

BAB I

PENDAHULUAN

a. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani ialah kontribusi bagian dari program pendidikan secara umum, terutama melalui pengalaman gerak untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan anak. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui pengalaman gerak yang mendorong kemampuan fisik, keterampilan motorik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial emosional dan spiritual (Bayu, 2015: 558). Sedangkan menurut S. Suherman (2004:23) pendidikan jasmani dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dalam pendidikan jasmani, ada beberapa program pendidikan seperti olahraga. Salah satu cabang olahraga tersebut adalah sepakbola.

Sepakbola ialah olahraga permainan beregu yang menuntut kerjasama sama tim. Keberhasilan satu tim tidak hanya ditentukan oleh satu pemain saja, akan tetapi tergantung dari kerja sama pemain dalam satu kesebelasan. Pada permainan sepakbola teknik dasar yang harus dikuasai diantaranya adalah teknik menyundul bola, menahan bola, menggiring bola, dan menendang bola (Wahidi. 2017:67). Menurut penulis pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran gerak dalam meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan individu sehingga menciptakan kemampuan fisik, keterampilan gerak dan pengetahuan, serta perilaku hidup sehat dan kecerdasan emosi.

Sepak bola sangat digemari oleh masyarakat dari mulai usia anak-anak, remaja, dan dewasa. Banyak yang menyukai permainan sepak bola namun sedikit seseorang mengetahui bagaimana cara bermain sepakbola dengan menggunakan teknik secara tepat atau benar. Dalam permainan sepakbola keterampilan utama yang pertama kali yang akan membuat pemain terpacu dan merasa puas ialah bisa menggiring bola melewati lawan tanpa bisa direbut dan bisa menciptakan sebuah peluang untuk mencetak gol. Menggiring bola atau *dribbling* dalam permainan sepakbola yaitu salah satu unsur penting teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain karena kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola bermanfaat bagi pemain untuk menerobos pertahanan lawan memperoleh ruang untuk mengoper ke temannya dan bisa menciptakan sebuah peluang untuk mencetak gol (fajar, 2017: 81).

Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Menggiring bola pada permainan sepak bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu pada saat bebas dari lawan. Menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan untuk menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak sasaran, untuk melewati lawan dan untuk menghambat tempo permainan atau pertandingan.

Dalam permasalahan yang terjadi di lapangan yaitu penguasaan teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola dimana pemain tersebut

masih kurang menguasai teknik dasar menggiring bola, seperti kurang tenang dalam penguasaan bola pada saat berhadapan dengan pemain lawan, lalu yang sering terjadi dalam menggiring bola yaitu bola terlalu jauh dari kaki, bola terselip disela-sela kaki saat melakukan menggiring bola dan ketidak seimbangan kaki saat menggiring bola atau membawa bola. Teknik menggiring bola hal yang paling dasar dalam permainan sepakbola. Menggiring bola atau *dribble* dapat diartikan.

Mahirnya para pemain sepakbola dapat dilihat pada saat bagaimana para pemain tersebut dalam menggiring bola. Teknik dasar menggiring bola merupakan salah satu hal yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepakbola. Pada latihan *dribbling zig-zag* pemain menggiring bola secara berkelok-kelok tonggak-tonggak atau *cone* yang di pasang pada jarak tertentu pemain dituntut untuk merubah arah gerakan sesuai *dribbling* dengan cepat dan mampu menguasai bola dengan baik. Salah satu upaya agar pemain dapat memahami gerak dasar menggiring bola dengan menggunakan metode *zig-zag* serta mengikuti latihan dengan semangat dan maksimal.

Latihan tersebut akan meningkatkan kemampuan dalam melakukan teknik menggiring bola. Sering kali terjadi ketika pelatih menyampaikan materi tanpa menggunakan metode yang sesuai dengan kebutuhan, pemain tidak dapat menerima materi dengan baik. Jika hal itu dibiarkan akan berdampak pada penguasaan bola ketika melewati pemain lawan. Sehingga, dari uraian diatas, peneliti mengangkat judul “Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Pada

Kaki Bagian Dalam dan Luar Permainan Sepakbola Melalui Bentuk Latihan *Zig-zag*”.

b. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya keterampilan gerak dasar menggiring bola karena kurang tenang dalam penguasaan bola pada saat berhadapan dengan pemain lawan dalam permainan sepakbola.
2. Pemain kurang menguasai gerakan menggiring bola dikarenakan kurangnya keterampilan gerak dasar dalam permainan sepakbola.

c. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah maka peneliti memberikan batasan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Pemain *Club Indoras Fc* yang menjadi subjek penelitian.
2. Penggunaan metode *zig-zag* untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar menggiring bola pada pemain *Club Indoras Fc*.

d. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Apakah melalui latihan *zig-zag* dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar menggiring bola pemain sepak bola *club indoras Indoras FC*?

2. Bagaimana menggiring bola setelah latihan *zig-zag* pada permainan sepakbola pemain *Club Indoras Fc*?

e. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apakah melalui Latihan *zig-zag* dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola di *Club Indoras Fc*
2. Untuk mengetahui peningkatan keterampilan gerak dasar menggiring bola pada permainan sepakbola di *Club Indoras Fc*

f. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan para pemain sepakbola di *club indoras fc* mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar menggiring bola serta bisa menjadi teori latihan yang tepat dalam proses latihan.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi peneliti

Dapat memperoleh wawasan dan pengalaman dalam proses latihan khususnya pada pembelajaran PJOK materi teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola.

b. Bagi pemain

Pemain dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar menggiring bola sehingga dapat mengetahui teknik permainan sepakbola secara maksimal.

c. Bagi pelatih

Pelatih mampu memberikan metode latihan yang sangat mudah atau dipahami oleh pemain *Club Indoras Fc*.

d. Bagi *Club*

Sebagai solusi untuk menambah ataupun memperbaiki kemampuan dan prestasi tim secara keseluruhan.

g. Definisi Operasional

1. Teknik menggiring bola.

Menggiring bola yaitu berlari bersamaan dengan bola atau membawa bola dengan kaki. Menggiring bola dilakukan untuk melewati atau mengecoh lawan, menggiring bola dapat dengan menggunakan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar.

2. Sepakbola

Sepakbola yaitu cabang olahraga yang menggunakan bola, pada umumnya terbuat dari bahan kulit dan dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggota sebelas orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan.