

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat di Indonesia, baik dikota, didesa ,maupun sampai pelosok-pelosok tanah air, dari anak-anak, dewasa, dan orang tua, pria, maupun wanita. Hakekat sepakbola menurut Sucipto (1999:7) bahwa .

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.

Prinsip dari sepakbola sangat sederhana yaitu membuat gol dan mencegah jangan sampai lawan berbuat yang sama terhadap gawang sendiri. Yang memasukan gol terbanyak memenangkan pertandingan. Meskipun persepak bola di Indonesia sudah dilakukan semenjak zaman penjajahan Belanda, namun prestasi yang dicapai kesebelasan nasional PSSI sampai pada masa pembangunan ini belum seperti apa yang diharapkan . Oleh karna itulah di dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina.

Agar dalam proses pembinaan mendapatkan prestasi yang maksimal, dibutuhkan kualitas dari berbagai aspek latihan yang meliputi aspek fisik, teknik,

taktik, dan mental. Harsono (1988:100) mengatakan bahwa : “untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin, ada empat aspek yang perlu diperhatikan dan diteliti secara seksama oleh atlet, yaitu latihan teknik, taktik, fisik, dan mental”. Dari penjelasan di atas bahwa empat aspek latihan tersebut sangatlah penting dalam mencapai prestasi maksimal itu berarti seorang pelatih tidak bisa hanya melatih salah satu aspek saja tetapi harus melatih keempat aspek tersebut karna ke empat aspek tersebut saling ketergantungan.

Teknik dalam olahraga adalah merupakan kemampuan untuk melaksanakan gerakan-gerakan secara tepat, cepat dan harmonis. Sedangkan menurut Robert Koger (2007: 138) yang telah di alih bahasakan menjelaskan bahwa : “teknik adalah aksi yang digunakan agar pemain paham dan dapat berpartisipasi secara penuh di dalam pertandingan”. Jadi teknik dalam olahraga sepakbola merupakan keterampilan dan kemampuan manusia untuk bergerak secara ekonomis dan dengan satu tujuan. Hal ini merupakan dasar pemulaan untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Dalam permainan sepakbola menuntut penguasaan teknik yang kompleks sekali.

Macam-macam teknik dasar bermain sepakbola menurut Sucipto (1999:17) adalah :

- 1) Menendang (*kicking*)
- 2) Menghentikan (*stopping*)
- 3) Menggiring (*dribble*)
- 4) Menyundul (*heading*)
- 5) Merampas (*tackling*)
- 6) Lemparan ke dalam (*throw-in*)
- 7) Menjaga gawang (*goal keeping*)

Dari beberapa teknik dasar yang telah dijelaskan dalam karya tulis ini, penulis hanya menjelaskan teknik dasar menggiring bola atau *dribble* saja. Hakekat *dribble* menurut Menurut Robert Koger (2007: 51) yang telah di alih bahasakan menjelaskan bahwa :“Menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki”. Danny Mielke (2007: 2) yang telah di alih bahasakan menambahkan : “Menggiring bola adalah keterampilan dasar dalam permainan sepakbola kerana semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri ataubersiap melakukan operan atau tembakan”. Sedangkan menurut Sucipto (1999:28) menjelaskan bahwa : “Menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karna itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan kaki yang dipergunakan untuk menendang bola ”. Dari ketiga penjelasan dapat di simpulkan bahwa menggiring bola adalah teknik dasar sepakbola yang harus di kuasai oleh setiap pemain yang dilakukan menendang tetapi secara terputus-putus .

Menggiring bola (*dribble*) memiliki beberapa fungsi hal itu di jelaskan oleh Sucipto Dkk dalam bukunya (1999 : 28) menjelaskan bahwa : “menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekatkan jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan”. Sedangkan menurut Danny Mielke (2007 : 4) yang telah di alih bahasakan menjelaskan bahwa : “Pengolahan *dribble* memungkinkan seorang pemain menciptakan ruang, mempertahankan penguasaan bola, dan untuk

melewati lawan”. Dari dua penjelasan tersebut dapat di simpulkan menggiring bola (*dribble*) memiliki fungsi seperti yang di tulis di halaman 4.

1. Mendekatkan jarak ke sasaran
2. Melewati lawan
3. Menghambat permainan
4. Untuk menciptakan ruang
5. mempertahankan penguasaan bola

Penguasaan *dribble* di dalam permainan tergantung pada bidang permainan, kedekatan dengan lawan dan teman satu tim, kondisi lapang, dan tentu saja keterampilan serta rasa percaya diri seorang pemain sepakbola. Banyak pemain yang tidak memperhatikan hal-hal itu sehingga mereka ketikan melakukan *dribble* panik dan langsung menendang bola kedepan yang menyebabkan hilangnya penguasaan bola secara mendadak dan hal tersebut sangat merugikan timnya.

