

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang paling banyak digemari dan menarik perhatian masyarakat dunia. Banyak informasi tentang sepakbola yang disajikan melalui media-media sosial saat ini yang menyebabkan olahraga ini menjadi daya tarik dan semakin diminati oleh kalangan masyarakat. Secara umum sepakbola dikenal sebagai permainan bola kaki yang dimainkan oleh 2 tim dengan komposisi dan jumlah pemain sebanyak 11 orang. Permainan ini mewajibkan suatu tim melakukan kerjasama dengan tujuan memperlihatkan permainan yang menarik dan unik. Sepakbola menjadi sebuah olahraga yang menarik dan unik, dikarenakan dalam sepakbola memperlihatkan sebuah drama dan seni, ketika 2 tim saling bersaing memperebutkan bola di dalam lapangan (Aprilianto, 2016:35).

Indonesia merupakan negara dimana masyarakatnya sangat antusias terhadap keberadaan sepakbola. Mulai dari anak-anak, remaja, sampai orang tua pun ikut memainkan permainan ini. Bahkan banyak klub sepakbola yang ada di berbagai daerah Indonesia seperti Bali United, Persija Jakarta, Persib Bandung, Persik Kediri, Persita Tangerang, Persebaya Surabaya dan lain-lain. Namun, perkembangan sepakbola di Indonesia, masih belum bisa dibanggakan. Dilihat dari prestasi Indonesia di cabang olahraga sepakbola masih belum dapat memenuhi keinginan masyarakat khususnya.

Prestasi sepakbola merupakan aset yang dapat mengharumkan dan mempopulerkan suatu daerah, kota maupun negara (Gema et al., 2016). Untuk meningkatkan prestasi sepakbola perlu adanya pembinaan serta pelatihan yang baik, bertahap dan berkelanjutan. Hal tersebut dimaksudkan bahwa pembinaan harus berdasarkan tingkatan umur, pertumbuhan dan kemampuan dasar dari masing-masing atlet. Menurut Bempa (2009:44) menyatakan bahwa usia yang cocok bagi pemain sepakbola untuk mulai diberikan suatu pelatihan adalah usia 12-14 tahun, sedangkan usia spesialisasinya kisaran 16-18 tahun dan usia pencapaian tertinggi prestasinya yaitu 23-27 tahun. Berdasarkan pendapat dari Bempa untuk meningkatkan prestasi sepakbola, salah satunya dapat dilakukan dengan pembinaan atlet di usia muda.

Upaya peningkatan prestasi atlet usia muda harus melalui proses yang baik dan berkesinambungan yang dimulai dari pencarian atau pemilihan bibit atlet, memandu bakat atlet yang sesuai dengan keahliannya serta memberikan pelatihan yang mengarah ke olahraga prestasi. Selain itu, pembinaan atlet usia muda tentunya harus berdasarkan pada ilmu pengetahuan tentang olahraga termasuk ilmu kepelatihan, karena jika ingin memperoleh atlet sepakbola yang berkualitas tentu diperlukan sosok pelatih yang tepat.

Pelatih adalah orang yang mampu membawa dan menciptakan keberhasilan/prestasi atletnya. Agar atlet dapat meningkatkan prestasi dengan baik, maka pelatih harus menguasai ilmu kepelatihan atau prinsip-prinsip dasar melatih (Sibarani, 2018). Selain itu, pelatihan sangat berperan penting dalam proses peningkatan kemampuan atlet, dengan diberikan berbagai pelatihan kedepannya dapat menjadikan atlet sepakbola yang profesional dan berkualitas.

Pemain yang berkualitas memiliki fisik yang kuat, teknik individu yang baik, mental bertanding yang bagus serta mengerti dasar-dasar bermain (Subardi, 2007:13).

Pada prinsipnya, permainan sepakbola dimainkan dengan tujuan mencetak gol sebanyak mungkin melawan gawang lawan dan berusaha mengentikan lawan untuk mencetak gol. Selama proses permainan, semua pemain yang berada di dalam lapangan dituntut untuk dapat melakukan gerakan yang terampil dalam waktu 90 menit dan para pemain akan disuguhkan momen-momen serangan, pertahanan, dan transisi. Maka setiap pemain sepakbola harus memiliki kondisi fisik yang prima (Chandra & Kusuma, 2019). Selain itu, untuk menciptakan suatu kemenangan diperlukan taktik dan pola dalam penyerangan maupun pertahanan. Untuk dapat membangun serangan, tim perlu melakukan berbagai aksi sepak bola seperti menggiring bola, mengoper, mengontrol, menembak, menyundul dan lainnya. Kemampuan dari masing-masing individu tentunya sangat perlu dikembangkan. Pengembangan teknik pemain layaknya seperti membangun sebuah menara, semua bagian teknik perlu mendapat pelatihan yang sesuai.

