

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Permainan sepak bola olahraga yang sudah tidak asing lagi di telinga masyarakat Indonesia yang dimana olahraga paling banyak di minati di semua kalangan tua, muda, anak-anak maupun kaum wanita, sepak bola juga bisa menembus kalangan masyarakat yang memiliki batas *etnis*, budaya, dan agama. Bahkan di kota-kota besar seperti hal nya di Surabaya, sudah banyak sekali SSB (sekolah sepak bola)

Permainan sepak bola adalah permainan beregu yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola sebanyak-banyak nya ke gawang lawan dan mempertahankan kan gawang sendiri supaya tidak kemasukan bola, dan kelompok yang paling banyak memasukan bola sebagai pemenangnya (*Clive Gifford, 2002;11*)

Permainan sepak bola ada pembagian posisi di setiap pemain nya mulai dari depan *stiker* di sebut juga penyerang tugas nya untuk bisa memasukan bola sebanyak-banyak nya untuk membantu tim mencetak gol, lalu pemain *wing* kanan kiri atau di sebut sayap tugas nya membantu *stiker* untuk mengirim umpan-umpan yang bisa di konsersversi menjadi gol, gelandang pemain tengah posisi ini biasa nya di isi oleh pemain yang cerdas karna harus bisa mengatur keseimbangan dalam tim menyerang maupun bertahan, *stopper* pemain belakang di tengah tugas nya harus bisa menghalau serangan supaya lawan tidak bisa berhadapan dengan *kipper* untuk mencetak gol, *wing back* kanan kiri tugas nya untuk menghalau serangan dari kanan maupun kiri, *kipper* penjaga gawang posisi ini ada di bagian garis belakang sendiri pada pertahanan sangat vital dan harus bisa menjaga konsentrasi kalau tim nya menang permainan maka dia harus konsentrasi pada serangan balik lawan dan juga sebaliknya jika lawan menguasai pertandingan maka *kipper* harus bekerja keras jatuh bangun untuk menghalau serangan, tentunya untuk emncapai kemenangan dalam tim biasa nya harus kompak dan komunikasi tim yang baik semua pemain harus saling melengkapi satu sama lain ketika teman nya *out* posisi saling mengingatkan kan untuk mencapai sebuah kemenangan.

Berlatih sejak dini sangat penting untuk mempersiapkan ataupun mencetak bibit-bibit muda untuk masa depan yang lebih baik, karena pembinaan usia muda merupakan pondasi bagi penentuan masa depan *atlet* Indonesia, dan salah satunya di SSB Cobra Surabaya di sana sangat banyak sekali pemula-pemula pemain sepak bola, tetapi di balik banyak nya minat yang ada pada SSB Cobra Surabaya ada beberapa hal yang menyebabkan pada usia dini di SSB Cobra lambat nya berkembang, karena kelincahan pemain pemula sangat kurang, hal ini dikarenakan karena pada usia dini kurang nya latihan tambahan, sedangkan yang di jadwalkan hanya satu minggu tiga kali kurang nya latihan tambahan adalah faktor utamanya.

Latihan adalah proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan teori materi dan praktek, menggunakan metode dan aturan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah, memakai prinsip pendidikan yang terencana dan teratur sehingga tujuan latihan dapat tercapai pada waktunya (Sukardi Yanto dan Muluk, 2011: 6) jadi latihan adalah merupakan suatu proses perubahan untuk mengarah ke arah yang lebih baik untuk meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsional peralatan tubuh dan psikis anak.

Ahir-akhir ini telah berkembang model latihan yang alat nya menyerupai tangga yang di namakan *ladder drill*, *leadder drill* yaitu suatu bentuk latihan tangga *leader* yang sangat di butuhkan untuk meningkatkan kecepatan kaki, kelincahan waktu dan kordinasi untuk *atlet*, di samping itu *leader* kelincahan ini sangat populer untuk pelatih mencari cara latihan meningkatkan kecepatan, kordinasi, keseimbangan dan kelincahan pada *atlet*.

Hal yang riskan jika program latihan nya salah ataupun tidak benar untuk mencetak pemain hebat di butuhkah model latihan yang moderen terutama kelincahan bahkan semua cabang olahraga apapun sangat membutuhkan kelincahan, utamanya di sepak bola mulai dari kelincahan menggiring bola, kelincahan mengelabui lawan atau melewati lawan sangat penting sekali,.

Dari latar belakang di atas peneliti, ingin memeberikan latihan tambahan variasi *leadder drill* untuk sepuluh pemain sebagai kelas eksperimen diluar jadwal latihan SSB Cobra Surabaya supaya peneliti dapat membedakan lebih cepat mana perkembangannya, sehingga saya sebagai peneliti tertarik melakukan penelitian ini

dengan judul pengaruh latihan variasi *leadder drill* terhadap kelincahan pemain sepak bola di SSB Cobra Surabaya.

## **B. Ruang Lingkup Dan Pembahasan Masalah**

Penelitian ini akan membahas tentang pengaruh latihan variasi *leadder drill* terhadap kelincahan pemain sepak bola di SSB Cobra Surabaya, jadi pada dasarnya hanya membahas pada masalah variasi *leadder drill* terhadap kelincahan pemain SSB Cobra Surabaya.

## **C. Batasan Masalah**

Batasan masalah merupakan hal yang sangat penting di tentukan terlebih dulu sebelum sampai pada tahap selanjutnya agar menjadi fokus dan tidak menyimpan jauh dari tujuan yang di tetapkan. Adapun Batasan masalah yang di gunakan peneliti sebagai berikut:

1. Penelitian ini dilakukan di SSB Cobra Surabaya
2. Penelitian ini dilakukan kepada siswa SSB Cobra Surabaya yang berusia 12-14 tahun.
3. Peneliti akan meneliti tentang pengaruh latihan variasi *leadder drill* terhadap kelincahan pemain sepak bola.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu “Apakah ada pengaruh latihan variasi *leadder drill* terhadap kelincahan mendribling bola siswa SSB Cobra Surabaya?”

## **E. Tujuan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah dalam penelitian ini, tentunya harus memiliki tujuan. Pada penelitian ini peneliti memiliki tujuan umum dan tujuan khusus meliputi:

1. Tujuan umum
  - a. Untuk membantu meningkatkan mutu prestasi cabang olahraga sepak bola.

- b. Untuk menerapkan semua ilmu yang di dapat di bangku kuliah.
- c. Untuk membuktikan pengaruh latihan variasi *leadder drill* terhadap peningkatan pemain pemula.
- d. Untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh latihan variasi *leadder drill* terhadap kelincahan mendribling bola siswa SSB Cobra Surabaya
- b. Mengetahui pengaruh latihan variasi *leadder drill* terhadap kelincahan mengelabui lawan SSB Cobra Surabaya

## 3. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Bagi peneliti:
  - a. Sebagai pengalaman di bidang penelitian yang bersifat objektif dalam ilmu keolahragaan lebih khususnya cabang sepak bola.
  - b. Sebagai bahan pertimbangan dalam program latihan seapak bola.
  - c. Sebagai pengalaman dalam membuat program latihan yang lebih efektif.
2. Bagi siswa:
  - a. Dapat meningkatkan kemampuan dalam latihan variasi *leadder drill*.
  - b. Dapat mengetahui kekurangan yang mencakup kelincahan.