

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang terencana dan melibatkan gerakan tubuh untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Aktivitas olahraga juga bisa menjadi sarana agar seseorang dapat menyalurkan bakat serta menghilangkan kejenuhan selama beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Olahraga dapat dibagi menjadi tiga yaitu olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat dilakukan di sekolah agar melatih keterampilan motorik, afektif, dan psikomotor pada peserta didik. Olahraga prestasi dapat dilakukan di klub-klub olahraga melalui induk cabang olahraga. Sedangkan olahraga rekreasi merupakan jenis olahraga yang dilakukan pada waktu senggang atau waktu-waktu luang.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting, yaitu peserta didik dapat terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis. Pada dasarnya, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah umumnya disampaikan dalam bentuk permainan dan olahraga. Materi dan isi pembelajaran hendaknya diberikan secara bertahap agar tujuan pokok pembelajaran dapat dicapai oleh peserta didik. Dengan demikian, para pendidik seharusnya memiliki rencana pembelajaran yang didalamnya berisi bekal pengetahuan dan keterampilan mengajar untuk peningkatan belajar peserta didik. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memiliki beragam cabang olahraga yang digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Sepak bola merupakan olahraga yang sering dimainkan di lingkungan masyarakat dan digemari di seluruh dunia. Di dalam permainan sepak bola terdiri atas sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Dalam perkembangannya, permainan sepak bola dapat dilakukan di luar lapangan dan di dalam ruangan tertutup.

Tujuan utama dari permainan sepak bola dalam pendidikan jasmani yaitu salah satu mediator untuk mendidik anak agar kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur, dan sportif. Dalam permainan sepak bola terdapat berbagai macam teknik dan gerakan yang dapat dilakukan oleh pemain saat di lapangan. Di dalam lapangan berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki setiap pemain sangat berpengaruh terhadap penguasaan bola.

Salah satu teknik dasar bermain sepak bola yang harus dikuasai setiap pemain adalah teknik dasar menggiring bola. Dan tidak semua orang mampu melakukan menggiring bola dengan baik dan benar. Menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik di lapangan dengan menggunakan kaki, (Robert Koger 2007:51). Namun pada kenyataannya yang terjadi dilapangan, tidak semua orang mampu melakukannya. Ada salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola, salah satunya adalah kondisi fisik yang mempunyai pengaruh yang sangat erat untuk menunjang keterampilan dasar bermain sepak bola. Dengan mempunyai keterampilan menggiring bola dengan baik dan benar maka pemain tersebut akan lebih mudah untuk menjaga bola dari jangkauan lawan dan juga dapat membongkar pertahanan lawan serta dapat mempermudah dalam mengumpan ke teman yang lain.

Dalam permainan sepak bola, kelincahan sangat diperlukan agar mendapatkan hasil yang maksimal. Kelincahan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga, sebab dengan kelincahan yang tinggi pemain dapat menghemat tenaga selama permainan sepak bola berlangsung. Kelincahan juga diperlukan pada saat pemain membebaskan diri dari lawan dengan menggiring bola melewati lawan untuk menyerang dan menciptakan suatu gol yang bisa membawa kepada kemenangan dari sebuah tim. Pada dasarnya keterampilan menggiring bola (*dribbling*) dan kelincahan sangat berpengaruh. Tetapi tidak hanya faktor kelincahan dan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) saja untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam sepak bola, terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi. Salah satu faktornya adalah pelatihan yang berhubungan dengan kelincahan. Dalam penelitian ini bentuk pelatihan kelincahan berupa pelatihan *shuttle run*. Jika peserta didik

hanya mampu melakukan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) akan tetapi tidak memiliki kelincahan yang baik bisa saja bola direbut oleh lawan. Dan sebaliknya, apabila peserta didik mempunyai kelincahan akan tetapi kualitas menggiring bola (*dribbling*) kurang baik maka pemain juga bisa melewati lawan tetapi bola tidak meluncur dengan baik.

Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan sepak bola terdapat banyak faktor yang harus diperhatikan. Di UPT SMP Negeri 8 Gresik masih terdapat keterampilan menggiring bola (*dribbling*) dan kelincahan yang belum dikuasai secara baik oleh peserta didik. Meskipun di UPT SMP Negeri 8 Gresik banyak peserta didik yang berbakat dalam bermain sepak bola, namun sekolah ini belum pernah menjuarai setiap tahunnya perlombaan yang diikuti. Akan tetapi sekolah ini hanya menjuarai perlombaan pada tahun 2010 dan 2017. Mengingat pentingnya unsur kelincahan dalam permainan sepak bola khususnya dalam menggiring bola, maka perlu diadakannya penelitian tentang pelatihan *shuttle run* dan dampaknya terhadap keterampilan menggiring bola. Oleh sebab itulah peneliti mengangkat judul “Pengaruh Pelatihan *Shuttle Run* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik Tahun Pelajaran 2019-2020”.

## **B. Batasan Masalah**

Pembatasan masalah dibuat agar penelitian ini lebih fokus dan tidak melebar kemana-mana. Penelitian ini hanya membahas tentang “Pengaruh Pelatihan *Shuttle Run* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak bola pada Siswa Putra Kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik Tahun Pelajaran 2019-2020”. Diharapkan, dengan adanya pembatasan masalah tersebut, peneliti dapat menyusun sebuah penelitian yang sesuai dengan tujuan yang direncanakan dan penelitian ini fokus pada satu sasaran sehingga hasilnya dapat efektif.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada Pengaruh Pelatihan *Shuttle Run* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik Tahun Pelajaran 2019-2020?
2. Berapa besar Pengaruh peningkatan Pelatihan *Shuttle Run* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik Tahun Pelajaran 2019-2020?

### **D. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Tujuan yang paling umum pada penelitian ini adalah ingin membuktikan ada atau tidak adanya pengaruh pelatihan shuttle run terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mendapatkan informasi dan data tentang pengaruh pelatihan *shuttle run* terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa putra kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik Tahun Pelajaran 2019-2020.
- b. Untuk melengkapi dan syarat menyelesaikan pendidikan jurusan Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

### **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis adalah kegunaan bagi ilmuan. Untuk itu kegunaan teoritis penelitian ini adalah:
  - a. Diharapkan informasi yang digali bermanfaat bagi ilmuan dibidang olahraga untuk dapat mengembangkan konsep dasar dalam rangka meningkatkan prestasi olahraga terutama dalam cabang olahraga sepak bola.
  - b. Bagi peneliti lain diharapkan terangsang untuk meneliti secara mendalam tentang masalah yang berhubungan dengan cabang olahraga sepak bola khususnya yang berkaitan dengan

keterampilan menggiring bola yang belum terjangkau dalam penelitian.

2. Manfaat Praktis adalah kegunaan bagi pelaksana. Diharapkan informasi yang diperoleh dalam penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi bagi pembina dan pelatih olahraga sepak bola khususnya Pada Siswa Putra Kelas VIII UPT SMP Negeri 8 Gresik Tahun Pelajaran 2019-2020.