

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang terpopuler di dunia, tidak ada satu pun cabang olahraga lainnya yang mampu menyamai kepopuleran olahraga ini. Sampai saat ini permainan sepak bola telah mengalami banyak perubahan, dari permainan yang *primitive* dan sederhana sampai menjadi permainan sepak bola *modern* seperti sekarang ini. Permainan sepak bola disukai dan disenangi hampir seluruh tingkatan umur, mulai dari anak-anak sampai yang sudah lanjut usia sekalipun. Bahkan tidak saja disukai kaum laki-laki tetapi juga disenangi oleh para wanita.

Sepak bola merupakan olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh sebelas individu dalam satu tim, dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan demi meraih kemenangan. Secara umum, daya tarik sepak bola terletak pada beragam keterampilan yang perlu dikuasai, jauh lebih banyak jika dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya. Dengan keterampilan yang beragam, pemain memiliki kemampuan untuk menghadapi tekanan oleh lawan. Terdapat beberapa teknik dasar yang wajib dikuasai setiap pemain sepak bola, antara lain teknik menendang bola (*shooting*), teknik menghentikan bola (*controlling*), teknik menggiring bola (*dribbling*), teknik gerak tipu (*feinting*), teknik menyundul bola (*heading*), serta teknik melempar bola ke dalam (*throw in*) (Andriansyah & Winarno, 2020: 13). Salah satu teknik dasar dalam olahraga sepak bola adalah *dribbling*. *Dribbling* merupakan teknik fundamental yang sangat penting dan perlu dikuasai oleh setiap pemain sepak bola (Ardianda & Arwandi, 2018). Penguasaan teknik dasar dalam permainan sepak bola merupakan faktor yang

sangat penting untuk mencapai kemampuan bermain sepak bola secara efektif. Salah satu teknik dasar yang memiliki signifikansi tinggi dalam olahraga ini adalah teknik dribbling, yang lebih dikenal dengan istilah menggiring bola. Basrizal, dkk., (2020: 770) menyatakan gerakan dribbling terdiri dari beberapa gerakan yaitu gerakan merubah arah, dan gerakan melindungi bola yang didukung komponen biomotor antara lain kelincahan dan koordinasi.

Saat ini perkembangan sepak bola di Indonesia sangat pesat. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya muncul SSB (Sekolah Sepak Bola) salah satunya yaitu SSB Porkam Deli Serdang. Sekolah sepak bola Porkam Deli Serdang berlokasi di Jalan Batu Sihombing, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang. Fasilitas sekolah sepak bola ini cukup lengkap diantaranya bola, *cons* dan lapangan sepak bola. Pemain SSB Porkam Deli Serdang terbagi pada kelompok umur yaitu umur 6-9 tahun, 10-12 tahun dan umur 13-14 tahun. SSB Porkam Deli Serdang melakukan latihan 3 kali seminggu yaitu hari Selasa, Kamis dan Sabtu pada jam 15.00 - 17.00 WIB

Observasi awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 4 Februari 2025 dan dari hasil pengamatan tersebut peneliti menemukan masalah dimana atlet masih kurang baik dalam melakukan teknik *dribbling*, dimana bola lebih jauh dari penguasaan kaki sehingga bola tersebut dapat dengan mudah direbut saat mencoba melewati pemain lawan. Hasil dari proses menggiring bola yang dilakukan oleh para pemain menunjukkan bahwa kontrol kaki terhadap bola tidak cukup tepat. Banyak dari atlet yang terlalu kuat menyentuh bola ketika menggiring, yang membuat bola bergerak sangat cepat, sementara mereka tidak mengikuti dengan berlari cepat. Akibatnya, bola sering kali berada di luar

jangkauan kaki pemain tersebut. Untuk dapat menggiring bola dengan baik, seseorang perlu menunjukkan posisi awal, lokasi bola, cara menyentuh bola dengan kaki, arah menggiring, serta memperhatikan sasaran.

Peneliti melakukan wawancara dengan pelatih Porkam Deli Serdang untuk memastikan bahwa masalah yang dihadapi oleh pemain berusia 12-15 tahun di SSB Porkam Deli Serdang memang berkaitan dengan teknik *dribbling*. Peneliti memperoleh informasi bahwa kemampuan *dribbling* pemain masih kurang memadai, variasi latihan yang diterapkan oleh pelatih juga terbatas, dan pelatih lebih fokus pada kebugaran fisik serta strategi permainan. Selanjutnya, untuk memperkuat anggapan tersebut, peneliti melakukan tes awal dengan menerapkan tes dasar sepakbola kepada pemain berusia 12-15 tahun di SSB Porkam Deli Serdang.

