BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang paling populer dan digemari masyarakat ditanah air. Lewat olahraga ini dapat dibina dan dikembangkan peningkatan manusia seutuhnya yang sehat jasmani, dan rohani, belajar disiplin dan pembentukkan watak serta sportifitas maupun sebagai wadah menyalurkan bakat dalam rangka pengembangan hasil.

Meskipun penyebaran olahraga sudah sampai ke seluruh pelosok-pelosok tanah air, namun hasil yang diharapkan dari cabang olahraga ini masih jauh dari apa yang diharapkan. Untuk mengatasi masalah diatas dan dalam upaya meningkatkan hasil yang optimal cabang olahraga ini, diperlukan waktu yang cukup lama dalam proses pembinaannya. Karena itu pemilihan atlit, pemanduan bakat dan penerapan spesifikasi maupun pembinaannya hendaknya dimulai sedini mungkin. Dan yang paling penting pembiaan lewat pendekatan ilmiah dengan menerapkan ilmu-ilmu olahraga sangat dibutuhkan.

Dalam cabang olahraga sepakbola terdapat beberapa unsur yang penting, unsur-unsur tersebut pertama harus dimiliki dan sangat diperlukan dalam bermain sepakbola adalah unsur kemampuan fisik yang terdiri dari kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi,

dan kelincahan. Misalkan, dalam permainan sepakbola dibutuhkan kelincahan, jenis latihan apa saja yang dibutuhkan untuk mengembangkan kelincahan pemain.[1] Sedangkan unsur kedua yang harus dikuasai adalah unsur kemampuan teknik dasar bermain sepakbola yang meliputi menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, menerima bola dan mengumpan bola.[2] Unsur lainnya yang turut mempengaruhi adalah taktik atau strategi dalam pertandingan dan mental bertanding dalam menghadapi lawan, penonton serta faktor-faktor non teknis.

Masalah peningkatan hasil di bidang olahraga sebagai sasaran yang ingin dicapai dalam pembinaan olahraga di Indonesia membutuhkan waktu yang lama dalam proses pembinaannya. Pembinaan olahraga menuntut partisipasi dari semua pihak demi peningkatan hasil olahraga di Indonesia. Manusia dapat mencapai hasil pada berbagai usia, akan tetapi hasil dalam olahraga terutama dicapai oleh mereka yang masih muda usianya. Pencapaian hasil semua cabang olahraga khususnya sepakbola dapat ditingkatkan pula pada mereka yang masih muda usianya.

Kondisi fisik pemain sepakbola menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan

---

[1] Muhammad Muhyi Faruq S.Pd.,M.Pd. 2008. Meningkatkan KebugaranTubuh Melalui Permainan Dan Olahraga Sepakbola. Jakarta, PT Gramedia Widiasarana Indonesia, h.33

[2] Ibid,h.83

bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal.

Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain sepakbola. Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepakbola di tanah air. Kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang yang baik serta mental yang baik, maka hasil yang akan dicapai tidak dapat berjalan seimbang. Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang kurang baik tetapi teknik, taktik dan mental yang sangat baik juga kurang mendukung untuk pencapaian hasil.

Dalam proses latihan unsur-unsur kondisi fisik menempati posisi terdepan untuk dilatih, yang berlanjut ke latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding dalam pencapaian hasil. Latihan kondisi fisik secara teratur dan berkesinambungan dapat memberikan sumbangan yang besar untuk peningkatan kemampuan pengembangan teknik dalam pertandingan, yang sudah teruji secara ilmiah sehingga hasilnya bisa dievaluasi. Hal ini ditambahkan oleh Sardjono bahwa peranan latihan untuk mengembangkan

unsur-unsur permainan sepak bola guna meningkatkan kecakapan bermain sangat menentukan.

Tiap-tiap cabang olahraga mempunyai sifat tertentu dan pesertanya harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seseorang pemain sepak bola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik terutama teknik dengan bola, yang diperlukan saat menyerang dan menguasai bola . Untuk teknik yang diperlukan adalah teknik menggiring bola *(dribbling)*. Yang perlu dilatih dengan posisi yang cukup, disamping itu untuk menghindari dan melakukan gerak tipu untuk mengecoh lawan saat menguasai bola perlu memiliki kelincahan dan kecepatan tubuh untuk menghindari sergapan lawan.

Kelincahan dan kecepatan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kelincahan dan kecepatan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. Kelincahan dan kecepatan dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Salah satu dalam pendukung sepak bola adalah kelincahan, Dimana kelincahan adalah salah satu faktor terpenting dalam sepak bola karena dengan kelincahan kita dapat bermain sepak bola dengan baik dan dapatkan menciptakan suatu keberhasilan dalam mencetak gol.

Pemain sepak bola yang mampu menggiring bola dengan baik sehingga dapat membuat peluang untuk mencetak gol dari proses

menggiring bola tersebut. Namun demikian, masih ada penyalah gunaan terhadap hasil menggiring bola yang dilakukan para anggota *Pro-Direct Soccer Academy*. Kebanyakan pemain melakukan penggiringan bola pada situasi yang tidak tepat, dimana ketika mendapatkan moment untuk melakukan *dribbling* mereka melakukan *passing* atau melakukan keterampilan lainnya dalam permainan sepak bola, sehingga permainan tim jadi tidak efektif dan mudah kehilangan bola.

