

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah salah satu olahraga tim yang dimainkan oleh dua tim. umumnya ,masing-masing tim terdiri dari sebelas orang tujuan dari Permainan sepakbola adalah mencetak gol ke gawang lawan dan mempertahankan gawangdari kebobolan. Beberapa teknik dasar yang dibutuhkan pemain sepak bola adalah menendang, memblokir, mengontrol, menggiring bola dan menyundul.

Sepakbola adalah olahraga paling populer di semua negara didunia (termasuk Indonesia). Menurut saputra adhe (2018:1) sepakbola merupakan sesuatuyang harus membuat mereka bahagia dan kompetitif juga dimana tempat karakter yang kuat dan luar biasa dapat dibentuk dan ditampilkan dan diperkuat. Saat ini sepakbola tidak hanya untuk hiburan dan waktu luang tetapi juga diperlukan untuk pencapain kondisi terbaik untuk performa sepakbola, tolak ukurnya adalah performa itu sendiri. Sesuatu memerlukan pembinaan sejak dini bagi atlet pelatih. Mempelajari dan melatih keterampilan dasar sepakbola merupakan Tindakan bernilai positif dalam upaya meningkatkan prestasi sepak bola. Untuk mencapai prestasi yang baik pelatih harus mengajarkan cara bermain sepakbola yang benar dengan menekankan pada penguasaan keterampilan dasar sepakbola dan Teknik gerakan.

Salah satu teknik dasar dalam olahraga sepak bola yang cukup penting adalah kelincahan *dribbling*. Saputra, Adhe (2018:123) mengatakan mempunyai

skill *dribbling* itu penting, namun pemain harus ingat bahwa *dribbling* sering kali melelahkan dan waktu bermainnya lambat. Teknik dasar *dribbling* harus dikuasai dengan baik karena dalam situasi tertentu *dribbling* sangat menentukan dalam permainan sepak bola karna harus melewati hadangan pemain lawan untuk dapat menerobos pertahanan lawan.

Dari pengamatan penulis para pemain latihan Sepakbola PersemaU-17 Kabupaten Tebo kelincahan *dribbling* yang di miliki masih belum terlalu baik kurangnya latihan dalam menunjang kelincahan *dribbling* pemain, latihan hanya terbatas pada latihan membawa bola lurus, mengoper, *shooting*, dan lari-kecil. Karena dalam permainan sepakbola setiap pemain harus menggiring bola dengan baik pada saat melakukan *dribbling* sambil berlari seorang siswa menghadapi beberapa pemain lawan, dan dilapangan seorang dituntut mempunyai koordinasi yang baik saat menggiring bola bahkan ada yang sampai bertabaran sesama rekannya dalam latihan sepakbola.

Pada saat *dribbling* bola untuk melewati lawan, beberapa pemain, terlalu kuat mendorong bola sehingga bola berada jauh dari penguasaan kaki dan mudah direbut lawan. tidak bisa menguasai bola saat berlari seringkali bola jauh dari disekitar kaki dan susah di control. Maka diadakan latihan *dribbling* dengan harapan latihan dapat menggembelng mental pemain agar dapat menggiring bola dengan baik dan benar. Karena itu bentuk latihan yang di pilih seorang pelatih harus lah tepat agar mendapatkan hasil yang maksimal banyaknya jenis latihan yang dapat di pilih pelatih untuk membentuk kecepatan *dribbling* pada atlit seperti salah satu nya adalah bentuk latihan model *dribbling zig-zag* dan metode bermain.

Dribbling zig-zag merupakan suatu jenis bentuk Latihan yang dilakukan dengan gerakan berbelok-belok melewati cones dengan tujuan untuk merubah arah dengan cepat. Menggiring bola (*dribbling*) merupakan latihan menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain.

