

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan hak dan kebutuhan dasar setiap manusia. Sebagai sebuah hak dan kebutuhan dasar setiap manusia, olahraga tidak dapat dipisahkan dari kegiatan yang dilakukan oleh manusia karena olahraga merupakan bagian dari hidup manusia yang dapat meningkatkan kondisi fisik manusia baik jasmani maupun rohani dan memberikan kesenangan serta dapat memberikan kesehatan bagi manusia juga dapat sebagai sarana rekreasi.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari semua kalangan baik tua maupun muda, bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan, sangat menggemari olahraga ini. Hampir dipastikan masyarakat dunia sangat mengenal olahraga sepak bola. Seandainya sebagian tidak menggemari atau dapat memainkannya, minimal mereka mengetahui tentang keberadaan olahraga ini. Demikian halnya yang berkembang di Indonesia, sepak bola adalah suatu cabang permainan yang populer dan sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan. Permainan sepak bola dilakukan di kota-kota besar maupun di desa.

Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepak bola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepak bola berkembang dengan pesat. Akan tetapi minat masyarakat terhadap permainan sepak bola yang begitu besar tidak diimbangi dengan perolehan prestasi yang diperoleh bangsa Indonesia di kancah persepak bolaan internasional. Prestasi cabang olahraga sepak bola di Indonesia dianggap kurang begitu maju dibandingkan dengan prestasi olahraga cabang lainnya. Padahal antusias masyarakat Indonesia begitu besar terhadap cabang olahraga sepak bola. Tetapi bukan hanya minat dan antusias saja yang dapat mempengaruhi prestasi, melainkan ada banyak faktor yang harus diperhatikan dan perlu pembenahan di berbagai sektor, diantaranya masalah sarana dan prasarana, kompetisi yang teratur dan berkesinambungan, kualitas pelatih, dan didukung oleh penelitian ilmiah dan ilmu pengetahuan. Menurut Akhmad dan Suriatno (2018)

menjelaskan bahwa “Permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak. Sepak bola dimainkan dilapangan rumput oleh dua tim yang saling berhadapan dengan masing tim terdiri dari 11 orang pemain” (hlm.49). Sedangkan Menurut Emral (dalam Irfan dkk, 2020)

Sepakbola adalah permainan yang dimainkan dengan lawan 11 yang langsung dipimpin seorang wasit yang mempunyai asisten 1 dan asisten 2, dan memiliki satu orang wasit sebagai cadangan atau pengganti. Permainan berlangsung pada suatu lapangan sepakbola berukuran panjang 100 sampai 110m dan lebar 64m sampai 75m dalam permainan terjadi kontak langsung antar pemain satukesebelasan dengan pemain kesebelasan lain). (hlm.721)

Menurut Kosasih (dalam Razbie, dkk. 2018) bahwa “Permainan sepak bola merupakan suatu olahraga yang dimainkan oleh 11 lawan 11 pemain dalam satu tim yang dimainkan di lapang empat persegi panjang dengan ukuran panjang 100-110 meter dan lebar 64-75 meter, serta waktu permainan 2 x 45 menit” (hlm.5). Dan tujuan sepak bola menurut Razbie dkk. (2018) mengungkapkan “Tujuan permainan sepak bola adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan” (hlm.5).

Sepak bola adalah olahraga yang kompleks, namun sejumlah faktor dapat mempengaruhi hasil akhir suatu pertandingan. Permainan sepak bola adalah cabang olahraga permainan beregu atau tim, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerja sama yang baik. Untuk mencapai kerjasama tim yang baik diperlukan pemain-pemain yang mampu menguasai bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepak bola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan cermat artinya tidak membuang-buang energi atau waktu. Dengan demikian seorang pemain sepak bola yang tidak mempunyai teknik dasar dan keterampilan bermain sepak bola tidaklah mungkin menjadi pemain yang baik dan terkemuka. Semua pemain sepak bola harus menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepak bola, karena orang akan menilai sampai dimana teknik dan keterampilan pemain dalam hal menendang bola, mengoper bola, menyundul bola, menembakan bola ke gawang lawan untuk

membuat gol. Oleh karena itu, tanpa menguasai dasar teknik dan keterampilan bermain sepak bola dengan baik, untuk selanjutnya pemain tidak dapat melakukan macam-macam sistem permainan, tidak dapat melakukan pola-pola permainan atau mengembangkan teknik modern dan dapat pula membaca permainan.

