

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Olahraga merupakan salah satu kegiatan yang disukai banyak orang baik laki-laki maupun perempuan mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, maupun tua, dengan berolahraga manusia dapat menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Selain menjaga kesegaran tubuh, dengan berolahraga kita juga akan merasa terhibur, sehingga olahraga juga bisa menjadi hiburan bagi manusia.

Olahraga prestasi merupakan olahraga yang dijadikan ajang untuk meraih prestasi yang diperlombakan baik skala nasional maupun internasional yang diatur dengan seperangkat peraturan yang telah diberlakukan. Pemerintah memasukkan tentang pembinaan dan pengembangan olahraga kedalam undang-undang keolahragaan. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 21 Ayat 3 di sebutkan bahwa “Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keolahragaan memiliki tujuan yang sangat kompleks, prestasi olahraga dapat dicapai dengan baik apabila dilakukan suatu pembinaan yang terprogram dengan baik. Oleh sebab itu bidang keolahragaan ini perlu dilakukan pembinaan agar dapat

menghasilkan atlet-atlet yang berprestasi salah satunya dalam cabang sepakbola yang sangat digemari banyak orang, untuk itu penyelenggaraan sepakbola ini memiliki induk organisasi dunia yang bernama *Federation International Football Association* (FIFA). Organisasi inilah yang mengatur perkembangan sepakbola dunia. Indonesia juga memiliki induk organisasi sepakbola yang diberi nama Peraturan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI).

Sepakbola adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang dimainkan di lapangan terbuka, setiap tim yang bermain terdiri dari 11 pemain, tiap tim berusaha untuk mencetak gol ke gawang lawan kemudian mempertahankan gawang agar tidak kemasukan, tim yang banyak mencetak gol sampai waktu habis dinyatakan menang sedangkan yang banyak kebobolan atau kemasukan dinyatakan kalah. Dalam permainan sepakbola kemenangan hanya dapat diraih dengan membuat gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah jangan sampai lawan membuat hal yang sama terhadap gawang sendiri.

Agar permainan sepakbola seorang pemain itu menjadi bagus, pemain harus menguasai teknik dasar permainan sepakbola, teknik dasar dalam sepakbola ini meliputi *dribbling*, *passing*, *control* dan *heading*. Jika teknik dasar ini sudah dipahami dan dikuasai, barulah seorang pemain ini akan menjadi pemain yang profesional nantinya. Karena teknik dasar merupakan pondasi bagi seseorang untuk bermain sepakbola.

Diantara beberapa teknik dasar yang harus dikuasai seorang pemain disini penulis ingin membahas tentang teknik menggiring bola (*dribbling*),

biasanya seorang pemain yang memiliki keterampilan menggiring bola yang bagus di lapangan, maka dia akan menjadi pusat perhatian penonton, dan akan disebut pemain yang hebat sehingga dia akan menjadi bintang di lapangan hijau.

Menggiring (*dribbling*) pada dasarnya merupakan gerakan membawa bola menggunakan kaki dengan berjalan atau berlari. Idealnya *dribbling* dilakukan ketika berada di garis pertahanan lawan dengan berjalan atau berlari membawa bola bisa dengan menggunakan kaki baik itu dengan punggung kaki, kaki bagian dalam dan bisa juga dengan kaki bagian luar, kemudian usahakan bola tidak terlalu jauh dari kaki sehingga tidak mudah direbut pemain lawan.

Untuk dapat melakukan *dribbling* dengan baik pemain tidak hanya menguasai teknik *dribbling* saja, namun ada beberapa faktor lain yang terdapat didalam komponen kondisi fisik seperti kecepatan, kelenturan, koordinasi, keseimbangan, reaksi, dan kelincahan. Beberapa faktor ini berpengaruh dalam melakukan gerakan menggiring bola (*dribbling*), namun didalam melakukan gerakan menggiring bola (*dribbling*), kelincahan menjadi hal yang sangat penting untuk dimiliki.

Kelincahan sangat dibutuhkan bagi seorang pemain karna pemain yang memiliki kelincahan yang baik dapat melakukan gerakan-gerakan yang lincah dan mematikan sehingga pemain lawan terkecoh dengan gerakan yang dilakukannya, dengan demikian kelincahan amat perlu dikuasai untuk menunjang keterampilan pemain pada saat menggiring bola.

Kelincahan (*Agility*) adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan dalam waktu yang sangat singkat. Ada beberapa manfaat kelincahan diantaranya, mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda (stimulus), mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi, mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan. Untuk dapat meningkatkan kelincahan tentu perlu adanya latihan-latihan yang harus diterapkan secara benar tersistematis, adapun latihan yang bisa dilakukan yaitu : latihan merubah arah gerak tubuh, latihan lari berbelok-belok, latihan kelincahan gerakan bereaksi.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan pada tim PS UIR peneliti melihat di lapangan pada saat pemain menggiring bola ada beberapa pemain yang mudah untuk direbut bolanya oleh pemain lawan dari penguasaan kakinya, terutama pada saat menggiring dengan berlari bola jauh dari penguasaan kakinya karnan kalah cepat dari bola, karena kurangnya kecepatan pemain, kemudian pada saat melakukan gerakan melindungi atau melewati lawan ada beberapa pemain yang kehilangan bola, dan sesekali terjatuh ketika mendapatkan hadangan dari pemain lawan, selain itu peneliti melihat kurangnya kelincahan yang dimiliki pemain, karena untuk menunjang kelincahan dibutuhkan kecepatan dan koordinasi gerak pada pemain sehingga saat berlari menggiring bola pemain mampu mengubah arah gerakan dan posisi tubuh secara cepat dan tepat yang memerlukan kelenturan dan keseimbangan tubuh sehingga tidak kehilangan keseimbangan dan tidak mudah terjatuh.

Idealnya untuk memiliki kelincahan dalam menggiring bola, seorang pemain harus memiliki kondisi fisik yang baik seperti kecepatan, kelenturan dan keseimbangan tubuh serta koordinasi gerak yang harus dimiliki seorang pemain.

Berdasarkan hasil observasi dan latar belakang yang penulis kemukakan peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang kelincahan dengan judul **“Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Atlet Sepakbola PS UIR Pekanbaru”**

#### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat kontribusi kelenturan terhadap kemampuan menggiring bola atlet sepakbola PS UIR Pekanbaru?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi gerak terhadap kemampuan menggiring bola atlet sepakbola PS UIR Pekanbaru?
3. Apakah terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola atlet sepakbola PS UIR Pekanbaru?

#### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya pembahasan yang akan dibahas dalam penelitian ini, serta keterbatasan waktu dan dana, serta kemampuan peneliti, maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini dibatasi pada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola atlet sepakbola PS UIR Pekanbaru.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola atlet sepakbola PS UIR Pekanbaru.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola atlet sepakbola PS UIR Pekanbaru.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian adalah :

1. Bagi atlet, dapat meningkatkan kemampuan atlet dalam menggiring bola.
2. Bagi pelatih, dapat memberikan sumbangan pemikiran kepada pelatih.
3. Bagi klub, sebagai bahan informasi mengenai pelaksanaan latihan oleh manajemen klub agar bisa meningkatkan prestasi klub terutama di PS UIR Pekanbaru.
4. Bagi peneliti, Sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan Strata Satu (S1) di FKIP UIR Pekanbaru Program Studi Penjaskesrek.
5. Bagi fakultas, sebagai bacaan oleh mahasiswa di perpustakaan.