

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling banyak diminati oleh seluruh kalangan masyarakat di seluruh dunia, karena olahraga ini merupakan olahraga yang melibatkan banyak orang dengan biaya yang tidak terlalu besar dan pelaksanaannya tidak terlalu rumit dibandingkan dengan olahraga lain. Permainan sepakbola berkembang dengan pesat di seluruh dunia, hampir semua negara melakukan pembinaan di usia dini termasuk di negara kita. Dalam hal ini pemerintah menitikberatkan pada sekolah-sekolah sebagai tempat untuk membina olahraga pendidikan termasuk sepak bola ini dan dilatih agar dapat memiliki mental.

Cabang olahraga sepakbola diperkenalkan sedini mungkin disekolah - sekolah agar mendapatkan modal dan dasar untuk mengembangkan prestasi dimasa yang akan datang, sebab prestasi maksimal menuntut kesempurnaan teknik yang diperoleh dari teknik dasar yang benar. Mencapai prestasi yang gemilang membutuhkan perencanaan, pelatihan yang cukup panjang, tidak langsung diperoleh dengan membalikkan telapak tangan. Untuk bisa menjadi pemain yang handal membutuhkan proses mulai waktu latihan, jenis latihan, mengasah kemampuan diri dan kelompok berupa ikut berbagai pertandingan dalam skala tertentu.

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting. Kemampuan teknik dasar sepak bola terutama teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola masih kurang maksimal, komponen fisik yang diduga sangat berperan dalam kemampuan menggiring bola menjadi indikasi kurang maksimalnya kemampuan menggiring bola pada siswa tersebut. Masih banyak yang kurang mampu menguasai teknik menggiring bola dengan baik.

Kelincahan saat menggiring bola menjadi salah satu kelemahan siswa tersebut. Selain itu, para siswa pada saat menggiring bola dengan mudah kehilangan bola dan kemampuan dalam melakukan gerakan-gerakan tipuan untuk menghindari

lawan yang terkesan kaku. Ada beberapa faktor yang menyebabkan kelemahan itu terjadi salah satunya yaitu dari sisi program yang dikembangkan dalam kegiatan tidak tersusun dengan rapi dimana perencanaan program latihan tersebut disesuaikan pada saat pertemuan saja dan bukan direncanakan sebelumnya.

SMA WACHID HASYIM 2 TAMAN adalah sekolah yang ada sepakbola yang didirikan oleh guru olahraga sendiri. Dimana selama sekolah tersebut didirikan mengalami siklus yang cukup baik terlihat dari antusiasme siswa-siswa dalam bergabung dan keikutsertakan para siswa khususnya pada tahun 2018 mengalami masa keemasan terlihat dari minat siswa tersebut di dukung dengan prestasi yang telah diraih TIM sepakbola di SMA WACHID HASYIM 2 TAMAN.

Selama ini sudah membuka 4 daerah latihan yaitu Bawen, Bergas, Conggol, Pakintelan dan dengan didukung 12 Pelatih. Selama berjalannya extra kulikuler pernah menempuh 200 an lebih siswa tetapi pada saat ini siswa menurun menjadi 100 lebih. Penurunan tersebut dapat di picu dari internal maupun eksternal SMA WACHID HASYIM 2 tersebut. dapat di kelompokkan dalam beberapa komponen antara lain: pengurus, pelatih, wali siswa, dan siswa itu sendiri. Setiap komponen harus bisa mengetahui bagaimana hak dan kewajiban yang harus dilakukan, di dukung dengan kelancaran dalam proses komunikasi antara berbagai pihak akan mempengaruhi berjalannya sebuah organisasi.

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “pengaruh latihan *zig-zag* terhadap kelincahan menggiring bola”. Selanjutnya latihan yang diberikan adalah latihan lari *zig-zag* yaitu dengan bentuk merubah arah gerak tubuh atau bagian tubuh untuk menghindari dari berbagai halangan baik orang maupun benda yang ada disekeliling atau berlari secara berkelak-kelok dengan cara merubah arah gerak tubuh baik itu dengan bola maupun tanpa bola.lari *zig-zag* menurut Muhajir (2007:1)adalah melatih merubah gerak tubuh arah berkelak-kelok yang didesain untuk

memperbaiki beberapa keterampilan dan meningkatkan kapasitas energi seseorang dalam kegiatan khusus.

B. Batasan masalah

Dalam penelitian ini di jelaskan arah penelitian, sehingga tidak terjadi salah penafsiran. Pada penelitian ini hanya membahas tentang pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada SMA WACHID HASYIM 2 TAMAN.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dalam penelitiann dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

- A. Adakah pengaruh variasi dribbling *zig-zag* terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain SMA WACHID HASYIM 2 TAMAN?
- B. Seberapa besar pengaruh latihan lari *zig-zag* terhadap kemampuan menggiring dalam permainan sepakbola pada pemain SMA WACHID HASYIM 2 TAMAN?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumuskan uraian di atas, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan suatu permasalahan sebagai berikut:

- A. Untuk mengetahui adakah pengaruh atau tidak pada pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola di SMA WACHID HASYIM 2 TAMAN?
- B. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *zigzag run* WACHID HASYIM 2 TAMAN?

1. Manfaat penelitian

a. Bagi Peneliti.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi yang obyektif tentang pengaruh lari *zig zag* dengan keterampilan menggiring bola.

b. Bagi Pembina Olahraga.

Penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi para pembina dan pelatihan mengenai olahraga sepak bola sehingga dengan masukan ini diharapkan dapat meningkatkan prestasi pemain sepak bola.