

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri atas sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai atau kaki, kadangkala menggunakan kepala dan dada. Khusus untuk penjaga gawang diperbolehkan menggunakan seluruh bagian tubuhnya. Dalam arti penjaga gawang boleh memegang bola dengan tangannya, yaitu bola masih berada di area gawang. Yang dimaksud area gawang yaitu batas kotak 16,55 meter atau sering disebut batas kotak penalti.

Dalam permainan sepakbola mutlak diperlukan beberapa teknik dasar yang antara satu dengan yang lain sangat erat kaitannya. Adapun teknik dasar yang dimaksudkan adalah mengoper bola (*passing*), menggiring bola (*dribbling*), mengontrol (*controlling*), dan menendang/ menembak bola (*shooting*). Untuk memperoleh teknik dasar sepakbola yang baik dan benar, diperlukan latihan yang baik dan benar, terprogram dan dilakukan dengan rutin dan penuh kedisiplinan. Selain itu diperlukan pembinaan, perhatian dan penanggulangan yang serius untuk mencapai prestasi tertinggi dalam permainan sepakbola baik dari segi fisik, teknik, taktik dan mental.

Untuk memperoleh teknik bermain sepakbola yang baik dan benar, para pemain sebaiknya berlatih secara rutin dengan penuh kedisiplinan. Oleh sebab itu,

penguasaan teknik dasar diharapkan mendapat perhatian serius dari pembinaan dan pelatih sepakbola sejak dini.

Menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, untuk memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menggiring bola adalah bola harus dikuasai sepenuhnya, dapat mengawasi situasi permainan pada waktu menggiring bola, setiap pemain dianjurkan untuk menggunakan kedua kaki sebagai keperluan untuk melindungi bola terhadap serangan dari lawan, pandangan tidak boleh selalu pada bola, melainkan diutamakan pengamatan situasi lapangan dan lawannya.

Menggiring bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, memperlambat tempo permainan, memindahkan daerah permainan, memancing lawan untuk mendekati bola hingga daerah penyerangan terbuka.

Disamping itu, kecepatan menggiring bola sangat dibutuhkan untuk menunjang teknik tersebut. Untuk mencapai prestasi dalam kelincahan dan kecepatan terhadap hasil kecepatan menggiring bola harus didukung oleh kondisi fisik yang baik dan penguasaan teknik, dengan memiliki kondisi fisik yang baik maka seseorang akan lebih mudah mencapai prestasi yang maksimal.

Dalam persepakbolaan nasional khususnya Sumatera Utara, banyak anak-anak usia dini atau pemula yang memiliki motivasi tinggi terhadap olahraga sepakbola tetapi tidak mempunyai banyak kesempatan untuk mendapat pembinaan yang lebih optimal. Berdasarkan hal tersebut para insan olahraga khususnya pada cabang 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 Sekolah Sepakbola (SSB) Jaharun B Muda.

SSB Jaharun Muda merupakan salah satu club yang berlokasi di galang kabupaten Deli Serdang yang berdiri pada tahun 2009 Pelatih klub sepakbola ini yang bernama M. Irfan dan dibantu oleh asisten pelatih yaitu Arjuna. Berikut ini merupakan data yang diperoleh penulis dari hasil wawancara dengan pelatih serta atlet sebagai berikut :

Berdasarkan umur atlet pada tahun 2013 rata-rata berumur 12-14 tahun. Klub ini mempunyai waktu latihan mulai dari 3 bulan, 6 bulan hingga 12 bulan. Fasilitas-fasilitas fisik(sarana dan prasarana) yang dimiliki terdiri dari bola kaki 16 buah, *cone* sebanyak 40 buah serta rompi sebanyak 2 set.

Hasil pengamatan awal/observasi yang dilakukan peneliti serta hasil wawancara peneliti dengan pelatih SSB Jaharun Muda menyatakan bahwa kendala yang dihadapi siswa saat menggiring bola masih lambat dan tidak terarah, Serta sentuhan terhadap bola terlalu jauh penyebab hasil kecepatan menggiring SSB Jaharun Muda masih sangat rendah dikarenakan oleh kemampuan teknik menggiring mereka masih rendah. Ini dibuktikan dengan tes pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti.