Pada saat melakukan teknik *dribble* bukan hanya melatih *dribble* itu sendiri tetapi dibutuhkan latihan-latihan fisik yang menunjang untuk pemain dalam melakukan teknik *dribble* yaitu kecepatan, kelincahan, dan flaksibilitas.

Pada saat melakukan *dribble* pemain harus memiliki kecepatan dimana pengertian kecepatan menurut Harsono (1988 : 216) menjelaskan bahwa : “kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu sesingkat-singkatnya, atau menempuh suatu jarak dalam waktu yang cepat”. Dilihat dari fungsi *dribble* itu sendiri yaitu mendekati jarak ke sasaran dan penjelasan menurut Robert Koger (2007 : 52)

yang telah di alih bahasakan menjelaskan bahwa: “Giringlah bola menjauhi musuh anda, paksalah mengejar anda, usahakan selalu bergerak ke ruang terbuka dilapangan”. Dari penjelasan tersebut bahwa seseorang pemain ketika memiliki kecepatan ketika *dribble* akan sulit di kejar oleh musuhnya.

Pada saat melakukan *dribble* pemain harus memiliki kelincahan dimana pengertian kelincahan menurut Harsono (2001 : 21) menjelaskan bahwa : “Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya”. Dilihat dari fungsi *dribble* itu sendiri yaitu melewati lawan dan penjelasan menurut Robert koger (2007 : 52) yang telah di alih bahasakan menjelaskan bahwa: “variasikan kecepatan lari anda, dengan mengubah-ubah kecepatan dan berbelok secara mendadak, musuh yang mengejar atau menghadang anda akan terkecoh dan kehilangan keseimbangan”. Dari penjelasan tersebut bahwa seseorang pemain ketika memiliki kelincahan ketika *dribble* akan mudah untuk melewati musuhnya.

Pada saat melakukan *dribble* pemain harus memiliki *fleksibilitas* dimana pengertian *fleksibilitas* menurut Harsono (2001 : 15) menjelaskan bahwa : “*Fleksibilitas* adalah kemampuan untuk bergerak dalam ruang gerak sendi”. *Fleksibilitas* sangat penting dalam hampir semua cabang olahraga, terutama cabang-cabang olahraga yang banyak menuntut gerak sendi seperti senam, loncat indah, atletik, permainan-permainan dengan bola, anggar, gulat. Manfaat *fleksibilitas* selain untuk memperluas ruang gerak persendian, *fleksibilitas*

bermanfaat untuk mengurangi dan menghindari cedera, dan juga membantu gerak koordinasi teknik untuk menjadi lebih baik serta pengarahannya tenaga lebih *efisien*.

Dari uraian sebelumnya bahwa kecepatan, kelincuhan, dan *fleksibilitas* merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan dan saling membutuhkan satu sama lain dalam rangkaian gerakan *dribble*. Kecepatan dibutuhkan ketika pemain menjauh dari kejaran lawan, kemudian kelincuhan merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan *dribble* seseorang, pemain yang memiliki kelincuhan yang baik akan lebih mudah untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat waktu sedang mendribble. Sedangkan *fleksibilitas* memberikan dukungan dan membantu pemain agar gerak koordinasi teknik untuk menjadi lebih baik, serta pengarahannya tenaga lebih *efisien*.

Sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kecepatan, kelincuhan, dan *fleksibilitas* terhadap keterampilan teknik dasar *dribble* cabang olahraga sepakbola pada pemain sepakbola LPI SMAN 3 Cimahi .

## **B. Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas di atas, maka yang menjadi masalah penelitiannya adalah kontribusi kecepatan, kelincuhan, dan *fleksibilitas* terhadap keterampilan teknik dasar *dribble* cabang olahraga sepakbola pada pemain sepakbola LPI SMAN 3 Cimahi. Maka penulis merumuskan masalah penelitian seperti di bawah ini :

1. Adakah kontribusi yang signifikan dan positif kecepatan terhadap teknik dasar *dribble*?
2. Adakah kontribusi yang signifikan dan positif kelincahan terhadap teknik dasar *dribble*?
3. Adakah kontribusi yang signifikan dan positif *fleksibilitas* terhadap teknik dasar *dribble*?
4. Adakah kontribusi yang signifikan dan positif kecepatan, kelincahan, dan *fleksibilitas* secara bersama – sama terhadap keterampilan teknik dasar *dribble*?

