

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang populer dimasa ini di seluruh dunia terutama di kawasan Eropa, Amerika dan Asia. Di tanah air kita pun permainan sepak bola sudah dikenal cukup lama, dan merupakan salah satu permainan rakyat yang sangat digemari dan sudah memasyarakat, baik masyarakat perkotaan maupun masyarakat pedesaan, mulai dari anak-anak kecil, remaja sampai orang tua sangat menggemarinya. Hal ini disebabkan oleh sifat permainannya itu sendiri yang mempunyai ciri khas yaitu mudah dilakukan, menyenangkan dan tidak memerlukan biaya yang mahal, serta permainan sepak bola ini dapat pula menjadi suatu alat pemersatu dalam persaudaraan, kerjasama antar bangsa.

Pesatnya perkembangan sepak bola di seluruh kawasan dunia ditandai dengan bermunculannya klub-klub sepak bola yang begitu menjamur di mana-mana. Perkembangan persepak bolaan di tanah air cukup mengalami kemajuan yang cukup pesat, khususnya jika ditinjau dari segi pembibitan. Banyak perkumpulan-perkumpulan sepak bola yang kebanyakan peminatnya terdiri atas anak-anak usia muda, itu menunjukkan bahwa sudah melekatnya jiwa-jiwa olahraga sepak bola. Para pemain yunior pun telah dapat menunjukkan prestasi khususnya tim pelajar Indonesia yang telah beberapa kali berhasil menjuarai kejuaraan sepak bola antar pelajar Asia.

Menurut Sudjarwo, Iwan (2015:iv) 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”. Permainan sepak bola merupakan permainan yang membutuhkan kondisi fisik yang baik, teknik dasar serta keterampilan yang mutlak harus dikuasai. Selanjutnya Sudjarwo, Iwan (2015:1) menjelaskan

Teknik dasar dalam permainan sepak bola pada umumnya terbagi 2 bagian, yaitu: (1) teknik tanpa bola, yang terdiri dari: lari cepat dan merubah arah, melompat dan meloncat, gerak tipu tanpa bola yaitu gerak tipu dengan badan dan gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang. (2) teknik dengan bola, terdiri dari mengenal bola, menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, teknik gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola dan teknik khusus penjaga gawang.

Dalam permainan sepak bola kalau kita menampilkan teknik sepak bola yang baik akan mampu meningkatkan mutu permainan sepak bola itu sendiri. Seorang pemain sepak bola akan terkenal dan populer karena dia memiliki teknik bermain yang bagus. Untuk menjadi seorang pemain sepak bola yang baik, dibutuhkan penguasaan teknik dasar bermacam-macam. Penguasaan berbagai teknik tersebut memerlukan latihan yang dilakukan secara berulang-ulang, agar gerakan tersebut menjadi otomatisasi dan pada saat pertandingan teknik-teknik tersebut dapat dilakukan dengan baik, tidak canggung dan tidak kaku lagi gerakan tersebut.

Dalam permainan sepak bola terdapat teknik-teknik dasar yang menunjang terhadap prestasi, antara lain teknik menendang bola, menggiring bola, melempar bola dan teknik khusus penjaga gawang. Dari berbagai teknik dasar tersebut, penulis mengambil teknik menendang bola untuk dibahas secara lebih mendalam.

Teknik menendang bola ke gawang merupakan salah satu faktor yang menunjang dalam permainan sepak bola. Menendang bola adalah menembak atau *shooting* ke arah gawang lawan dengan menggunakan punggung kaki, yang bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan sehingga diperlukan penguasaan teknik menendang bola ke gawang secara baik.

Menurut hasil pengamatan dan observasi pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya siswa sudah sering mengikuti kompetisi namun hasilnya belum begitu memuaskan. Masalah-masalah yang dapat mempengaruhi pencapaian prestasi sepak bola yang perlu ditinjau diantaranya yaitu, kualitas pelatih, sarana dan prasarana yang dimiliki, serta kualitas pemain itu sendiri.

Masalah terpenting dalam upaya peningkatan prestasi dalam sepak bola adalah peningkatan kualitas pemain. Upaya peningkatan kualitas pemain, diperlukan peningkatan kualitas pembinaan dan pelatihan. Selain penguasaan teknik dasar permainan sepak bola, ada pula penguasaan teknik *shooting* yang perlu diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Salah satu permasalahan yang penting dalam bermain sepak bola adalah tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar dan akurasi *shooting* bermain sepak bola. Mengingat pentingnya ketrampilan *shooting* tersebut, maka keterampilan menendang bola ini harus mendapat perhatian yang serius dalam pembinaan prestasi sepak bola. Setiap pemain sepak bola perlu dilatih keterampilan *shooting*. Demikian juga pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya, dalam rangka untuk meningkatkan prestasi keterampilan *shooting* para pemainnya harus ditingkatkan.

