

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan sepak bola pada Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan tahun 2013 (Edisi Revisi, tahun 2017) termasuk salah satu materi pelajaran wajib untuk diajarkan mulai jenjang pendidikan dasar hingga menengah. Permainan sepak bola termasuk cabang olahraga utama pada kegiatan Pekan Olahraga dan Seni (PORSANI) di lingkungan sekolah formal yang diselenggarakan untuk tingkat Kabupaten/Kota, Provinsi (PORSANIDA), dan Nasional (PORSANAS). Oleh karena itu permainan sepak bola disekolah sering dijadikan cabang olahraga untuk kegiatan ekstrakurikuler. Menurut Roji, (2013:2) menyebutkan bahwa:

Dalam permainan sepak bola dimainkan oleh dua kesebelasan. Masing-masing regu terdiri atas 11 pemain termasuk penjaga gawang, dan pemain cadangan untuk setiap regunya adalah 7 pemain. Adapun lama permainan ditentukan dengan babak, yakni 2 babak, 1 babak lamanya 45 menit, dengan lama istirahat antara babak 15 menit.

Permainan sepak bola terdiri atas beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik oleh pemain. Teknik-teknik dasar tersebut antara lain: (1) teknik dasar mengoper dan menghentikan bola (*passing and stoping*); (2) teknik dasar menggiring bola (*dribbling*); (3) teknik dasar menyundul bola (*heading*); dan (4) teknik dasar *shooting* bola (*shooting*).

Setiap cabang olahraga mempunyai tujuan dari permainannya. Tujuan permainan sepak bola menurut Sucipto dkk. (2015:7) adalah “Memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukan.” Hal ini berarti suatu regu dinyatakan menang apabila regu

tersebut lebih banyak memasukkan bola ke gawang lawannya dan lebih sedikit kemasukan bola.

Menendang bola merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola, karena berdasarkan fungsinya, menendang bola dapat digunakan sebagai cara memberikan (mengoper) bola kepada teman dalam berbagai jarak dan menembak bola ke gawang. Jika kemampuan menendang bola ini kurang baik maka seorang pemain dapat dikatakan tidak dapat bermain sepak bola dengan baik.

Shooting atau tembakan merupakan salah satu cara untuk memasukkan bola atau menciptakan gol ke gawang lawan dengan menggunakan kaki sebagai subyek gerakannya. Mielke, Danny (2015:67) menyatakan, “*Shooting at the goal is a very important phase of the game.*” Kemudian Sukatamsi (2016:230) menyatakan:

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepak bola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepak bola. Kesebelasan sepak bola yang baik adalah suatu kesebelasan sepak bola yang semua pemainnya menguasai teknik dasar menendang bola dengan baik, cepat dan tepat ke arah sasaran, baik teman maupun sasaran dalam membuat gol ke gawang lawan.”

Sucipto dkk. (2015:11) menyatakan, “Menendang bola merupakan pola gerak dominan yang paling penting dalam permainan sepak bola. Pada dasarnya bermain sepak bola itu tidak lain dari permainan menendang bola.” Kemudian Tarigan (2015:58) menyatakan, “Sekitar 80% terjadinya gol berasal dari tembakan.”

Mengingat karakteristik siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, maka setiap teknik dasar sepak bola

diajarkan dengan metode yang memungkinkan siswa dapat menguasai teknik dasar tertentu.

Berdasarkan pengalaman penulis sebagai mahasiswa yang sedang melaksanakan kegiatan praktek latihan lapangan (PPL) di SMPN 6 Kota Tasikmalaya para siswa ekstrakurikuler masih kesulitan untuk melaksanakan teknik *shooting*, hal ini dapat dilihat bola yang ditendang melenceng keluar gawang, bola tidak sampai ke gawang.

Untuk mengatasi kesulitan belajar tersebut penulis mencoba menerapkan metode latihan terpusat (*block practice*). Terdapat dua macam bentuk latihan, yaitu latihan terpusat dan latihan acak. Latihan terpusat adalah bentuk latihan tugas gerak yang diberikan oleh pelatih yang dimana atlet harus melakukan satu teknik saja dalam satu kali pertemuan hingga pada waktu yang telah ditentukan oleh pelatih, setelah itu baru atlet melakukan tugas gerak yang selanjutnya dengan kata lain tugas yang diberikan kepada atlet dilakukan secara terpisah-pisah. Latihan acak adalah bentuk latihan tugas gerak yang dimana atlet melakukan beberapa tugas gerak dalam sekali pertemuan, dengan kata lain, atlet diberikan tugas untuk melakukan beberapa teknik dalam satu kali pertemuan.

Penerapan metode latihan terpusat (*block practice*) dalam penelitian ini dilakukan dengan cara siswa melakukan tendangan (*shooting*) dengan perkenaan kaki dengan bola secara terpusat misalnya dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar serta dengan punggung kaki. Selain itu juga sasaran yang harus ditujukan oleh bola yang ditendang dilakukan secara terpusat, misalnya ke arah sudut kiri gawang, tengah gawang dan kearah sudut kanan gawang.

