

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh sebagian besar manusia, bahkan mendapat simpati dari masyarakat di Indonesia. Sepakbola juga digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, internasional, anak-anak, dewasa hingga orang tua. Tujuan permainan sepakbola adalah memasukan bola ke gawang lawan dengan menggunakan kaki. Setiap tim memiliki sebelas pemain tim utama dan diizinkan memiliki pemain cadangan. Untuk memperoleh prestasi yang baik dalam sepakbola tentu saja harus didukung oleh penguasaan teknik yang baik.

Klub Bali Youth Football merupakan klub Sepakbola yang bermarkas di Lapangan Karya Manunggal, Jl. Mayang Sari, Sidakarya, Kecamatan Denpasar Selatan, Kota Denpasar, Bali. Bali Youth Football merupakan akademi sepakbola yang dimiliki klub Bali United yang menampung bakat-bakat pemain sepakbola Bali, adapun pemain yang berlatih di Bali Youth Football mulai dari U-18 sampai U-20. Klub Bali Youth Football sendiri dibentuk pada bulan Maret tahun 2019, yang sebelumnya akademi ini bernama "Bali Youth" yang berdiri pada tahun 2016. Semenjak munculnya *Covid-19 club* "Bali Youth" telah dibekukan oleh Bali United, maka dari itu para pelatih

membentuk akademi sepakbola “Bali Youth Football” yang dipimpin langsung oleh *coach* I Made Pasek Wijaya. Bali Youth Football dibentuk karena keinginan orang tua atlet, agar anaknya bisa latihan seperti biasa lagi. Awal pertama latihan akademi ini hanya ada 8 orang yang berlatih, pada saat itu latihan sangat dibatasi karena adanya *Covid-19*. Tetapi dari waktu ke waktu akademi ini bertambah banyak pemain yang berlatih, karena banyak orang tua atlet yang menginginkan anaknya untuk berlatih sepakbola di akademi Bali Youth Football ini. Akademi Bali Youth Football mengikuti liga nasional yaitu *Liga Elite Pro*. Adapun prestasi yang diraih akademi ini, pernah sebagai *runner-up Liga Elite Pro*. Di akademi Bali Youth Football banyak terlahir pemain-pemain muda yang berbakat. Seperti, Meru Kimura yang telah direkrut oleh Persik Kediri, Komang Tri Arta Wiguna, Kadek Dimas Satria, Gede Agus Mahendra yang telah masuk tim senior Bali United, Sehingga pemain dari akademi ini menjadi salah satu incaran pelatih-pelatih klub sepakbola di Indonesia. Akademi *Bali Youth Football* melakukan latihan pada hari Senin, Rabu, Jumat pukul 08.00-10.30 Wita bertempat di Lapangan Karya Manunggal.

Pemain sepakbola harus memiliki kemampuan teknik dasar yang baik agar dapat bermain secara maksimal ketika di lapangan. Teknik dasar dalam permainan sepakbola meliputi beberapa hal. Teknik dasar yang harus di kuasai dalam bermain sepakbola adalah mengumpan (*passing*), menahan bola (*control*),

mengumpan lambung (*chipping*), menggiring bola (*dribbling*), dan menembak bola (*shooting*). Kondisi fisik sangat diperlukan dalam cabang olahraga sepakbola. “Pembinaan kondisi fisik atlet yang berpotensi dalam olahraga sangat penting, harus dilakukan secara sistematis dan terprogram dengan baik” (Hidayat, 2014). Komponen fisik tersebut adalah kekuatan, kelincahan, koordinasi, kecepatan, kelentukan, daya tahan, *power*, ketepatan, keseimbangan, reaksi. Teknik dasar yang harus dimiliki setiap pemain adalah teknik menggiring bola (*dribbling*). Teknik *dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak yang harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola. *Dribbling* dilakukan dengan cara menggiring bola menggunakan kaki untuk menerobos pertahanan lawan, melewati lawan, mencari ruang untuk memberi umpan kepada rekan satu tim menciptakan peluang dan mencetak goal dan menahan bola agar tetap dalam penguasaan.

Berdasarkan hasil observasi dari peneliti saat melakukan Praktik Kerja Lapangan di Bali Youth Football, terdapat permasalahan yang terlihat pada saat pemain melakukan *Game Internal*. Terlihat dari masing-masing individu pemain Bali Youth Football saat menggiring bola memiliki kekurangan pada kekuatan otot tungkai, kelincahan dan kecepatan saat melakukan teknik *dribbling*. Menggiring bola memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari komponen fisik seperti kekuatan

otot tungkai, kecepatan dan kelincahan. Menggiring bola merupakan teknik yang harus dimiliki oleh pemain Bali Youth Football karena dalam permainan sepakbola pemain harus menguasai bola dengan gerakan yang cepat pada waktu dan ruang yang terbatas. Kekuatan otot tungkai, kelincahan dan kecepatan diperlukan saat menggiring bola untuk melewati lawan serta mencari ruang untuk memberikan umpan kepada rekan satu tim dan menciptakan peluang untuk mencetak *goal*. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu: Pertama kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) yaitu kekuatan otot tungkai merupakan salah satu komponen fisik yang sangat penting dan berguna, untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan. Menurut Suharsono HP yang dikutip oleh Munawar (2003:8) kekuatan adalah kemampuan dari otot untuk mengatasi beban dalam menjalankan aktivitas. Dalam hal ini kekuatan otot tungkai sangat dibutuhkan dalam menggiring bola pada saat akan melakukan gerakan ataupun pada saat menggiring bola, karena pada saat melakukan gerakan menggiring bola, bagian kaki khususnya kekuatan otot tungkai akan menggunakan otot-ototnya untuk menerima beban dalam waktu kerja tertentu. Pada saat menggiring bola para pemain Bali Youth Football belum dapat menguasai bola secara baik. Sehingga pada saat menggiring bola sering kali bolahnya jauh dan terlepas dari penguasaan. Pengertian kekuatan secara umum adalah

