

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Salah satu jenis olahraga yang sangat populer dan dikenal masyarakat saat ini adalah sepakbola. Sepakbola adalah sebuah permainan yang sederhana, dan rahasia permainan sepakbola yang baik adalah melakukan hal-hal sederhana dengan sebaik-baiknya, Batty (2007:4). Hampir dipastikan masyarakat dunia sangat mengenal olahraga sepakbola. Meskipun tidak menggemari atau memainkannya, minimal mereka mengetahui keberadaan olahraga ini. Oleh karena itu sepakbola berkembang menjadi olahraga yang paling populer di dunia. Semua kalangan baik tua dan muda bahkan laki-laki maupun perempuan menggemari olahraga ini.

Sepakbola merupakan permainan yang membutuhkan banyak energi, memacu semangat sekaligus memberi luapan kegembiraan melalui kebersamaan dalam tim. Kecerdasan dalam mengatur strategi dan taktik menjadi penentu dalam keberhasilan permainan ini dan hanya pemain yang terdidik dengan baik dapat menyajikan permainan yang bagus, cerdas, dan menghibur. Untuk menjadi pemain sepakbola yang berkualitas tentunya harus melewati berbagai tahapan pembinaan.

Permainan sepakbola dikenal sejak jaman nenek moyang, mulai dari menggunakan bola tradisional seperti bola api, bola kelapa atau menggunakan kain yang digulung menyerupai bola sampai dengan sekarang menggunakan bola modern.

Perkembangan sepakbola di Indonesia, dibawa oleh bangsa Belanda ketika menjajah tahun 1920. Organisasi sepakbola pertama kali berdiri di Indonesia adalah *Nederlands Indische Voetbal Bond* (NIVB) yang didirikan oleh Belanda. Pada tanggal 19 April 1930 berkumpul utusan dari masing-masing Bond untuk mendirikan organisasi sepakbola seluruh Indonesia, maka berdirilah Persatuan Sepakbola Indonesia (PSSI) dan yang menjadi ketua pertamanya adalah Ir. Suratin pada tahun 1931. Tahun 1941, untuk pertama kali diadakan kompetisi sepak bola dan dijadikan acara rutin setiap tahun sekali. Pada tahun 1966 hingga sekarang diadakan kejuaraan tingkat remaja sampai taruna untuk memperebutkan piala Suratin. Hal ini untuk menghormati jasa-jasa Ir. Suratin terhadap persepakbolaan di tanah air (Sucipto, dkk, 2000:6). Hingga sekarang munculah liga-liga di Indonesia seperti Liga Super Indonesia dan Liga Primer Indonesia yang diharapkan dapat mencetak pemain muda yang dapat mengharumkan nama bangsa sebagai Timnas Indonesia yang dapat bertanding di tingkat dunia.

Tujuan bermain sepakbola beraneka ragam, yaitu: mengisi waktu luang, hiburan, dan prestasi, cepatnya perkembangan permainan sepakbola di masyarakat dikarenakan mudah dipelajari. Disamping itu peralatan olahraga ini relatif murah. Alasan lain juga karena permainan ini dapat dimainkan dimana saja, asal tersedia bidang datar yang memadai. Maka tidak heran jika banyak kita temui lapangan atau arena bermain sepakbola di sekolah, di balai desa, di pantai, maupun

ditempat lain. Sekarang ini di masyarakat telah banyak muncul klub-klub sepakbola. Selain itu permainan sepakbola juga sudah dimasukkan ke dalam kurikulum sekolah dan diperkenalkan sebagai pelajaran materi pilihan disekolah dasar. Hal demikian dapat menambah semaraknya perkembangan sepakbola di Indonesia.

Dalam olahraga sepakbola ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai pemain diantaranya, *control*, *dribbling*, *shooting*, *passing*, *heading*, *tackling*, *fenting*. Diantara beberapa teknik dasar bermain sepakbola diatas, *dribbling*, *shooting*, dan *passing* merupakan faktor terpenting dan utama dalam sebuah permainan.

Dari hasil pengamatan terdahulu yang peneliti lakukan pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat telah mengikuti berbagai kejuaraan sepakbola di Kabupaten Tanjung Jabung Barat, namun sayangnya tim sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat selalu kalah dalam penyisihan sehingga tim tersebut tidak mampu meraih prestasi pada bidang sepakbola. Melihat dari kegagalan-kegagalan yang diperoleh tim sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat disini peneliti melihat banyak kesalahan yang dilakukan pemain pada saat latihan maupun bertanding, pemain sering sekali melakukan kesalahan pada saat *dribbling* bola atau kurangnya penguasaan dan kecepatan, sehingga pemain mudah dikejar oleh lawan dan bola dengan mudahnya direbut, dan bola sering terlepas dari penguasaan kaki.

Jika melihat kemampuan yang dimiliki, mereka sudah tergolong menguasai teknik-teknik bermain sepakbola. Untuk mencapai penguasaan teknik dasar bermain sepakbola tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai bola. Pemain harus merasakan bahwa bola adalah bagian dari dirinya. Untuk melatih pencapaian yang maksimal dibutuhkan banyak faktor yang mempengaruhinya, pemain harus memiliki *skill*/teknik yang dimiliki seorang pemain sepakbola, selain itu kemampuan *dribbling* merupakan faktor terpenting dan utama dalam permainan. Maka dari itu penulis membuat suatu program latihan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* dengan menggunakan program latihan holistik yang bervariasi dan dilakukan secara terus menerus.

Berdasarkan pembahasan diatas, penulis tertarik melakukan penelitian tentang sepakbola yang berjudul “Pengaruh program latihan holistik terhadap kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat”.

1.2 Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Masih kurangnya kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat.
2. Belum diberikan program latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat.

3. Masih kurangnya Prestasi yang dimiliki siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu: Program latihan Holistik terhadap kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat.

1.4 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi salah persepsi dalam menelaah istilah dalam penulisan proposal ini, maka diperlukan penjelasan mengenai istilah-istilah sebagai berikut:

1. Program latihan holistik merupakan latihan ini terintegrasi (saling berkaitan) menjadi kesatuan yang utuh antara fisik, teknik, taktik dan mental, dimana dalam setiap latihan sepakbola selalu tercipta situasi komunikasi, persepsi dan eksekusi gerakan (Danurwindo, 2014:7).

2. Kemampuan *dribbling* adalah *score* seorang mendribble bola dengan teknik dan penguasaan yang baik, tidak kehilangan keseimbangan dengan waktu cepat.

1.5 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh program latihan holistik terhadap kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat?”

1.6 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui pengaruh program latihan holistik terhadap kemampuan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Swasta YPMM Tebing Tinggi Tanjung Jabung Barat”.

1.7 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian secara khusus diharapkan dapat memberi manfaat:

1. Bagi pemain menambah pengetahuan mengenai metode latihan yang tepat.
2. Bagi pelatih, latihan ini dapat menjadi metode latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *dribbling*

3. Bagi peneliti merupakan proses pembelajaran dalam menerapkan disiplin ilmu yang diperoleh dari studi FIK, baik teori maupun praktik.