

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sekarang ini telah menjadi kebutuhan setiap individu, karena melakukan kegiatan olahraga yang baik dan benar serta berkesinambungan dapat meningkatkan kebugaran jasmani. Melalui olahraga diharapkan mampu menciptakan manusia Indonesia yang produktif, jujur, sportif, memiliki semangat dan daya juang serta daya saing yang tinggi. Hal ini dapat kita lihat dari antusias masyarakat disetiap kegiatan-kegiatan olahraga.

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer hampir diseluruh belahan dunia, demikian juga di Indonesia, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling digemari masyarakat, terbukti dengan adanya klub-klub sepakbola yang memiliki pemain-pemain berkualitas. Tentunya harus dilakukan pembinaan secara terus-menerus. Pembinaan sejak dini harus dilakukan guna menciptakan bibit-bibit pemain profesional yang nantinya dapat diharapkan dimasa mendatang.

Mencapai prestasi dalam olahraga merupakan suatu tujuan akhir yang harus diraih, maka dari itu harus ada penerapan latihan yang terprogram secara sistematis, terarah dan seimbang. Selain itu tidak kalah pentingnya adalah pencarian bibit-bibit baru yang berkualitas. Liga Indonesia setiap tahun terus bergulir walaupun tidak serutin seperti liga yang diselenggarakan di negara lain, tapi ajang tersebut bisa dijadikan untuk pencarian bibit baru yang berkualitas,

akan tetapi kenyataannya beberapa tahun belakangan ini tim nasional Indonesia tidak pernah masuk atau menjuarai turnamen besar Internasional.

Untuk dapat bermain sepakbola seorang pemain harus mampu melakukan teknik-teknik dalam permainan sepakbola dengan baik dan benar. Adapun teknik-teknik yang dimaksud adalah *passing*, *dribbling*, *controlling*, dan *shooting*. Untuk dapat memperoleh teknik-teknik sepakbola yang baik dan benar, diperlukan latihan yang baik, terprogram, dan dilakukan dengan rutin dan penuh kedisiplinan. Selain itu diperlukan pembinaan, perhatian dan penanganan yang serius untuk mencapai prestasi tertinggi dalam permainan sepak bola baik dari segi fisik, teknik, taktik dan mental.

Dalam suatu pertandingan sepakbola penguasaan bola sangat dibutuhkan . Dalam sepakbola diperlukan juga kerja sama tim dalam melakukan penyerangan ataupun pada saat bertahan. Seperti yang dikemukakan oleh Remy Muchtar (1992:29) kemampuan menguasai permainan sepakbola adalah: “menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, gerak tipu dan penjaga gawang”.

Menggiring merupakan salah satu teknik dasar dari cabang olahraga sepak bola. Dalam permainan sepakbola, menggiring bola adalah suatu hal yang harus dilakukan pemain disaat mereka tidak bisa mengoper ataupun menendang bola lagi. Menurut A. Sarumpet dkk (1992:24) menggiring adalah teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung. Persepakbolaan nasional khususnya Sumatera Utara, mempunyai banyak anak-anak usia dini atau pemula yang memiliki motivasi tinggi terhadap

olahraga sepakbola tetapi tidak mempunyai banyak kesempatan untuk mendapatkan pembinaan yang optimal. Sehingga berdasarkan hal tersebut para insan olahraga khususnya pada cabang olahraga sepakbola mendirikan sekolah-sekolah sepakbola sehingga dapat mendidik generasi muda khususnya pemula menjadi pemain sepakbola yang handal. Dari sekian banyak sekolah sepakbola yang berdiri di Sumatera Utara salah satu diantaranya adalah SSB Patriot Medan yang memiliki prestasi yang cukup bagus dalam hal pembinaan atlet sepakbola usia muda.

Hasil observasi peneliti selama 3 minggu dari tanggal 3 Oktober 2013 terhadap sekolah sepakbola Patriot Medan pada atlet U-13 tahun yang beralamatkan di jalan Air Bersih No.114 Medan, peneliti menemukan masalah pada atlet SSB Patriot Medan tersebut. Masalah yang peneliti dapatkan yaitu tentang teknik menggriring (*dribbling*). Ketika peneliti mengamati SSB Patriot Medan pada saat atlet U-13 tahun melakukan latihan saat sesi *game* bahwa saat melakukan *dribbling*, bola lebih sering jauh dari penguasaan kaki atlet sehingga bola tersebut dapat dengan mudah direbut oleh pemain lawan. Maka dari itu atlet tersebut sering sekali kehilangan bola disaat mereka melakukan *dribbling* sehingga disaat pertandingan para atlet kurang memiliki keberanian untuk banyak melakukan *dribbling*, mereka lebih sering menggunakan umpan-umpan jauh dalam pertandingan. Dari hasil proses *dribbling* yang dilakukakan atlet yaitu sentuhan kaki terhadap bola kurang tepat, kebanyakan atlet terlalu keras menyentuh bola disaat *dribbling* sehingga bola meluncur terlalu kencang sedangkan atlet tidak menyeimbangkannya dengan berlari dengan kencang juga,

