

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat di kalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia sepak bola sudah dikenal berpuluh-puluh tahun, tetapi belum mampu berprestasi di tingkat dunia. Olahraga saat ini mengalami kemajuan yang begitu pesat. Saat ini hampir semua orang senang berolahraga sepak bola. Olahraga telah menjadi salah satu gaya hidup yang tidak bisa dipisahkan dari masyarakat dunia termasuk Indonesia. Dari Sabang sampai Merauke dari anak-anak bahkan orang dewasa memainkan sepak bola.

Permainan sepak bola ini telah merambah ke semua lapisan dunia, termasuk Indonesia. Di wilayah Kabupaten Garut misalnya, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa setiap hari memainkan sepak bola walau dengan cara yang sederhana dan lapangan yang tidak terstandar. Namun dari sekian banyak bibit yang ada hanya sedikit saja pemain yang muncul. Padahal dengan fasilitas dan pembinaan yang baik bukan tidak mungkin nantinya Kabupaten Garut menjadi pemasok pemain-pemain terbaik. Menurut Sudjarwo (2017) sepak bola adalah “Permainan antara dua regu yang berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, dengan anggota badan selain tangan. Mereka yang memasukkan lebih banyak akan keluar sebagai pemenang” (hlm.4).

Salah satu syarat untuk dapat bermain sepak bola dengan baik adalah pemain harus menguasai keterampilan dasar sepak bola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepak bola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik pula. Sudjarwo (2017) menyatakan teknik dalam permainan sepak bola ada beberapa macam yaitu “Teknik tanpa bola, teknik dengan bola, menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul (*heading*), melempar bola, gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola dan teknik khusus penjaga gawang” (hlm.1).

Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu kemampuan *shooting* baik dari jarak jauh maupun jarak dekat. *Shooting* dalam sepak bola merupakan salah satu teknik yang memegang peranan penting dalam permainan sepak bola. Karena tujuan *shooting* adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan dengan tujuan memperoleh poin untuk merubah keadaan atau sering disebut skor. Menurut Sudjarwo (2017) 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.

Menurut Soedjono (2019) “Pembinaan pemain sepak bola usia dini dilakukan melalui wadah yaitu Sekolah Sepak bola (SSB) SSB atau Diklat yaitu sekolah yang mempelajari tentang permainan sepak bola yang berfungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet serta menjadi wadah pembinaan sepak bola usia dini” (hlm.3). Sekolah sepak bola atau diklat merupakan wadah pembinaan usia dini yang bertahap sehingga harus mempunyai komponen-komponen yang mendukung dalam proses pembinaan dalam SSB tersebut. Komponen-komponen yang mendukung dalam SSB antara lain, yaitu penanggung jawab, pelatih yang berkualitas, pengelolaan yang baik dari pengurus, kurikulum yang jelas dan fasilitas latihan yang memadai. SSB tujuan utamanya yaitu menampung dan memberikan kesempatan bagi para siswanya dalam mengembangkan potensi dan bakatnya agar menjadi pemain yang berkualitas,

mampu bersaing dengan SSB lainnya, diterima masyarakat serta mampu mempertahankan kelangsungan hidup organisasi tersebut. Disamping itu, SSB juga memberikan dasar yang kuat tentang cara bermain sepak bola yang baik dan benar termasuk didalamnya membentuk sikap, kepribadian, dan perilaku yang baik, sedangkan pencapaian prestasi merupakan tujuan jangka panjang.

Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut berada di Tarogong Kidul Kabupaten Garut dan sudah mengikuti banyak kompetisi di daerah Garut dan sekitarnya serta pernah mengikuti beberapa kompetisi bergengsi di Jawa Barat. Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut tersebut juga memiliki pelatih yang berlatar belakang berbeda seperti pelatih yang lulusan akademik dan non akademik (mantan atlet) sehingga siswa Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut di bagi berbagai kelompok usia dini, diusia 12 tahun hingga usia 15 tahun.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti di Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut selama ini siswa tersebut belum menguasai keterampilan *shooting* yang baik, pada saat latihan maupun pertandingan masih banyak kekurangan untuk melakukan *shooting* ke gawang hal ini yang membuat suatu masalah dari segi teknik dasar *shooting* pada anak-anak. Jika dalam melakukan *shooting* bola dapat mengarah tepat kepada sasaran ke gawang maka keberhasilan dalam melakukan teknik dasar *shooting* bisa efektif pada saat pertandingan dan pada proses latihan sepak bola di Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut memiliki beberapa permasalahan. Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan banyak ditemui kekurangan khususnya pada saat latihan *shooting* dalam sepak bola yaitu siswa sering mengalami kesulitan dalam membuat gol saat pertandingan, akurasi tendangan peserta didik yang kurang akurat serta metode latihan yang monoton sehingga membuat proses latihan kurang maksimal.

