

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang cukup digemari hampir di seluruh negara di dunia termasuk Indonesia. Timo Scheunemann (2015:15) berpendapat, “Sepakbola pada saat ini adalah olahraga yang paling populer di dunia, jauh lebih populer dibandingkan olahraga lainnya seperti basket, *volleyball*, dan tenis”. Permainan sepakbola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisis waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Berkaitan dengan sepakbola prestasi maka akan banyak sekali hal yang harus dibicarakan dan kupas. Untuk mencapai suatu prestasi yang optimal maka adanya pembinaan atlet yang dimulai sejak dini. Dalam UU No 3 Tahun 2005 bahwa “ keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, dan kualitas menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas disiplin, mempererat persaudaraan bangsa, memperkuat pertahanan nasional serta mengikat herkat dan martabat dan kehormatan bangsa”.

Sepak bola merupakan cabang olahraga paling populer dan salah satu indikatornya adalah animo masyarakat terhadap cabang olahraga tersebut yang tinggi, baik sebagai pemain, pengurus maupun penonton. Disadari atau tidak perkembangan prestasi persepak bola Indonesia sampai sekarang masih belum bisa dibanggakan karena produk pembinaan yang diukur dengan prestasi tim nasional masih belum dapat memenuhi harapan masyarakat sepak bola pada umumnya (Asmutiar, 2015:132).

Olahraga sepakbola yaitu permainan beregu atau tim dengan jumlah anggota (pemain) sebanyak 11 pemain. Keseluruhan Pemain tersebut dibagi ke dalam pos-pos untuk mengisi posisi tertentu yang dirancang sesuai dengan tipe dan strategi permainan tertentu. Pembagian posisi pemain dalam permainan sepakbola secara umum dikenal ada 4

(empat), yaitu posisi penjaga gawang (*goalkeeper*), pemain belakang (*defender*), pemain tengah (*midfielder*), dan penyerang (*striker*). Tipe permainan sepakbola secara umum dikenal ada 3 macam, yaitu tipe permainan bertahan, menyerang, dan bertahan-menyerang. Sedangkan strategi misalnya memakai pola permainan 4-4-2, 4-4-3, 4-3-2-1, dan sebagainya. Ketiga unsur tersebut (pembagian posisi pemain, tipe permainan, dan strategi permainan) dapat di ubah-ubah sesuai dengan kebutuhan tim dan situasi permainan.

Agar dapat mencapai prestasi yang baik, pelatih harus mengajarkan bagaimana bermain sepak bola yang baik dan benar dengan menekankan pada penguasaan teknik dasar sepak bola, dengan gerakan-gerakan teknik dasar yang beraneka ragam. Menguasai teknik dasar bermain sepak bola merupakan faktor yang penting agar memiliki keterampilan bermain sepak bola Efendi (2018:2). Teknik dasar permainan sepakbola, yang antara lain disebutkan oleh Ferri Kurniawan (2012:77), yaitu : Mengenal bola, *Shooting* / Menendang bola, menghentikan bola dan mengontrol bola, *Dribbling* / Menggiring bola, *Heading* / Menyundul bola, *Throwing* / Melempar bola, Gerak tipu dengan bola, Merampas atau merebut bola

Keterampilan bermain bola adalah terdiri dari teknik, taktik, dan strategi bagian yang penting dan diperlukan dalam permainan sepak bola. Namun jika dilihat, disamping penguasaan teknik dasar tentunya ada pengaruh lain sebagai penunjang untuk meningkatkan keterampilan dalam permainan sepak bola, yaitu kondisi fisik pemain. Effendi (2018:3) mengatakan bahwa “dalam cabang olahraga sepak bola kondisi fisik yang dibutuhkan sangat kompleks, antara lain meliputi: daya tahan, kecepatan, kelincahan, kekuatan, kelentukan, keseimbangan, daya ledak, dan koordinasi”.

Keterampilan teknik dasar itu bisa dikatakan sebagai dasar dari bermain tanpa bola. Unsur-unsur yang harus diperhatikan antara lain: keterampilan teknik dasar, kondisi fisik yang prima, kondisi fisik pemain pada hakekatnya sebagai penopang untuk meningkatkan teknik. Sedangkan

unsur kondisi fisik antara lain: kelincahan, kelentukan, kecepatan, kekuatan, stamina dan daya ledak yang tinggi.

