

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat dunia pada umumnya, dan di Indonesia pada khususnya. Sepak bola merupakan olahraga yang paling populer di dunia dalam beberapa tahun terakhir mengalahkan cabang olahraga lainnya, di Indonesia terdapat banyak cabang olahraga namun yang sangat digemari adalah olahraga sepak bola. Hal ini dari tingginya animo masyarakat Indonesia ketika menyaksikan sebuah pertandingan di layar kaca maupun di lapangan sepak bola secara langsung (Nur. M. A, 2017). Sepak bola juga termasuk olahraga dengan intensitas tinggi yang membutuhkan berbagai kemampuan untuk bersaing, mengenali popularitas global sepak bola kompetitif dan partisipasi akar rumputnya yang luas, telah terjadi peningkatan pesat dalam minat dan signifikansi yang diberikan pada kapasitas untuk mempelajari dan membedakan antara berbagai *standart* kompetitif pemain sepak bola muda (Dugdale et. al., 2019).

Menurut (Raden Rizal Shufi Mubarak, H. Abdul Narlan, 2019) Sepak bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang umumnya terbuat dari kulit dan dimainkan oleh dua tim masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang. Setiap pemain diperbolehkan untuk menggunakan seluruh anggota badan kecuali lengan, hanya penjaga gawang yang di perbolehkan memainkan bola kaki dengan lengan. Permainan sepak bola ini

keseluruhannya menggunakan kemahiran kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota tubuh manapun. Sepak bola selalumenawarkan keindahan disetiap sudutnya baik dari sisi latihan maupun pertandingan, sepak bola juga harus di tuntutan untuk memiliki keterampilan baik teknik, fisik, mental dan strategi (Ahmad Atiq & selamat Budiyanto, 2020). Tujuan permainan ini adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha mempertahankan gawang sendiri agar tidak kebobolan (Julhizam et al., 2019). Menurut (Saputra, 2021) Sekolah sepak bola (SSB) merupakan sebuah organisai khususnya sepak bola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang di miliki atlet. Tujuan SSB untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan SSB lainnya sehingga dapat memuaskan serta mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi. Menurut (Handoko, 2018) Pembinaan sepak bola usia dini menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi prestasi olahraga permainan sepak bola, karena pembinaan di usia dini akan melahirkan pemain yang profesional yang dibutuhkan dalam pencapaian prestasi yang maksimal. Pembinaan prestasi pada atlet meliputi 4 faktor utama yang menentukan kemampuan atlet, antara lain: kondisi fisik, teknik, taktik, strategi dan mental (psikis). Untuk dapat mencapai tujuan bermain sepak bola yaitu meraih kemenangan dengan menciptakan gol lebih banyak dari kebobolan, makapemain diharuskan menguasai teknik dasar sepak bola yang baik (Irawan et al., 2020).

Faktor penting dan berpengaruh serta dibutuhkan oleh pemain sepak bola merupakan teknik dasar permainan sepak bola yang harus dikuasai oleh setiap

pemain, maka dari itu penguasaan teknik dasar merupakan salah satu syarat untuk para pemain agar permainan dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Menurut (Utomo, 2021) permainan sepak bola yang atraktif membutuhkan teknik dasar yang baik, permainan sepak bola memiliki teknik dasar diantaranya : (*passing*), (*control*), (*Dribbling*), (*shooting*), (*heading*), (*intercepting*), (*sliding*), (*throw in*), (*goal keeping*). Kondisi fisik juga sangat diperlukan dalam cabang olahraga permainan sepak bola. 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 dan reaksi.

Dalam permainan sepak bola terdapat berbagai teknik dan gerakan yang dapat dilakukan oleh pemain di lapangan. Di dalam lapangan berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki setiap pemain sangat berpengaruh terhadap penguasaan bola dan permainan untuk mencapai kemenangan. Namun kurangnya latihan akan menjadi masalah besar terhadap pemain untuk meningkatkan kemampuannya. Pada kenyataannya, di lapangan permainan sepak bola di dominasi oleh penguasaan menggiring bola. Ketika pemain telah menguasai kemampuan menggiring bola (*Dribbling*) secara efektif, sumbangan mereka dalam pertandingan sangatlah besar (Miekle, 2013). Menggiring bola (*Dribbling*) merupakan keberhasilan serangan tergantung pada setiap kemampuan permainan untuk menguasai bola dan kemampuan untuk mengalahkan lawan dalam *Dribbling satu lawan satu*, khususnya di dalam sepertiga daerah

serangan, kemampuan untuk menghadapi lawan yang mencoba merebut bola merupakan hal kritis bagi keberhasilan individu dan tim (Joni et al., 2022).

