

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Perkembangan olahraga di dunia mempunyai kedudukan yang sangat penting dalam dunia Pendidikan. Olahraga dan Kesehatan merupakan kebutuhan bagi setiap orang, karena dengan berolahraga dapat mempengaruhi kesehatan jasmani maupun rohani. Kesehatan menjadi salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi kebugaran dan juga sudah menjadi gaya hidup untuk menuju kehidupan yang sehat. Bukan hanya di Indonesia di negara-negara lain pun setiap orang meluangkan waktu untuk melakukan aktivitas olahraga.

Pendidikan jasmani mempunyai tujuan Pendidikan sebagai perkembangan organ-organ tubuh untuk meningkatkan Kesehatan dan kebugaran jasmani, perkembangan *neuro muscular*, perkembangan mental emosional, perkembangan sosial dan perkembangan intelektual (Bangun, 2016). Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas gerak yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan gerak dan juga untuk untuk mengembangkan karakter siswa (Bangun, 2016).

Olahraga merupakan segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Olahraga telah menjadi bagian hidup dari sebagian besar masyarakat Indonesia, baik di kota maupun di pelosok desa. Dengan seseorang rutin melakukan kegiatan olahraga maka resiko untuk terkena penyakit semakin menurun (Rio et al., 2021). Upaya yang dilakukan untuk pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga melalui aspek - aspek latihan yang perlu diperhatikan yakni aspek fisik, teknik, taktik, dan mental oleh karena itu perlunya sebuah latihan yang komposisi yang baik dari semua aspek tersebut. (Mubarak & Mudzakir, 2020)

Saat ini olahraga yang digemari oleh kalangan anak-anak, dewasa hingga orang tua yaitu olahraga sepak bola. Olahraga sepak bola bisa dijadikan suatu kegiatan yang dapat mengisi waktu luang untuk menghilangkan kejenuhan dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari, tetapi tidak sedikit masyarakat menjadikan olahraga sepak bola sebagai olahraga yang professional, hal ini ditandai dengan banyaknya event-event yang diadakan oleh lembaga-lembaga tertentu seperti instansi pemerintah, lembaga pendidikan, tingkat nasional maupun internasional.

Sepak bola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu tim, masing-masing regu terdiri dari 11 pemain dengan tujuan mencetak gol sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan. Sepak bola dimainkan dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang dan salah satunya penjaga gawang, masing-masing regu berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri untuk tidak kemasukan bola (Mubarok & Mudzakir, 2020). Dalam cabang olahraga sepak bola faktor yang sangat menentukan keberhasilan adalah penguasaan teknik dasar. Teknik dasar menjadi bekal awal untuk meningkatkan kemampuan para pemain kedepannya, teknik merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan untuk taktik. Taktik yang dikuasai oleh pemain merupakan suatu bentuk pilihan-pilihan yang harus ditentukan sesuai dengan situasi dan kondisi yang terjadi pada pertandingan. (Rio et al., 2021)

Sepak bola sebenarnya merupakan olahraga yang kompleks, karena memerlukan teknik dan taktik khusus. Begitu pula dalam hal kondisi fisik, permainan sepak bola memiliki perbedaan dengan olahraga-olahraga yang lain. Karakteristik olahraga sepak bola yaitu dengan membutuhkan daya tahan kecepatan yang baik. Salah satu teknik untuk mempengaruhi kecepatan dalam permainan sepakbola yang sering digunakan dan merupakan teknik yang paling penting adalah *dribbling*.

*Dribbling* merupakan kemampuan pemain dalam menguasai bola dengan baik tanpa dapat direbut oleh lawan, baik dengan berjalan, berlari, berbelok, maupun berputar. Tujuan *dribbling* adalah untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong, melepaskan diri dari kawalan lawan, serta menciptakan peluang untuk melakukan *shooting* ke gawang. (Ambon, 2019). *Dribbling* (Menggiring Bola) merupakan salah satu teknik yang sangat besar perannya dalam permainan sepak bola digunakan untuk menguasai bola apabila saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap untuk melakukan operan atau tendangan kearah gawang lawan. (Rio et al., 2021)

*Dribbling* atau menggiring bola merupakan teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar mampu menguasai bola dengan baik saat bola berada di kakinya. Dengan menguasai teknik dasar *dribbling* seorang pemain akan mampu memberikan ruang terhadap pemain lain, juga memberikan peluang untuk dapat mencetak angka dengan cara melewati lawan dan membuka ruang untuk melakukan *shooting*. teknik dasar *dribbling* yang baik sangat berpengaruh oleh beberapa faktor, diantaranya penguasaan bola yang baik, keseimbangan tubuh saat mempertahankan bola, dan kondisi fisik yang baik dalam kecepatan menggiring bola ketika melakukan pergerakan dalam berakselerasi. Penguasaan teknik *dribbling* dalam permainan sepak bola memiliki peran penting untuk mencapai suatu prestasi dalam permainan sepak bola. Kondisi fisik sangat berperan dalam cabang olahraga sepak bola. Kecepatan dibutuhkan oleh pemain sepak bola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dalam bergerak untuk menguasai bola.