Seorang pemain apabila dalam *dribbling* memiliki kelincahan yang baik maka akan mudah untuk menghindari ataupun lepas dari kawalan lawan. Menurut Johansyah, (2013:95) Kelincahan adalah seperangkat keterampilan kompleks yang dilakukan seseorang untuk merespons stimulus eksternal dengan perlambatan, perubahan, arah. Kelincahan memiliki kemampuan penting yang dapat mempengaruhi dalam berbagai olahraga. Selain itu menurut Widiastuti (2015:137) mengatakan kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dan dilakukan dengan bersama-sama dengan gerakan lainnya. Kelincahan merupakan salah satu komponen kebugaran motorik yang sangat diperlukan untuk semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Disamping itu kelincahan merupakan prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga terutama gerak yang membutuhkan koordinasi gerakan. Dari kutipan di atas bahwa pentingnya kelincahan pada kondisi seseorang untuk dapat bermain sepakbola dengan baik karena tujuan dari kelincahan ini termasuk unsur mengelak dengan cepat, mengubah posisi tubuh dengan cepat, bergerak lalu berhenti dan dilanjutkan dengan bergerak secepatnya, seorang pemain akan memiliki kelincahan yang baik apabila terus melakukan latihan.

Rahayu (2013 : 63) berpendapat bahwa kepercayaan diri dapat diartikan sebagai sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Menurut Fatimah (2010:149) mengatakan rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut bahwa ia merasa memiliki kompetensi, yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa karena dukungan oleh pengalaman, potensi actual, prestasi serta harapan yang realistic terhadap diri sendiri. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala aspek

kelebihan yang dimilikinya, sehingga tidak berpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendaknya sendiri, dalam tingkat percaya diri yang tinggi, atlet dapat bermain lebih lepas untuk dapat bermain dengan baik dan *dribbling* bola dengan baik dan benar.

Dribbling bola dalam permainan sesungguhnya sangatlah penting, karena dengan menggiring yang lincah maka bola tidak akan hilang atau direbut oleh lawan. Keterampilan menggiring bola sering digunakan dalam keterampilan untuk melindungi bola dari lawan yang mencoba merebutnya.

Adapun teknik dasar yang sering digunakan dalam permainan sepak bola adalah teknik dasar *dribbling* bola. *Dribbling* bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepakbola, tidak heran seorang pengamat sepakbola mengatakan bahwa mahirnya seorang pemain bola dapat dilihat pada saat seorang pemain *dribbling* bola. Untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola, teknik harus dilatih, seperti: kecepatan, kelenturan tubuh, kelincahan tubuh, dan sebagainya. Kebanyakan pelatih mengabaikan atau menganggap tidak penting. Pemain turut memperoleh permainan sepak bola ini bukan tidak mungkin karena bakat tersendiri, latihan keras dan serius. Dalam berbagai aspek. Salah satunya adalah dengan melakukan latihan *zig-zag run* yang nantinya sangat membantu mereka bergerak dengan lincah, cepat dan berkelit dari pemain lawan. Seorang pemain bola hendaklah melakukan latihan dengan tekun dan serius. Dengan latihan *zig-zag run* yang bervariasi tidak menimbulkan perasaan bosan dan jenuh dalam program latihan yang diberikan terhadap pemain itu.

Keterampilan *dribbling* adalah kemampuan seseorang dalam koordinasi mata kaki, koordinasi seluruh tubuh dan kelincahan. Melakukan *dribbling* dalam permainan sepak bola adalah memudahkan proses mencetak gol serta mengganggu strategi pertahanan lawan. Menurut Yunus (2013:20) menyatakan bahwa *dribbling* sepak bola bisa dilakukan dengan bagian punggung kaki sebelah dalam, *dribbling* dengan punggung kaki dan *dribbling* dengan bagian punggung kaki bagian dalam. Jadi dalam

menggiring bola seorang pemain sepakbola membutuhkan kelincahan yang dilakukan pada saat berlatih maupun bertanding tergantung pula oleh kemampuan sistem gerak tubuh dengan merespon terhadap kondisi dan situasi yang dihadapi

Kemampuan *dribbling* bola bertujuan untuk membantu penyerangan dan menembus pertahanan lawan. Latihan yang bisa digunakan untuk meningkatkan keterampilan seseorang adalah dengan melakukan latihan *zig-zag run*. Dengan memiliki tingkatan keterampilan yang tinggi maka kecepatan kaki untuk mengubah posisi dalam menentukan arah laju bola, sehingga pada kaki tumpu pada bergerak nantinya akan lebih mudah dalam melakukan tumpuan dan menentukan arah bola.