Pemain juga sering mengalami kegagalan pada saat menggiring bola, walaupun sudah dilakukan dengan tujuan dan kondisi yang tepat dalam permainan sepak bola. Kegagalan yang sering terjadi biasanya adalah bola yang lepas dari kendali atau jangkauan pemain. Hal itu dikarenakan pengolahan bola yang buruk pada pemain, sehingga pemain mudah kehilangan bola atau direbut oleh lawan. Selain itu, banyak pemain yang melakukannya dengan gerakan yang lambat atau terjatuh karena kurangnya kelincahan. Hal itu sangat merugikan, karena keterampilan yang ditampilkannya jadi tidak efektif, sehingga dapat merusak permainan tim.

Perlu diketahui bahwa pelaksanaan sepakbola melalui pelatihan kondisi fisik, sebab kondisi fisik adalah salah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharaannya. Artinya bahwa di dalam usaha-usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen harus dikembangkan, walaupun disana-

sini dilakukan dengan sistem prioritas, sesuai dengan keadaan atau status tiap komponen tersebut.

Dari pendapat tersebut di atas, jelaslah bahwa banyak sekali komponen yang sangat berhubungan dengan permainan sepak bola Masalahnya sekarang adalah komponen-komponen tersebut akan dilaksanakan secara sistem prioritas, dengan demikian maka komponen yang dijadikan prioritas dalam rangka pelatihan sepak bola adalah kelincahan dan kecepatan yang memiliki hubungan dengan keterampilan menggiring bola.

Prediksi-prediksi tersebut didasarkan pada penerapan pelatihan kelincahan serta kecepatan permainan sepak bola, akan memacu pemain untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola. Dari kenyataan ini maka peneliti ingin meneliti untuk dapat membuktikan bahwa apabila secara rutin latihan kelincahan dan kecepatan dilaksanakan, maka keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola akan meningkat. Untuk itu peneliti ingin mengetahui dan membuktikan ada tidaknya hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan hasil menggiring bola pada *Pro-Direct Soccer Academy* usia 12 tahun.

Melihat kenyataan di atas, peneliti berkeinginan untuk mengadakan suatu penelitian untuk salah satu unsur teknik dasar bermain sepakbola, yaitu menggiring bola yang berhubungan dengan kemampuan unsur-unsur fisik. Menggiring bola adalah salah satu teknik dasar yang harus dilatih dan dikuasai oleh setiap pemain. Penguasaan teknik menggiring bola yang baik

memerlukan kemampuan unsur-unsur fisik yang terdiri dari kekuatan, daya tahan, power, kecepatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi dan kelincahan. Karena kemampuan unsur-unsur fisik merupakan salah satu prasyarat yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan hasil olahraga, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awalan olahraga hasil.

Hasil yang tinggi akan dapat dihasilkan oleh pemain apabila yang bersangkutan memiliki dasar yang cukup besar. Dan para pemain umumnya tidak muncul begitu saja tetapi harus dicari, ditemukan dan terpenting adalah dengan mengadakan penelitian dengan cermat. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti memandang perlu untuk mengadakan penelitian yang berjudul "Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Dengan Hasil Menggiring Bola Pada *Pro-Direct Soccer Academy Usia 12".*

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada sumbangan yang diberikan kelincahan dan kecepatan dengan hasil menggiring bola?
2. Apakah dengan berlatih kelincahan dan kecepatan dapat meningkatkan hasil menggiring bola?

3. Apakah ada bentuk latihan lain untuk meningkatkan kelincahan dan kecepatan berlatih sepak bola?
4. Apakah dengan latihan secara rutin kelincahan dan kecepatan dapat meningkatkan hasil menggiring bola pada permainan sepak bola?
5. Apakah ada hubungan antara kelincahan dengan hasil menggiring bola?
6. Apakah ada hubungan antara kecepatan dengan hasil menggiring bola?
7. Apakah ada hubungan antara kelincahan dan dengan terhadap hasil menggiring bola?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasikan, maka dalam penelitian ini perlu dibatasi mengingat tidak mungkin dibahas secara keseluruhan. Pembatasan masalah pada penelitian ini adalah mengenai hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan hasil menggiring bola pada *Pro-Direct Soccer Academy* usia 12 tahun.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, indentifikasi dan pembatasan masalah, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan antara kelincahan dengan hasil menggiring bola?
2. Apakah ada hubungan antara kecepatan dengan hasil menggiring bola?

3. Apakah ada hubungan antara kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama dengan hasil menggiring bola?

E. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, indentifikasi dan pembatasan masalah, serta perumusan masalah di atas, maka kegunaan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menjawab permasalahan dalam penelitian yaitu, hubungan antara kelincahan dan kecepatan dengan hasil menggiring bola pada *Pro-Direct Soccer Academy* usia 12 tahun.
2. Sumber informasi dan sumbangan ilmu pengetahuan dalam bidang sepakbola.
3. Pelatih untuk dijadikan acuan dan bahan evaluasi dalam upaya memotivasi pemain untuk meningkatkan latihan sepakbola.