Menurut 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 kedalam (*throw-in*) (hlm.17). Sedangkan menurut Mielke (2017) “Kemampuan dasar bermain sepak bola antara lain menggiring (*dribbling*), mengoper (*passing*), menembak (*shooting*), menyundul bola (*heading*), menimang bola (*juggling*), menghentikan bola (*trapping*), dan lemparan ke dalam (*throw-in*)” (hlm.1).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan dasar sepak bola adalah tingkat kemahiran yang dimiliki seseorang dalam bermain sepak bola. Teknik ini akan sangat bermanfaat apabila dapat dikuasai dengan benar. Teknik dasar sepak bola tersebut meliputi *passing*, *shooting*, *dribbling*, *trapping*, *juggling*, *throw-in*, dan *heading*.

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai atlet agar dapat bermain bola dengan baik adalah *passing*. *passing* atau mengoper bola adalah salah satu teknik dasar yang haruslah dikuasai oleh pemain sepak bola, dengan menguasai teknik *passing* yang benar, permainan sepak bola menjadi permainan yang sangat mementingkan kerja sama tim. Dengan keterampilan *passing* pula permainan sepak bola menjadi menarik, lebih atraktif dan enak untuk ditonton. Dengan *passing* semua pemain dapat menjadi komponen penting dalam kesuksesan suatu tim dalam memenangkan suatu pertandingan.

Menurut Pamungkas (2019) *passing* adalah “Operan bola yang diberikan seorang pemain kepada rekan setim)” (131). Menurut Sukatamsi (2015)

Dalam sepak bola, menendang merupakan teknik yang paling sering digunakan. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik menendang yang baik, pemain tersebut tidak akan menjadi pemain yang baik, dan kesebelasan yang baik adalah suatu kesebelasan yang semua pemainnya menguasai teknik menendang bola yang baik” hlm.44).

Selanjutnya Sukatamsi (2015) menjelaskan tentang kegunaan atau fungsi dari tendangan adalah sebagai berikut :

1) untuk memberikan operan bola kepada teman, 2) untuk menembakkan bola ke arah mulut gawang lawan untuk membuat gol kemenangan, 3) untuk membersihkan atau menyapu bola di daerah pertahanan (belakang) langsung ke depan, biasa dilakukan oleh pemain belakang untuk mematahkan serangan lawan, dan 4) untuk melakukan bermacam-macam tendangan khusus yaitu untuk tendangan bebas, tendangan sudut, tendangan hukuman (pinalti). (hlm. 44-48)

Menurut Pamungkas (2019) *short passing* adalah “Teknik membagi bola atau mengoper bola ke rekan se-tim yang jaraknya dekat dan tidak memerlukan kekuatan yang banyak”(hlm.132). *Passing* mempunyai peran sangat penting dalam permainan sepak bola. *Passing* ini identik digunakan untuk mengoper bola pada kawan yang jaraknya dekat, serta untuk mengalirkan bola dengan melakukan operan pendek yang sekarang sering kita dengar dengan tiki-taka. Selain itu mengoper bola dapat menghemat tenaga ketika saat bermain tanpa harus banyak berlari sambil menggiring bola, mendekati pertahanan lawan, memancing lawan untuk keluar dari wilayah pertahanan, mengatur tempo permainan dengan *ball possession*. Untuk menunjang keberhasilan itu semuanya sangat dibutuhkan pula latihan *passing* serta kondisi fisik yang baik juga.

Ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya bertujuan untuk menciptakan pemain yang berbakat, berkualitas di cabang sepak bola, menuju pribadi yang baik dan tak lepas juga sebagai wadah pembinaan dan pelatihan pemain sepak bola di kabupaten Tasikmalaya agar bisa bersaing dengan sekolah yang lain dalam mencari dan mengembangkan bibit muda berbakat, juga sebagai wadah positif di masyarakat.

