

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan dengan beranggotakan 11 pemain, yang mana untuk menentukan kemenangan yaitu dengan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan. Sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer saat ini. Dari sekian banyak cabang olahraga, sepak bola menjadi olahraga paling diminati orang sedunia (Kumbara et al., 2021) Sepak bola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim berlawanan. Masing-masing grup memiliki sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang, oleh sebab itu tim sepak bola disebut kesebelasan. Hal ini sesuai dengan pengertian Sepak bola adalah permainan

Permainan sepak bola masa kini pemain dituntut untuk dapat menguasai bola lebih baik, sehingga peluang untuk menciptakan gol cukup besar. Salah satu teknik dalam permainan sepak bola yang sering digunakan dan merupakan teknik yang paling penting adalah *dribble*. *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 (Muhammad Ihsan Shabih et al., 2021)

Pembinaan sepak bola di Indonesia dalam kurikulum filanesia membagi kelompokusia menjadi 4 fase (Pratama et al., 2020). Fase pertama merupakan fase kembiraan sepakbola untuk rentan usia 6-9 tahun. Fase kedua merupakan pengembangan keterampilan sepak bola kelompok usia 10-13 tahun. Fase ketiga Merupakan fase pengembangan permainan sepak bola kelompok usia 14-17 tahun. Dan fase keempat merupaka fase penampilan kelompok usia 18 tahun ke atas (senior),(Pratama et al., 2020).

Latihan merupakan suatu proses lanjutan yang merupakan gabungan dari *exercise* yang di program dengan baik dan menggunakan metode yang tepat (Agung Wibowo, 2019). Latihan merupakan salah satu proses sistematis yang berguna untuk mempersiapkan kondisi atlet pada tingkat tertinggi penampilannya yang dilakukan secara berulang-ulang dengan beban yang semakin meningkat (Harsono dalam Syamsuramel,2012). Menurut (Syafuruddin,2013) prinsip-prinsip latihan yang perlu diperhatikan dalam proses latihan adalah sebagai berikut: (1) prinsip superkompensasi, (2) prinsip beban berlebih, (3) prinsip variasi beban, (4) prinsip individualisasi, (5) prinsip spesialisasi, (6) prinsip periodisasi dan teraturitas beban.

Dribble dalam permainan sepak bola merupakan suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus 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. 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 kondis fisik yang baik agar tujuan sepak bola dengan penguasaan bola yang baik akan tercapai Olahraga membutuhkan perhatian dan pembinaan khusus dalam usaha mencari bibit yang baru maupun usaha meningkatkan prestasi atlet (Rohman et al., 2022).

Olahraga adalah proses sistematis yang berupasegala kegiatan atau usahayang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniyah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan (Aprilianto & Fahrizqi, 2020) Perlombaan/pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan,dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila (Melyza & Aguss, 2021). Olahraga telah menjadi fenomena global dengan diakui kedudukannya oleh Persatuan Bangsa-Bangsa (PBB) sebagai instrumen pembangunan dan perdamaian (Fahrizqi, Aguss, et al., 2021).

Sekolah Sepak Bola (SSB) banyak berdiri di Indonesia terutama di Lampung. Mulai dari SSB yang professional hingga yang hanya untuk memberikan pelatihan dasar sepak bola kepada anak-anak sekolah dasar. Keberadaan SSB diharapkan mampu mencetak para atlet sepak bola handal dan berkualitas, namun masih banyak yang harus dilakukan untuk mendapatkan calon pemain Timnas yang berkualitas. Menurut (Timo dikutip Udam, 2017) kurikulum dibuat supaya pelatih-pelatih dan pengurus klub terutama SSB di seluruh Indonesia bisa mendapatkan pemahaman tentang apa yang harus dilatih dan apa yang jangan dilatih bergantung pada usia anak didiknya. baik, sarana dan prasarana yang diperlukan dalam latihan dan permainan, dan disamping itu yang tak kalah penting memiliki kondisi fisik yang baik (Rizki & Aguss, 2020).

