

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut Undang-undang No.11 Tahun 2022 Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi, jasmani, rohani, sosial dan budaya berdasarkan pernyataan tersebut jelas bahwa kegiatan olahraga yang ingin dikembangkan harus dilakukan secara sistematis, terukur dan terarah. Hal tersebut supaya dapat mendorong pemain untuk melakukan aktivitas olahraga yang dapat membina karakter yang lebih baik. Olahraga merupakan aktivitas yang sangat penting untuk mempertahankan kebugaran seseorang. Olahraga juga merupakan salah satu metode penting untuk mengatasi stres.

Pendidikan merupakan salah satu upaya memajukan bangsa dan negara. Manfaat pendidikan yang paling nyata manfaatnya yaitu meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan merupakan suatu perjuangan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, dalam meningkatkan kualitas hidup manusia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, dan makmur. Salah satu pembangunan yang dilakukan pemerintah dalam pendidikan yaitu dalam bidang olahraga. Sebagaimana yang tertuang dalam Undang-undang No.11 Tahun 2022 yang berbunyi “Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani”.

Berdasarkan kutipan diatas, jelas bahwa pemerintah harus menyediakan sarana dan prasarana olahraga yang memadai, dengan adanya sarana dan prasarana maka kesehatan, kebugaran serta prestasi akan terjadi peningkatan dan dapat menciptakan atlet-atlet yang berkualitas serta mampu bersaing di tingkat nasional dan internasional.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya bisa didapat disekolah saja, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bisa di dapat dimana saja yaitu dengan mengikuti kegiatan yang berada di luar sekolah seperti mengikuti klub-klub cabang olahraga, didalam kegiatan tersebut kita tidak hanya disuruh untuk bermain saja, namun kegiatan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bisa di dapat sesuai dengan Undang-undang No. 11 Tahun 2022 yang berbunyi “Pembinaan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler”.

Sepakbola adalah olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat di seluruh dunia, olahraga ini sangat populer dan banyak sekali peminatnya. Namun olahraga ini bukanlah jenis olahraga yang mudah untuk dimainkan, terlebih lagi perkembangan permainan sepakbola menuntut setiap pemainnya untuk memiliki kemampuan yang baik yakni eksekusi teknik sepakbola seperti *dribbling*, *control*, *passing*, *heading*, *shooting* harus sempurna artinya dapat dilakukan dalam kecepatan tinggi dan sudut ruang yang sempit, kesadaran taktikal yakni kemampuan kognitif yang dapat bereaksi dan beradaptasi terhadap berbagai taktik sepakbola kompleks dan fisik prima yakni gabungan antara kecepatan, kekuatan, daya tahan dan tentunya koordinasi. Menurut Syafruddin (2011:23)

“keempat komponen yaitu komponen kondisi fisik, komponen keterampilan teknik, komponen taktik dan komponen mental diperlukan oleh setiap pemain baik dalam cabang olahraga perorangan maupun beregu untuk meraih prestasi puncak suatu cabang olahraga”.

Sepakbola sejatinya adalah permainan tim, walaupun permainan yang memiliki keterampilan tinggi bisa mendominasi pada kondisi tertentu, seorang pemain sepakbola harus saling bergantung pada setiap anggota tim untuk menciptakan permainan cantik dan membuat keputusan yang tepat, agar bisa berhasil di dalam lingkungan tim ini. Seorang pemain harus mengasah keterampilan mengumpan, menerima bola, dan *dribbling*.

Teknik-teknik sepakbola ada beberapa macam, seperti teknik *stop ball*, teknik *heading*, teknik *passing*, teknik *dribbling*, dan teknik *shooting*. Dari beberapa teknik dasar permainan sepakbola diatas penulis akan membahas seputar *dribbling*. Disamping memenuhi teknik dasar, seorang pemain juga harus mengimbangi dengan kondisi fisik seperti kelincahan, kecepatan, kekuatan, daya tahan, daya ledak, akslerasi dan sebagainya.

Dribbling merupakan teknik dalam usaha membawa bola dari satu tempat ke tempat lain pada saat permainan sedang berlangsung. Kemampuan seseorang dalam menguasai bola dalam bergerak pada saat melakukan *dribbling* sangat penting artinya dalam permainan sepakbola. Danny (2007:1) “*Dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa *dribbling* adalah suatu gerakan dalam permainan sepakbola yang menggunakan

kaki untuk mendorong bola sehingga berpindah dari satu tempat ke tempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan harus tetap dalam penguasaan.

