

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktifitas fisik yang disengaja dan direncanakan mulai dari arah, tujuan, waktu, dan lokasinya. Dalam kehidupan bersosial, olahraga merupakan suatu fenomena sekaligus bentuk ekspresi manusia. Olahraga dapat dilakukan secara individu maupun beregu. Olahraga juga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari yang penting dan sudah menjadi kebutuhan bagi setiap manusia dan sangat berguna untuk membentuk jasmani dan Rohani yang baik dan sehat. Perkembangan olahraga pada saat ini telah memberikan banyak kontribusi yang positif bagi peningkatan kebugaran jasmani dan Kesehatan.

Douglas Hartmann, Christina Kwauk. (2011) mengatakan "pada dasarnya olahraga adalah tentang partisipasi. Olahraga menyatukan individu dan komunitas, menyoroti kesamaan dan menjembatani perbedaan budaya atau etnis". Menjelaskan kegiatan fisik dilakukan manusia untuk memperagakan kemampuan gerak secara maksimal sesuai dengan pola gerak yang digerakan oleh beberapa faktor fisik. Menurut Santoso Griwijoyo dan Didik Jafar Sidik (2013) berpendapat bahwa "olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara hidup, meningkatkan kualitas hidup, dan mencapai tingkat kemampuan jasmani yang sesuai dengan tujuan". Seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi memberikan pengaruh terhadap bidang keolahragaan sehingga mengalami kemajuan yang sangat pesat. Disamping itu olahraga juga sebagai alat untuk membentuk rasa cinta tanah air dan juga berperan besar untuk perkembangan dan kemajuan suatu bangsa untuk peningkatan Pembangunan yang berkelanjutan.

Sepakbola merupakan suatu cabang olahraga beregu yang sangat populer dimasyarakat Indonesia bahkan di dunia. Menurut Munawar & Hendrawan (2019) Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan sepakbola selalu mengalami perkembangan dari bentuk sederhana sampai sepakbola yang modern sangat di sukai dan disenangi oleh banyak Masyarakat, mulai dari anak-anak sampai orang tua menyukai sepakbola. Selain itu sepakbola

juga sulit untuk dipisahkan dari kehidupan bangsa Indonesia karena selain sebagai olahraga prestasi, hiburan dan juga sebagai alat pemersatu bangsa.

Jika dibandingkan dengan negara-negara tetangga, perkembangan sepakbola di Indonesia masih tertinggal baik dari segi sarana maupun prasarana. Hal ini dapat kita lihat dari prestasi tim nasional sepakbola Indonesia belum mampu memunculkan pemain-pemain lokal yang berbakat dan bersaing di kancah persepakbolaan internasional. Menurut Irianto (dalam Putri & Suryobroto, 2018) sepakbola adalah “permainan dengan cara menendang sebuah bola yang direbutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang saling serang menyerang dengan bertujuan memasukan bola ke gawang lawan serta mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola”. Pada permainan ini pemain dibolehkan memakai seluruh anggota tubuh kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan tangan tapi hanya di dalam kotak penaltinya. Menurut Simon & Saputa (dalam Darmawan, 2023) mengungkapkan bahwa “permainan sepakbola salah satu cabang olahraga yang menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali lengan dalam memainkan bola.

Menurut penjelasan di atas maka penulis menyimpulkan bahwa sepakbola merupakan cabang olahraga yang dimainkan dengan seluruh anggota tubuh kecuali lengan dengan menggunakan bola yang terbuat dari kulit atau sejenisnya dengan tujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan sebanyak mungkin agar dapat memenangkan pertandingan.

Faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi sepakbola adalah penguasaan kemampuan teknik, taktik, fisik, dan mental. Yang utama menjadi faktor pemain dalam sepakbola yakni teknik dasar. Teknik dasar permainan sepakbola tersebut menentukan sampai dimana seorang pemain dapat meningkatkan mutu permainannya. Tujuan penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna adalah agar para pemain dapat menerapkan taktik permainan dengan mudah, karena apabila pemain mempunyai kepercayaan pada diri sendiri yang cukup tinggi, maka setiap pengolahan bola yang dilakukan tidak akan banyak membuang tenaga. Menurut Suganda (2017) “Pemain harus dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik tersebut cenderung

dapat bermain sepakbola dengan baik pula”. Menurut Misbahudin dan Winarno (2020) “Teknik dasar sepakbola 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 kedalam (*throw-in*)”. Sedangkan teknik dasar sepakbola menurut Yunus (dalam Aprinova dan Hariadi, 2016) diantaranya :

- 1) Teknik menendang/*shooting* penguasaan keterampilan dasar menendang bola yang baik akan memungkinkan pemain untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan.
- 2) Teknik *passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* lebih banyak dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh yang lain juga bisa digunakan.
- 3) Teknik *dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar.
- 4) Teknik *trapping* adalah metode mengontrol bola yang paling sering digunakan pemain ketika menerima bola dari pemain lain. Saat sebelum melakukan *trapping*, pemain harus menggunakan bagian tubuh yang sah (kepala, tubuh, dan kaki) agar bola tetap berdekatan dengan tubuh pemain.
- 5) Teknik menyundul bola atau *heading* para pemain biasa melakukan *heading* ketika sedang meloncat, melompat ke depan, menjatuhkan diri (*diving*), atau tetap diam dan mengarahkan bola dengan tajam ke gawang atau teman satu tim.
- 6) Teknik merebut bola atau *tackling* merupakan aksi merebut bola lawan dengan cara menjatuhkan lawan.
- 7) Teknik menjaga gawang *goal keeping* merupakan lini pertahanan terakhir di dalam sebuah permainan sepakbola.