Kecepatan merupakan kemampuan menempuh jarak tertentu dalam waktu sesingkat-singkatnya. Kecepatan dalam sepak bola sangat berpengaruh, hal ini dapat dilihat pada saat melewati lawan baik dengan bola maupun tanpa bola (Zaki Darma abcd et al., 2023). Hal serupa dikemukakan oleh (Ayu & EPerdima, 2022) bahwa kecepatan anggota tubuh seperti lengan, atau

tungkai adalah penting guna memberikan akselerasi kepada objek-objek eksternal seperti bola sepak, bola softball, raket tenis, cakram bola voli dan sebagainya. Kecepatan menggiring bola memiliki fungsi untuk melewati lawan untuk berlari membawa bola secepat mungkin agar tidak direbut oleh lawan dan juga sebagai penunjang untuk menembus peratahanan lawan.

Kecepatan berhubungan dengan bagaimana seorang pemain membawa bola dengan cepat. Seorang pemain sepakbola yang memiliki kecepatan yang baik pada saat menggiring bola akan dengan mudah untuk menghindari lawan. dalam melakukan *dribbling* unsur kecepatan ini sangat diperlukan, agar pemain dapat membawa laju bola dengan baik dan cepat serta sesuai tujuan yang diinginkan. Latihan kecepatan dapat mempengaruhi kemampuan *dribbling* pemain. Dengan latihan yang jelas dan tepat dapat membantu dalam melakukan kegiatan latihan yang menyenangkan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di pihak Sekolah SMP Negeri 1 Jarai pada hari Selasa 23 Januari 2024. bahwa masih banyak siswa yang belum menguasai teknik dasar *dribbling* dalam permainan sepak bola terutama kemampuan menggiring bola (*dribbling*). Kurangnya kemampuan siswa saat menggiring bola membuat siswa tidak bisa memberikan jarak dengan pemain lawan. Kemampuan *dribbling* yang ada pada siswa masih kurang sehingga bola dengan mudah diambil oleh pemain lawan dari kaki siswa. Lambatnya gerakan *dribbling* pemain menyebabkan bola cenderung lepas dari penguasaan pemian, dan tidak dapat dikontrol arah laju bola. Karena masih banyaknya siswa yang belum menguasai teknik *dribbling* dalam permainan sepak bola, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan sepakbola siswa SMP Negeri 1 Jarai.

Berdasarkan penelitian (Zaki Darma abcd et al., 2023) yang berjudul “Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepakbola : Studi Kolerasi Pada

Siswa Ekstrakurikuler” hasil penelitian ini telah menunjukkan bahwa kelincahan dan kecepatan seseorang siswa dapat mempengaruhi kemampuan *dribbling* sepakbola, ini menandakan bahwa kelincahan dan kecepatan mempunyai hubungan yang baik terhadap *dribbling* dalam permainan sepakbola.

Berdasarkan dari latar belakang diatas didapatkan analisis kebutuhan yang dibutuhkan siswa SMP Negeri 1 Jarai yaitu sebuah teknik dalam permainan sepak bola, maka dengan itu peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepak Bola Di SMP Negeri 1 Jarai”.

## **1.2 Masalah Penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan – permasalahan yang terjadi berkenaan dengan hasil latihan siswa, maka identifikasi masalah pada penelitian ini adalah:

1. Masih banyak siswa melakukan kesalahan dalam melakukan *dribbling*.
2. Kurangnya kecepatan saat siswa melakukan *dribbling* sepak bola.
3. Belum diketahui apakah ada pengaruh kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* sepak bola di SMP Negeri 1 Jarai.

### **1.2.2 Pembatasan Lingkup Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka peneliti membatasi permasalahan dalam penelitian ini agar tidak terlalu luas maka adanya batasan masalah dalam penelitian ini yaitu Pengaruh kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* sepak bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Jarai.

### **1.2.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah yang menjadi bahan penelitian ini yaitu adakah pengaruh kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* sepak bola pada latihan siswa kelas VII SMP Negeri 1 Jarai?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah Pengaruh Kecepatan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepak Bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Jarai.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan penulis dengan adanya penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan pengetahuan yang berkaitan dengan kecepatan *dribbling* dalam permainan sepak bola.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Adapun manfaat praktis penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **1. Bagi peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan tentang peningkatan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling*.

##### **2. Bagi Siswa**

Lebih meningkatkan hasil kecepatan latihan siswa dalam permainan sepak bola dengan kemampuan teknik *dribbling*.

3. **Bagi Sekolah**

Dapat dijadikan masukan dan saran yang positif dalam memilih dan menerapkan latihan yang sesuai dengan permainan sepak bola.

4. **Bagi Studi Selanjutnya**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi orang lain dan dapat dijadikan panutan atau acuan untuk peneliti lainnya di hari yang akan datang.