ini yang menyebabkan bola sering jauh dari penguasaan kaki atlet tersebut. Hal ini disebabkan beberapa faktor salah satunya adalah pelatih lebih fokus pada latihan fisik dan *game*, kurangnya tahap latihan yang dikhususkan untuk melatih *dribbling* dan juga bentuk latihan yang kurang bervariasi. Padahal masih banyak bentuk latihan yang menciptakan variasi-variasi latihan *dribbling* seperti latihan *zig-zag trajectory* dan latihan *interval dribbling*.

Variasi-variasi latihan *dribbling* yang dilakukan pelatih masih sedikit. Terlihat masih banyak teknik yang kurang tepat untuk melakukan *dribbling*. Untuk melakukan *dribbling* yang benar adalah harus memperhatikan sikap awal, posisi bola, sentuhan bola, perkenaan bola pada kaki, arah *dribbling* dan pandangan pada sasaran.

Peneliti melakukan wawancara kepada kepala pelatih yaitu Bapak Syahril WP pada tanggal 23 Oktober 2013 untuk lebih meyakinkan lagi bahwa masalah yang terjadi pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan adalah memang terletak pada teknik *dribbling*-nya. Peneliti mendapatkan informasi bahwa program latihan yang dilakukan pelatih lebih menekankan kepada pola permainan dan tingkat kebugaran fisik, dan juga kurangnya latihan *dribbling* yang diberikan. Dari hasil analisa observasi tersebut diduga berdampak pada kemampuan *dribbling* setiap atlet. Kemudian untuk mempertegas dugaan tersebut peneliti melakukan tes pendahuluan berupa tes kemampuan *dribbling* terhadap atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1. Data Kemampuan Tes Awal Menggiring Bola Atlet U-13 Tahun SSB Patriot Medan Tahun 2014

No	Nama	Waktu Menggiring (s)	Nilai	Keterangan
1	Febri Irvandi	18.1	59	Cukup
2	Randa Idgham	25.6	44	Kurang
3	Lukman Harsandy	26.6	42	Kurang
4	Charles Sitepu	21.6	52	Sedang
5	Sandi Putra	22.6	50	Sedang
6	Deny Syahreza	25.6	44	Kurang
7	Ragil Indra P.	22.6	50	Sedang
8	Kristian Siagian	26.1	43	Kurang
9	Rafly Azhari	18.1	59	Cukup
10	Rozi Siregar	21.6	52	Sedang
11	Chairul Azmi Nst.	22.1	51	Sedang
12	Bobi Kurniawan	19.1	57	Cukup
13	Fahri Reza	28.1	39	Kurang
14	Wahyu Ahmad	17.6	60	Cukup
15	Andre Arka	26.6	42	Kurang
16	Aryo Putro	23.6	48	Sedang
17	M.Radu	22.1	51	Sedang
18	Aweng Triyas	26.6	42	Kurang
19	Geofani A.Srg	17.6	60	Cukup
20	Hendra Syahputra	21.6	52	Sedang

Tabel 2. Norma Penggolongan Keterampilan Menggiring Bola

Waktu (s)	Nilai Keterampilan	Golongan
17,1 - ke bawah	≥ 61	Baik (B)
21,1 – 17,6	53 – 60	Cukup (C)
24,6 – 21,6	46 – 52	Sedang (S)
29,1 – 25,1	37 – 45	Kurang (K)
$\geq - 29,6$	$\leq - 36$	Kurang Sekali (KS)

Dari data tersebut, berdasarkan hasil tes kemampuan *dribbling* tanggal 29 Oktober 2013, dari 20 atlet 7 orang (35%) kategori kurang, 8 orang (40%) kategori sedang dan 5 orang (25%) kategori cukup. Ternyata yang diduga penulis sesuai dengan kenyataan, yaitu kebanyakan para atlet belum menguasai sepenuhnya teknik melakukan *dribbling* yang baik dan benar. Dengan demikian pokok permasalahannya adalah kemampuan teknik *dribbling* masih butuh peningkatan.

