

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga adalah kegiatan pelatihan jasmani, yaitu kegiatan jasmani untuk memperkaya dan meningkatkan kemampuan dan ketrampilan (kecabangan olahraga). Kegiatan itu merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera jasmani atau sehat rohani yang berarti juga sehat dinamis yaitu sehat yang disertai dengan kemampuan gerak yang memenuhi segala tuntutan gerak kehidupan sehari-hari. Artinya setiap orang yang melakukan pendidikan jasmani melalui aktivitas olahraga memiliki tingkat kebugaran jasmani yang memadai. Olahraga massal adalah bentuk kegiatan olahraga yang dapat dilakukan oleh sejumlah besar orang secara bersamaan atau yang biasa disebut sebagai olahraga masyarakat yang hakekatnya adalah olahraga tersebut hanya satu tujuannya yaitu memelihara atau meningkatkan derajat kesehatan dan aktivitas gerak.

Olahraga masyarakat atau olahraga kesehatan dengan demikian merupakan bentuk olahraga yang dapat mewujudkan kebersamaan dan kesetaraan dalam berolahraga, oleh karena pada olahraga itu tidak ada tuntutan ketrampilan olahraga tertentu. Dengan demikian maka olahraga kesehatan atau olahraga masyarakat merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera sosial (sehat sosial = kebugaran sosial).

Permainan sepakbola dapat diartikan sebagai salah satu cabang olahraga permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain dan salah satu dari pemain tersebut adalah penjaga gawang. Untuk lebih jelasnya dinyatakan oleh Tim pengajar sepakbola Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (2003:102).

Menurut Luxbacher (2004:8), “Daya tarik sepakbola secara umum adalah sebenarnya bukan lantaran olahraga ini mudah dimainkan tetapi, karena sepak bola lebih banyak menuntut keterampilan atlet dibanding olahraga lain. Karena seseorang

dituntut untuk memiliki keterampilan bermain bagus, mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi diatas lapangan yang sempit dengan waktu terbatas, belum lagi kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh.

Menurut, Arsil (2008:138) mendefinisikan kelincahan. “Kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk bergerak dengan cepat dan merubah arah dengan tangkas”. Kelincahan merupakan kombinasi kecepatan, dan koordinasi. Irawadi (2011:108) menyatakan bahwa “Kelincahan merupakan terjemahan dari kata *agility*, yang diartikan sebagai kemampuan tubuh bergerak dan merubah arah dalam waktu yang sesingkat-singkatnya tanpa kehilangan keseimbangan”. Berkenaan dengan kelincahan banyak para ahli memberikan pengertian dan definisi.

Menurut Darwis (1999:59) “Menggiring bola adalah merupakan teknik atau usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada permainan yang sedang berlangsung”. Tim pengajar Sepakbola (2005:47) menjelaskan bahwa : Berguna untuk memindahkan bola dari daerah sendiri ke daerah permainan lawan, untuk melewati lawan, memancing lawan untuk memperlambat tempo permainan, disamping itu juga berguna untuk mencetak gol ke gawang lawan dengan cara melewati kiper jika sudah berhadapan langsung dengan kiper tersebut.

## **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah dalam penelitian ini berdasarkan latar belakang masalah adalah :

1. Belum mengetahui pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa SMK Antartika 1 Sidoarjo.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan hasil rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Adakah pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa SMK Antartika 1 Sidoarjo?

**D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan hasil rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Ingin mengetahui seberapa besar hubungan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa SMK Antartika 1 Sidoarjo.

**E. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Pembaca :

Menambah pengetahuan bagi pembaca dalam meningkatkan pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa SMK Antartika 1 Sidoarjo.

2. Bagi Penelitian :

Penelitian ini menambah wawasan dan pengetahuan peneliti, hingga memiliki tambahan ilmu dalam melakukan meningkatkan pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa SMK Antartika 1 Sidoarjo.