Saat Latihan *dribbling model zigzag* pemain membawa bola dengan berkelok-kelok melalui tonggak atau cones yang dipasang pada jarak tertentu, atlet dituntut untuk mampu melakukan gerakan sesuai dengan cepat dan menguasai bola dengan benar. Atlet mulai membawa bola pada *cone* pertama lalu membawa bola masuk dan keluar hingga mencapai finis, selanjutnya putar pinggang dan membawa bola hingga ke posisi pertama .

Dribbling zig zag adalah latihan menggiring bola dengan mengubah gerak tubuh dengan arah berliku-liku (*zig zag*). Hal ini yang membutuhkan koordinasi tubuh, sehingga mempermudah tes kecepatan *dribbling*. Manfaat Latihan *dribbling zig zag* ini untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam sepakbola. Jenis Latihan ini digunakan untuk membawa bola dengan control yang rapat dan ruang gerak yang terbatas.

Bermain merupakan kesempatan bagi anak mengeluarkan emosinya secara wajar, “bermain” (*play*) adalah diterapkan sehari-hari sehingga makna sebenarnya hilang. Bermain ialah setiap kegiatan tidak mencari hasil akhir melainkan untuk mencari kesenangan. Bermain digunakan untuk membuat rileks dan menghibur sehingga dapat diterapkan untuk melatih keterampilan dasar sebuah cabang olahraga disebabkan siswa melakukan latihan gerakan secara gembira sehingga akan menghilangkan efek kejenuhan dan kelelahan.

Metode permainan adalah permainan sepakbola yang ditingkatkan, aturan dan tempat diatur sesuai dengan preferensi pribadi, dan tujuannya adalah untuk dapat mempelajari teknik-teknik yang terkandung di dalamnya. Metode permainan adalah cara mengajarkan keterampilan motorik dengan mengajarkan seluruh rangkaian sekaligus

Metode bermain merupakan metode yang mengajarkan suatu keterampilan psikomotorik dengan cara peragaan teknik kemudian mempraktikan dalam proses pertandingan .

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Latihan *Dribbling Zig Zag* Dan Metode Bermain Terhadap Kelincahan *Dribbling* Pemain Sepakbola Persema U-17 Kabupaten Tebo”**.

1.2. Identifikasi Masalah

1. Kelincahan *dribbling* pemain sepakbola yang dimiliki Pemain Persema U-17 masih lambat
2. Pemain Persema U-17 Kabupaten Tebo Tidak bisa melewati lawan saat menggiring bola
3. Perlu latihan *dribbling* karena Belum adanya koordinasi yang baik saat menggiring bola Pemain Persema U-17 Kabupaten Tebo
4. Lemahnya gerakan-gerakan dasar seperti kelincahan *dribbling* tidak bisa menguasai bola saat berlari Pemain Persema U- 17 Kabupaten Tebo

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan Permasalahan di atas, agar penelitian ini lebih terarah, maka penulis membatasi masalah pada Latihan *Dribbling Model Zig Zag* dan Metode

Bermain (variabel bebas) terhadap kelincahan *Dribbling* pemain Sepakbola Persema U-17 Kabupaten Tebo (variabel terikat).

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian permasalahan diatas maka rumusan masalahnya adalah “apakah terdapat pengaruh latihan *dribbling zigzag* dan metode bermain terhadap kelincahan *dribbling* pemain sepakbola Persema U-17 Kabupaten Tebo?”

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah di uraikan diatas, maka penelitian ini “untuk mengetahui pengaruh latihan *dribbling zigzag* dan metode bermain terhadap kelincahan *dribbling* pemain sepakbola persema U-17 Kabupaten Tebo”.

1.6 Manfaat penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai acuan bagi pihak club untuk melaksanakan dan menerapkan metode latihan.
2. Dapat meningkatkan kelincahan *dribbling* pada siswa sepak bola
3. Dapat menjadi metode yang dapat digunakan oleh pelatih dalam meningkatkan kelincahan *dribbling*.
4. Memberikan informasi pentingnya kelincahan *dribbling* dalam pemain sepakbola