Banyak cara untuk meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* diantaranya adalah latihan *zig-zag trajectory* dan *interval dribbling*. Latihan *zig-zag trajectory* adalah suatu latihan *dribbling* yang bertujuan untuk membangun, mengendalikan atau meningkatkan kecepatan mendribbling bola. Latihan *zig-zag trajectory* merupakan salah satu bentuk latihan yang dimodifikasi untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* dengan mengkoordinasikan beberapa teknik, yaitu : kecepatan, kontrol bola, kelincahan, keseimbangan badan dan tingkat kesulitan yang berbeda-beda pada setiap latihannya. Latihan *zig-zag trajectory* menyerupai dengan keadaan yang sesungguhnya. Latihan *zig-zag trajectory* memiliki beberapa bentuk latihan yang bertujuan untuk melatih *dribbling*.

Latihan *interval dribbling* adalah latihan menggiring bola yang di dalam sesi setiap latihannya terdapat selingan waktu untuk istirahat. Dimana latihan *interval dribbling* ini dapat dilakukan mulai dari 5 orang hingga 11 orang pemain. Selain meningkatkan daya tahan atlet latihan ini juga dapat membantu meningkatkan kelincahan, penguasaan bola dan kemahiran atlet dalam melakukan *dribbling*. Maka dari itu peneliti ingin mencoba untuk memberikan latihan *zig-zag trajectory* dan *interval dribbling* yang akan difokuskan dalam penelitian ini dengan harapan dapat mengetahui kemampuan *dribbling* pada atlet Sekolah

Sepakbola (SSB) Patriot Medan dengan menggunakan cara mana yang lebih signifikan hasilnya.

Untuk meningkatkan kemampuan melatih menggiring bola, maka harus diterapkan bentuk-bentuk latihan baru. Penggunaan bentuk-bentuk latihan tersebut merupakan unsur yang penting untuk meningkatkan efektifitas latihan. Untuk itu penulis merencanakan akan mengadakan penelitian tentang : "Perbedaan Pengaruh Latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval Dribling* Terhadap Kemampuan *Dribling* Sepakbola Pada Atlet U-13 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan Tahun 2014".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat dibuat gambaran tentang masalah yang dihadapi. Masalah-masalah yang diobservasikan dalam penulisan ini dapat diidentifikasi sebagai berikut: Apakah pelatih sepakbola pada SSB Patriot Medan telah menerapkan banyak bentuk latihan *dribbling*? Apakah *dribbling* yang diajarkan pelatih sudah jelas dan benar? Apakah atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan sudah menguasai teknik *dribbling* dengan baik dan cepat? Apakah sudah pernah diterapkan bentuk latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval Dribling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan? Apakah bentuk latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval Dribling* ini dapat meningkatkan semangat berlatih *dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan? Apakah bentuk latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval Dribling* ini dapat membantu atlet dalam menguasai teknik *dribbling* dengan baik dan cepat? Apakah bentuk latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval*

Dribbling berpengaruh terhadap kemampuan teknik *dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan? Manakah dari kedua bentuk latihan tersebut yang lebih signifikan dalam meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari interpretasi yang keliru terhadap masalah yang menjadi sasaran penelitian ini maka perlu kiranya dijelaskan pembatasan masalah yang akan diteliti. Masalah yang menjadi sasaran penelitian ini adalah seberapa besarkah pengaruh latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval Dribbling* terhadap kemampuan *dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang ada, maka dapat dirumuskan masalah yang ada yaitu:

1. Apakah ada pengaruh latihan *Zig-Zag Trajectory* terhadap kemampuan *Dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan tahun 2014?
2. Apakah ada pengaruh latihan *Interval Dribbling* terhadap kemampuan *Dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan tahun 2014?
3. Manakah yang lebih besar pengaruhnya diantara latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval Dribbling* terhadap kemampuan *dribbling* pada atlet U-13 SSB tahun Patriot Medan tahun 2014?

E. Tujuan Penelitian

Untuk mendapatkan jawaban terhadap rumusan masalah penelitian yang telah dikemukakan di atas, adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *Zig-Zag Trajectory* terhadap kemampuan *Dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan tahun 2014.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Latihan *Interval Dribling* terhadap kemampuan *Dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan tahun 2014.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih besar pengaruhnya diantara latihan *Zig-Zag Trajectory* dengan Latihan *Interval Dribling* terhadap kemampuan *dribbling* pada atlet U-13 tahun SSB Patriot Medan tahun 2014.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai bahan masukan bagi para pelatih, pembina, serta guru olahraga dalam menunjang penyusunan program latihan pada cabang olahraga sepakbola.
2. Membuka cara berpikir para pelatih, pembina, serta guru olahraga bahwa tidak ada salahnya mencoba banyak bentuk-bentuk latihan dalam program latihan yang akan dilaksanakan.
3. Menambah pengetahuan dan memperluas wawasan penulis dalam upaya meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* pada cabang olahraga sepakbola.
4. Dan sebagai bahan bandingan terhadap penelitian selanjutnya.