

BAB 1

PENDAULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh berbagai kalangan masyarakat mulai dari anak-anak, remaja, maupun orang tua. Bahkan sekarang sepak bola digemari dan dimainkan oleh kaum wanita. Dewasa ini sepak bola dimainkan bukan hanya sebagai hiburan atau pengisi waktu senggang semata akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya, seperti dikemukakan oleh Nasution (2018) “Dewasa ini permainan sepak bola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Prestasi yang tinggi dapat dicapai dengan latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan terus menerus disertai pengawasan pelatih profesional” (hlm.9-11).

Persoalan tentang peningkatan prestasi, perlu diadakan penelitian-penelitian ilmiah mengenai berbagai upaya dalam usaha meningkatkan prestasi dan pembinaan secara ilmiah yang didukung oleh berbagai disiplin ilmu yang terkait secara terus menerus dan sistematis. Dengan cara ini diharapkan akan ditemukan bibit-bibit atlet yang diharapkan dapat berprestasi ditingkat Nasional maupun Internasional. Usaha pembibitan pembinaan dan pelatihan peningkatan prestasi cabang olahraga di Indonesia dilakukan melalui klub-klub olahraga yang menginduk pada KONI. Selain itu di kalangan umum upaya tersebut dilakukan melalui Sekolah Sepak bola (SSB) yang bertujuan untuk menyalurkan minat dan bakat anak muda saat ini.

Sepak bola merupakan olahraga kelompok atau tim yang terdiri dari 11 pemain di tiap tim yang bertujuan memasukkan bola kedalam gawang lawan, dan berusaha menjaga gawang agar tidak kemasukkan oleh lawan. Tim yang lebih banyak memasukkan bola kegawang lawan lah yang jadi pemenangnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Sukiyani (dalam Kusuma, Darmawan dan Ridwan 2018), sepak bola adalah “Suatu permainan yang dilakukan dengan cara menendang bola ke berbagai arah. Sedangkan tujuan permainan sepak bola yaitu untuk

memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tim sendiri agar tidak kemasukan bola” (hlm.23).

Dalam olahraga sepak bola kemampuan teknik dasar sangatlah dibutuhkan untuk mencapai prestasi yang optimal, karena untuk menjadi seorang atlet sepak bola harus memiliki kemampuan teknik dasar sepak bola. Hal ini sejalan dengan pendapat Nasution (2012) bahwa “Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi seseorang pemain sepak bola adalah penguasaan teknik dasar sepak bola yang baik dan benar” (hlm.149). Menurut Suganda (2017) “Pemain harus dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik tersebut cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik pula” (hlm.23). Komarudin (dalam Hermanto, 2017) teknik dasar dalam sepak bola dibagi menjadi dua, yaitu “Teknik badan (teknik tanpa bola), meliputi: cara lari, cara melompat, gerak tipu badan dan teknik dasar dengan bola meliputi: kontrol bola, menendang bola, menyundul bola, merebut bola, lemparan ke dalam, menjaga gawang” (hlm.4). Menurut Misbahudin dan Winarno (2020) teknik dasar sepak bola ada enam macam, yaitu: 1). mengoper bola (*passing*), 2) menggiring (*dribbling*), 3) menendang bola (*shooting*), 4) menghentikan bola (*controlling*), 5) menyundul bola (*heading*), 6) lemparan ke dalam (*throw-in*) (hlm.17).

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai atlet agar dapat bermain bola dengan baik adalah *shooting*. *Shooting* dalam sepak bola merupakan salah satu teknik yang memegang peranan penting dalam sepak bola. Karena tujuan *shooting* adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan tujuan memperoleh poin untuk merubah keadaan atau sering di sebut skor. Menurut Sudjarwo (2015) memberikan penjelasan mengenai *shooting*, yaitu

Tendangan yang diawali dengan kaki mendekati bola dari belakang pada sudut tipis. Lalu letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola, tekukkan lutut kaki. Rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan, lalu tarik kaki yang akan menendang ke belakang, luruskan kaki tersebut, kepala tidak bergerak kemudian fokus perhatian pada bola. (hlm.23)

Kemampuan *shooting* penting dimiliki pemain karena tidak mungkin bagi pemain untuk mencetak gol tanpa memiliki kemampuan tersebut. Kemenangan

sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemain melihat peluang dan melakukan *shooting* kearah target secara tepat. Kemampuan *shooting* dapat didukung dengan awalan pada saat melakukan *shooting* dengan akurasi yang tepat. Seperti contoh pada pemain profesional, pemain sepak bola yang menguasai teknik *shooting* yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat mencetak goal ke gawang lawan.