Berdasarkan hasil tes dasar sepakbola pada tanggal 20 Februari 2025, kemampuan *controlling* dari 11 pemain kategori cukup ada 1 orang (9,1%), kategori kurang ada 5 orang (45,45%), kategori kurang sekali ada 5 orang (45,45%). Kemampuan *shooting* dari 11 pemain kategori cukup ada 2 orang (18,18%), kategori kurang ada 7 orang (63,64%), kategori kurang sekali ada 2 orang (18,18%). Kemampuan *short passing* dari 11 pemain kategori cukup ada 3 orang (27,27%), kategori kurang ada 6 orang (54,55%), kategori kurang sekali ada 2 orang (18,18%). Kemampuan *dribbling* dari 11 pemain kategori kurang ada 6 orang (54,55%), kategori kurang sekali ada 5 orang (45,45%). Kemampuan *long passing* dari 11 pemain kategori baik ada 2 orang (18,18%), kategori kurang ada 5 orang (45,46%), kategori kurang sekali ada 4 orang (36,36%).

Dengan demikian pokok permasalahannya adalah kemampuan teknik *dribbling* masih butuh peningkatan. Menanggapi hal tersebut, dalam upaya meningkatkan teknik *dribbling* SSB Porkam Deli Serdang peneliti memberikan variasi latihan *dribbling* karena dapat meningkatkan kemampuan beradaptasi dalam permainan. Dalam pertandingan yang sesungguhnya, situasi *dribbling* dapat sangat berbeda berhadapan dengan lawan, ruang yang sempit, kecepatan yang bervariasi, serta arah yang tak terduga. Dapat melatih koordinasi dan penguasaan bola yang lebih baik dengan mendorong kerjasama antara mata, otak dan kaki. Dengan adanya variasi dalam latihan, pemain dapat belajar untuk menyesuaikan teknik *dribbling* mereka dengan kondisi yang terus berubah.

Bentuk variasi latihan yang akan diberikan yaitu variasi berbentuk persegi, variasi berbentuk *zig-zag*, variasi berbentuk huruf X, variasi berbentuk segitiga, variasi berbentuk huruf M, variasi berbentuk berlian. Dengan latihan ini diharapkan mampu meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* atlet U-14 SSB Porkam Deli Serdang.

Maka dari itu peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan *Dribbling* terhadap Hasil *Dribbling* Pada Atlet SSB Porkam Deli Serdang U-14 Tahun 2025”.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah yang ada dalam penelitian ini, yakni :

1. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi teknik *dribbling* dalam permainan sepak bola?

2. Latihan apa sajakah yang mendukung hasil teknik *dribbling* dalam permainan sepak bola?
3. Apakah terdapat pengaruh variasi latihan *dribbling* terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* dalam permainan sepak bola?

1.3. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah maka peneliti membatasi masalah ini pada “pengaruh variasi latihan *dribbling* terhadap hasil *dribbling* pada Atlet SSB Porkam Deli Serdang U-14 Tahun 2025”

1.4. Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh variasi latihan *dribbling* terhadap hasil *dribbling* pada atlet SSB Porkam Deli Serdang U-14 Tahun 2025?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *dribbling* terhadap hasil *dribbling* pada atlet SSB Porkam Deli Serdang U-14 Tahun 2025.

1.6. Kegunaan Hasil Penelitian

Setelah menyelesaikan penelitian semoga hasil penelitian ini memberikan manfaat untuk :

1. Sumbangan memecahkan masalah keterampilan menggiring bola dalam meningkatkan prestasi olahraga khususnya sepak bola pada SSB Porkam Deli Serdang.
2. Memberikan informasi tentang pentingnya variasi latihan *dribbling* terhadap peningkatan teknik *dribbling* dalam permainan sepak bola.

3. Sebagai bahan masukan bagi para peneliti, pelatih, pembina, serta guru olahraga dalam menunjang penyusunan program latihan pada cabang olahraga sepak bola.
4. Menambah pengetahuan dan memperluas wawasan penulis dalam upaya meningkatkan teknik *dribbling* pada cabang olahraga sepak bola.
5. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan cabang olahraga sepak bola bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.