Untuk lebih jelasnya hasil tes menggiring bola atlet Ssb Jaharun B Muda dapat dilihat di bawah ini:

**Tabel 1. Data tes Pendahuluan Keterampilan Menggiring Bola
Tanggal 2 September 2013**

NO	Nama	Posisi Pemain	Hasil	Skor Hasil	Kategori
1	Yuda Yudistira	Gelandang	19.45	57	Cukup
2	Vicky Yostyan	Bertahan	20.04	55	Cukup
2	Alfi jahri	Bertahan	18.96	58	Cukup
4	Mhd Rozi	Gelandang	19.76	56	Cukup
5	Amar Husaini	Penyerang	20.23	55	Cukup
6	Rama Dana	Bertahan	19.42	57	Cukup
7	Fahmi Kurniawan	Penyerang	18.34	59	Cukup
8	Bima Shakti	Gelandang	19.14	57	Cukup
9	Andi Prayogo	Gelandang	19.86	56	Cukup
10	Heri Syahputra	Gelandang	20.57	55	Cukup
11	Danu Hendarto	Bertahan	18.87	58	Cukup
12	Budi Prasetyo	Bertahan	19.63	56	Cukup
13	Afnan Halwi	Penyerang	18.53	59	Cukup
14	Riswan	Bertahan	19.31	57	Cukup

Tabel 2. Norma Penggolongan Keterampilan Bermain Sepakbola

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

Nurhasan (1986:19)

Tabel 3. Nilai T Untuk Jenis Tes Keterampilan Menggiring Bola

Tes Menggiring Bola	Nilai T	Kategori
12.1	71	Baik
12.6	70	Baik
13.1	69	Baik
13.6	68	Baik
14.1	67	Baik
14.6	66	Baik
15.1	65	Baik
15.6	64	Baik
16.1	63	Baik
16.6	62	Baik
17.1	61	Baik
17.6	60	Cukup
18.1	59	Cukup
18.6	58	Cukup
19.1	57	Cukup
19.6	56	Cukup
20.1	55	Cukup
20.6	54	Cukup
21.1	53	Cukup
21.6	52	Sedang
22.1	51	Sedang
22.6	50	Sedang

Melihat kondisi tes pendahuluan menggiring bola yang masih rendah, betapa pentingnya menggiring bola khususnya dalam bermain sepakbola. Untuk meningkatkan kondisi tersebut diperlukan suatu latihan yang sesuai. Menurut Danny Mielke (2007:7) menyatakan, “Bentuk latihan yang dapat meningkatkan kelincahan gerak dan kecepatan menggiring bola diantaranya Lingkaran sprint, Lingkaran *Sprint*, *Slalom Dribble* dan lain sebagainya”. Dalam penelitian ini penulis memfokuskan pada latihan Latihan Berlari *Zig-Zag Melawati Cone* dan

Lingkaran *Sprint*, dimana kedua bentuk latihan ini dapat meningkatkan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Mencermati permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk mengadakan suatu penelitian tentang **“Perbedaan Pengaruh Latihan Berlari Zig-Zag Melawati Cone dengan Lingkaran Sprint Terhadap Peningkatan Hasil kecepatan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014.”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka masalah yang diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut: Faktor-faktor apa saja yang meningkatkan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola? Model latihan apa saja yang meningkatkan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola? Apakah latihan Berlari *Zig-Zag* melewati *Cone* dapat meningkatkan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola? Apakah Lingkaran *Sprint* dapat meningkatkan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola? Manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan Berlari *Zig-Zag* melewati *Cone* dengan Lingkaran *Sprint* terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari interpersi yang berbeda dan masalah yang lebih luas, maka perlu dilakukan pembatasan masalah. Adapun masalah yang akan diteliti adalah “Perbedaan Pengaruh Latihan Berlari *Zig-Zag* Melawati *Cone* dengan Lingkaran *Sprint* Terhadap Peningkatan Hasil Kecepatan Menggiring Bola dalam

Permainan Sepakbola pada Atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang diteliti adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan Berlari *Zig-Zag* Melewati *Cone* terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari Latihan *Sprint* terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014?
3. Manakah yang lebih baik latihan Berlari *Zig-Zag* Melewati *Cone* dengan latihan Lingkaran *Sprint* terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014?.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan berlari *zig-zag* Melewati *Cone* terhadap hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014.

2. Untuk mengetahui pengaruh latihan lingkaran *sprint* terhadap hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014.
3. Untuk mengetahui latihan mana yang lebih besar pengaruhnya antara latihan Berlari *Zig-Zag Melewati Cone* dengan lingkaran *sprint* terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada atlet Usia 12-14 Tahun SSB Jaharun Muda Galang Tahun 2014.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Sebagai sumbangan untuk mengungkapkan dari sekian banyak masalah dalam peningkatan prestasi olahraga khususnya sepakbola pada SSB Jaharun Muda Galang.
2. Memberikan informasi tentang pentingnya latihan Berlari *Zig-Zag Melewati Cone* dengan Lingkaran *Sprint* terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
3. Sebagai bahan masukan bagi para pelatih, pembina, serta guru olahraga dalam menunjang penyusunan program pendidikan dan latihan.
4. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan cabang olahraga sepakbola bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.
5. Sebagai pengalaman yang berarti buat peneliti dalam menulis suatu karya ilmiah.