

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan di Indonesia merupakan perwujudan manusia yang bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting bagi kehidupan bangsa dan kemajuan suatu negara. Dengan adanya pendidikan bangsa Indonesia akan mengalami kemajuan dan meninggalkan suatu bentuk keterpurukan, seperti sekarang ini. Untuk itu pemerintah harus lebih berkonsentrasi terhadap pendidikan di Indonesia dan juga harus membuat suatu kebijakan yang mengarahkan pada perkembangan pendidikan di Indonesia.

Pendidikan merupakan cara yang strategis untuk mencetak sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Dengan kebijakan yang berkelanjutan khususnya dalam dunia pendidikan di Indonesia, bukan mustahil pendidikan di Indonesia akan menciptakan SDM yang berwawasan luas dan berkualitas. Sumber daya manusia yang berkualitas akan membawa pada kemajuan bangsa. Sehingga dengan adanya pendidikan yang bermutu maka semua hal yang berhubungan dengan masalah pendidikan akan cepat terselesaikan. Salah satu pendidikan yang mengarahkan pada perkembangan keseluruhan aspek manusia adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik secara jasmani dan rohani. Sehingga pendidikan jasmani merupakan salah satu pendidikan yang sangat penting dan utama untuk kemajuan suatu bangsa.

Dalam mengikuti perkembangan olahraga saat ini sungguh mendapat fenomena yang sangat menarik, olahraga berkerbang pesat ternyata bukan sekedar konsumsi para atlet, pelatih, maupun kelompok-kelompok yang hanya berkecimpung di bidang tersebut. Bisa dikatakan olahraga kini telah merambah merata ke seluruh lapisan masyarakat. Perkembangan olahraga demikian pesatnya dilakukan oleh

Asum Sumirat, 2014

*Pengaruh metode latihan permainan balap zig-zag dan metode latihan shuttle run terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepakbola usia dini (usia 10 sampai 12 tahun) di probaya fc*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

semua tingkatan usia, baik cabang olahraga individual maupun olahraga beregu. Tujuan seseorang dalam melakukan olahraga tersebut bermacam-macam, ada yang bertujuan untuk sekedar mengisi waktu luang, rekreasi, kesehatan, kebugaran, gengsi, atau untuk pencapaian prestasi. Olahraga yang bertujuan untuk mencapai prestasi memerlukan proses latihan secara detail dan terukur dengan benar, baik yang sifatnya individual ataupun beregu. Oleh karena itu takaran atau dosis latihan sangat menentukan tingkat keberhasilan prestasi yang di raih. salah satu cabang olahraga yang sangat berkembang pesat di masyarakat yaitu olahraga sepak bola. Sepak bola adalah permainan bola besar, dan merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari di dunia. Olahraga sepak bola dapat dimainkan oleh semua kalangan, dari anak kecil, anak remaja, sampai orang dewasa pun dapat memainkan olahraga ini. Saking digemarinya olahraga ini, banyak yang berpendapat mengenai pengertian sepak bola. Menurut *Sucipto dkk (2000:7)* sepak bola adalah “permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang”. Sama halnya pendapat dari *Usli dan Hermanu (2009:18)* bahwa “sepak bola merupakan olahraga beregu, satu regunya terdiri dari sebelas orang pemain, tiap-tiap pemain mempunyai peranan masing-masing.”

Sepak bola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepak bola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepak bola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut.

Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu.

Sepak bola 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

**Asum Sumirat, 2014**

***Pengaruh metode latihan permainan balap zig-zag dan metode latihan shuttle run terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepakbola usia dini (usia 10 sampai 12 tahun)di probaya fc***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

keberhasilan permainan ini dan hanya pemain yang terdidik dengan baik dapat menyajikan permainan yang bagus, cerdas, dan menghibur. Untuk menjadi pemain sepak bola yang berkualitas tentunya harus melewati berbagai tahapan pembinaan. Menurut Sukatamsi (2003: 1.29) tahapan-tahapan pembinaan dan tahap prestasi dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu :

- Usia 7-12 tahun : Tahap persiapan atau tahap pemasangan, ialah tahap belajar dasar-dasar permainan sepak bola, penguasaan teknik-teknik dasar, pengajaran permainan sepakbola.
- Usia 13-16 tahun : Tahap pembangunan atau tahap pembibitan. Dimulainya pembinaan prestasi, ialah pembinaan-pembinaan khusus : pembinaan teknik, pembinaan kondisi fisik, pembinaan taktik, dan sering bertanding untuk mencapai kematangan juara.
- Usia 17-22 tahun : Masa sukses pertama.  
Oleh PSSI diselenggarakan Kompetisi Kejuaraan Remaja Taruna (Junior) memperebutkan Piala Suratin.
- Usia 23-29 tahun : Masa prestasi puncak (optimal)
- Usia 30-35 tahun : Masa usaha untuk menjadikan tetap berprestasi puncak (stabilisasi).

Kondisi fisik pemain sepak bola menjadi sumber bahan untuk dibina oleh pakar sepak bola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Harsono (2001 : 4), “menyatakan latihan kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam program latihan atlet, terutama atlet pertandingan”. Kondisi fisik merupakan satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik dalam meningkatkan maupun pemeliharaannya.

Seorang pemain sepak bola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepak bola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak usia dini.

Asum Sumirat, 2014

*Pengaruh metode latihan permainan balap zig-zag dan metode latihan shuttle run terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepakbola usia dini (usia 10 sampai 12 tahun) di probaya fc*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Di Porbaya FC yang memiliki pemain-pemain muda yang berbakat akan tetapi kurang berkembang karena kurangnya kegiatan latihan yang hanya satu kali dalam satu minggu, dan kurangnya tenaga pelatih. Akan tetapi para pemain sangat berantusias dalam mengikuti kegiatan latihan. Dari 4 kali pertandingan uji coba tim porbaya FC mengalami kekalahan dua kali, satu kali menang dan satu kali seri. Tentu dari hasil pertandingan tersebut tim porbaya FC mendapatkan hasil yang kurang baik dan banyak faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang mempengaruhinya yaitu kurang lincahnya pemain ketika menggiring bola melewati lawan.

Untuk meningkatkan kemampuan kelincahan pada saat menggiring bola pemain-pemain muda di porbaya FC tentu harus diberikan bentuk latihan yang mengharuskan pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah dengan lincah. Menurut Harsono (2001:22) “ada beberapa bentuk latihan agility (kelincahan) yaitu: lari bolak-balik (shuttle run), lari bolak-belok (zig-zag run), lari boomerang run, envelop, halang rintang, heksagon, dan banyak lagi”.

Berdasarkan uraian di atas, menunjukkan bahwa unsur teknik menggiring bola sangat diperlukan dalam permainan sepakbola. Sedangkan keterampilan menggiring bola memerlukan banyak unsur diantaranya adalah kelincahan. Berdasarkan pertimbangan hal di atas maka penulis perlu membuktikan dengan mengadakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan Permainan Balap Zig-zag dan Metode Latihan Shuttle run Terhadap Peningkatan Kelincahan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola Usia Dini (usia 10 sampai 12 tahun) Di Porbaya FC”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah penulis ingin merumuskan masalah penelitian tersebut dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut:

1. Apakah metode latihan lari bolak-balik ( shuttle run ) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepak bola usia dini (10-12 tahun) di Porbaya FC?

Asum Sumirat, 2014

*Pengaruh metode latihan permainan balap zig-zag dan metode latihan shuttle run terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepakbola usia dini (usia 10 sampai 12 tahun)di probaya fc*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Apakah metode latihan permainan balap zig-zag memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepak bola usia dini (10-12 tahun) di Porbaya FC?
3. Dari ke dua metode latihan tersebut manakah yang lebih baik untuk meningkatkan kelincahan menggiring bola pada anak usia dini (10-12 tahun) di Porbaya FC?

### C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang di lakukan oleh penulis yaitu:

1. Untuk mengetahui apakah metode latihan lari bolak-balik ( shuttle run ) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepak bola usia dini (10-12 tahun) di Porbaya FC.
2. Untuk mengetahui apakah metode latihan permainan balap zig-zag memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepak bola usia dini (10-12 tahun) di Porbaya FC.
3. Untuk mengetahui dari ke dua metode latihan tersebut manakah yang lebih baik untuk meningkatkan kelincahan menggiring bola pada pemain sepak bola usia dini (10-12 tahun) di porbaya FC.