Temuan peneliti di lapangan masih menjumpai sebagian anggota SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran usia 14-15 tahun masih kurang dalam hal melakukan *shooting*. Dimana pada waktu latihan bermain para pemain sering gagal dalam melakukan *shooting* kearah gawang. Sebenarnya *shooting* yang dilakukan oleh pemain tersebut sudah keras, tetapi belum tepat ke arah gawang yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang. Ketika peneliti mengamati SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran usia 14-15 tahun melakukan latihan saat sesi game bahwa saat melakukan *shooting* lebih sering melenceng dari pada mengarah ke gawang sehingga tidak terciptanya gol. Pemain selalu terburu-buru dalam melakukan *shooting* sehingga bola sering melenceng ke samping kiri gawang, ke samping kanan gawang dan ke atas gawang. Dari hasil proses *shooting* yang dilakukan siswa yaitu perkenaan kaki terhadap bola kurang tepat, sebagian melakukan tendangan tepat pada bagian bawah bola yang mengakibatkan bola melayang ke atas, sebagian yg ditendang adalah bagian samping bola sehingga bola melenceng ke samping gawang. Hal ini disebabkan beberapa faktor salah satunya adalah kurangnya tahap latihan yang dikhususkan untuk melatih *shooting* dan latihan yang kurang bervariasi. Bentuk latihan yang dilakukan pelatih hanya variasi *shooting after a wall pass*, padahal masih banyak bentuk latihan yang menciptakan variasi-variasi latihan *shooting* seperti *shooting after a dribble* dan *shooting after a centering pass*.

Variasi-variasi latihan *shooting* yang dilakukan pelatih masih sedikit. Terlihat masih banyak teknik yang kurang tepat untuk melakukan *shooting*. Untuk melakukan *shooting* yang benar adalah harus memperhatikan sikap awal, posisi bola, perkenaan bola pada kaki, ayunan kaki, arah tendangan dan pandangan pada sasaran.

Memasukkan bola ke gawang lawan tentu saja bukan suatu pekerjaan yang mudah, karena dibutuhkan teknik dasar, keterampilan dan kerja sama yang baik. Selain teknik dalam permainan sepak bola juga memerlukan faktor fisik serta taktik dan strategi. Banyak bentuk atau metode dan variasi latihan teknik yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan *shooting*. Rius (2010) menyatakan diantaranya adalah “Bentuk latihan *shooting after a dribble*, *shooting after a centering pass*. Latihan *shooting after a dribble* dan latihan *shooting after a centering pass* merupakan bentuk latihan teknik *shooting* sepak bola” (hlm.4). Latihan ini berguna untuk meningkatkan hasil *shooting* untuk menciptakan gol dalam permainan sepak bola, yang merupakan faktor utama untuk memperoleh kemenangan.

Latihan *shooting after a dribble* adalah bentuk latihan *shooting* ke gawang setelah menggiring bola, sebelumnya rekan satu timnya melakukan *passing* dalam bentuk diagonal. Tujuan dari latihan ini adalah tekanannya agar pemain dapat lebih berkonsentrasi untuk menentukan arah yang tepat dalam melakukan *shooting* ke gawang, karena latihan ini menyajikan bentuk permainan yang sebenarnya. Begitu beragam bentuk-bentuk latihan *shooting after a dribble* ini. Semua itu bergantung pada seorang pelatih untuk memodifikasi bentuk latihan tersebut.

Jika kita kaitkan latihan *shooting after a dribble* dengan variabel dibawah ini dalam bentuk latihan akan mendapatkan hasil yang lebih baik, seperti otot tungkai, *power*, kelentukan, dan koordinasi merupakan variabel lain yang berfungsi sebagai penunjang dalam latihan ini. Otot tungkai unsur komponen kondisi fisik yaitu kemampuan biomotorik manusia yang dapat ditingkatkan sampai batas-batas tertentu, *power* adalah penggabungan antara kekuatan otot dan kecepatan otot, kelentukan adalah efektivitas seorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktivitas pada bidang sendi-sendi yang luas dan koordinasi adalah menghubungkan antara *power* otot tungkai dan kelentukan agar bersesuaian dengan kebutuhan sehingga dapat menghasilkan *shooting* yang baik, tepat dan maksimal dalam permainan sepak bola.

