

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Menurut Sarumpaet (2012) sepak bola merupakan “Permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukkan” (hlm.5). Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya yang terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang.

Menurut Soekatamsi (2015) “Permainan boleh dilakukan dengan seluruh anggota tubuh selain tangan, kecuali penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan” (hlm.3). Menurut Muchtar (2012) teknik sepak bola adalah “Cara pengolahan bola maupun pengolahan gerak tubuh dalam bermain. Pemain yang memiliki fisik dan mental yang lebih dapat melakukan gerakan terampil ketika dalam permainan” (hlm.27). Pada saat dalam permainan, pemain yang mampu berlari beberapa meter dalam suatu pertandingan, hampir menyamai kecepatan *sprinter* dan dapat menghadapi perubahan situasi permainan dengan cepat. Kemampuan pemain untuk memenuhi semua tantangan ini menentukan penampilan di lapangan sepak bola. Sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan dengan menggunakan seluruh bagian tubuh selain tangan kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan, dan permainan ini mengutamakan kerjasama tim serta berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan.

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.

Untuk dapat bermain sepak bola dengan baik dan benar ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola, di antaranya : teknik menendang bola, teknik menggiring bola, teknik *stop* bola, teknik menyundul bola, teknik merebut bola, teknik *shooting*, dan yang lainnya. Dengan penguasaan teknik yang baik dan benar kesempatan untuk menguasai jalannya pertandingan dan mencetak gol lebih banyak.

*Stop passing* merupakan teknik dasar dalam permainan sepak bola yang dianggap mudah tetapi pada dasarnya sulit dan banyak kesalahan yang dilakukan oleh seorang pemain. Tujuan utama *stop passing* adalah untuk memberikan umpan-umpan pendek maupun jauh kepada teman mainnya (satu tim). Keterampilan *stop passing* mutlak harus dikuasai oleh seorang pemain karena hampir 80% permainan sepak bola, baik dalam melakukan penyerangan maupun pertahanan menggunakan teknik *stop passing*. Kegagalan dalam melakukan penyerangan dan pertahanan sebagian besar akibat gagalnya melakukan *stop passing* sehingga bola mudah diambil oleh lawan karena bola hasil *stop passing* nya tidak tepat diberikan kepada teman seregunya.

Istilah *stop passing* mempunyai makna yang sama dengan mengoper dan menerima bola. Keterampilan mengoper dan menerima bola ini dalam permainan sepak bola sangat penting, karena keterampilan ini membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelas pemain ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik dari bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil.

Teknik mengoper dan menerima bola dalam permainan sepak bola bisa dibedakan menjadi mengoper dan menerima bola di atas permukaan lapangan dan mengoper dan menerima bola tinggi atau melayang di udara. Menurut Luxbacher (2014) “Bola yang sedang menggelinding di atas permukaan lapangan lebih

mudah untuk dioper dan diterima daripada bola yang sedang melayang di udara” (hlm.11).

Karena begitu dominannya teknik *stop passing*, para pemain sepak bola harus berusaha meningkatkan keterampilan teknik tersebut. Keterampilan teknik *stop passing* akan berkembang dengan baik bila seorang pemain melakukan latihan yang dilakukan dengan sistematis, berulang-ulang dan kian hari kian bertambah bebannya. Hal ini sesuai dengan batasan *training* (latihan) yang dikemukakan Harsono (2015) sebagai berikut, *training* (latihan) adalah “Suatu proses yang sistematis dari berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihannya” (hlm.3).

Asumsi peneliti bahwa dalam permainan sepak bola kemampuan *stop passing* sangatlah penting karena dengan *passing* yang tepat dan akurat maka dalam mengumpan bola kepada teman akan mudah diterima dan dikuasai, sehingga bola tidak mudah hilang atau direbut lawan. Dengan kemampuan *passing* yang baik dengan sedikit kesalahan bisa membuat suatu permainan menjadi semakin menarik untuk ditonton.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan dalam latihan SSB Garuda Jaya kelompok usia 13 – 19 tahun untuk dijadikan objek penelitian, dapat dilihat karena masih banyak anak atau siswa yang belum mampu melakukan *stop passing* secara tepat, hal ini ditunjukkan pada saat bermain banyak siswa yang melakukan kesalahan dalam *stop passing*, antara lain: *passing* tidak sampai kepada teman, *passing* yang terlalu kencang sehingga teman sulit untuk menguasai bola, *passing* yang tidak tepat ke arah teman sehingga salah memberi umpan. Selain itu pelatih yang memberi latihan secara monoton sehingga anak mengalami kebosanan dalam latihan. Dalam bermain biasanya anak masih sering melakukan *passing* yang asal-asalan terkadang hal tersebut terbawa saat pertandingan.