Berdasarkan observasi lapangan menemukan beberapa masalah untuk di jadikan penelitian. Permasalahan tersebut antara lain adalah atlet dalam hal *dribbling* bola masih terlihat kurang, dan atlet cenderung lebih senang menghabiskan waktu yang diberikan hanya dengan bermain tanpa harus memperhatikan teknik-teknik dasar yang mereka miliki dan kemampuan pemainnya dalam menggiring bola pada saat bermain masih kurang baik sehingga bola gampang di rebut oleh pemain lawan karena bola terlau jauh dari kaki, dalam pengamatan saya bahwa *Club DMS Fc* Kecamatan Teluk Batang, dalam menguasai teknik dasar sepakbola khususnya kelincahan dalam *Dribbling* bola event piala bupati kayong utara.

Berdasarkan uraian diatas maka diharapkan dengan penelitian saya yang berjudul:” Hubungan Kelincahan Dan Tingkat Percaya Diri Dengan Kemampuan *Dribbling* Permainan Sepakbola Pada *Club Dms Fc* Kecamatan Teluk Batang”. Besar harapan saya kedepan pada *Club Dms Fc* dapat bermain lebih efektif dan mempunyai semangat juang untuk memperoleh kemenangan dalam turnamen yang akan berlangsung kedepannya.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diperoleh dari latar belakang yang sudah dijabarkan diatas dari skripsi yang berjudul:” Hubungan Kelincahan Dan Tingkat Percaya Diri Dengan Kemampuan *Dribbling* Permainan Sepakbola Pada *Club Dms Fc* Kecamatan Teluk Batang” adalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah kelincahan pemain sepakbola pada *club* DMS Fc Kecamatan Teluk Batang.
2. Bagaimanakah tingkat percaya diri pemain sepakbola pada *club* DMS Fc Kecamatan Teluk Batang.
3. Apakah terapat hubungan kelincahan dan tingkat percaya diri dengan kemampuan *dribbling* permainan sepakbola pada *club* DMS Fc Kecamatan Teluk Batang.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti berdasarkan latar belakang dalam skripsi yang berjudul “Hubungan Kelincahan Dan Tingkat Percaya Diri Dengan Kemampuan *Dribbling* Permainan Sepakbola Pada *Club Dms Fc* Kecamatan Teluk Batang”

1. Untuk mengetahui Kelincahan pada atlet *club* Dms Fc Kecamatan Teluk Batang.
2. Untuk mengetahui Tingkat percaya diri seorang atlet sepakbola *club* Dms Fc Kecamatan Teluk Batang.
3. Untuk mengetahui Hubungan kelincahan dan tingkat percaya diri terhadap Kemampuan *dribbling* sepakbola pada *club* Dms Fc Kecamatan Teluk Batang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk menentukan pengetahuan baru tentang hubungan kelincahan dan tingkat percaya diri dengan kemampuan *dribbling* dalam permainan sepakbola. Secara teoritis, diharapkan hasil penelitian ini:

- a. Dapat dijadikan bahan literatur atau sumbang keilmuan bagi proses latihan cabang olahraga sepak bola pada umumnya dan latihan teknik dasar sepakbola pada khususnya
- b. Dapat menambah pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keolahragaan khususnya yang berkaitan dengan kelincahan, dan tingkat percaya diri dengan kemampuan *dribbling* pada cabang olahraga sepakbola.

