

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kualitas fisiologis, psikologis, dan taktis yang komprehensif diperlukan untuk menjadi pemain sepak bola profesional. Prasyarat lain bagi pemain sepak bola usia muda untuk maju adalah mereka memiliki tingkat keterampilan dasar tertentu. Menurut (Thomas Reilly, 2005) keterampilan dasar utama dalam sepakbola adalah menembak, mengoper, mengontrol bola, dan menggiring bola. Menurut (Russell & Kingsley, 2011) Performa selama pertandingan sepak bola bergantung pada berbagai faktor yang mencakup teknis, taktis, mental, fisik, dan fisiologis. Kualitas respon teknis (keterampilan kinerja) tergantung pada keterampilan kognitif, persepsi dan motorik, yang berinteraksi dengan cepat mengubah keadaan. Pemain yang terampil menerima informasi (misalnya pergerakan bola dan target), menganalisis informasi dengan cepat dan mengeksekusi tanggapan yang sesuai dengan kepastian maksimum dan pengeluaran minimum waktu dan energi, merupakan pemain yang dibutuhkan dalam sepakbola.

Salah satu teknik yang sering dilakukan dalam cabang olahraga ini adalah *dribbling*. *Dribbling* pada permainan sepakbola merupakan salah satu strategi yang biasa diterapkan. Kemampuan *dribbling* pada seorang pemain sepakbola memiliki tujuan untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, serta menahan bola tetap dalam penguasaan. Dengan mengalahkan pemain bertahan, pemain dapat menciptakan ruang untuk rekan satu tim, membuka peluang mencetak gol secara langsung, dan menarik pemain bertahan keluar dari posisi yang mereka sukai. Menurut (K.A.P.M. et al., 2004) *dribbling* adalah salah satu keterampilan menyerang yang paling efektif dalam sepak bola, dan klub profesional top berusaha untuk mendapatkan dan mengembangkan pemain yang unggul dalam hal itu. Peningkatan *dribbling* dianggap sebagai atribut penting dalam perkembangan pemain muda.

Untuk *dribbling* / menggiring bola, (Bangsbo, 1994) mengatakan bahwa kecepatan menggiring bola dianggap penting untuk hasil pertandingan, dengan pemain sepak bola

elit melakukan 150-250 aksi intens singkat selama pertandingan. Oleh karena itu, kemampuan sprint dan *dribble* dengan kecepatan tinggi sangat penting untuk performa dalam sepakbola.

Dribbling dalam sepak bola dapat dikategorikan ke dalam tindakan menggiring bola sambil mempercepat dan menggiring bola dengan perubahan arah yang cepat. Akselerasi sangat penting dalam *dribbling*, karena pemain sepak bola hanya menempuh jarak pendek (jarak rata-rata 10-20 m) dengan usaha maksimal. Selain itu, menurut (Bloomfield et al., 2007) banyak kejadian / tindakan dalam sepak bola melibatkan sprinting pendek berulang atau *dribbling* dengan perubahan arah, kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat ini biasa disebut dengan kelincahan.

(Thomas Reilly, 2005) berpendapat karena sepak bola adalah permainan tim, maka prioritas pelatih dalam persiapan pemain untuk pertandingan harus memanfaatkan kemampuan individu masing-masing pemain sehingga tim menjadi sebuah kelompok kompetitif yang efektif. Dilema untuk pelatih atau manajer sering kali merupakan pemilihan tim yang paling tepat untuk pertandingan yang akan datang. Salah satu kesulitan yang dihadapi pelatih adalah identifikasi kelemahan individu yang mungkin diperbaiki dalam pelatihan, melebihi dan di atas secara keseluruhan pekerjaan pengkondisian untuk tim. Ada juga perlu mempertimbangkan peran posisi untuk memastikan kekhususan program pelatihan,

Untuk menghasilkan keterampilan *dribbling* yang baik maka dibutuhkan kemampuan *dribbling* yang maksimal dengan teknik yang baik. Teknik *dribbling* ada 3 macam, yaitu 1) dengan kaki kura-kura bagian dalam, 2) dengan punggung kaki, 3) dan kaki kura-kura bagian luar.

Di dalam latihan, dibutuhkan variasi-variasi dalam latihan. Menurut (Yulianto Dwi Saputro et al., 2018) variasi latihan adalah suatu bentuk latihan atau perubahan dalam proses kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi atlet, serta mengurangi kejenuhan dan kebosanan, Variasi latihan dilakukan untuk meningkat kan prestasi atlet menjadi lebih baik dan variasi latihan juga menghilangkan rasa jenuh dalam proses kegiatan latihan. Variasi latihan adalah keterampilan yang harus dikuasai guru atau

pelatih dalam pembelajaran, untuk mengatasi kebosanan peserta didik atau atlet, agar selalu antusias, tekun dan penuh partisipasi.

