

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Sepakbola adalah permainan yang sangat populer, karena permainan sepakbola sering dilakukan oleh anak-anak, orang dewasa maupun orang tua.

Saat ini perkembangan permainan sepakbola sangat pesat sekali, hal ini ditandai dengan banyaknya sekolah-sekolah sepakbola (SSB) yang didirikan.

Permainan sepak bola bukan hanya sekedar hiburan, tetapi juga sebagai olahraga yg dituntut harus meraih prestasi setinggi-tingginya. Hal ini bisa dilakukan dengan cara membina dan melatih anak supaya menjadi pesepak bola yg professional. Tentunya dengan latihan-latihan yg direncanakan secara sistematis dan dilakukan secara terus menerus dibawah pengawasan dan bimbingan pelatih professional.

Agar menjadi pemain sepak bola yang baik, hal yang paling mendasar yang di kuasai oleh atlet adalah keterampilan menggiring bola, *shooting* bola, *passing* bola dan *throw in*. hal tersebut sangat penting di sebabkan karena keterampilan inilah yang merupakan tehnik dasar bermain sepak bola dan dapat di tingkatkan oleh seorang pemain agar menjadi pemain yang handal dan di harapkan dapat membawa bola sampai mendekati gawang lawan.

Berlatih dengan mempergunakan bola, dapat sekaligus memenuhi tiga fungsi. Pertama, latihan tersebut dapat meningkatkan keahlian masing-masing. Kedua, apa bila latihan tersebut mencakup gerakan, maka biasanya latihan tersebut dapat sekaligus melatih

kecepatan. Ketiga, latihan yang di lakukan cukup lama, dapat memperbaiki stamina (Eric C. Batty 2008:98).

Keberhasilan serangan tergantung pada setiap kemampuan pemain untuk dapat menguasai bola. Kemampuan untuk mengalahkan lawan dalam *dribble* pada situasi satu lawan satu, khususnya di dalam sepertiga daerah serangan, dan kemampuan untuk menghadapi lawan yang mencoba merebut bola merupakan hal yang kritis bagi keberhasilan setiap individu dan tim. Sebaliknya, jika tim tersebut adalah tim yang bertahan, tim tersebut harus berusaha untuk merebut bola (Luxbacher Josep 2011:48).

Untuk dapat melakukan tehnik *dribbling* selain di perlukan penguasaan tehnik dan juga kemampuan fisik. Adapun kemampuan fisik yang di maksud adalah kelincahan. Apabila seorang memiliki kelincahan dalam menggiring bola maka akan sangat menguntungkan sebab akan lebih mudah mendahului pemain lawan yang bertahan juga mendekati gawang lawan dalam upaya untuk memasukan bola ke gawang lawan. Pada saat pemain lawan melakukan *dribbling* bola untuk mendekati daerah pertahanan lawan, kadang kala di hadang atau di halangi oleh pemain bertahan. Sehingga setiap pemain harus berupaya untuk menghindari sambil membawa bola (*dribbling*) dengan secepat-cepatnya agar bola yang di kuasai tidak dapat di rebut oleh pemain lawan.

Di SSB HBS Surabaya ternyata masih ada beberapa siswa yg kurang maksimal dalam melakukan *dribbling* bola. Hal tersebut dapat dilihat pada saat siswa bermain sepak bola saat di lapangan. Walaupun sebagian siswa sudah bisa melakukan keterampilan menggiring bola, tetapi keterampilan menggiring bola yang di miliki oleh siswa tersebut masih sangat kurang dalam perkembangannya. Karena keterampilan menggiring bola merupakan tehnik dasar yang sangat penting yang harus di miliki oleh seorang pemain sepak bola, untuk melakukan kemampuan menggiring bola perlu di lakukan latihan secara terusmenerus sehingga dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan baik dan benar.