2. Manfaat Praktis

a. Tim/ Dms Fc Kecamatan Teluk Batang

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi *Club* di masa yang akan datang.
- 2) Sebagai salah satu referensi bagi pelatih untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki oleh anak didiknya khususnya kemampuan *dribbling* pada cabang olahraga sepakbola.
- 3) Dapat meningkatkan kualitas dalam permainan sepakbola
- 4) Dapat meningkatkan kerja sama tim

b. Pemain

- 1) hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pemain dalam meningkatkan percaya diri dengan kemampuan *dribbling* pada olahraga sepakbola.
- 2) Dengan adanya penelitian ini para atlit dapat bermain lebih baik lagi kedepannya.
- 3) Dapat meningkatkan percaya diri yang lebih baik lagi.

c. Peneliti

- 1) penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta pengalaman bagi peneliti sendiri.
- 2) Peneliti juga menjadi media untuk menerapkan ilmu yang sudah didapat selama masa perkuliahan.
- 3) serta dapat menjadi awal dari penelitian-penelitian selanjutnya.

d. Pembaca

- 1) penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai metode latihan kelincahan dan tingkat percaya diri dengan kemampuan *dribbling* pada permainan sepakbola.
- 2) Semoga apa yang di sampaikan bisa memotifasi para atlet dan kepada pelatih.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Untuk membatasi agar peneliti ini memiliki ruang lingkup yang jelas dan tidak melebar kemana-mana maka peneliti membatasi ruang lingkup penelitian.

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah gejala-gejala yang menunjukkan variasi baik dalam jenis manapun tingkatannya. Menurut Sugiyono (2015:61) menjelaskan bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variabel tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Silaen (2018: 69) mengungkapkan bahwa “variabel penelitian adalah konsep yang mempunyai bermacam-macam nilai atau mempunyai nilai yang bervariasi, yakni suatu sifat, karakteristiknya atau fenomena yang dapat menunjukkan sesuatu untuk dapat diamati atau diukur yang nilainya berbeda-beda atau bervariasi.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa variabel merupakan segala sesuatu yang berbeda atau ada pada diri seseorang atau objek penelitian yang memiliki perbedaan diantara objek tersebut. Adapun variabel yang terdapat dalam penelitian ini ada dua macam, yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

a. Variabel Bebas

Variabel bebas adalah yang secara logis menimbulkan akibat tertentu terhadap suatu variabel terikat. Menurut Sugiyono (2017:

39) :“Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dikatakan bahwa variabel bebas adalah variabel yang memberikan pengaruh terhadap variabel lain, sehingga tanpa adanya variabel bebas ini tidak akan muncul variabel terikat. Adapun yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah kelincahan dan tingkat percaya diri. Menurut widiastuti (2015:16) kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang di lakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya. Menurut Milsidayu (2015:103) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan pada diri sendiri untuk mencapai sesuatu terget yang telah ditentukan.

b. Variabel Terikat

Menurut Sugiyono (2017:39), “Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Menurut hamid darmadi (2011:21) variabel terikat merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas, variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan *dribbling* sepakbola. Berdasarkan uraian diatas dikatakan bahwa variabel terikat adalah variabel yang di duga sebagai akibat atau yang dipengaruhi oleh variabel sebelumnya atau yang mendahuluinya.

2. Defenisi Oprasional

a. Kelincahan

kelincahan merupan kombinasi dari berbagai macam kemampuan tubuh. Berbagai macam kemampuan tersebut meliputi kecepatan, kekuatan, keseimbangan, reaksi, fleksibilitas, dan juga koordinasi neuromuscular. *Agility* sangat diperlukan dalam berbagai macam cabang olahraga misalnya dalam permainan bola basket, permainan sepak bola,

permainan bola voli, permainan bulu tangkis, dan lain sebagainya.

b. Percaya diri

Psikis dimana fisik seseorang memiliki jasmani yang kurang sempurna maka timbul perasaan tidak enak pada dirinya karena merasa kurang berharga untuk dibandingkan dengan sesamanya. Perasaan yang dimiliki itu dapat disebut rasa rendah diri. Perasaan rendah diri ini selanjutnya menyebabkan orang tersebut menjadi kurang percaya diri.

c. *Dribbling*

Dribbling salah satu keterampilan individu yang mutlak yang dikuasai oleh setiap pemain sepakbola. Kemampuan *dribbling* dari para pemain sepakbola sangat menentukan penguasaan bola dilapangan, jika ingin memenangkan pertandingan sepakbola, bola harus berada dalam penguasaan kita. Maka dari itu menggiring bola harus mampu dilakukan baik ada lawan maupun tidak ada lawan. Bagi seorang pemain ujung tombak atau *striker*, kemampuan menggiring bola sangat penting agar bola yang sedang dikuasainya tidak mudah direbut oleh lawan. Kemampuan *dribbling* juga dapat digunakan untuk mencari peluang untuk melakukan *shooting* kegawang lawan.