Sedangkan menurut Mielke, Danny (2015:68) menyatakan bahwa :

Dekatilah bola dari arah yang sedikit menyamping, bukan garis lurus. Usahakan langkahmu tetap pendek-pendek dan cepat. Teknik ini memungkinkanmu melakukan penyesuaian dan menempatkan kaki yang tidak digunakan untuk menendang sebagai tumpuan pada tempat yang tepat. Tempatkan kaki yang tidak digunakan untuk menendang atau kaki tumpuan kira-kira satu langkah disamping bola, dengan ujung kaki menghadap ke gawang. Tariklah kaki yang kamu gunakan untuk menendang ke belakang tubuh dengan ditekuk kira-kira 90 derajat. Ayunkan kaki tersebut kedepan untuk menyentuh bola. Pada saat persentuhan, lutut, tubuh dan kepala harus sejajar dengan bola. Pergelangan kaki terkunci, dan ujung kaki menghadap kebawah.”

Penelitian ini penulis laksanakan di SMPN 6 Kota Tasikmalaya mengingat di sekolah tersebut permainan sepak bola sebagai cabang olahraga yang diunggulkan dan dijadualkan pada kegiatan ekstrakurikuler. Sarana lapangan tersedia juga Kepala Sekolah merekomendasi pelaksanaan penelitian.

B. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, penulis merumuskan masalah sebagai berikut, ”Apakah latihan dengan menggunakan metode *block practice* berpengaruh terhadap keterampilan *shooting* permainan sepak bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola SMPN 6 Kota Tasikmalaya?”

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari salah arti terhadap istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan istilah-istilah dimaksud supaya lebih operasional, sehingga tidak timbul kesalahan dalam penafsirannya. Istilah-istilah tersebut penulis kemukakan sebagai berikut:

1. Pengaruh, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Depdiknas, 2015: 849) adalah “daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang”. Jadi yang

dimaksudkan pengaruh dalam penelitian ini adalah dampak yang ditimbulkan penerapan metode latihan *block practice* terhadap keterampilan *shooting* permainan sepak bola pada siswa peserta ekstrakurikuler permainan sepak bola SMPN 6 Kota Tasikmalaya.

2. Latihan, menurut Harsono (2015:101) adalah "Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya." Latihan dalam penelitian ini diartikan latihan shooting dengan menggunakan metode latihan acak (*block practice*).

3. Metode latihan terpusat (*block Practice*), diartikan suatu cara berlatih menendang (*shooting*) dilakukan dengan cara berganti secara khusus atau fokus pada satu sasaran atau bagian perkenaan bola dengan bagian kaki (kaki bagian dalam, luar serta punggung kaki). Menurut Lankor (2013:44) menyatakan bahwa "proses latihan merupakan sebuah keniscayaan yang tidak terhindarkan untuk menganut hukum dan prinsip tertentu yang secara empirik dan keilmuan telah terbukti dan teruji secara jelas seiring dengan berkembangnya ilmu kepelatihan."

4. Shooting, dalam penelitian ini dimaksudkan suatu teknik dalam permainan sepak bola yang dilakukan dengan cara melakukan tendangan ke gawang secara langsung. Keterampilan *shooting* diukur dengan tes baku yakni melakukan tendangan ke gawang yang diukur lamanya waktu dengan ketepatan melakukan tendangan dalam permainan sepak bola.

D. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian sudah pasti memiliki tujuan. Surakhmad, Winarno (2016:49) mengungkapkan bahwa:

Penelitian mutlak mempunyai tujuan, dengan adanya tujuan akan memberikan arah dan memperjelas objek yang akan diteliti. Tujuan dirumuskan dalam penelitian yang spesifik dengan istilah-istilah yang operasional, sehingga taraf pencapaian mudah diukur. Penelitian yang tidak dirumuskan tujuannya dalam bentuk yang jelas, akan sukar pula menentukan apakah tujuan itu akan tercapai atau tidak.

Menurut Ghony, Djunaidi & Almanshur, Fauzan (2016:29) menyatakan bahwa “penelitian memiliki dua tujuan utama, yaitu pertama, menggambarkan dan mengungkapkan (*to describe and explore*); kedua, menggambarkan dan menjelaskan (*to describe and explain*).” Sedangkan menurut Wardarita, Ratu (2017:79) menyatakan bahwa “penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendekatan pembelajaran dan penalaran verbal terhadap kemampuan menulis karya ilmiah.”

Berdasarkan pada permasalahan penelitian dan rumusan masalah sebagaimana diungkapkan, maka tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk memperoleh informasi tentang pengaruh latihan dengan menggunakan metode latihan terpusat (*block*) terhadap keterampilan *shooting* permainan sepak bola pada siswa peserta ekstrakurikuler permainan sepak bola SMPN 6 Kota Tasikmalaya.

E. Manfaat Penelitian

Secara teoretis hasil penelitian ini bermanfaat untuk menambah khazanah keilmuan terutama ilmu mengenai kepelatihan olahraga (*exercises science*) dalam penerapan metode *block practice* pada permainan sepak bola. Secara praktis, hasil penelitian ini berguna untuk guru pendidikan jasmani dan kesehatan, pelatih olahraga, dan pembina olahraga dalam rangka meningkatkan keterampilan dasar *shooting* permainan sepak bola.