Untuk pembinaan atlet usia muda pelatihan bisa didapat melalui sekolah sepakbola (SSB), klub maupun ekstrakurikuler. Keberadaan ekstrakurikuler memegang peranan penting dalam peningkatan prestasi atlet usia muda khususnya dikalangan pelajar. Ekstrakurikuler merupakan sebuah bentuk kegiatan sekolah yang dapat dijadikan mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan potensi, dan bakat yang dimiliki. SMK Restumuning adalah salah satu SMK di kabupaten Tabanan yang beralamat Perean Kangin, Baturiti yang menerapkan kegiatan ekstrakurikuler di sekolahnya. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di

SMK Restumuning baru dibentuk pada tahun 2019. Sekolah berharap agar olahraga sepakbola dapat berkembang dengan baik di SMK Restumuning.

Dilihat dari prestasi, SMK Restumuning belum pernah memperoleh juara di tingkat SMA/SMK se-Kabupaten, terutama kejuaraan SMASTA CUP yang diadakan oleh SMA 1 Tabanan. Hal tersebut, dikarenakan ekstrakurikuler sepakbola baru berjalan 2 tahun di SMK Restumuning dan masih dalam tahapan pembentukan tim. Untuk meningkatkan prestasi di SMK Restumuning, peneliti ingin meningkatkan penguasaan teknik dasar pada setiap pemain. Penguasaan teknik memegang peranan penting, kesalahan dalam melakukan teknik bukan saja akan mengakibatkan bertambah besarnya energi yang dikeluarkan, tetapi juga akan mengakibatkan sulit meningkatkan prestasi. Maka dari itu, peneliti ingin memberikan pelatihan pada peserta ekstrakurikuler sepakbola SMK Restumuning mengenai teknik sepak bola.

Berdasarkan observasi awal peneliti di SMK Restumuning, peneliti melakukan pengamatan langsung pada tanggal 20 februari 2020, ketika mengikuti pertandingan dalam kejuaraan SMASTA Cup di Tabanan tahun 2020. Dari pengamatan tersebut, ketika tim SMK Restumuning bertanding dengan SMA N 1 Kediri, peneliti melihat banyak pemain SMK Restumuning sering melakukan kesalahan pada saat melakukan *passing control*, seperti *passing* belum akurat, *passing* terlalu kencang dan lemahnya *passing*, sehingga dapat menyulitkan rekan tim untuk melakukan *control* bola. Selain itu, untuk memperkuat asumsi peneliti dalam memperoleh data, peneliti melanjutkan dengan melakukan wawancara ke beberapa pemain. Dari hasil tersebut, peneliti mendapatkan bahwa, ketika latihan

pemain belum pernah diberikan pelatihan *passing control* secara khusus sehingga mempengaruhi tingkat keterampilan siswa.

Passing merupakan suatu operan yang dapat menghubungkan seluruh pemain di dalam lapangan dan memungkinkan suatu tim dalam membangun serangan ataupun mengembangkan suatu permainan. Banyak negara/klub sudah mengutamakan menggunakan operan pendek dari pada operan jarak jauh dikarenakan operan pendek lebih mudah diterima oleh pemain ketika melakukan *control* bola, sehingga bola tetap berada pada penguasaan tim (*ball possession*). Semakin lama suatu tim menguasai bola, maka semakin besar kemungkinan tim tersebut mencetak skor dan memenangkan pertandingan. Mengingat pentingnya keterampilan *passing* pada sepakbola, maka keterampilan *passing control* perlu diberikan pelatihan secara khusus dalam pembinaan prestasi sepakbola.

Dari permasalahan tersebut, sehingga dipandang perlu untuk mengadakan penelitian di ekstrakurikuler sepakbola SMK Restumuning. Peneliti berasumsi bahwa permasalahan tersebut dapat diatasi dengan latihan yang lebih bervariasi. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan *passing control* yaitu dengan pemberian metode pelatihan *small sided games*. Menurut Fenoglio dalam (Travassos et al., 2014) menyatakan penggunaan pelatihan *small sided games* sangat baik untuk pelatihan sepakbola asosiasi pada pemain profesional khususnya pada usia muda dan dewasa. Metode pelatihan *small sided games* dalam penerapannya lebih banyak memberikan komponen latihan fisik, teknik, dan taktik, yang berarti pemain dihadapkan dengan kondisi dan situasi bermain sebenarnya (Sudaryoto et al., 2017).