Pemberian materi dari pelatih Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut dinilai kurang menarik dan kurang optimal. Contohnya pelatih hanya memberi materi latihan *passing*, kucing-kucingan lalu *game*. Hal itu memberi bukti bahwa latihan yang dilakukan menjadi membosankan. Sehingga siswa kurang termotivasi untuk melakukan latihan, jadi *shooting* siswa menjadi kurang baik dan tidak tepat sasaran. Selain itu pemberian materi latihan *shooting* sering di kesampingkan oleh

pelatih Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut. Pada kenyataannya *shooting* yang tepat dan menempatkan bola yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang akan menghasilkan *goal* untuk timnya. Sehingga ketepatan tendangan perlu dikembangkan atau ditingkatkan. Adanya masalah diatas butuhkan sebuah cara latihan baik dan tepat. Didalam penelitian ini variasi latihan untuk meningkatkan akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola.

Berdasarkan atas pertimbangan mengenai kendala siswa dalam melakukan *shooting* dan pentingnya kemampuan *shooting* bagi kompetisi sepak bola, maka penting bagi peneliti untuk membantu mengatasi kesulitan tersebut dengan suatu metode yang cocok. Peneliti memiliki pandangan dan referensi yang mendukung bahwa untuk mengatasi persoalan tersebut diperlukan eksperimen terhadap suatu permainan yaitu variasi latihan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* ke arah sasaran secara tepat dalam cabang olahraga sepak bola.

Variasi latihan dapat digunakan untuk membantu pemain berlatih sehingga pemain dapat terlatih untuk melakukan *shooting* ke arah sasaran secara tepat. Variasi latihan juga merupakan latihan yang menyenangkan sehingga siswa tidak akan jenuh untuk mengikuti *treatment* untuk mengatasi kesulitan melakukan *shooting* tepat sasaran.

Berdasarkan apa yang telah peneliti paparkan di atas, maka peneliti bermaksud mengujicobakan penelitian variasi latihan *shooting* untuk mengatasi kelemahan *shooting* oleh peserta Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut. Atas dasar hal tersebut, maka peneliti mengambil judul penelitian “Pengaruh Variasi Latihan *Shooting* terhadap Keterampilan *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen pada Peserta Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut)”.

1.2 Rumusan Masalah

Atas dasar latar belakang tersebut di atas masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut. “Apakah variasi latihan *shooting* berpengaruh secara berarti terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Peserta Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut?”.

1.3 Definisi Operasional

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

- 1) Pengaruh, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) adalah “Daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang” (hlm.849). Pengaruh dalam penelitian ini adalah daya yang timbul (keterampilan *shooting*) Peserta Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut akibat variasi latihan *shooting*.
- 2) 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 variasi latihan pada Peserta Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.
- 3) Variasi latihan *shooting* dalam penelitian ini adalah latihan untuk meningkatkan keterampilan *shooting* Peserta Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut dengan bola diam, bola bergerak dan latihan *shooting* dengan menggiring bola terlebih dahulu.
- 4) Sepak bola menurut Kurnia (dalam Retama, dkk. 2018) sepak bola 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).

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang penulis teliti, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *shooting* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Peserta Diklat Sepak Bola Kabupaten Garut.

1.5 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1) Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai pengaruh variasi latihan *shooting* terhadap keterampilan *shooting*, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menyusun program latihan teknik kepada atlet.

2) Praktis

- a. Bagi persatuan sepak bola yang bersangkutan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan pengukuran keterampilan *shooting*.
- b. Bagi pelatih, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program latihan yang telah dilakukan, sekaligus merancang program latihan yang akan diberikan.
- c. Memberi masukan bagi pelatih olahraga sepak bola agar dalam memberi pembinaan, pelatihan lebih banyak memiliki landasan yang ilmiah.