Faktor-faktor diatas tersebut merupakan satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan (Saputra & Aguss, 2021). Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan teknik dengan baik serta tanpa taktik dan mental yang baik, juga tidak akan dapat melahirkan prestasi yang maksimal (Aguss, Fahrizqi, & Abiyyu, 2021). Sekolah sepak bola (SSB) merupakan sebuah organisasi di bidang olahraga khususnya sepakbola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki oleh atlet. Tujuan sekolah sepak bola adalah untuk menghasilkan atlet yang berbakat atau memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan sekolah sepak bola lainnya, dapat memuaskan masyarakat dan mempertahankan keberlangsungan hidup suatu organisasi khususnya di bidang sepak bola (Aprinova dan Hariadi, 2016). Target khusus sekolah sepak bola (SSB) untuk mengumpulkan dan memperluas kesempatan bagi setiap pemainnya untuk menggali potensi yang ada di dalam diri siswa tersebut. Selain itu sekolah sepak bola (SSB) juga mengenalkan dan memberikan pemahaman yang tepat dalam bermain sepakbola yang baik (Santoso dan Lismadiana, 2016). Sebagai observasi awal, peneliti melakukan wawancara kepada pelatih SSB Mitra Utama Lampung Selatan,. Dari wawancara tersebut terdapat banyak permasalahan yang di alami SSB Mitra Utama khususnya di usia 12 dan 14 tahun. karena dalam latihan kurangnya modifikasi saat latihan, keterbatasan

pengatahuan pelatih untuk pemain sepak bola, metode latihan yang kurang variatif sehingga menyebabkan atlet individunya kurang memiliki Skill *dribble* dan kemampuan *dribble* yang kurang baik, dan anak-anak SSB Mitra Utama Lampung selatan masih bermain secara individu.

Permasalahan saat observasi di SSB Mitra Utama Lampung selatan, dapat diatasi dengan latihan yang lebih kreatif. Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan *dribble* yaitu dengan memberikan metode latihan yang bervariasi seperti metode latihan bermain teknik ini biasanya dilakukan dengan berbagai macam variasi latihan yang telah dibuat sedemikian rupa. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti akan meneliti tentang cabang olahraga sepak bola terkhususnya teknik *dribble*, dengan Judul Pengaruh latihan *dribble* dengan metode bermain terhadap hasil *dribble* Sepak bola SSB Mitra Utama Lampung selatan. ini sebagai awal untuk mendorong pemain dalam meningkatkan keterampilan *dribble* dengan baik dan optimal.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi antara lain:

1. Apakah terdapat pengaruh latihan *dribble* dengan metode bermain terhadap hasil *dribble* berpengaruh terhadap peningkatan hasil *dribble* SSB Mitra Utama Lampung selatan
2. Seberapa besar peningkatan latihan *dribble* sepak bola, setelah melakukan latihan *dribble* dengan metode bermain SSB Mitra Utama Lampung selatan.

1.3. Tujuan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dari penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui :

1. Untuk Mengetahui pengaruh latihan *dribble* dengan metode bermain terhadap hasil *dribble* pada SSB Mitra Utama Lampung selatan

2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *dribble* dengan metode bermain terhadap hasil *dribble* pada SSb Mitra utama Lampung selatan.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun Manfaat dan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Secara teoritis
 - a. penelitian ini diharapkan dapat menambahkan kajian ilmiah tentang Latihan *dribble* dengan metode bermain terhadap hasil *dribble* permainan sepak bola serta menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian di cabang sepak bola khususnya untuk meningkatkan *dribble* sepak bola.

2. Secara Praktis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi peneliti dan bagi para guru pendidikan jasmani dan para pelatih,
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman dan bahan pengetahuan untuk dapat meningkatkan dan mengembangkan penerapan latihan *dribble* dengan menggunakan metode bermain guna mendapatkan hasil yang maksimal.
 - c. Sebagai bahan Evaluasi dalam pembinaan Prestasi SBB Mitra Utama Lampung Selatan
 - d. Sebagai referensi dan bahan bacaan para pelatih Sepak Bola dan Sebagainya.
 - e. Dapat mengetahui manfaat dari Latihan *dribble* dengan metode bermain terhadap hasil *dribble* permainan sepak bola.