Pelatih harus memberikan latihan *shooting* secara intensif dengan program latihan yang benar.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan banyak ditemui kekurangan khususnya pada latihan *shooting* dalam sepak bola yaitu Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya sering mengalami kesulitan dalam membuat gol saat pertandingan, akurasi tendangan siswa tersebut yang kurang akurat serta metode latihan yang monoton sehingga membuat proses latihan kurang tersampaikan dengan maksimal. Maka dalam penelitian ini digunakan dua metode latihan yaitu *block practice*, dan *random practice* dalam melatih keterampilan *shooting*.

Metode latihan merupakan salah satu cara dalam meningkatkan prestasi olahraga. Metode latihan adalah suatu cara yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam olahraga. Pada umumnya pelatih akan memberikan variasi latihan menggunakan metode *block practice* dan *random practice*. Dari metode latihan tersebut pelatih mengarahkan kepada atletnya yang akan ditempuh pada sesi latihan. *Block practice* merupakan metode latihan yang mengharuskan atlet berkonsentrasi melakukan satu aspek atau macam teknik secara berulang-ulang sampai atlet dapat melakukan teknik tersebut dengan benar dalam satu sesi. *Random practice* adalah metode latihan yang memasukkan beberapa aspek atau macam teknik dalam satu sesi latihan dan dilakukan secara acak untuk sesi-sesi latihan berikutnya. Menurut Edward (2011:406-407) “*Block practice* hanya berkonsentrasi mempelajari satu macam teknik saja sedangkan *random practice* mempelajari beberapa teknik dalam satu sesi latihan sedangkan *random practice*

dilakukan dengan urutan yang acak disetiap sesi”. Berkaitan dengan metode latihan yang bertujuan meningkatkan keberhasilan menembak (*shooting*), dari uraian diatas metode latihan *block practice* dan *random practice* dapat diaplikasikan untuk metode latihan menembak (*shooting*). Penerapan metode latihan yang tepat akan membuat pelatih lebih memahami dalam pemilihan metode latihan yang tepat untuk atletnya, karena hal ini sangat berpengaruh pada peningkatan dan mengoptimalkan kemampuan atlet untuk memperoleh prestasi setinggi-tingginya.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk meneliti lebih mendalam masalah tersebut dengan judul “Perbandingan Pengaruh Latihan Metode *Block Practice* dengan *Random Practice* terhadap Keterampilan *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya)”.

B. Rumusan Masalah

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

1. Apakah latihan *shooting* menggunakan metode *block practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya?
2. Apakah latihan *shooting* menggunakan metode *random practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya?

3. Manakah dari kedua bentuk latihan antara menggunakan metode *block practice* dan *random practice* yang paling berpengaruh terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya?

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam pengertian terhadap istilah yang digunakan, maka perlu adanya penjelasan batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini, adapun istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut:

1. Perbandingan, menurut Kamus Bahasa Indonesia (2008:850) adalah “Perbedaan (selisih) kesamaan”. Perbandingan yang dimaksud adalah perbandingan pengaruh latihan antara menggunakan metode *block practice* dan *random practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya.
2. Pengaruh, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008:849) adalah “Daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang”. Yang dimaksud pengaruh dalam penelitian ini adalah daya yang timbul dari latihan menggunakan metode *block practice* dan *random practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola.
3. Latihan, menurut Harsono (2015:50) adalah “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya”. Latihan dalam penelitian ini adalah proses berlatih dengan menggunakan *block practice* dan *random*

practice terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.

4. *Block practice*, dalam penelitian ini adalah metode latihan yang mengharuskan atlet berkonsentrasi melakukan satu aspek atau macam teknik secara berulang-ulang sampai atlet dapat melakukan teknik tersebut dengan benar dalam satu sesi
5. *Random practice*, dalam penelitian ini adalah metode latihan yang memasukkan beberapa aspek atau macam teknik dalam satu sesi latihan dan dilakukan secara acak untuk sesi-sesi latihan berikutnya.
6. *Shooting* Menurut Sudjarwo, Iwan (2015:23), 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 tersebut. Rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan, lalu tarik kaki yang akan menendang ke belakang, luruskan kaki tersebut, kepala tidak bergerak kemudian fokuskan perhatian pada bola”.
7. Sepak bola menurut Sudjarwo, Iwan (2015:iv) “Permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya yang terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang”.

D. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* dengan menggunakan metode *block practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola

pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya.

2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* dengan menggunakan metode *random practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih berpengaruh antara latihan *shooting* dengan menggunakan metode *block practice* dan *random practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya.

E. Kegunaan Penelitian

Setiap melakukan kegiatan tentunya diharapkan bermanfaat untuk diri pribadi sendiri maupun orang lain, begitu pula dalam melakukan penelitian ini penulis berharap hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoretis maupun secara praktis.

Secara teoretis hasil dari penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dan informasi untuk membuktikan adanya perbandingan pengaruh latihan menggunakan *block practice* dan *random practice* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola. Sedangkan secara praktis hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. dapat mengukur pengaruh latihan *shooting* menggunakan *block practice* dan *random practice* pada Hippo Sukarame Kabupaten Tasikmalaya.
2. dapat memberikan masukan kepada pelatih tentang pentingnya latihan *shooting* menggunakan *block practice* dan *random practice*.