### C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang dikemukakan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kecepatan terhadap teknik dasar *dribble*.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap teknik dasar *dribble*.
3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *fleksibilitas* terhadap teknik dasar *dribble*.
4. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kecepatan, kelincahan, dan *fleksibilitas* secara bersama – sama terhadap keterampilan teknik dasar *dribble*.

#### D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang diharapkan penulis melalui penelitian ini yaitu :

1. Untuk memberikan referensi kepada pelatih bahwa untuk memiliki teknik dasar yang baik maka dibutuhkan latihan-latihan kondisi fisik yang sistematis sesuai dengan kemampuan fisik atlet.
2. Untuk memperoleh pemahaman secara teoretis yang pada akhirnya dapat dijadikan sebagai referensi bagi para pelatih maupun pemain bahwa unsur latihan kondisi fisik kecepatan, kelincahan dan *fleksibilitas* merupakan unsur latihan yang penting dalam teknik dasar sepakbola terutama teknik *dribble*.

#### E. Batasan Penelitian

Batasan penelitian sangat diperlukan dalam setiap penelitian. Agar penelitian ini lebih terarah. Mengenai pembatasan masalah dijelaskan oleh Arikunto (1990:15) bahwa: “Bagian dari proposal maupun laporan penelitian tempat penelitian memberikan penjelasan kepada orang tentang hal – hal yang berkenaan dengan kegiatan penelitian”.

Berdasar pada penjelasan di atas, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas yaitu kontribusi *kecepatan* ( $X_1$ ), *kelincahan* ( $X_2$ ) dan *fleksibilitas* ( $X_3$ ).
2. Variabel terikat yaitu *hasil teknik dasar dribble* ( $Y$ ).
3. Masalah penelitian terbatas pada pengaruh kontribusi kecepatan, kelincahan, dan *fleksibilitas* terhadap keterampilan teknik dasar *dribble* cabang olahraga sepakbola.
4. Populasi yang akan diambil dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola LPI SMAN 3 Cimahi yang berjumlah 20 orang .
5. Sampel diambil menggunakan Teknik *sampling purposive*, dari jumlah populasi 20 peneliti mengambil 18 orang untuk dijadikan sampel penelitian.
6. Alat ukur yang digunakan adalah tes dribbling dari Nurhasan dengan validitas sebesar 0,92 dan reliabilitas 0,99.

#### **F. Asumsi Dasar**

Anggapan dasar adalah suatu pendapat yang telah diyakini kebenarannya dan telah dijadikan titik tolak penelitian dalam memecahkan masalah, seperti yang dikemukakan oleh Arikunto (2002:58) bahwa: “ Anggapan dasar atau postulat adalah titik tolak atau pemikiran yang kebenarannya diterima penyidik”.

Anggapan dasar merupakan titik tolak pemikiran bagi penulis dari segala penelitian yang hendak dilaksanakan dan ini diperlukan sebagai pegangan pokok secara umum. Sekontribusi dengan pengertian anggapan dasar ini, Arikunto

(1990:55) menjelaskan sebagai berikut : Anggapan dasar atau postulat adalah suatu titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh penyidik, setiap penyidik dapat merumuskan postulat yang berbeda. Seorang penyidik mungkin meragukan suatu anggapan dasar yang oleh orang lain diterima sebagai kebenaran. Pendapat tersebut menjelaskan bahwa anggapan dasar adalah sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh penyidik.

Kondisi fisik seorang atlet dapat mempengaruhi kemampuan teknik dasar dalam permainan sepak bola. Hal tersebut sama seperti yang dijelaskan oleh Harsono (2001 : 4) bahwa : “kalau kondisi fisik atlet baik, maka dia akan lebih cepat pula menguasai teknik-teknik gerakan yang di latihkan”. Sama hal dalam melakukan teknik dribble bukan hanya melatih *dribble* itu sendiri tetapi dibutuhkan latihan-latihan fisik yang menunjang untuk pemain dalam melakukan teknik dribble yaitu kecepatan, kelincahan, dan *flaksibilitas*.

Dari uraian di atas bahwa kecepatan, kelincahan, dan flaksibilitas merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan dan saling membutuhkan satu sama lain dalam rangkaian gerakan *dribble*. Kecepatan dibutuhkan ketika pemain menjauh dari kejaran lawan, kemudian kelincahan merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan *dribble* seseorang, pemain yang memiliki kelincahan yang baik akan lebih mudah untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat waktu sedang mendribble. Sedangkan *fleksibilitas* memberikan dukungan dan membantu pemain agar gerak koordinasi teknik untuk menjadi lebih baik, serta pengarahan tenaga lebih efisien.