Pada permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang paling sering digunakan yaitu *passing*, menurut pendapat Soejoedi (dalam Tarju dan Wahidi, 2017), menjelaskan “*short passing* atau operan jarak dekat adalah mengoperkan bola ke teman yang berdiri dekat melalui tendangan. Pada saat melakukan *passing* pemain wajib memperhatikan prinsip dalam melakukan *passing* yaitu, pandangan mata ke arah bola, tumpuan kaki, ayunan kaki, perkenaan kaki, posisi badan, *power* tendangan, jauh dekatnya sasaran serta lanjutan. Tujuan *passing* dalam permainan sepakbola ini adalah mengoper bola ke rekan satu tim untuk menciptakan ruang, menghubungkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya,

menciptakan peluang gol ke gawang lawan, dan juga menjaga daerah pertahanan. Menurut Djezed (dalam Putra, 2019) “*passing* merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ketempat yang lain dengan menggunakan kaki. Menurut Atiq (2012) ada 3 jenis teknik permainan sepakbola yang harus disampaikan kepada para pemain yang pertama *foundation* atau teknik dasar, yang kedua *intermediate* atau teknik lanjutan dan yang terakhir *game* atau teknik bermain. Menurut Tarju (2017) Ada tiga teknik dasar untuk menendang bola yaitu dengan bagian dalam kaki (*in side – of the foot*), dengan bagian samping luar kaki (*out side – of the foot*), dan dengan kura-kura kaki (*instep*)”.

Dengan pernyataan itu teknik *passing* dalam permainan sepakbola sangatlah penting, karena dengan *passing* yang tepat dan akurat akan memudahkan teman untuk dapat mengontrol bola dengan baik, sehingga pada saat permainan berlangsung bola tidak akan dengan mudah direbut oleh lawan. Melakukan *passing* dengan baik tentunya tidak bisa dilakukan tanpa latihan, oleh karena itu tentunya harus dilakukan latihan secara rutin dan sungguh-sungguh. Mencapai sebuah prestasi sepakbola harus ada prosesnya, yaitu dengan pembinaan dan latihan.

Seperti yang diketahui secara umum, ada banyak sekolah di Indonesia serta kegiatan ekstrakurikuler sepakbola yang menunjukkan popularitas olahraga ini. Selain itu, sepakbola merupakan cabang olahraga yang telah meraih berbagai prestasi baik didalam maupun diluar negeri. Sebagai hasilnya, untuk meningkatkan dan memperluas prestasi sepakbola di Indonesia, pemerintah Indonesia memberikan wadah dengan menyelenggarakan sejumlah event sepakbola antara lain SOERATIN, ASKAB, PORDA, PORPROV dan sejumlah kompetisi sepakbola lainnya.

Salah satu sekolah yang mendukung dan mengembangkan prestasi cabang olahraga sepakbola adalah salah satu sekolah menengah pertama di Kabupaten Ciamis yaitu SMPN 1 Cijeungjing. Beberapa bentuk dukungan yang diberikan seperti adanya kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dan mendukung para siswa nya untuk mengikuti kejuaran sepakbola di Kab. Ciamis. Ekstrakurikuler sepakbola di SMPN 1 Cijeungjing setiap tahun selalu mengikuti kegiatan pertandingan yang di

selenggarakan tingkat kota/kabupaten. Beberapa kejuaraan yang telah diraih oleh tim sepakbola SMPN 1 Cijeungjing di tingkat kabupaten/kota, juara 1 pada tahun 2014 pada event Liga Pendidikan Indonesia se-Kabupaten Ciamis dan juara 3 pada tahun 2016 pada event Tutwuri Handayani se-Kabupaten Ciamis.

Berdasarkan observasi dilapangan yang telah penulis lakukan dan hasil wawancara bersama pembina atau pelatih di tim sepakbola ekstrakurikuler SMPN 1 Cijeungjing pada saat latihan rutin atau pertandingan, dapat dikatakan bahwa pada saat melakukan permainan para siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Cijeungjing memiliki performa yang kurang. Pada saat itu para siswa terlihat kurang focus dalam permainan, bahkan tingkat ketepatan *passing* para pemain pada umumnya masih kurang. Ini dapat dilihat dari akurasi *passing* dalam latihan rutin dan pertandingan.

