

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Di Indonesia, sepak bola masih menjadi olahraga yang paling populer. Hal ini dibuktikan dengan telah mulainya kaum wanita menggeluti olahraga tersebut. Selain itu, jumlah klub sepak bola yang terafiliasi dengan PSSI pun terus bertambah, yakni berdasarkan data tahun 2021 saja sejumlah 682 klub yang tersebar di 34 provinsi (Kusuma, dkk., 2022). Di dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina, maka untuk meningkatkan dan mencapai prestasi alangkah baiknya jika semenjak anak-anak telah mendapatkan pendidikan olahraga dan khususnya sepak bola secara benar, teratur, dan terarah.

Dewasa ini, permainan sepak bola bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus di bawah pengawasan dan bimbingan pelatih yang profesional. Mengingat kesenangan dan kecintaan masyarakat Indonesia terhadap sepak bola, maka wajarlah bila para Pembina sepak bola dituntut untuk terus membenahi diri dengan ilmu dan mencari pengalaman demi kemajuan sepak bola, apalagi sekarang ini sepak bola bisa digunakan sebagai bisnis, mencari pekerjaan, dan juga digunakan sebagai propaganda bagi perusahaan atau instansi yang membutuhkan popularitas dari masyarakat sehingga selalu memenuhi kehendak dan kegemaran masyarakat

melalui olahraga sepak bola.

Menyadari akan keperluan itu berbagai usaha yang telah dilakukan dalam rangka mencapai prestasi yang diinginkan, di antaranya adalah membuat atau menumbuhkan klub-klub persepak bolaan pada usia dini, atau sepak bola yang sekarang dikenal dengan Sekolah Sepak Bola (SSB). Setiap pemain akan diberikan latihan fisik, taktik, teknik dan strategi hingga penanaman sikap / karakter.

Permainan sepak bola adalah cabang permainan beregu atau permainan team, untuk mencapai kerja sama team yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepak bola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat, dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi dan waktu.

Untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Menurut Muhdhor (2013:31), olahragawan haruslah memiliki 4 kelengkapan pokok yaitu: 1) Pembinaan Teknik, 2) Pembinaan Fisik, 3) Pembinaan Taktik, dan 4) Kematangan Juara. Teknik dasar merupakan fondasi bagi seseorang untuk bermain sepak bola sedangkan teknik dasar itu sendiri adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal sedemikian itu sudah dapat bermain sepak bola, (Muhdhor, 2013:60). Menurut Muhdhor (2013:32), bahwa teknik dasar bermain sepak bola terdiri dari: 1) Teknik tanpa bola, diantaranya adalah: a) Lari, b) Melompat, c) Gerak tipu tanpa bola, d) Gerakan khusus penjaga gawang. 2) Teknik dengan bola, g) Merampas atau merebut bola, dan h) Teknik-teknik khusus penjaga gawang. Dalam permainan sepak bola apabila kita amati,

menggiring bola merupakan gerakan yang sering dilakukan oleh pemain sepak bola. Menurut Mudhor (2013:37), menyatakan bahwa menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan.

Sedangkan tujuan dari menggiring bola adalah: 1) Memindahkan permainan, 2) Untuk melewati lawan, 3) Untuk memancing lawan, 4) Untuk memperlambat permainan. Kusuma (2018), menyatakan bahwa menggiring bola sebagaisalah satu aksi sebelum pemain melakukan passing atau shoting maupun untuk mengecoh lawan dengan merubah arah. Seorang pemain sepak bola selain harus menguasai teknik dasar yang benar juga harus mempunyai kondisi fisik yang baik, komponen kondisi fisik yang sangat diperlukan meliputi: kekuatan, daya tahan kardiovaskuler, daya ledak, kemampuan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan dan reaksi, jadi menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Apalagi karakter dalam menggiring bola tersebut pemain membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan, dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Sehingga penting bahwa dalam menggiring bola memerlukan keterampilan yang baik dan harus didukung dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti daya ledak otot tungkai dan kelincahan.

