagana, yang berada di Kabupaten Serdang Bedagai, Kecamatan Perbaungan. Tujuan didirikan SSB Agtagana adalah untuk meningkatkan minat dan prestasi masyarakat khususnya di kecamatan perbaungan serta menjauhkan generasi muda dari obat-obatan terlarang. Berdasarkan survey pendahuluan dan wawancara pelatih pada tanggal 20 juni 2013, peneliti mendapat informasi bahwa rata-rata dalam satu pertandingan pada saat atlet melakukan *dribbling*, lebih banyak yang jauh dari jangkauan kaki/kontrol dari pada yang terjangkau/terkontrol dan lambat dalam menggiring bola, sehingga mudah terkejar oleh lawan, dan atlet tidak memiliki keberanian untuk lebih banyak melakukan *dribbling*. Hal ini dikarenakan oleh terbatasnya sumber-sumber yang digunakan pelatih untuk mendukung bentuk-bentuk latihan tentang *dribbling* yang diterapkan pada saat latihan. Akibatnya pemain kurang mampu mengembangkan permainan mereka karena kurang cepat menggiring bola disaat yang tepat.

Peneliti berinisiatif untuk berdiskusi tentang program latihan yang diterapkan oleh pelatih untuk mencari tahu penyebabnya. Dari program tersebut dapat terlihat bahwa pelatih hanya menerapkan bentuk latihannya dan juga tidak adanya dilakukan refleksi pada gerakan yang telah dilakukan atlet serta bentuk latihan yang diberikan pelatih cenderung monoton tanpa adanya bentuk latihan yang baru. Dari fakta diatas, ternyata yang diduga peneliti sesuai kenyataan, yaitu para pemain belum menguasai sepenuhnya teknik melakukan *dribbling* yang baik dan benar. Dengan demikian pokok permasalahan adalah kemampuan teknik *dribbling* atlet masih butuh peningkatan.

Banyak cara untuk meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* diantaranya adalah latihan *zig-zag trajectory*, sehingga peneliti mencoba untuk memberikan latihan *zig-zag trajectory* yang akan difokuskan dalam penelitian ini dengan harapan dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pada atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Agtagana Perbaungan. Latihan *dribbling zig-zag trajectory* merupakan bentuk latihan menggiring yang dilakukan secara berkelompok maupun berpasangan. Dalam satu kelompok terdiri dari 2 orang pemain atau lebih dengan menyatukan antara koordinasi gerakan pada saat *dribbling* dengan pergerakan tubuh.

Kemudian untuk lebih mempertegas dengan hal tersebut, peneliti melakukan tes pendahuluan berupa tes kemampuan *dribbling* terhadap atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Agtagana Perbaungan usia 15 tahun. Keterangannya lebih jelas dapat dilihat pada lampiran. Hasil tes pendahuluan terhadap tingkat kecepatan menggiring bola pada siswa rata-rata hanya sebesar 19,16 detik = 57 skala (tingkat kecepatan kategori cukup) tes menggiring bola Hasnan Said (1977:15).

Mencermati masalah tersebut dapat disimpulkan kemampuan *dribbling* bola pada atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Agtagana Perbaungan masih perlu ditingkatkan lagi agar kemampuan *dribbling* menjadi lebih baik. Untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang *dribbling* (menggiring), dengan judul “Upaya Meningkatkan Kecepatan Menggiring Bola Melalui Latihan *Zig-Zag Trajectory* pada SSB Agtagana Perbaungan Usia 15 Tahun.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka identifikasi masalah yang diteliti sebagai berikut:

1. Dari hasil observasi hasil kecepatan menggiring atlet usia 15 SSB Agtagana masih perlu ditingkatkan lagi.
2. Kurangnya variasi bentuk latihan menggiring
3. Apakah dengan variasi bentuk latihan menggiring menggunakan *zig-zag trajectory* dapat meningkatkan hasil kecepatan menggiring dalam permainan sepak bola pada atlet usia 15 tahun SSB Agtagana Perbaungan.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya masalah yang akan diteliti, seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah dan banyaknya aspek-aspek latihan serta untuk memudahkan dalam pelaksanaan penelitian yang akan dilaksanakan, maka pada penelitian ini akan dibatasi. Adapun masalah yang akan diteliti adalah “Upaya Meningkatkan Kecepatan Menggiring Bola Dengan Menggunakan Latihan *Zig-Zag Trajectory* pada SSB Agtagana Perbaungan Usia 15 Tahun.

Dengan kata lain, varriabel bebasnya latihan *zig-zag trajectory*. Dan yang menjadi variable terikat adalah hasil kecepatan *dribbling*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti. “Apakah dengan latihan menggiring bola menggunakan latihan *zig-zag trajectory* dapat meningkatkan hasil kecepatan menggiring pada atlet Usia 15 tahun SSB Agtagana Perbaungan”.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah diuraikan dalam rumusan masalah, yang menjadi tujuan penelitian adalah:

1. Untuk meningkatkan kemampuan kecepatan *dribbling* dengan menggunakan latihan *zig-zag trajectory* atlet Usia 15 SSB Agtagana Perbaungan.
2. Menambah variasi latihan *dribbling* pada SSB Agtagana Perbaungan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Sebagai sumbangan latihan untuk keterampilan menggiring bagi atlet SSB Agtagana Perbaungan.
2. Memberikan informasi, kreatifitas atau sebagai masukan untuk pelatih dalam memberikan bentuk-bentuk latihan menggiring.
3. Bermanfaat bagi kalangan yang berwenang dalam pembinaan sepakbola.
4. Sebagai bahan masukan bagi para mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan yang akan melakukan penelitian pada cabang olahraga sepakbola