Sedangkan dalam permainan sepak bola keterampilan *stop passing* menjadi keharusan bagi seorang pemain sepak bola. Minimnya variasi latihan dapat menjadikan pemain kurang mampu menguasai teknik dasar *stop passing*. Program latihan yang terarah dengan menerapkan metode-metode latihan teknik dasar yang bervariasi dan metode latihan fisik yang dikombinasi dengan

permainan, tujuannya agar siswa tidak jenuh selama mengikuti latihan. Dengan latihan satu minggu tiga kali diharapkan para anggota SSB Garuda Jaya dapat lebih cepat berkembang dalam bermain sepak bola.

Oleh karena itu, untuk dapat menerapkan teknik *stop passing*, penulis mencoba memberikan variasi latihan *stop passing*. Sehingga atlet dapat merasakan teknik *stop passing* yang benar dengan jumlah repetisi yang banyak dalam menampilkan teknik *stop passing*.

Variasi latihan *stop passing* dalam penelitian ini adalah latihan *stop passing* berhadapan, *stop passing* melalui terowongan, *stop passing* merobohkan botol air mineral, dan *stop passing* melewati holahop. Variasi latihan ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan *stop passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Latihan ini dapat menunjang kemampuan pemain dalam *ball feeling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya, sejauh mana kekuatan *passing* yang akan dilakukan dengan jarak yang ada.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk meneliti lebih mendalam masalah tersebut dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan *Stop Passing* terhadap Keterampilan *Stop Passing* dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen pada Anggota SSB Garuda Jaya Desa Sumberjaya Kecamatan Cihaurbeuti Kabupaten Ciamis)”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas masalah penelitian ini dapat penulis rumuskan sebagai berikut “Apakah variasi latihan *stop passing* berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *stop passing* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Garuda Jaya Desa Sumberjaya Kecamatan Cihaurbeuti Kabupaten Ciamis?”

## **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, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) adalah “Daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang” (hlm.849). Yang dimaksud pengaruh dalam penelitian ini adalah daya yang timbul dari variasi latihan *stop passing* terhadap keterampilan *stop passing* dalam permainan sepak bola.
- 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 variasi latihan dalam penelitian ini adalah proses berlatih *stop passing* dengan cara latihan *stop passing* berhadapan, *stop passing* melalui terowongan, *stop passing* merobohkan botol air mineral, dan *stop passing* melewati *holahop* terhadap keterampilan *stop passing* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Garuda Jaya Desa Sumberjaya Kecamatan Cihaurbeuti Kabupaten Ciamis, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.
- 3) Variasi latihan dalam penelitian ini adalah latihan *stop passing* dengan cara latihan *stop passing* berhadapan, *stop passing* melalui terowongan, *stop passing* merobohkan botol air mineral, dan *stop passing* melewati *holahop*.
- 4) Keterampilan *stop passing* dalam penelitian ini adalah keterampilan Anggota SSB Garuda Jaya Desa Sumberjaya Kecamatan Cihaurbeuti Kabupaten Ciamis dalam hal mengoper dan menyetop/menerima bola yang bertujuan untuk memberikan operan bola kepada teman.
- 5) Sepak bola menurut Sudjarwo (2015) “Permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya yang terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang” (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 *stop passing* terhadap peningkatan keterampilan *stop passing* dalam permainan sepak bola pada Anggota SSB Garuda Jaya Desa Sumberjaya Kecamatan Cihaurbeuti Kabupaten Ciamis.

### **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 Jasmani dan pelatih olahraga tentang model kepelatihan yang dapat meningkatkan keterampilan *stop passing* pada Anggota SSB Garuda Jaya Desa Sumberjaya Kecamatan Cihaurbeuti Kabupaten Ciamis sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam menyusun dan melaksanakan program latihannya.