Adapun pengertian dari latihan *shooting after a centering pass* adalah bentuk latihan *shooting* ke gawang setelah posisi berada ditengah gawang, sebelumnya rekan satu timnya melakukan *passing* menyilang dari sudut lapangan. Tujuan latihan ini adalah pemain diberikan kebebasan memainkan bola sebelum melakukan *shooting*, dan latihan ini meningkatkan teknik pemain perorangan dalam melakukan tembakan ke gawang secara tepat. Berbagai macam bentuk latihan *shooting after a centering pass*, semua ini tergantung pada seorang pelatih untuk mengubah bentuk latihan tersebut. Jika dilihat dari bentuk latihan *shooting after a centering pass* maka dapat diketahui bahwa latihan yang dilakukan adalah mengutamakan teknik individu pada setiap pemain sehingga pemain dapat lebih terampil dalam melakukan tendangan atau *shooting* ke gawang.

Dari kedua metode latihan tersebut memiliki karakteristik yang berbeda. Masing-masing metode latihan tersebut memiliki kelebihan dan kelemahan, sehingga belum diketahui metode latihan mana yang lebih baik pengaruhnya terhadap peningkatan *shooting* dalam permainan sepak bola. Untuk mengetahui pengaruh metode latihan tersebut, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “Perbandingan Pengaruh Metode Latihan *Shooting After Dribble* dengan Latihan *Shooting After Centering Pass* terhadap Hasil *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran)”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut: “

- 1) Apakah metode latihan *shooting after dribble* berpengaruh terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran?
- 2) Apakah metode latihan *shooting after centering pass* berpengaruh terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran?
- 3) Manakah yang paling berpengaruh antara metode latihan *shooting after dribble* dan metode latihan *shooting after centering pass* terhadap

keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran?

1.4 Definisi Operasional

Untuk menghindari dari salah penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan secara operasional terhadap beberapa istilah-istilah tersebut sebagai berikut :

- 1) Latihan menurut Harsono (2015) adalah “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm.50). Yang dimaksud latihan dalam penelitian ini adalah proses berlatih *shooting* dengan menggunakan metode latihan *shooting after dribble* dan metode latihan *shooting after centering pass* dalam permainan sepak bola pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.
- 2) Metode latihan *shooting after dribble* dalam penelitian ini adalah bentuk latihan *shooting* ke gawang setelah menggiring bola, sebelumnya rekan satu timnya melakukan *passing* dalam bentuk diagonal. Tujuan dari latihan ini adalah tekanannya agar pemain dapat lebih berkonsentrasi untuk menentukan arah yang tepat dalam melakukan *shooting* ke gawang, karena latihan ini menyajikan bentuk permainan yang sebenarnya.
- 3) Metode latihan *shooting after centering pass* dalam penelitian ini adalah bentuk latihan *shooting* ke gawang setelah posisi berada ditengah gawang, sebelumnya rekan satu timnya melakukan *passing* menyilang dari sudut lapangan. Tujuan latihan ini adalah pemain diberikan kebebasan memainkan bola sebelum melakukan *shooting*, dan latihan ini meningkatkan teknik pemain perorangan dalam melakukan tembakan ke gawang secara tepat.
- 4) *Shooting*, menurut Sheuneumann (dalam Rajidin, 2014) adalah “Langkah atau perbuatan dalam permainan sepak bola yang merupakan serangkaian usaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan tanpa menggunakan tangan dengan tujuan untuk meraih kemenangan” (hlm.196).

- 5) Sepak bola menurut Kurnia (dalam Retama, dkk. 2018) adalah “Salah satu jenis olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu. Setiap regu terdiri atas 11 pemain, seorang diantaranya bertugas sebagai penjaga gawang” (hlm.14).

1.5. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan permasalahan yang telah penulis kemukakan diatas, maka tujuan yang ingin penulis dapatkan dari hasil penelitian adalah

- 1) Untuk mengetahui pengaruh metode latihan *shooting after dribble* terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran.
- 2) Untuk mengetahui pengaruh metode latihan *shooting after centering pass* terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran.
- 3) Untuk mengetahui manakah yang paling berpengaruh antara metode latihan *shooting after dribble* dan metode latihan *shooting after centering pass* terhadap keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola pada SSB Samudra Gemilang Kabupaten Pangandaran.

1.6 Kegunaan Penelitian

Secara teoretis hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan dan informasi yang bermanfaat bagi peningkatan keterampilan bermain sepak bola, dan memperkaya khasanah ilmu keolahragaan serta dapat mendukung dan mempertahankan teori yang ada, khususnya teknik menggiring bola, bagi kalangan atlet atau pemain pada khususnya.

Secara praktis hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai petunjuk bagi para pembina, pelatih, guru pendidikan jasmani, dan kesehatan serta dosen sepak bola dalam usaha memilih bentuk-bentuk latihan yang dapat digunakan sehingga dapat dipertanggung jawabkan dalam penanganan prestasi sepakbola.