

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah suatu cabang olahraga permainan yang populer dan sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan. Permainan sepakbola dilakukan di kota-kota besar maupun di pelosok desa. Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepakbola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepakbola berkembang dengan pesat. Akan tetapi minat masyarakat terhadap permainan sepakbola yang begitu besar, tidak diimbangi dengan perolehan prestasi yang diperoleh bangsa Indonesia di kancah persepakbolaan internasional. Seorang pemain sepakbola dapat mencapai kesuksesan apabila pemain tersebut memiliki empat faktor, yaitu; faktor genetik atau keturunan, faktor kedisiplinan, faktor latihan, dan faktor keberuntungan. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan yang telah direncanakan secara sistematis, dilakukan secara kontinyu, dan di bawah pengawasan serta bimbingan pelatih yang profesional.

Permainan sepakbola adalah bentuk kegiatan fisik yang memberikan manfaat pada kebugaran tubuh dan mental secara sosial, bahkan lebih dari itu dalam skala yang lebih luas, yakni prestasi. Permainan ini masuk dalam aktivitas olahraga karena bentuk aktivitas fisik yang terstruktur, terencana dan berkesinambungan dengan tujuan untuk kebugaran tubuh yang lebih baik.

Seperti diketahui olahraga sepakbola merupakan permainan yang dilakukan dengan cepat dalam lapangan yang luas dengan panjang 110 meter dan lebar 75 meter. Hal ini berarti pemain dituntut berlari cepat dan bergerak aktif mengelilingi setiap sudut lapangan selama permainan berlangsung, agar tercipta peluang-peluang yang dapat menghasilkan gol. Kondisi fisik yang prima serta daya tahan yang kuat sangat diperlukan dalam sepak bola, karena permainan sepakbola berlangsung selama 2x45 menit dalam keadaan normal, dan dapat diperpanjang dengan 2x15 menit bila terjadi seri.

Menurut pengamatan saya, ketika mengikuti latihan di SSB PSW welahan Kabupaten Jepara pada bulan Januari 2016, pemain sepak bola usia remaja belum cukup mahir dalam mengontrol bola, khususnya bola lambung, pada saat mengontrol bola, jarak antara pengontrol dan bola masih terlalu jauh, tidak hanya itu cara mengontrol bolanya pun masih kurang baik, sering sekali saya menjumpai ketika mengontrol bolanya masih saja lepas dari penguasaan, maka pada pertandingan tidak sulit untuk lawan merebut bola dari si pengontrol, tujuan diadakanya penelitian ini untuk meningkatkan kualitas kontrol yaitu kontrol pada kaki bagian dalam dan punggung kaki.

Menurut pelatih yang melatih di SSB PSW welahan menyadari bahwa kurangnya kualitas kontrol pada pemain-pemain yang di bina, ketika menghadapi situasi bola liar para pemain susah untuk mengontrol bola dengan baik, akibatnya sering melakukan hal yang tidak diinginkan, misalnya : bola terlalu jauh ketika di kontrol, bola mengenai tangan "*handsball*", bola jatuh ke lawan, dan bola meninggalkan area permainan "*out*".

Di sekolah sepak bola di beberapa daerah, khususnya pada sekolah sepak bola di Kabupaten Jepara, metode yang diterapkan setiap latihan yaitu aktifitas fisik seperti keliling lapangan sekurangnya 3x putaran, pemanasan, latihan inti, game, *cooling down*, evaluasi, kebanyakan setiap sekolah sepak bola menerapkan metode latihan seperti itu, dengan diterapkannya metode latihan seperti yang saya jelaskan tadi, kemampuan individu setiap pemain tidak akan berkembang dengan baik, untuk meningkatkan kemampuan individu setiap pemain perlu diadakan latihan *juggling* pada setiap latihan, tidak hanya setiap latihan saja tapi setiap ada waktu senggang setidaknya 10 menit sudah lebih dari cukup untuk melakukan *juggling*.

Demi meningkatkan kemampuan kontrol ada metode atau cara untuk menghasilkan kemampuan yang lebih baik salah satunya dengan melakukan latihan *juggling*. *Juggling* memang sering dianggap sebelah mata dalam latihan meningkatkan teknik penguasaan bola dan hanya sedikit waktu yang diberikan untuk melakukan latihan *juggling* bahkan ada yang tidak melakukan latihan itu, karena *juggling* dianggap hanya sebagai *freestyle* semata dan difokuskan sebagai hiburan saja.