Teknik *Dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak yang harus dikuasai oleh setiap pemain sepak bola. *Dribbling* dilakukan dengan cara menggiring bola menggunakan kaki untuk menerobos pertahanan lawan, melewati lawan, mencari ruang untuk memberi umpan kepada rekan satu tim untuk menciptakan peluang dan menahan bola agar tetap dalam penguasaan. Teknik *Dribbling* yang baik sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu penguasaan bola yang baik, keseimbangan tubuh ketika mempertahankan bola, serta kondisi fisik yang baik secara fungsional ketika melakukan pergerakan dalam berakselerasi. Penguasaan teknik dan kondisi fisik ketika melakukan *Dribbling* memiliki peran penting untuk mencapai suatu prestasi dalam permainan sepak bola (Yusup, 2016). Menggiring bola memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari komponen fisik seperti kelincahan dan kecepatan (Ahmad Taufiqur et al., 2021). Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Menggiring memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik sehingga dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat.

Kelincahan merupakan kemampuan untuk dengan cepat mengubah arah atau postur tubuh seseorang dalam kombinasi dengan gerakan lain sedangkan kecepatan adalah keterampilan kemampuan untuk beralih dari satu lokasi dalam waktu sesingkat mungkin ke lokasi lain gabungan (Hidayah et al., 2016). Maka dari itu, kelincahan juga harus dimiliki pemain sepak bola agar mampu

mengubah arah dan posisi secara cepat untuk melewati lawan-lawan sehingga tercipta sebuah gol kemenangan. Kelincahan ini merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga, kelincahan merupakan unsur kemampuan gerak yang harus dimiliki seorang pemain sepak bola, sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga dalam waktu permainan. Kelincahan juga diperlukan dalam membebaskan diri dari kawalan lawan dalam menggiring bola, melewati lawan dengan menyerang untuk menciptakan suatu gol yang akan membawapada kemenangan (Aliefet al., 2023).

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 lain. Menurut (Nurrochmah, 2016) bahwa kecepatan gerak adalah kemampuan berpindah tempat atau bergerak dalam waktu yang singkat pada seluruh tubuh. Dengan kata lain, kecepatan merupakan kemampuan seorang untuk melakukan gerakan secepat mungkin sebagai bentuk rangsangan. Kecepatan lari juga sangatlah diperlukan bagi pemain sepak bola, untuk dalam hal bermain sepak bola yang bagus dan indah dengan caramengejar bola, mencari ruang dan melakukan *overlap* yang akan susah bagi lawan dalam hal mengejar pemain yang mempunyai kecepatan yang baik. Tidak dapat dipungkiri bahwa kecepatan sangat mempengaruhi disaat melakukan *Dribbling* karena teknik ini dibutuhkan sebagai cara untuk bergerak ketika melewati lawan dan membuka ruang untuk melakukan operan dan tembakan, hal ini sejalan dengan pendapat Mielke (2013) bahwa pemain harus mampu menguasai bola pada saat bergerak, berdiri atau

bersiap melakukan operan atau tembakan. Seorang pemain sepak bola termasuk pemain SSB PMJ (Putra Minak Jinggo) idealnya mampu melakukan *Dribbling atau menggiring* bola yang berkualitas, tentunya dengan memiliki kelincahan dan kecepatan yang baik. Sekolah sepak bola PMJ (Putra Minak Jinggo) merupakan salah satu perkumpulan atau organisasi sepak bola yang berkembang di Kabupaten Banyuwangi. Sekolah sepak bola PMJ (Putra Minak Jinggo) berdiri sejak tahun 2011 dengan tempat latihan yang beralamatkan di Lapangan Krikilan Desa Tegalarjo Kecamatan Glenmore, Kabupaten Banyuwangi. SSB PMJ (Putra Minak Jinggo) terbentuk karena adanya keinginan untuk turut berpartisipasi dalam mengembangkan bakat-bakat muda dalam olahraga sepak bola. Salah satu prestasi yang pernah dicapai oleh SSB PMJ (Putra Minak Jinggo) yang bisa dibilang cukup bagus yaitu juara 3 piala singa se-nasional U-15 di Surabaya, juara 1 divisi III di Banyuwangi, juara 2 divisi II di Banyuwangi dan banyak lagi kejuaraan lainnya yang telah diraih oleh SSB PMJ (Putra Minak Jinggo).