Jadi dari hasil observasi dapat disimpulkan bahwa pemain sepakbola di ekstrakurikuler SMPN 1 Cijeungjing memang perlu dilatih teknik dasar akurasi *passing* nya. Karena setelah diamati di dalam latihan rutin dan saat pertandingan, pemain masih kurang tepat dalam melakukan *passing* sehingga performa permainan menurun dan terganggu. Oleh karena itu, perlu diberikan latihan yang dapat meningkatkan ketepatan *passing*nya. Ketepatan *passing* dapat ditingkatkan dengan menerapkan latihan yang sistematis dan intensitas yang tinggi.

Ada beberapa metode latihan untuk meningkatkan ketepatan *passing*. Diantaranya latihan menggunakan target, latihan *passing* ke tembok, latihan *passing* berpasangan, *Grid passing*, dan bermain mini *games*. Agar pemain tidak mengalami kejenuhan dan peningkatan lebih optimal, latihan harus bervariasi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk menghilangkan kejenuhan adalah dengan berlatih *passing* menggunakan latihan *Small-sided games*. Menurut Wea (2020) “*Small sided games* dapat mengefektifkan untuk meningkatkan kemampuan fisik, taktik dan teknik permainan sepakbola. *Small sided games* memiliki efek positif dalam meningkatkan ketepatan *passing* dan perilaku taktis/teknis”. Sependapat dengan Fadchurrohman (2016) bahwa “*small sided games* merupakan proses latihan dengan lapangan skala kecil yang bertujuan untuk meningkatkan teknik dan taktik dalam permainan sepakbola”. Dari uraian diatas maka dapat

dikatakan bahwa manfaat *small side games* salah satunya dapat meningkatkan kemampuan ketepatan *passing*.

Berdasarkan dengan permasalahan yang sudah dipaparkan di atas, penulis mempunyai inisiasi bahwa untuk meningkatkan kemampuan ketepatan *passing* dapat mengguakan variasi latihan, salah satu variasi latihan tersebut yaitu latihan dengan variasi *small sided games* yang dapat meningkatkan kemampuanketepatan *passing* pada pemain sepakbola di ekstrakurikuler SMPN 1 Cijeungjing. Dengan menggunakan variasi latihan *small sided games*, penulis berharap pada ketepatan *passing* pemain sepakbola di ekstrakurikuler SMPN 1 Cijeungjing mengalami perubahan dan peningkatan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah di uraikan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan Apakah terdapat pengaruh latihan *small-sided games* terhadap ketepatan *passing* pada pemain sepakbola di ekstrakurikuler sepakbola SMPN 1 Cijeungjing?

1.3 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkannya, penulis kemukakan makna yang dimaksud dari setiap istilah sebagai berikut:

- 1.1 Pengaruh dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001), “adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang”(hlm.1045). Pengaruh dalam penelitian ini adalah akibat yang timbul dari hasil berlatih menyerupai permainan sebenarnya terhadap keterampilan *passing control* dalam permainan sepakbola.
- 1.2 Menurut Munawar & Hendrawan (2019) Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang.
- 1.3 Menurut Santoso (2014) *Passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya.
- 1.4 Menurut Fadchurrohman (2016), *small-sided games* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah penulis kemukakan di atas maka tujuan penulis melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan passing menggunakan latihan *small sided games* terhadap peningkatan ketepatan passing pada pemain sepakbola di ekstrakurikuler sepakbola SMPN 1 Cijeungjing Kabupaten Ciamis.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis:

1) Secara teoritis

Pengaruh latihan menggunakan target dapat dibuktikan secara ilmiah untuk meningkatkan ketepatan passing dalam permainan sepakbola pada siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMPN 1 Cijeungjing, Kabupaten Ciamis. Setelah diketahui hasil secara ilmiah tersebut diharapkan dapat membantu dalam menentukan latihan yang akan digunakan untuk meningkatkan ketepatan passing untuk pemain sepakbola.

2) Secara Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan referensi bagi para pelatih dan pemain sepakbola untuk dapat lebih kreatif dan inovatif dalam merancang dan melatih. Agar bentuk-bentuk latihan tidak monoton dan tidak bersifat membosankan.

- a) Bagi peneliti dapat dijadikan sebagai media dalam mengaplikasikan bidang ilmu yang telah di pelajari melalui suatu kegiatan penelitian ilmiah.
- b) Bagi sekolah yang bersangkutan, dapat digunakan sebagai alat pertimbangan dalam menentukan program latihan ekstrakurikuler sepakbola di SMPN 1 Cijeungjing
- c) Bagi pelatih, sebagai data untuk mengevaluasi terhadap program latihan yang telah dilaksanakan serta untuk merancang latihan yang akan diberikan pada peserta ekstrakurikuler di SMPN 1 Cijeungjing.
- d) Bagi siswa, dapat digunakan sebagai tolak ukur dalam mengetahui kemampuan dirinya sendiri