Kekuatan adalah kemampuan otot untuk melakukan kontraksi dan menghasilkan tegangan saat melawan beban, atau kemampuan untuk mengeluarkan tenaga secara maksimal dalam sekali usaha. Kekuatan sangat penting dalam kebugaran jasmani dan berbagai aktivitas fisik, termasuk olahraga. Kekuatan juga merupakan salah satu komponen kebugaran jasmani yang penting untuk mendukung berbagai aktivitas fisik, baik dalam olahraga maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya dalam olahraga juga dibutuhkan kelincahan, karena kelincahan merupakan kemampuan merubah arah dengan cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan. kelincahan sangat nampak dan dibutuhkan saat melakukan dribble bola. Seorang pemain yang memiliki kelincahan yang baik saat melakukan dribble akan mudah melewati hadangan pemain lawan. Selain itu kelincahan juga akan membuat pemain lain memiliki ruang gerak yang lebih besar sehingga peluang keberhasilan serangan akan semakin besar pula.

Selain faktor Kekuatan, Kelincahan faktor Kecepatan juga dibutuhkan agar mampu bergerak dan berpindah tempat dengan membawa bola dengan cepat. Dengan kecepatan yang tinggi seorang pemain sepak bola akan sulit dikejar oleh lawan ketika berlari dengan atau tanpa bola. Oleh karena itu faktor kecepatan juga merupakan salah satu faktor yang bernafaat dan dibutuhkan oleh pemain sepakbola untuk melakukan gerakan menggiring bola.

Sebagai salah satu tempat pembinaan dalam menghasilkan pemain sepakbola di atas adalah SSB Rejosari FC OKU Timur yang sudah memiliki pengalaman dalam membina sepakbola sejak tahun 2022. Memang tergolong belum cukup lama didirikan, tetapi bukan merupakan hal yang mustahil apabila *club* ini mampu mencetak para pemain terbaik berstandar nasional maupun internasional

kedepannya. Dari hasil observasi dan pengamatan peneliti pada saat dilapangan, diketahui bahwa SSB Rejosari FC OKU Timur Sumsel masih rendah dalam penguasaan teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), selain itu peneliti juga melihat pemain belum mampu mengubah arah posisi tubuhnya secara cepat dan tepat yang dikarenakan kurangnya koordinasi gerak pemain. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya penguasaan teknik dasar menggiring bola yaitu secara internal dan eksternal.

Berdasarkan latar belakang dan hasil dari observasi tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Kontribusi Kekuatan, Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sepakbola Pada SSB Rejosari FC OKU Timur”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di jelaskan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Kemampuan *Dribbling* Pada Pemain SSB Rejosari FC OKU Timur kurang maksimal.
2. Masih banyak pemain yang belum memiliki kekuatan saat menggiring bola
3. Masih banyak pemain yang kurang lincah saat menggiring bola.
4. Terlihat beberapa pemain sulit mengontrol bola ketika melewati lawan.
5. Ketika melakuakn *dribbling* sambil berlari, kecepatan lari pemain SSB Rejosari FC OKU Timur masih dalam kategori kurang.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, sangat perlu membatasi ruang lingkup penelitian supaya menghindari pembahasan dan permasalahan yang dapat meluas mengingat keterbatasan peneliti dalam hal tenaga, biaya, dan waktu. Maka peneliti membatasi permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini yaitu “Kontribusi Kekuatan, Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sepakbola Pada SSB Rejosari FC OKU Timur”.

1.4 Rumusan Permasalahan

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Apakah ada kontribusi kekuatan terhadap kemampuan *dribbling* ?
- b. Apakah ada Kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling*?
- c. Apakah ada kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling*?
- d. Apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kecepatan menggiring bola?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui adakah kontribusi kekuatan terhadap kemampuan *dribbling*
- b. Untuk mengetahui adakah kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *dribbling*
- c. Untuk mengetahui adakah kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *dribbling*.

- d. Untuk mengetahui adakah kontribusi kelincahan terhadap kecepatan
Menggiring bola.

1.6 Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dibagi menjadi dua hal yaitu :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini, peneliti sangat berharap akan memberikan sumbangan ilmu sebagai sarana untuk memperluas pengetahuan tentang Kontribusi kekuatan kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepak bola pada SSB Rejosari FC OKU Timur.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi masyarakat, penelitian ini di harapkan menjadi pengetahuan baru bahwa kekuatan,kecepatan dan kelincahan ternyata berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain sepakbola.
2. Bagi peneliti, memotivasi diri untuk menggali ilmu yang lebih banyak dan juga menambah wawasan tentang teknik dasar permainan sepakbola dan kondisi fisik yang mempengaruhi performa latihan di cabang olahraga sepakbola.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi penelitian berikut yang berhubungan dengan Kekuatan Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sepak bola