Metode pelatihan *small sided games* didesain dalam bentuk lapangan yang dimodifikasi menjadi lebih kecil dari lapangan sebenarnya dengan jumlah pemain lebih sedikit. Dengan modifikasi lapangan menjadi lebih kecil sentuhan bola diharapkan menjadi lebih banyak. Selain itu, pemberian pelatihan *small sided games* membuat respon pemain semakin cepat dalam membuat keputusan, misalnya setelah pemain menerima bola, pemain tersebut bisa memberikan *passing* kepada rekan satu timnya dengan cepat dan tepat. Pelatihan *small sided games*, diharapkan dapat diterapkan saat bermain dalam permainan yang sesungguhnya.

Berdasarkan uraian diatas, dalam rangka meningkatkan keterampilan *passing control* sepakbola sehingga peneliti memandang perlu untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pelatihan *Small Sided Games* terhadap Keterampilan *Passing Control* Ditinjau dari Ketepatan pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMK Restumuning”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah-masalah yang timbul dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a) Penguasaan teknik dasar sepakbola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola masih kurang, salah satunya teknik *passing control* sepakbola.
- b) Pembinaan ekstrakurikuler sepakbola belum memahami bahwa ketepatan *passing* sangat penting dalam sepakbola.
- c) Metode pelatihan untuk meningkatkan keterampilan *passing control* belum pernah diterapkan pada peserta ekstrakurikuler sepakbola SMK Restumuning.
- d) Bentuk pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dan *small sided games* 4v4 belum pernah diterapkan oleh pelatih di ekstrakurikuler sepakbola SMK Restumuning.

1.3 Pembatasan Masalah

Adapun Batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Metode pelatihan yang akan diteliti adalah pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dan *small sided games* 4v4.
- b) Komponen keterampilan yang akan diteliti adalah ketepatan dan keterampilan *passing control* sepakbola.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, adapun rumusan masalah adalah sebagai berikut:

- a) Apakah terdapat perbedaan hasil keterampilan *passing control* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola yang mendapatkan pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dengan pelatihan *small sided games* 4v4?
- b) Apakah terdapat interaksi antara metode pelatihan *small sided games* dan ketepatan terhadap *passing control* sepakbola ?
- c) Apakah terdapat perbedaan hasil keterampilan *passing control* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola yang mendapatkan pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dengan pelatihan *small sided games* 4v4 ditinjau dari tingkat ketepatan tinggi?
- d) Apakah terdapat perbedaan hasil keterampilan *passing control* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola yang mendapatkan pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dengan pelatihan *small sided games* 4v4 ditinjau dari tingkat ketepatan rendah?

1.5 Tujuan

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan tujuan penelitian sebagai berikut:

a) Tujuan Umum

1. Untuk mengetahui pengaruh metode pelatihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing control* ditinjau dari ketepatan pada peserta ekstrakurikuler sepakbola.
2. Untuk mengetahui apakah pelatihan dapat mempengaruhi sebuah prestasi olahraga.

b) Tujuan Khusus

1. Untuk menganalisis perbedaan hasil keterampilan *passing control* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola yang mendapatkan pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dengan pelatihan *small sided games* 4v4?
2. Untuk menganalisis interaksi antara metode pelatihan *small sided games* dan ketepatan terhadap *passing control* sepak bola .
3. Untuk menganalisis perbedaan hasil keterampilan *passing control* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola yang mendapatkan pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dengan pelatihan *small sided games* 4v4 ditinjau dari tingkat ketepatan tinggi.
4. Untuk menganalisis perbedaan hasil keterampilan *passing control* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola yang mendapatkan pelatihan *small sided games* 2v2+(2) dengan pelatihan *small sided games* 4v4 ditinjau dari tingkat ketepatan rendah.

1.6 Manfaat

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, adapun manfaat yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

a) Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi di bidang ilmu pengetahuan dan ilmu kepelatihan, mengenai pengaruh pelatihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing control* ditinjau dari ketepatan sepakbola.

b) Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah:

1. Bagi peneliti dapat dimanfaatkan sebagai kajian ilmiah dan pertimbangan dalam penelitian selanjutnya.
2. Bagi siswa/atlet merupakan pengalaman yang dapat dimanfaatkan untuk melatih keterampilan *passing control* sepakbola
3. Bagi pelatih, pengetahuan untuk menyusun suatu program pelatihan yang lebih bermanfaat dalam melatih atlet-atletnya untuk dapat berkembang secara maksimal terutama keterampilan *passing control*.
4. Bagi guru/Pembina ekstrakurikuler merupakan pengetahuan yang dapat dijadikan dasar untuk melatih siswa tentang keterampilan *passing control* dan dapat dijadikan variasi latihan sehingga latihan tidak monoton.