Maka dari itu saya mempunyai keinginan untuk meningkatkan kemampuan kontrol di SSB PSW walaupun dengan cara berlatih *juggling*, dengan berlatih *juggling* supaya dapat meningkatkan sentuhan pertama saat menerima bola, selain itu juga dalam mengendalikan bola yang kurang terkontrol khususnya ketika mengontrol bola liar (bola tidak beraturan), kondisi seperti ini disebabkan karena kurangnya pemain mengenal teknik bermain sepakbola, maka perlu

pengenalan sifat-sifat bola melalui metode latihan *juggling*, di SSB PSW Welahan belum di terapkan metode *juggling* untuk meningkatkan kemampuan kontrol. Untuk mengetahui dan menjawab permasalahan yang muncul dalam penelitian ini maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan *Juggling* Individu Dan *Juggling* Berpasangan Terhadap Kontrol Kaki Bagian Punggung Pada Permainan Sepakbola (SSB PSW Welahan Kabupaten Jepara Tahun 2016)”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang saya uraikan diatas, maka akan di identifikasikan sebagai berikut :

1. Kurangnya minat para pemain dalam melakukan *juggling*, sehingga jarang sekali pemain berlatih *juggling* pada saat latihan.
2. Terbatasnya waktu latihan yang hanya di lakukan 1 minggu 3 kali latihan pada hari minggu, selasa dan jum'at.
3. Kurangnya kualitas kontrol pada pemain saat menerima bola, oleh karena itu bola yang di kontrol sering lepas penguasaan pada saat menerima passing.
4. Terbatasnya waktu pada saat berlatih *juggling* individu maupun *Juggling* berpasangan.

1.3 Batasan Masalah

Untuk mendapatkan gambaran yang jelas dalam penelitian ini, perlu ada pembatasan ruang lingkup penelitian agar tidak terjadi penafsiran yang terlalu

luas. Adapun pembatasan penelitian ini adalah : Perbedaan Pengaruh Latihan *Juggling* Individu Dan *Juggling* Berpasangan Terhadap Kontrol Kaki Bagian Punggung Pada Permainan Sepakbola (SSB PSW Welahan Kabupaten Jepara Tahun 2016).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang akan diungkap peneliti ialah :

1. Apakah ada perbedaan pengaruh latihan *juggling* individu terhadap kontrol kaki bagian punggung pada SSB PSW Welahan Kabupaten Jepara tahun 2016 ?
2. Apakah ada perbedaan pengaruh latihan *juggling* berpasangan terhadap kontrol kaki bagian punggung pada SSB PSW Welahan Kabupaten Jepara tahun 2016 ?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan pengaruh latihan *juggling* individu terhadap kemampuan kontrol kaki bagian punggung pada SSB PSW welahan Kabupaten Jepara tahun 2016.
2. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan pengaruh latihan *juggling* berpasangan terhadap kemampuan kontrol kaki bagian punggung pada SSB PSW welahan Kabupaten Jepara tahun 2016.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi maupun pertimbangan oleh berbagai pihak seperti:

1. Bagi peneliti
 - a. Sebagai pengalaman dibidang penelitian yang objektif dalam ilmu keolahragaan.
 - b. Sebagai dasar penelitian serupa di masa mendatang.
 - c. Sebagai syarat untuk kelulusan dalam strata sarjana satu (S1).
2. Bagi pelatih
 - a. Dapat digunakan sebagai metode latihan.
 - b. Menambah pengetahuan pelatih untuk mengembangkan potensi para pemain.
 - c. Memberikan opsi latihan yang lebih banyak kepada pelatih.
3. Bagi pembaca umum
 - a. Dengan hasil penelitian ini untuk memperjelas pengaruh latihan *juggling* dengan kemampuan kontrol bola.
 - b. Memberikan informasi kepada masyarakat tentang *juggling* maupun hubungannya dengan kontrol bola.
 - c. Sebagai panduan untuk memperbaiki pembinaan sepak bola.
 - d. Dijadikan referensi bagi yang berhubungan dengan *juggling* maupun kontrol bola.

