

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Sepakbola menjadi salah satu olahraga yang begitu populer hampir diseluruh dunia termasuk indonesia. Selain itu olahraga sepakbola juga menjadi salah satu olahraga yang banyak diminati oleh semua kalangan, baik dari kalangan anak – anak, remaja, sampai dewasa. Menurut Pratama dkk (2020) Sepakbola merupakan salah satu jenis olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri atas 11 pemain, seorang antara lain bertugas sebagai penjaga gawang. Di Indonesia sepakbola menjadi tontonan menarik bagi masyarakat, terbukti setiap pertandingan sepakbola berlangsung seluruh lapisan masyarakat dengan penuh antusias memenuhi stadion.

Menurut Nurmansyah (2020) Permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol dari lawan, untuk regu yang paling banyak mencetak gol ke gawang lawan dalam waktu 2 x 45 (90) menit maka regu tersebut di anggap menang. Kerja sama tim dalam permainan sepakbola sangatlah penting, serta di butuhkan komunikasi antar pemain untuk menjalin kerjasama yang baik dalam bermain sebagai kunci kesuksesan. Menurut Rizal dkk (2019) Pemain sepak bola harus menguasai teknik dasar dalam bermain sepak bola, baik itu teknik tanpa bola aatau teknik dengan bola. Gerak teknik tanpa bola merupakan gerak tanpa menggunakan bola yang di lakukan dalam permainan sepakbola seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit dan

berhenti secara tiba-tiba, sedangkan gerak atau teknik dengan bola merupakan gerak atau teknik dalam permainan sepakbola dengan menguasai bola yang meliputi kemampuan pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*), menendang bola (*passing*), menendang bola ke arah gawang (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), menerima bola dan menguasai bola (*mengontrol*), menyundul bola (*heading*), melempar ke dalam (*throw in*) dan menjaga gawang.

Mahfud (2022) Dalam permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain adalah *dribbling* atau menggiring bola. *Dribbling* sangat penting dalam permainan sepakbola karena *dribbling* merupakan lanjutan dari suatu penyerangan ke pihak lawan. Keterampilan menggiring bola (*dribble*) merupakan suatu usaha mendorong bola dengan terputus-putus dan letak bola selalu dekat serta tidak lepas dari penguasaan kaki. Peran dari menggiring ialah sama seperti bola basket melindungi bola sambil melewati musuh yang dilakukan dengan dari sisi kaki bagian manapun . Untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* ada beberapa unsur kondisi fisik yang berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* seperti kecepatan, kelincahan, serta keseimbangan agar memberikan gerakan yang lebih cepat dan akurat.

*Dribble* dalam permainan sepak bola merupakan suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus dan posisi bola tidak jauh dari kaki, diharuskan bergerak dengan lincah dan eksplosif guna mendukung strategi sebuah tim dalam melaksanakan variasi serangan maupun bertahan, sehingga membutuhkan dukungan fisik yang prima. Menggiring bola (*dribble*) berguna

untuk mengontrol bola dan menguasainya sampai seorang rekan satu tim bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik. Oleh karena itu kemampuan *dribble* seorang pemain harus terus dilatih secara berkelanjutan untuk menjaga serta meningkatkan kemampuan *dribble* yang dikuasai.

Keterampilan *dribble* dalam permainan sepak bola merupakan keterampilan yang cukup sulit dikembangkan, sehingga untuk dapat menguasai bola dalam teknik *dribble* diperlukan sebuah metode latihan yang baik dan tepat yang dilakukan secara intensif serta didukung dengan kondisi fisik yang baik agar tujuan sepak bola dengan penguasaan bola yang baik akan tercapai. Permainan sepak bola masa kini pemain dituntut untuk dapat menguasai bola lebih baik, sehingga peluang untuk menciptakan gol cukup besar. Latihan yang diberikan harus tepat dan sesuai dengan kebutuhan pemain, serta pemberian latihan harus lebih bervariasi agar tidak menimbulkan rasa bosan atau pun kejenuhan pada diri seorang pemain sepakbola, dengan suasana latihan yang lebih bervariasi dapat menimbulkan semangat lebih dalam diri pemain, hal ini sangat baik bagi perkembangan serta peningkatan kemampuan seorang pemain sepakbola Mahfud (2022).

Dalam rangka meningkatkan kemampuan *dribble* dalam permainan sepakbola perlu diberikan latihan yang tepat dan sesuai agar latihan yang diberikan dapat memberikan pengaruh yang baik bagi kondisi fisik maupun kemampuan pemain. Banyak macam – macam latihan yang bisa diberikan guna meningkatkan kemampuan *dribble* seorang pemain sepakbola, salah satu latihan

yang diberikan yaitu dengan menerapkan latihan *dribble Z-Pattern*. Bentuk latihan *dribble Z-pattern* yaitu pemain diharuskan *dribble* dengan cara melewati rintangan dengan daerah latihan berbentuk Z dan setiap sudut juga akan diberi *cone* yang berjarak 5 meter dan jarak diagonal 10 meter dan setiap pemain diharuskan melakukan dengan benar Zaenul Afif Nurkholik (2018).

SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur merupakan salah satu sekolah yang masih aktif dalam mengadakan ekstrakurikuler, salah satunya yaitu mengadakan ekstrakurikuler sepakbola. Hal ini dilakukan guna memfasilitasi siswa dalam mempelajari suatu bidang yang disukai dan diharapkan dapat meningkatkan prestasi siswa serta dapat membanggakan bagi sekolah. Ekstrakurikuler menurut Muryati dkk (2020) Kegiatan ekstrakurikuler atau ekskul adalah kegiatan tambahan yang dilakukan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan dan wawasan serta membantu membentuk karakter peserta didik sesuai dengan minat dan bakat masing-masing.

Dalam pelaksanaan sepakbola, masih banyak siswa yang kurang baik dalam melakukan *dribble*. Hal ini terlihat ketika siswa mencoba untuk menggiring bola (*dribble*) bola masih banyak yang terlepas dari kaki. Selain itu masih banyak terjadi kesalahan dalam melakukan *dribble*, hal ini mengakibatkan banyak bola yang terbang dan terjadi perebutan bola oleh tim lawan. Hasil pengamatan yang dilakukan peneliti di SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur, peneliti juga melihat kurangnya variasi dalam latihan *dribble* pemain,. Latihan yang biasa dilakukan

masih terbilang monoton sehingga peningkatan kemampuan *dribble* pemain kurang optimal. Padahal kemampuan melakukan *dribble* dengan benar adalah kemampuan yang wajib dikuasai oleh seorang pemain sepakbola guna menunjang kemampuan pemain dalam mengontrol jalannya pertandingan serta terjalinnya kerjasama yang baik antar pemain dalam menciptakan kemenangan bagi tim.

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijelaskan diatas peneliti mempunyai gagasan untuk menerapkan latihan *dribble* menggunakan metode latihan *dribble Z-Pattern* pada siswa ekstrakurikuler SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur dengan harapan kemampuan menggiring bola (*dribble*) pada siswa dapat meningkat. Maka dari itu peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian tentang pengaruh latihan *dribble Z-Pattern* terhadap kemampuan *dribble* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur.

## **B. Batasan dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

Agar permasalahan yang dibicarakan tidak menyimpang dari tujuan penelitian dan juga menghindari meluasnya permasalahan yang berakibat tidak terpecahkan masalah, maka peneliti berupaya membuat batasan penelitian sebagai berikut :

- a. Ruang lingkup penelitian ini hanya terbatas pada pengaruh latihan *dribble Z-Pattern* terhadap kemampuan *dribble* siswa ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur.

- b. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan *dribble Z-Pattern* sedangkan variable terkaitnya adalah kemampuan *dribble* sepakbola siswa.
- c. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode eksperimen.
- d. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah 15 siswa putra ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur.

## 2. Rumusan Masalah

Seberapa besar pengaruh latihan *dribble Z-Pattern* terhadap kemampuan *dribble* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur ?

## C. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang sudah dijelaskan diatas, maka tujuan dari penelitian ini yakni untuk mengetahui “pengaruh latihan *dribble Z-Pattern* terhadap kemampuan *dribble* sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SD Negeri Aren Jaya 1 Bekasi Timur.”

## D. Manfaat Penelitian

Dilaksanakannya penelitian ini mempunyai manfaat atau kegunaan baik bagi peneliti sendiri serta pihak lain. Adapun kegunaan penelitian ini yakni :

### 1. Diri Sendiri

- a. Dapat menambah pemahaman dan wawasan dalam bidang olahraga

sepakbola.

- b. Sebagai gambaran dalam proses pelatihan di sekolah terkait dengan olahraga sepakbola.

## 2. Pelatih

- a. Sebagai masukan bagi pelatih dalam upaya peningkatan kemampuan *dribble* sepakbola.
- b. Memberikan sumbangan ilmu bagi pelatih guna meningkatkan kreatifitas dalam memberikan latihan.

## 3. Siswa

- a. Dapat menambah wawasan mengenai latihan *dribble Z-Pattern*.
- b. Dapat meningkatkan kemampuan *dribble* sepakbola.

## **E. Definisi Operasional**

Untuk menghindari penafsiran yang salah terhadap istilah yang dipergunakan dalam penelitian ini, maka penulis memeberikan penjelasan mengenai istilah yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Pratama dkk (2020) Sepak bola merupakan salah satu jenis olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri atas 11 pemain, seorang antara lain bertugas sebagai penjaga gawang.
2. Nurmansyah (2020) Permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol dari lawan, untuk regu yang paling banyak mencetak gol ke gawang lawan dalam waktu 2 x 45 (90) menit maka regu tersebut di anggap menang.

3. Mahfud (2022) Keterampilan menggiring bola (*dribble*) merupakan suatu usaha mendorong bola dengan terputus-putus dan letak bola selalu dekat serta tidak lepas dari penguasaan kaki. Peran dari menggiring ialah sama seperti bolabasket melindungi bola sambil melewati musuh yang dilakukan dengan dari sisi kaki bagian manapun.
4. Zaenul Afif Nurkholik (2018) Bentuk latihan *dribble Z-pattern* yaitu pemain diharuskan *dribble* dengan cara melewati rintangan dengan daerah latihan berbentuk Z dan setiap sudut juga akan diberi *cone* yang berjarak 5 meter dan jarak diagonal 10 meter dan setiap pemain diharuskan melakukan dengan benar.
5. Muryati dkk (2020) Kegiatan ekstrakurikuler atau ekskul adalah kegiatan tambahan yang dilakukan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan dan wawasan serta membantu membentuk karakter peserta didik sesuai dengan minat dan bakat masing-masing.