Skipping atau lompat tali merupakan olahraga yang menggunakan alat bantu berupa tali kemudian diputar menggunakan

pergelangan tangan sebagai tumpuan atau poros. *Skipping* bisa juga dilakukan di tempat yang tidak terlalu luas dan sehingga efektif jika diterapkan di rumah. Surya (2010:3) menjelaskan bahwa “lompat tali *skipping* adalah salah satu aktivitas yang menggunakan tali dengan kedua ujung tali dipegang dengan kedua tangan lalu diayunkan melewati kepala sampai kaki sambil melompatinya”.

Latihan menggunakan tali ini dapat dikatakan mampu untuk mengkombinasikan irama gerakan dan ketepatan waktu. Hal ini dapat membuat otak bekerja lebih cepat dan tepat dalam mengkalkulasi gerakan dan waktu untuk melompat, ini juga dapat membantu otot kaki bekerja dengan maksimal dan itu akan mempengaruhi kelincahan siswa dalam menggiring bola. Selain itu kelincahan merupakan salah satu faktor penting dalam melakukan aktivitas menggiring bola, kelincahan dapat dikatakan sebuah unsur yang dimiliki seorang pemain sepak bola. Sebab dengan pemain mempunyai kelincahan dalam menggiring bola, pemain akan mudah menerobos dan memasuki area pertahanan lawan.

Dari uraian dan penjelasan tersebut, maka dalam hal ini penulis mengemukakan bahwa kelincahan tidak boleh di kesampingkan, dan harus menjadi perhatian utama untuk mencapai prestasi yang lebih baik terutama dalam olahraga sepak bola. mengingat pentingnya unsur keterampilan pada pemain sepak bola pada khususnya dalam keterampilan menggiring bola, maka perlu di teliti tentang cara meningkatkan kemampuan menggiring bola dengan latihan *skipping*. Untuk itu peneliti mengangkat judul “pengaruh latihan *skipping* terhadap kemampuan *dribble* bola pada permainan sepak bola”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dideskripsikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yakni:

Adakah pengaruh latihan *skipping* untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam menggiring bola pada siswa SSB HBS Surabaya?

C. Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, untuk memudahkan penelitian perlu pembatasan yang berdasarkan tujuan dari penelitian ini, adapun pembatasan masalah tersebut adalah mengukur seberapa besar pengaruh latihan *skipping* terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa HBS Surabaya.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Untuk mengetahui apakah latihan *skipping* dapat meningkatkan kemampuan siswa SSB HBS Surabaya dalam melakukan aktivitas menggiring bola.

2. Tujuan khusus :

Bagi Siswa :

Siswa dapat berlatih untuk melakukan latihan ini agar bisa mencapai tujuan yang diinginkan sehingga sangat efektif untuk meningkatkan kemampuan dalam menggiring bola.

Bagi Pelatih :

Pelatih dapat mengetahui kemampuan siswa dan mengelompokkan siswa sesuai dengan kelebihan dan kekurangan, serta mengevaluasi kekurangan siswa dalam melakukan aktivitas menggiring bola.

E. Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2016: 99) menyatakan bahwa variabel yaitu gejala yang bervariasi dan menjadi objek penelitian, setiap penelitian mempunyai objek yang dijadikan sasaran dalam sebuah penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2016: 224) mengatakan bahwa objek tersebut sering disebut juga sebagai gejala, dan gejala-gejala yang menunjukkan variasi baik dalam jenisnya maupun dalam tingkatnya disebut dengan variabel. Dalam hal ini variabel yang diteliti sebagai berikut :

1. Variabel bebas, Variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan *skipping*. (X)
2. Variabel terikat, Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keterampilan *dribbling* sepak bola. (Y)

F. Manfaat Penelitian

Penulis mengharapkan hasil penelitian ini dapat :

1. Bagi Siswa
Upaya meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *dribbling* bola saat bermain di lapangan kemudian dapat mencapai tujuan yang di inginkan.
2. Bagi Pelatih
Pelatih dapat mengetahui kemampuan siswa saat berada di lapangan dan bisa mengevaluasi kekurangan gerakan yg dilakukan siswa.
3. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *dribbling* dan memberikan pengalaman untuk suatu saat diterapkan di masa yang akan datang.