Menurut (Ford et al., 2010) Seringkali seorang pemain sedang menguasai bola tetapi tidak memiliki opsi langsung untuk menembak ke gawang atau umpan ke rekan setim. Untuk mempertahankan penguasaan bola tersebut, seorang pemain harus bisa bergerak dengan menggiring bola sampai ada peluang menembak atau mengoper kawan itu muncul. (Huijgen B.C. et al., 2010) menjelaskan diantara keterampilan yang dibutuhkan dalam sepak bola, salah satunya adalah menggiring bola. Yaitu berlari cepat dan mengubah arah sambil menjaga penguasaan bola, dianggap sebagai salah satu keterampilan paling umum dan kritis untuk hasil permainan. *Dribbling* juga merupakan ciri khas pemain berbakat. Kelincahan menggiring bola mencakup perubahan kemampuan arah (gerakan seluruh tubuh yang cepat) dan ketangkasan reaktif (respons terhadap rangsangan) keduanya disinkronkan dengan kontrol bola. Maka dari itu, tidak mengherankan jika *dribbling* sering menjadi tolak ukur pemain sepak bola muda untuk menggolongkan pemain paling bertalenta. Dari penjelasan diatas, penulis tertarik untuk meneliti pengaruh latihan *dribbling* dengan beberapa tambahan variasi. Penerapan latihan *dribbling* dengan beberapa variasi memungkinkan subjek yang akan diteliti melakukan *dribbling* dengan cepat dan lincah.

Berdasarkan penjelasan diatas dan observasi yang penulis lakukan terhadap tim SSB Elso, penulis masih menemukan kekurangan-kekurangan dalam *dribbling* bola pada saat uji coba maupun pertandingan resmi. Saat *dribbling*, bola jauh dari kaki sehingga bola dengan mudah direbut lawan, kondisi yang demikian akan merugikan timnya. Kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat *dribbling* salah satu faktor penyebabnya adalah belum menguasai teknik menggiring bola yang baik dan benar. Sehingga belum mampu menunjukkan prestasi maksimal untuk tim. Untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, penulis membuat metode latihan yang lebih bervariasi untuk anak.

Jadi dari hasil observasi dapat di simpulkan bahwa anak-anak SSB Elso memang perlu dilatih keterampilan *dribbling*nya. Hal ini dikarenakan setelah dilihat pada pertandingan sebelumnya seperti kejuaraan USBU Kids yang diadakan di Universitas

Padjajaran, dan beberapa turnamen lainnya, tim SSB Elso belum mampu memberikan hasil yang terbaik dan perlu diberikan latihan-latihan untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* saat situasi latihan maupun pertandingan.

Berdasarkan permasalahan yang ditemui dilapangan, penulis ingin meneliti lebih jauh untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan dengan mengambil judul : **“PENGARUH METODE LATIHAN *COERVER 1 V 1 MOVE* UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN *DRIBBLING* DI SSB ELSO”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka penulis tertarik lebih jauh untuk meneliti “Apakah terdapat peningkatan keterampilan *dribbling* dengan menggunakan metode latihan *coerver 1 v 1 move* di SSB Elso?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu:

Mengetahui terdapat atau tidaknya peningkatan keterampilan *dribbling* dengan menggunakan metode latihan *coerver 1 v 1 move* di SSB Elso.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberi sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan informasi yang akurat berdasarkan fakta mengenai *dribbling* dalam sepakbola khususnya untuk anak usia muda, sehingga pengetahuan ini dapat diterapkan ke setiap individu-individu untuk dikembangkan lebih lanjut.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini dapat menjawab mengenai peningkatan keterampilan *dribbling* dengan menggunakan metode latihan *coerver 1 v 1 move* di SSB Elso. Penelitian ini juga diharapkan dapat berguna untuk pelatih-pelatih SSB di Indonesia, dan bisa menjadi motivasi untuk lebih kreatif dalam memberikan variasi-variasi latihan agar atlet tidak merasa bosan saat berlatih, dan terpacu untuk mempelajari hal-hal baru dalam sepakbola. Penelitian ini juga diharapkan berguna untuk atlet agar mampu menghasilkan teknik *dribbling* yang lebih baik, pemain dapat melaksanakan program

latihan dengan baik, dan selalu merasa tertantang dengan tingkat kesulitan dalam latihan.

1.5 Batasan Masalah

Dalam setiap penelitian batasan masalah sangat penting dan sangat diperlukan, Agar masalah yang diteliti lebih terarah dan jelas arah tujuannya, baik segi aktual, tenaga biaya dan lain sebagainya.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Sampel penelitian adalah atlet SSB Elso.
2. Variabel terikat penelitian ini adalah keterampilan *dribbling*.
3. Variabel bebas penelitian ini adalah metode latihan *coerver 1 v 1 move*.
4. Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data adalah tes keterampilan sepakbola (Nurhasan & Hasanudin, D, C. (2017)

1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika dalam penulisan skripsi ini mengacu pada pedoman penulisan karya tulis ilmiah yang dikeluarkan Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) pada tahun 2018. Susunan struktur organisasi ini terdiri dalam beberapa bab, antara lain: judul lembar pengesahan ucapan terimakasih. Abstrak, Daftar isi. Daftar tabel. Daftar lampiran. Adapun isi dari setiap sub Bab di antaranya.

Bab I berupa pendahuluan yang berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah penelitian dan struktur organisasi skripsi. Bab II berisikan studi literature, penelitian terdahulu yang relevan, kerangka berpikir, hipotesis penelitian. Teori-teori yang berhubungan dengan bidang yang dikaji. Hal ini dimaksud untuk memberikan penjelasan secara teoritik terhadap permasalahan yang dikaji. BAB III ini merupakan bagian yang bersifat procedural, yakni bagian yang mengarahkan pembaca untuk mengetahui bagaimana peneliti merancang alur penelitiannya dari mulai desain penelitian yang diterapkan, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian yang digunakan, prosedur penelitian, hingga langkah-langkah analisis data yang dijalankan.

BAB IV ini menyampaikan dua hal utama, yakni (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan

bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian, dan (2) pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya. BAB V ini berisi simpulan, implikasi, dan rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis penemuan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat bermanfaat dari hasil.