

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada hakekatnya olahraga merupakan aktivitas jasmani yang mempergunakan energi tertentu. Sepak bola merupakan olahraga yang digemari dikalangan masyarakat diseluruh dunia. Hampir semua laki-laki maupun perempuan mengetahui olahraga ini, meskipun dengan tujuan yang berbeda-beda diantaranya untuk menjaga kebugaran dan mencapai prestasi sebagai pemain sepak bola professional. Hal itu bisa kita lihat dengan banyaknya orang yang menggemari olahraga ini. Sepak bola adalah olahraga yang tidak mengenal batas usia, ras, kaya ataupun miskin. Hampir seluruh Indonesia memiliki berbagai perkumpulan sepak bola atau pasti mempunyai sekolah sepak bola atau disebut dengan SSB. Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak digemari masyarakat Indonesia, perkembangan prestasi sepak bola di Indonesia nampaknya masih kurang menggembirakan, dapat dilihat dari prestasi tim Nasional di dalam kejuaraan di tingkat Asia maupun Dunia.

Maka dari itu pembinaan sepak bola dari usia dini menjadi kunci keberhasilan dalam menghasilkan pemain-pemain sepak bola yang baik di masa yang akan datang. Sekolah Sepak Bola (SSB) memang menjadi salah satu sarana yang tepat untuk melakukan proses pembinaan sepak bola usia dini, karena dengan adanya sekolah sepak

bola (SSB) anak-anak akan dilatih keterampilan dasar bermain sepak bola.

Kemampuan dasar bermain sepak bola merupakan permainan yang memerlukan gerakan atau keterampilan yang kompleks untuk itu para pemain harus menguasai kemampuan dasar yang di perlukan dalam permainan sepak bola, seperti mengoper bola, mengontrol bola, *dribbling* bola, menembak bola, dan menyundul bola dengan baik.

Salah satu kemampuan dasar yang perlu dikuasai oleh pemain adalah kemampuan *dribbling* bola. Hal ini banyak terjadi dalam permainan sepak bola pada pertandingan maupun latihan sering kehilangan bola. Memiliki kemampuan *dribbling* bola memang penting, tetapi pemain hendaknya tidak lupa bahwa *dribbling* bola sangat menguras tenaga dan sering kali memperlambat tempo permainan, Memang perlu diakui bahwa salah satu kunci terpenting dalam permainan sepak bola modern adalah melakukan hal yang tepat pada saat yang tepat (Kusuma, 2018).

Dalam olahraga sepak bola kemampuan teknik dasar sangatlah dibutuhkan untuk mencapai prestasi yang optimal, karena untuk menjadi seorang atlet sepak bola harus memiliki kemampuan teknik dasar. Menurut Meilke, (2007) salah satu kemampuan dasar yang sangat penting dikuasai oleh pemain sepak bola yaitu kemampuan *dribbling* bola. Ketika seseorang memiliki kemampuan *dribbling* bola yang baik maka pemain akan sangat mudah untuk melewati lawan, merubah area permainan, mengatur tempo permainan dan memudahkan untuk masuk ke jantung

pertahanan musuh sehingga kesempatan untuk memenangkan pertandingan akan sangat terbuka. Maka dari itu kemampuan *dribbling* mempunyai kegunaan yang sangat penting dan perlu dilatihkan sejak disini khususnya di sekolah sepak bola. Kemampuan *dribbling* bola yang baik, tidak terlepas dari kemampuan biomotorik manusia. Kemampuan biomotorik manusia yang dominan untuk *dribbling* bola dalam sepak bola yaitu meliputi kecepatan, kelincahan dan keseimbangan. Jadi, *dribbling* bola berkaitan erat dengan ketiga komponen tersebut.

Menurut Sukadiyanto, (2015) kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan atau serangkaian gerak cepat mungkin sebagai jawaban terhadap rangsangan dengan kata lain kecepatan merupakan kemampuan seseorang untuk menjawab rangsangan dengan bentuk gerak atau serangkaian gerak dalam waktu secepat mungkin. Arah latihan kecepatan mencakup arah kedepan, belakang, samping (kanan kiri) sedangkan jarak relatif pendek untuk jarak dan bentuk latihan kecepatan adalah pendek-pendek dan terputus-putus dengan arah yang berganti-ganti secara mendadak. Hubungan kecepatan pada kemampuan *dribbling* sangatlah berhubungan didalam kecepatan untuk menjawab rangsangan dengan bentuk gerak *dribbling* didalam olahraga sepak bola.

Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerak lainnya tanpa kehilangan keseimbangan atau kesadaran orientasi terhadap

posisi tubuh. Dalam komponen kelincihan ini sudah termasuk unsur mengelak dengan cepat, bergerak lalu berhenti dan dilanjutkan dengan bergerak secepat-cepatnya (Widiastuti, 2015). Hubungan kelincihan dalam kemampuan *dribbling* termasuk berhubungan erat dengan latihan kelincihan seperti mengelak dengan cepat dan *dribbling* bergerak secepat-cepatnya.

Menurut Widiastuti (2015), keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*) setiap orang sangat memerlukan keseimbangan untuk dapat mempertahankan stabilitas posisi tubuh dalam kondisi statik maupun dinamik. Dalam melaksanakan tugas sehari-hari ataupun dalam melakukan aktivitas keolahragaan keseimbangan sangat dibutuhkan dalam teknik *dribbling* dan berhubungan dengan latihan keseimbangan dalam teknik *dribbling*.

Hubungan kecepatan, kelincihan dan keseimbangan dalam kemampuan *dribbling* 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, kelincihan dan keseimbangan dengan latihan yang rutin atau terus-menerus.

Berdasarkan objek yang dipilih oleh penulis yaitu siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020, penentuan objek tersebut dikarenakan siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020 telah mendapatkan materi latihan *dribbling*, namun belum pernah diketahui kecepatan *dribbling*, kelincahan dan keseimbangan pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020, seorang pelatih perlu mengetahui faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling*. Penelitian ini juga merupakan bahan evaluasi bagi siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020 dalam mempelajari dan melatih *dribbling* untuk mengetahui sejauh mana kemampuan dari teori yang diperoleh kedalam bentuk praktek. Banyaknya faktor kondisi fisik yang diperlukan bagi seorang latihan *dribbling* yang maksimal antara lain adalah kecepatan, kelentukan, daya tahan, keseimbangan, dan koordinasi. Dari beberapa kondisi fisik tersebut penulis hanya mengambil tiga variabel bebas yaitu kecepatan, kelincahan, dan keseimbangan.

Dari uraian diatas maka penulis bermaksud mengadakan penelitian dengan judul **“Hubungan antara Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan dengan Kemampuan *Dribbling* Bola pada Siswa SSB Porba Batubulan Tahun 2020”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang diuraikan dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1.2.1 Belum diketahuinya hubungan antara kecepatan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.2.2 Belum diketahuinya hubungan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.2.3 Belum diketahuinya hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi diatas, maka batasan masalah sebagai berikut :

1.3.1 Hubungan antara kecepatan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa

SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.3.2 Hubungan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.3.3 Hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1.4.1 Apakah terdapat hubungan antara kecepatan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020 ?

1.4.2 Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020 ?

1.4.3 Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020 ?

1.5 Tujuan Permasalahan

Berdasarkan permasalahan yang dirumuskan diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1.5.1 Hubungan antara kecepatan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.5.2 Hubungan antara kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.5.3 Hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan *dribbling* bola pada siswa SSB Porba Batubulan tahun 2020.

1.6 Manfaat Penelitian

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu informasi dalam bidang ilmu pengetahuan terutama dalam bidang ilmu kepelatihan yang dikaitkan dengan hubungan antara kecepatan, kelincahan dan keseimbangan dengan *dribbling* bola, serta sebagai penyempurnaan dan pendukung teori-teori yang telah ada.

Adapun manfaat praktis yang dapat diberikan dalam penelitian ini yaitu :

1.6.1 Bagi Pelatih, sebagai salah satu acuan untuk menganalisis kemampuan gerak dasar *dribbling*.

1.6.2 Bagi Mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut, terutama yang berhubungan dengan *dribbling*.

1.6.3 Bagi Siswa, sebagai salah satu pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar *dribbling*.

1.6.4 Bagi Peneliti, menambah pengetahuan tentang hubungan antara kecepatan, kelincahan dan keseimbangan dengan *dribbling* dan menambah pengalaman dalam mendidik.