### D. Mafaat penelitian

Telah penulis kemukakan sebelumnya uraian mengenai latar belakang rumusan masalah dan tujuan penelitian yang hendak dicapai dalam penelitian ini, maka penulis mengharapkan manfaat atau kegunaan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan informasi tentang latihan kelincahan menggiring bola untuk pemain sepak bola usia dini. Serta bagi peneliti dapat menambah wawasan dan pengalaman baru untuk

Asum Sumirat, 2014

*Pengaruh metode latihan permainan balap zig-zag dan metode latihan shuttle run terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepakbola usia dini (usia 10 sampai 12 tahun)di probaya fc*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

lebih meningkatkan semangat penelitian yang lainnya dan sebagai bahan untuk mempelajari ilmu yang lainnya.

## 2. Secara praktik

Secara praktis penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat baik bagi penulis khususnya, para pelatih, dan atlet pada umumnya dalam menentukan dan menerapkan metode latihan lari bolak-balik ( shuttle run ) dan metode latihan permainan balap zig-zag untuk meningkatkan kelincahan menggiring bola pada pemain sepak bola usia dini.

### E. Pembatasan Penelitian

Untuk menghindari timbulnya penafsiran dan agar tidak menyimpang dari permasalahan dan tujuan penelitian, maka masalah yang telah penulis uraikan perlu dibatasi sebagai berikut:

1. Kegiatan latihan pemain sepak bola usia dini (10-12 tahun) di Porbaya FC di fokuskan pada latihan lari bolak-balik (shuttle run) dan latihan permainan balap zig-zag untuk meningkatkan kelincahan menggiring bola.
2. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepak bola usia dini (10-12 tahun) yang terdaftar di Porbaya FC.
3. Penelitian ini dilakukan di lapangan sepak bola pasir mulya pangalengan kabupaten Bandung.

### F. Penjelasan Istilah

Untuk lebih memahami dan memudahkan istilah-istilah penelitian, maka penulis akan menjelaskan istilah-istilah yang ada dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh. Menurut *supandi* ( 1992:37 ) pengaruh adalah hasil atau akibat yang ditimbulkan oleh sesuatu.
2. Olahraga. Menurut *Rusli Lutan* ( 1992:12 ) adalah olahraga merupakan suatu kegiatan otot yang enerjik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan gerakanya dan kemauan semaksimal mungkin.

Asum Sumirat, 2014

*Pengaruh metode latihan permainan balap zig-zag dan metode latihan shuttle run terhadap peningkatan kelincahan menggiring bola pada pemain sepakbola usia dini (usia 10 sampai 12 tahun)di probaya fc*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3. Latihan. Menurut ( *Harsono:1988* ) adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya.
4. Kelincahan. menurut ( *Harsono:1988* ) adalah kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan.
5. Sepakbola. Menurut *Sucipto dkk (2000:7)* adalah permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang pemain, tujuannya adalah memasukan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin, dengan memanipulasi bola dengan kaki dan anggota tubuh lainnya kecuali tangan (<http://id.wikipedia.org/wiki//sepakbola>).
6. Menggiring bola. Menurut *Sucipto dkk (2000:28)* adalah menendang terputus-putus pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan menendang bola.

## G. Struktur Organisasi

Pada penelitian ini, peneliti akan membagi kedalam lima bab yaitu:

- **Bab I** menjelaskan mengenai latar belakan masalah dalam penelitian ini.
- **Bab II** mengenai tinjauan teoritis, anggapan dasar, dan hipotesis.
- **Bab III** memaparkan tentang metode penelitian, desain penelitian, populasi, sampel instrumen penelitian, waktu dan tempat pelaksanaan tes, prosedur pengolahan dan analitis data.
- **Bab IV** yaitu hasil penelitian dan pembahasan, diskusi penelitian.
- **Bab V** kesimpulan dan saran.