

## **I. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat, baik sebagai hiburan, mulai dari latihan peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan negara. Sepakbola yang sudah memasyarakat itu merupakan gambaran persepakbolaan di Indonesia khususnya negara maju pada umumnya. Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan.

Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula. Tujuan olahraga bermacam-macam dan tim cenderung melewati tingkatan-tingkatan perkembangan perkembangan keterampilan yang bertahap. Rencana latihan dan strategi

mengajar harus diubah seiring berkembangnya olahraga melalui tingkatan-tingkatan tersebut .( P.R. Mc Clenaghan, 1994 : 135)

Tujuan tersebut telah menjadi bagian yang terpenting untuk dicapai secara umum, tetapi tujuan khusus yang lebih penting adalah memenangkan pertandingan. Dalam permainan sepakbola. Keberhasilan akan diraih apabila latihan yang dilakukan sesuai dan berdasarkan prinsip latihan yang terencana, terprogram yang mempunyai tujuan tertentu

Permainan sepakbola modern saat ini telah mengalami banyak kemajuan, perubahan serta perkembangan yang pesat, baik dari segi kondisi fisik, teknik, taktik permainan maupun mental pemain itu sendiri. Kemajuan dan perkembangan tersebut dapat dilihat dalam siaran langsung pertandingan perebutan Piala Eropa, penyisihan Pra Piala Dunia oleh tim-tim kesebelasan Eropa maupun Amerika Latin. Bagaimana permainan cepat dan teknik yang baik yang didukung oleh kemampuan individu menonjol serta seni gerak telah pula ditampilkan.

Permainan yang cepat dan teknik yang baik itulah yang perlu dicontoh oleh persepakbolaan Indonesia agar dapat maju dan berkembang dengan baik. Masalah peningkatan prestasi di bidang olahraga sebagai sasaran yang ingin dicapai dalam pembinaan olahraga di Indonesia membutuhkan waktu yang lama dalam proses pembinaannya. Pembinaan olahraga menuntut partisipasi dari semua pihak demi peningkatan prestasi olahraga di Indonesia. Metode

latihan adalah salah satu cara dimana pemain bisa mengasah kemampuan bahkan bisa meningkatkan kemampuan pemain itu sendiri, metode latihan *dot drill* dan *tree corner drill* salah satu metode latihan yang mampu meningkatkan kemampuan dalam kelincahan menggiring bola dimana pada latihan *dot drill* dan *tree corner drill* menerapkan pada kelincahan kaki yang dibutuhkan dalam permainan sepak bola pada latihan *dot drill* yang ditekankan pada pemindahan kedua kaki secara cepat memungkinkan akan menambah reaksi kaki ketika sedang menggiring bola sedangkan yang ada pada pola latihan *tree corner drill* ialah menekankan pada sebuah gerak tipu (*cepping*) yang dilakukan secara terus menerus.

Kondisi fisik pemain memegang peranan yang sangat penting dalam program latihannya. Program latihan kondisi fisik haruslah direncanakan secara baik dan sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh sehingga dengan demikian meningkatkan pemain untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Harsono (1988:153) Kondisi fisik yang baik dan prima serta siap untuk menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola.

Seorang pemain sepakbola dalam bertahan maupun menyerang kadang-kadang menghadapi benturan keras, ataupun harus lari dengan kecepatan penuh ataupun berkelit menghindari lawan, berhenti menguasai bola dengan tiba-tiba. Seorang pemain sepakbola dalam mengatasi hal seperti itu haruslah dibina dan dilatih sejak awal. Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik

yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain sepakbola. Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepakbola di tanah air. Kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang baik serta mental yang baik, maka prestasi yang akan dicapai tidak dapat berjalan seimbang.

Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang jelek tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk pencapaian prestasi. Untuk itu perlu pembinaan yang baik pada cabang olahraga sepakbola ini sedini mungkin untuk mencapai sasaran pada event tertentu agar prestasi puncak dapat ditampilkan sebaik-baiknya. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Latihan *Dot Drill* Dan *Tree Corner Drill* Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Siswa SSB Catur Tunggal FC.”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, maka identifikasi masalah penelitian adalah sebagai berikut:

1. Masih kurangnya siswa SSB Catur Tunggal FC dalam kelincahan menggiring bola
2. Belum teridentifikasinya apakah ada pengaruhnya latihan *dot drill* dan *tree corner drill* berpengaruh pada kelincahan menggiring bola pada Siswa SSB Catur Tunggal FC

### C. Rumusan masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah latihan *dot drill* berpengaruh terhadap kelincahan menggiring bola ?
2. Apakah latihan *tree corner drill* berpengaruh terhadap kelincahan menggiring bola?

### D. Batasan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas agar masalah yang akan dibahas tidak meluas, maka peneliti ini dibatasi hanya pada masalah “Pengaruh Latihan *Dot Drill* dan *Tree Corner Drill* Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Siswa SSB Catur Tunggal FC”.

### E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui besarnya pengaruh latihan *dot drill* berpengaruh terhadap kelincahan menggiring bola siswa SSB Catur Tunggal FC Bandar Lampung.
2. Mengetahui besarnya pengaruh latihan *tree corner drill* terhadap kelincahan menggiring bola siswa SSB Catur Tunggal FC Bandar Lampung.

3. Mencari hasil pengaruh terbesar dari latihan *dot drill* dan *tree corner drill* terhadap kelincahan menggiring bola siswa SSB Catur Tunggal FC Bandar Lampung

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang terkait :

1. Bagi Siswa :

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya kelincahan pada saat menggiring bola.

2. Bagi Peneliti :

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman pembelajaran yang baik untuk peneliti, dan memberikan informasi tentang model latihan yang baik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola.

3. Bagi Pelatih/ Guru :

Dapat dijadikan acuan pelatih maupun guru pendidikan jasmani, bahwa dalam pembelajaran semua cabang olahraga permainan, model latihan *dot drill* dan *tree corner drill* dapat meningkatkan kelincahan dalam menggiring bola.

4. Bagi program study:

Penelitian ini berguna untuk menambah referensi perpustakaan dan sebagai bahan acuan dan pengembangan bagi para mahasiswa dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

## G. Ruang Lingkup Penelitian

Agar tidak terjadi salah penafsiran, maka perlu adanya batasan ruang lingkup penelitian sebagai berikut :

1. Subjek penelitian ini adalah siswa SSB Catur Tunggal FC Bandar Lampung.
2. Objek yang diteliti adalah pengaruh latihan *dot drill* dan *tree corner drill* terhadap kelincahan menggiring bola.

## H. Penjelasan Judul

1. *Dot drill dot drill* dapat diartikan sebagai alih kaki yang dilakukan secara terus menerus adalah suatu bentuk metode latihan yang menyeimbangkan kecepatan dan ketepatan kaki agar terciptanya sebuah kecepatan.
2. *Tree corner drill* adalah pola latihan yang berbentuk tiga sudut yang dilakukan secara terus menerus guna membentuk kemampuan menggiring dengan menggunakan kecepatan dan kelincahan.
3. Latihan adalah suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah latihan atau pekerjaan.
4. Kelincahan menurut M. Sajoto adalah kemampuan untuk mengubah arah dalam posisi diarena tertentu.
5. Menggiring bola menurut Jozef Sneyers, (1988 : 63) menggiring bola adalah suatu tehnik atau kemampuan pemain untuk mematikan pergerakan lawan.

6. Menurut muhajir (2007:22), “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”.