Daya ledak otot tungkai atau daya ledak otot tungkai apabila dikaitkan dengan gerakan menggiring bola dengan cepat maka ada antara perpaduan berlari cepat dan bola selalu dalam penguasaan pemain. Daya ledak sendiri punya kontribusi saat pemain melakukan awalan saat gerakan speed pendeknya,

(Kusuma dan Kardiawan, 2017). Sehingga kualitas daya ledak akan mempengaruhi cepat tidaknya pemain dalam melakukan menggiring bola. Karakter menggiring bola pada sepak bola juga terlihat ada yang siklis maupun asiklis. Untuk itu, komponen kelincahan akan berdampak pada kualitas kemampuan menggiring bola. Saat pemain menggiring bola dalam rangka melewati halangan dari pemain lawan, maka diperlukan kemampuan kelincahan yang baik. Seorang pemain harus mampu bergerak dengan cepat merubah arah atau melepaskan diri, (Kusuma dan Kardiawan, 2017).

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, keterampilan menggiring bola pada pemain SSB Putra Buana Paciran buleleng masih kurang, hal itu terlihat saat berlatih, para pemain SSB lebih semangat untuk bermain bola daripada berlatih mengasah keterampilan dasarnya dalam bermain bola, sehingga pemain saat bermain sepak bola juga kurang bisa mengolah bola dengan baik. Peneliti dalam melaksanakan observasi menemukan permasalahan yakni SSB Putra Buana Paciran Lamongan dan adanya uji coba yang dilakukan, terlihat kualitas bermain bola seperti kemampuan menggiring bola masih sering terlalu jauh pantulan bolanya, dan ketika sprint dengan bola selalu terkejar oleh lawan karena daya ledak otot yang kurang maksimal. Tidak hanya itu ketika menggiring bola pandangan fokus kebawah, padahal permainan sepak bola itu permainan yang dilakukan secara beregu dan harus memiliki skill individu dalam mengolah bola. SSB Putra Buana Paciran Lamongan juga belum memiliki data *up-to-date* terkait kemampuan menggiring bola untuk mengevaluasi program latihan yang dilakukan selama ini dan menjadi bahan dalam menyusun program latihan selanjutnya.

Hubungan kecepatan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai sangat diperlukan bagi seseorang pemain sepakbola untuk bisa melakukan *dribbling* bola dengan baik menggunakan kaki bagian dalam maupun menggunakan kaki bagian luar maka akan menghasilkan penguasaan bola yang baik dan tidak mudah direbut oleh lawan untuk *dribbling* bola sangat bisa dilakukan dengan latihan yang rutin dengan komponen fisik kecepatan, kelincahan dan daya ledak otot tungkai dengan latihan yang rutin atau terusmenerus.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis sangat tertarik sehingga ingin meneliti mengenai “Hubungan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SSB Putra Buana Paciran KU-16”.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah ditemukan di atas maka dapat diidentifikasi masalah yang berkaitan dengan kecakapan dalam permainan sepak bola.

1. Masih kurangnya pemahaman atlet tentang pentingnya kondisi fisik dalam permainan sepak bola.
2. Masih kurangnya tingkat penguasaan teknik menggiring bola pada pemain Putra Buana.
3. Belum diketahui dengan baik hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.
4. Belum diketahui hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.
5. Belum diketahuinya hubungan daya ledak otot tungkai dan kelincahan

terhadap kemampuan menggiring bola pada SSB Putra Buana.

1.3. Batasan Masalah

Pada penelitian ini akan membahas permasalahan yang harus berkaitan dengan hubungan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola KU-16.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang identifikasi masalah, dan batasan masalah maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola?”

1.5. Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti memiliki tujuan utama yaitu, ingin mengetahui secara ilmiah hubungan antara daya ledak otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola.

1.6. Manfaat Penelitian

Dengan melakukan penelitian ini, maka peneliti berharap agar hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi pelatih sepak bola dapat dijadikan sebagai bahan atau sumber untuk menyusun program latihan.
2. Bagi pemain dapat dijadikan sebagai acuan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang dibahas dalam penelitian ini.
3. Untuk khasana ilmu pengetahuan semoga dapat menambah referensi untuk peneliti selanjutnya.
4. Untuk peneliti secara pribadi dapat menjadi motivasi berprestasi.