

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan diluar lapangan dan didalam ruangan tertutup (Sucipto *dkk*, 2000: 7).

Sepakbola berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa dan orang tua. Sepakbola merupakan olahraga yang memerlukan banyak tenaga dalam memainkannya. Pemain dituntut mengerahkan semua tenaga yang dimilikinya selama permainan dimulai hingga peluit tanda berakhirnya permainan dibunyikan. Untuk dapat melakukan itu semua seorang pemain dituntut untuk memiliki kesegaran jasmani yang baik, karena dengan dukungan kesegaran jasmani yang baik diharapkan seorang pemain atau atlet akan dapat bermain dengan baik pula. Jika seorang pemain memiliki kondisi fisik yang baik, dia akan memiliki beberapa keuntungan yang akan menjadikan pemain dapat meningkatkan kemampuan sistem sirkulasi dan 2 kerja jantung, peningkatan dalam kekuatan, kelentukan, stamina, kekuatan tungkai dan lain-lain dari komponen fisik.

Komponen-komponen yang berhubungan dengan kesehatan adalah: daya tahan kardiorespirasi, komposisi tubuh, kelentukan, kekuatan otot dan daya tahan otot. Dari banyak komponen kondisi fisik tersebut, pada cabang olahraga tertentu memerlukan prioritas kondisi fisik tertentu pula. Demikian pula pada cabang olahraga sepakbola, komponen kondisi fisik tersebut tentunya mempunyai peran yang berbeda-beda khususnya dalam mendukung kemampuan menggiring bola. Dalam bermain sepakbola, pemain memerlukan penguasaan teknik dasar, hal ini dikarenakan penguasaan teknik dasar bermain sepakbola merupakan modal utama untuk bermain sepakbola. Teknik dasar dalam permainan ini ada bermacam-macam sesuai dengan fungsinya.

Beberapa teknik dasar dalam sepakbola yaitu *shooting* atau menendang merupakan kemampuan seseorang untuk menendang bola ke arah gawang untuk menciptakan angka atau gol. *Heading* atau menyundul merupakan kemampuan memindahkan bola baik itu memberi umpan ke teman atau 3 bertujuan menciptakan gol menggunakan kepala. *Passing* atau mengumpan merupakan kemampuan untuk memindahkan bola kepada teman. *Dribbling* atau menggiring bola yaitu kemampuan memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain.

Keterampilan menggiring bola adalah kemampuan inividu setiap pemain bola. Dalam menggiring bola memerlukan penguasaan teknik yang baik dan didukung unsur-unsur kondisi fisik yang baik antara lain kekuatan dan kelincahan. Kekuatan merupakan daya penggerak bagi setiap aktivitas fisik. Kekuatan otot khususnya kekuatan otot tungkai merupakan komponen penting yang harus dimiliki seorang pemain bola. Dengan memiliki kekuatan otot tungkai yang baik,

seorang pemain bisa menahan beban tubuh saat menggiring bola. Sehingga kemampuan menggiring bola akan semakin baik. Begitu pula kelincahan, kelincahan dapat dikatakan sebagai kemampuan merubah arah dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan juga sangat dibutuhkan dalam menggiring bola. Karena pada hakikatnya menggiring bola adalah memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain dengan berlari sambil melakukan sentuhan-sentuhan kecil dengan kaki terhadap bola. Dalam memindahkan bola, tentunya akan ada lawan yang akan mencoba menghalangi. Oleh sebab itu, dengan memiliki kelincahan yang baik akan memungkinkan seorang pemain mampu melakukan gerakan merubah arah sesuai dengan situasi yang dihadapi dengan efektif dan diharapkan bisa menghindar dari lawan yang mencoba merebut bola menurut (Ardi Nusri ,2014 : 53).

Sepak bola saat ini telah menjadi olahraga yang paling banyak digemari oleh berbagai kalangan masyarakat. Banyaknya peminat olahraga ini membuat cabang olahraga ini banyak dipertandingkan mulai dari usia anak-anak sampai dewasa. Seringnya kompetisi yang diadakan dan banyaknya peminat sepakbola membuat sepakbola menjadi salah satu olahraga yang diprioritaskan untuk dibina sejak usia dini untuk menanamkan bagaimana sepakbola yang baik dan benar., menyadari pentingnya pembinaan sejak usia dini terhadap sepakbola membuat banyak dibentuk wadah yang membina persepakbolaan pada usia dini yang biasa dikenal dengan sekolah sepakbola (SSB), yang bertujuan untuk mengajarkan teknik, taktik dalam sepakbola. Perkembangan SSB di Kota Medan cukup baik.