kemampuan otot Pengertian kekuatan secara umum adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban atau tahanan. Pengertian secara fisiologi, kemampuan *neuromuskuler* untuk mengatasi tahanan beban luar dan tahanan beban dalam. Tingkat kekuatan olahragawan diantaranya di pengaruhi oleh keadaan panjang pendeknya otot, besar kecilnya otot, jauh dekatnya titik beban dengan titik tumpuh, tingkat kelelahan, jenis otot merah atau putih, potensi otot, pemanfaatan potensi otot, teknik dan kemampuan kontraksi otot (Sukadiyanto, 2011: 91)

Kedua, kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) yaitu kelincahan. Unsur kelincahan dalam *dribbling* pada saat pemain menghindari dari serangan pemain lawan sewaktu menguasai bola. Pemain Bali Youth Football belum optimal dalam menghindari serangan pemain lawan sehingga bola sangat mudah direbut oleh lawan. Menurut Ismaryati (2006: 41) kelincahan merupakan salah satu komponen kebugaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktifitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagiannya. Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan pemain lawan dengan *dribbling* melewati lawan dan menyerang untuk menciptakan suatu *goal* yang akan membawa kemenangan. Namun keadaan yang ada pada pemain Bali Youth

Football masih memerlukan banyak banyak latihan agar memiliki kelincahan yang baik.

Faktor lain yang menjadi permasalahan dalam kemampuan teknik *dribbling* yaitu kecepatan, merupakan kemampuan anggota tubuh untuk berpindah dengan cepat dari satu tempat ke tempat yang lainnya, menurut Nurrochmah (2016:186), bahwa kecepatan gerak adalah kemampuan berpindah tempat atau bergerak dalam waktu yang singkat pada seluruh tubuh. Pada saat *dribbling* para pemain Bali Youth Football belum memiliki kecepatan yang optimal. Sehingga pada saat *dribbling* sering kali kehilangan bola.

Bedasarkan uraian di atas maka peneliti mengambil penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil *Dribbling* di Bali Youth Football”

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di kemukakan di atas maka dapat di definisikan beberapa permasalahan yang terjadi pada teknik *dribbling* pada pemain sepakbola Bali Youth Football adalah sebagai berikut:

1. Kekuatan otot tungkai pemain Bali Youth Football ketika *dribbling*, masih belum dapat menguasai bola dengan baik, sehingga pada saat *dribbling* sering kali bolanya jauh dan terlepas dari penguasaan.
2. Kurangnya kelincahan pemain Bali Youth Football ketika melewati lawan saat melakukan *dribbling*, sehingga bola mudah direbut oleh lawan.
3. Kurangnya memaksimalkan kecepatan ketika *dribbling* pada pemain Bali Youth Football.
4. Kurangnya kemampuan pemain Bali Youth Football saat melewati lawan maupun menciptakakan ruang bagi temanya sehingga menciptakan sebuah peluang maupun *goal* melalui teknik *dribbling*.

### 1.3 Batasan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah disebutkan di atas serta terbatasnya waktu dan keterbatasan-keterbatasan yang lain, maka penelitiannya akan mengkaji dan mengetahui “Hubungan kekuatan otot tungkai, kelincahan, kecepatan dengan hasil *dribbling* sepakbola di Bali Youth Football.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan keterampilan *dribbling* pada pemain sepakbola Bali Youth Football.
2. Adakah hubungan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* pada pemain sepakbola di Bali Youth Football.
3. Adakah hubungan antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling* pada pemain sepakbola di Bali Youth Football.

4. Adakah hubungan antara kekuatan otot tungkai, kelincihan, kecepatan dengan hasil *dribbling* pada pemain Bali Youth Football.

### 1.5 Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan keterampilan *dribbling* pada pemain sepakbola Bali Youth Football.
2. Hubungan antara kelincihan dengan keterampilan *dribbling* pada pemain sepakbola Bali Youth Football.
3. Hubungan antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling* pada pemain sepakbola Bali Youth Football.
4. Hubungan antara kekuatan otot tungkai, kelincihan, kecepatan dengan hasil *dribbling* pada pemain sepakbola Bali Youth Football.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berhubungan dengan masalah-masalah hubungan antara kekuatan otot tungkai, kelincihan dan kecepatan terhadap hasil *dribbling* pemain sepakbola Bali Youth Football.



2. Secara Praktis
  - a. Bagi Peneliti

Sebagai sarana untuk menerapkan ilmu yang diperoleh selama kuliah, guna meningkatkan penalaran dan memperoleh pengalaman dalam bidang penelitian.

- b. Bagi Pelatih

Sebagai dasar dalam penyusunan perencanaan program latihan keterampilan *dribbling* pada permainan Sepakbola.

- c. Bagi Klub Bali Youth Football

Sebagai bahan referensi untuk meningkatkan keterampilan pemain dalam berlatih sepakbola khususnya latihan *dribbling*.