Dari hasil pengamatan dan wawancara dengan pelatih ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya yang dilakukan peneliti, masih banyak siswa yang belum tepat melakukan *short passing* kepada temannya, banyak pemain yang *short passing* bolanya terlalu jauh ke samping maupun ke depan, sehingga teman yang menerima bola sulit untuk menjangkau bola yang diterimanya karena terlalu jauh dari jangkauan kedua kaki. Hal ini bisa berdampak negatif pada saat tim bermain, dikarenakan jika *passing* tidak tepat maka akan mudah direbut lawan dan apabila *passing* terlalu melebar atau jauh dari jangkauan kaki, akan mudah cepat kehilangan bola yang sulit dikontrol dan berakibat bola *out* atau keluar lapangan.

Kurangnya variasi di dalam latihan menjadi penyebab siswa merasa jenuh dan sering melakukan kesalahan yang mendasar dalam melakukan *passing* di saat latihan maupun pertandingan. Maka dengan demikian harapan pelatih dan penulis menginginkan setiap siswa dapat melakukan *short passing* dengan baik. Sehingga penulis berkeinginan untuk meningkatkan keterampilan *short passing* siswa tersebut menjadi lebih baik sesuai dengan apa yang diharapkan oleh siswa dan pelatih. Dan tidak lupa pula untuk mendukung latihan tersebut, perlu adanya program latihan yang baik untuk mendukung terciptanya latihan yang maksimal dan tidak membosankan. Dengan latihan yang bervariasi para pemain diharapkan tidak jenuh dan dapat melakukan latihan dengan leluasa dan latihan dapat dilakukan dengan maksimal. Model latihan permainan akan membuat para pemain akan lebih memanfaatkan latihan dan akan menjadi hal yang menyenangkan dan fungsi latihan akan tercapai.

Untuk dapat menerapkan teknik *short passing*, penulis mencoba memberikan metode variasi latihan *short passing*. Variasi latihan *short passing* adalah berbagai variasi latihan *short passing* dengan posisi berubah yang dilakukan secara bergantian dengan beberapa pasangan. Variasi latihan ini dapat meningkatkan kemampuan dalam *passing* dan *ball feeling*. Latihan ini akan semakin membuat anak latih selalu termotivasi dalam melakukannya sehingga hasil yang didapat akan semakin maksimal.

Dari uraian di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan terhadap Keterampilan *Short Passing* dalam permainan sepak bola (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2022/2023)”.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas masalah penelitian ini dapat penulis rumuskan sebagai berikut “Apakah variasi latihan *short passing* berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *short passing* dalam permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2022/2023?”.

### **1.3 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) Pengaruh dalam penelitian ini adalah daya yang timbul (melakukan *short passing*) pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2022/2023 akibat variasi latihan *passing*.
- 2) Latihan menurut Harsono (2015) “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 *short passing* dengan menggunakan variasi latihan terhadap keterampilan *short passing* dalam permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2022/2023, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.
- 3) *Passing* menurut Pamungkas (2019) adalah “Operan bola yang diberikan seorang pemain kepada rekan setim” (131). Keterampilan *passing* dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2022/2023 dalam hal mengoper bola yang bertujuan untuk memberikan operan bola kepada teman.

- 4) *Short Passing* menurut Pamungkas (2019) adalah “Teknik membagi bola atau mengoper bola ke rekan se-tim yang jaraknya dekat dan tidak memerlukan kekuatan yang banyak”(hlm.132)
- 5) Sepak bola, menurut Sudjarwo (2015) 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.1).

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang telah penulis kemukakan di atas maka tujuan penulis melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *short passing* terhadap peningkatan keterampilan *short passing* dalam permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2022/2023.

#### **1.5 Kegunaan Penelitian**

Secara teoretis dapat memperkaya khasanah ilmu keolahragaan serta dapat mendukung dan mempertahankan teori yang sudah ada, khususnya ilmu kepelatihan dan fisiologi olahraga.

Secara praktis, dapat memberi masukan pada guru Pendidikan dan pelatih olahraga tentang model kepelatihan yang dapat meningkatkan keterampilan *passing* pada siswa ekstrakurikuler sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam menyusun dan melaksanakan program latihannya.