SSB Perfect Unimed adalah merupakan sekolah sepakbola yang ada di Universitas Negeri Medan yang dibawah asuhan, bapak Ardi Nusri yang berdiri pada tahun 2013, Adapun lokasi SSB Perfect Unimed ini terletak di Universitas Negeri Medan Kecamatan Medan Tembung mempunyai cukup banyak anggota yang terbagi dalam tiga kelompok usia, yaitu kelompok usia 10 tahun, junior 12-14 tahun berjumlah 24 pemain dan kelompok senior 15-16 tahun ke atas yang berjumlah 36 pemain.

SSB Perfect Unimed melakukan program latihan rutin yaitu tiga kali dalam seminggu. Dari segi fasilitas SSB Perfect Unimed memiliki fasilitas yang cukup memadai antara lain: bola 25 buah, 4 set rompi, kun sebanyak 50 buah, dan lapangan sepakbola. Dari hasil pengamatan awal penulis, penulis semakin bertanya apa yang sebenarnya terjadi pada atlet SSB Perfect Unimed. Berdasarkan hasil pengamatan awal penulis serta informasi dari pelatih SSB Perfect Unimed, keterampilan menggiring bola pada atlet usia 12-14 tahun perlu ditingkatkan untuk mencapai kategori baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil data menggiring bola yang diperoleh dari SSB Perfect Unimed. Dimana hasil *test* menggiring bola siswa SSB tersebut setelah dimasukkan pada tabel skala prestasi berada pada kategori kurang, sehingga peneliti berkeinginan agar hasil kemampuan menggiring bola dapat meningkat menjadi kategori baik. Data hasil test keterampilan menggiring bola siswa SSB Perfect Unimed dapat dilihat pada tabel 1 Dan 2 dibawah ini.

Menurut Nurhasan (1986:319), skala prestasi menggiring bola dan bentuk *score* adalah:

Kategori	Nilai keterampilan
Baik	61- ke atas
Cukup	53-60
Sedang	46-52
Kurang	37-45
Buruk	36- ke bawah

Tabel 1. Data test pendahuluan keterampilan menggiring bola (Leter L)

No	Nama	Test (Detik)	Nilai
1	Miptahul Hilmi Fauzan	27.23	41
2	M. Chairul Fahmi	18.43	58
3	M. Dzaky Suwardi	21.59	53
4	Cipta Mi Trendy	22.76	50
5	M. Hasbi Ilmi	27.08	41
6	M.Haikal Hafiz	27.60	40
7	Rafly Ahmad	26.03	43
8	Riza Syahputra	26.68	42
9	Rahmadan Firmansyah	28.92	39
10	M..Firmansyah.Haharap	25.67	44
11	M. Daffaputra.T	27.48	41
12	Alfy Syahrin	26.13	43
13	Aidil Akbar	28.55	39
14	Azhmi Afif Syahputra	26.73	42
15	Syahreza Raihan	22.50	50
Maka nilai \bar{x} dari 666 = (44.4)			

Dari data *test* keterampilan menggiring bola (Leter L) pada Atlet SSB Perfect Unimed Tahun 2017 yang dilaksanakan pada tanggal 03 Maret 2017,dilihat dari table 1, nilai rata-rata siswa SSB Perfect (44,4 %), sehingga dapat disimpulkan siswa SSB Perfect Unimed masuk dalam kategori kurang dalam keterampilan menggiring bola, Sehingga dari pengamatan awal penulis

tersebut serta masukan dari pelatih SSB Perfect Unimed, kiranya perlu dicari alternatif pemecahan masalah sehingga harapan pelatih untuk meningkatkan kemampuan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola menjadi lebih baik lagi.

Dalam permainan sepakbola untuk dapat bermain dengan baik diperlukan latihan yang benar, terprogram, kontiniu, dan harus didukung oleh kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik. Permainan sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang membutuhkan keterampilan dasar tertentu untuk dijadikan sebagai modal dalam permainan demi tercapainya prestasi, yang menjadi salah satu dasar utama itu adalah keterampilan menggiring bola.