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan terhadap pemain di SSB PMJ (Putra Minak Jinggo) diketahui masih terdapat dari beberapa pemain yang masih belum maksimal dalam menggiring bola dan pemain masih belum lincah dalam melewati lawan pada saat ingin merebut bola, terdapat pergerakan pemain yang belum maksimal sewaktu melakukan kecepatan pada saat menghindari gerakan dari lawan main, terdapat juga pemain yang cenderung kaku sewaktu melakukan kelincahan pada saat menggiring bola melewati lawan, serta masih ada diantara pemain yang terkadang salah melakukan pergerakan kelincahan saat melakukan kecepatan. Dimana yang seharusnya

disaat melakukan *Dribbling para pemain* harus memiliki kelincahan yang baik dan kecepatan yang bagus sehingga pemain dapat dengan mudahnya melakukan mengecoh lawan yang sedang menghadang dengan kelincahan dan kecepatan yang dimilikinya. Oleh sebab itu, dari hasil pengamatan yang telah dilakukan peneliti semakin tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan para atlet pada SSB PMJ (Putra Minak Jinggo).

1.2 Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas maka permasalahan yang akan diteliti dapat dirumuskan sebagai berikut ini:

1. Apakah terdapat hubungan kelincahan dengan kemampuan *Dribbling pada pemain* sepak bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo)?
2. Apakah terdapat hubungan kecepatan dengan kemampuan *Dribbling pada pemain* sepak bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo)?
3. Apakah terdapat hubungan kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama dengan kemampuan *Dribbling pada pemain* sepak bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo)?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah penelitian diatas maka tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini adalah sebagai berikut ini:

1. Untuk mengetahui dan menganalisis hubungan kelincahan dengan kemampuan *Dribbling pada pemain* sepak bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo).

2. Untuk mengetahui dan menganalisis hubungan kecepatan dengan kemampuan *Dribbling pada pemain* sepak bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo).
3. Untuk mengetahui dan menganalisis hubungan kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama dengan kemampuan *Dribbling pada pemain* sepak bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo).

1.4 Definisi Operasional

Untuk tidak terjadinya salah pengertian mengenai istilah-istilah, maka perlu penjelasan istilah-istilah dalam penelitian sebagai berikut:

1. Dribbling adalah teknik dasar menggiring bola dalam usaha membawa bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung atau juga dapat diartikan sebagai menendang bola secara terputus-putus atau pelan dengan menggunakan kaki (Mazzantini & Bombardieni, 2013).
2. Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah posisi tubuh atau arah gerakan tubuh dengan cepat ketika sedang bergerak cepat tanpa kehilangan keseimbangan atau kesadaran terhadap posisi tubuh (Hidayat, 2015). Sedangkan menurut Nursandi (2014) merupakan kemampuan bergerak berpindah tepat atau mengatur posisi tubuh sangat tergantung pada kemampuan kaki.
3. Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang singkat, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Widiastuti, 2017)

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah Sepak Bola SSB PMJ atau (Putra Minak Jinggo) Penelitian ini diharapkan untuk dapat memberikan informasi pentingnya kondisi fisik yang dapat mempengaruhi teknik dasar dalam permainan sepak bola untuk mencapai hasil yang diinginkan
2. bagi pihak lain peneliti ini diharapkan untuk dapat menjadikan tambahan referensi untuk penelitian dimasa yang akan datang dan sebagai sebuah masukan bagi yang akan melakukan penelitian dalam pembinaan kondisi fisik dan teknik *Dribbling dalam olahraga* sepak bola.
3. Bagi penulis penelitian ini diharapkan untuk dapat menambah pengetahuan yang terkait dengan hubungan kelincahan dan kecepatan dengan kemampuan *dribbling pada pemain* sepak bola. Serta sebagai pengaplikasian ilmu yang telah di dapatkan selama berada diperkuliahan baik disaat melakukan proses penelitian dengan praktek sebenarnya yang berada di lapangan.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola di SSB PMJ (Putra Minak Jinggo)Usia 15 Tahun Kabupaten Banyuwangi. Objek yang akan diteliti adalah “Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Dengan Kemampuan *Dribbling Pada Pemain* Sepak Bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo) U- 15 Kabupaten Banyuwangi”. Lokasi penelitian ini dilakukan di

Lapangan Krikilan Desa Tegalarjo, Kecamatan Glenmore, Kabupaten Banyuwangi, Provinsi Jawa Timur. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (Kelincahan dan Kecepatan) dan variabel terikat *Dribbling pada pemain* sepak bola SSB PMJ (Putra Minak Jinggo)U- 15 Kabupaten Banyuwangi.