Latihan yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan kondisi fisik dan meningkatkan keterampilan bermain sepak bola. Disamping itu dalam latihan, pelatih selalu memberikan arahan atau memandu atlet bagaimana cara melakukan teknik bermain sepak bola dengan baik. Latihan yang dilakukan dengan baik agar dapat mempunyai skill keterampilan menggiring bola serta juga dapat menguasai semua teknik-teknik dalam sepakbola dan kemudian memperoleh prestasi yang lebih baik.

Dalam pelatihan yang dilakukan, terlihat kemampuan menggiring peserta SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun kurang. Saat melakukan *dribbling*, bola sering kali lepas dari penguasaan sehingga terebut oleh lawan. Dari segi kekuatan otot tungkai terlihat peserta seringkali kehilangan tumpuan baik saat berlari maupun menggiring bola sehingga hampir terjatuh. Selain itu, peserta SSBPerfect Unimed terlihat kesulitan untuk merubah arah gerak saat menghindari lawan dan

gerakan menggiring bola mereka masih agak kaku. Mereka dapat mengubah arah gerak bola, namun gerak tubuh mereka tidak bisa mengikuti arah bola sehingga bola tidak berada dalam penguasaan penuh mereka dan sering kali terebut oleh lawan.

Berkaitan dengan uraian di atas maka tidak berlebihan jika peneliti akan mencoba untuk meneliti tentang permainan sepakbola terutama berhubungan dengan kemampuan menggiring bola, yaitu tentang: “Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola SSB Perfect Unimed Tahun 2017”.dan dengan penelitian ini barangkali akan dapat sebagai acuan pelatih dalam penyusunan progam latihan yang lebih baik dalam rangka pembinaan pemain-pemain sepakbola.

Adapun alasan lain pemilihan judul dalam penelitian ini adalah: (1) Penguasaan teknik dasar bermain sepakbola merupakan modal utama untuk dapat bermain sepakbola dengan baik. (2) Teknik menggiring bola merupakan teknik dasar yang sangat diperlukan dalam permainan sepakbola. (3) Komponen-komponen fisik sangat mendukung dan menentukan dalam pencapaian keterampilan menggiring bola diantaranya adalah unsur kekuatan otot tungkai dan kelincahan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah yang timbul

1. Kondisi fisik yang kurang baik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat keterampilan seorang pemain sepakbola.
2. Belum diketahui kekuatan otot tungkai peserta SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun.
3. Belum diketahui tingkat kelincahan peserta SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun.
4. Belum diketahui “Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun Tahun 2017”.

C. Pembatasan Masalah

Agar masalah tidak meluas, maka permasalahan perlu dibatasi. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah pengaruh kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola peserta SSB Perfect Unimed usia 12-14 tahun.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola peserta SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun?
2. Adakah pengaruh kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola peserta SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun?
3. Adakah pengaruh kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola pada sekolah sepak bola SSB Perfect Unimed usia 12-14 tahun?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui pengaruh kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menggiring bola peserta SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun.
2. Untuk mengetahui pengaruh kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola peserta SSBPerfect Unimed usia 12-14 tahun.
3. Untuk mengetahui pengaruh kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola peserta SSB Perfect Unimed usia 12-14 tahun.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi SSB dan pelatih memberikan pengetahuan bagi para pelatih sebagai sumber informasi tentang kekuatan otot tungkai dan kelincahan dalam kaitannya terhadap kemampuan menggiring bola.
- b. Bagi peserta SSBPerfect Unimed sebagai sumber informasi tentang pengaruh kekuatan otot tungkai dan kelincahan yang dimilikinya saat ini dalam kaitannya terhadap keterampilan menggiring bola.
- c. Orang tua/ masyarakat umum sebagai pengetahuan mengenai pengaruh kekuatan otot tungkai kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.

2. Manfaat Praktis

- a. BagiSSBPerfect Unimed, hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai masukan dan bahanevaluasi bagi pelatih dalam proses latihan.
- b. Memberikan masukan kepada pelatih untuk menambahkan latihan fisik khususnya kekuatan otot tungkai dan kelincahan dalam program latihannya.