

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga kini sangat pesat, hal ini dapat dilihat dari banyaknya antusias masyarakat dalam melakukan aktivitas olahraga baik di pagi hari maupun disore hari mulai dari tua, muda maupun anak-anak. Tujuan dalam melakukan aktivitas ke olahraga tergantung pada kondisi, situasi, kebutuhan dari masing-masing individu misalnya untuk mencapai prestasi, untuk menjaga kesehatan, untuk penyembuhan, untuk rekreasi ataupun untuk pendidikan. Olahraga merupakan aktifitas fisik yang disengaja dan direncanakan mulai dari arah, tujuan, waktu dan lokasinya. Dalam kehidupan bersosial, olahraga merupakan suatu fenomena sekaligus bentuk ekspresi manusia. (Ilmu Keolahragaan et al., 202, p.101) mengatakan pada dasarnya olahraga adalah tentang partisipasi. Olahraga prestasi merupakan aktivitas olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk mencapai hasil maksimal dalam suatu kompetensi atau pertandingan, baik ditingkat nasional maupun internasional. Olahraga ini mengutamakan pembinaan, pelatihan, dan pengembangan kemampuan secara terencana, sistematis dan berkesinambungan untuk prestasi tertinggi. Pencapaian prestasi di Indonesia dalam bidang olahraga mencakup berbagai keberhasilan diajang kompetisi dikancah nasional dan internasional. Olahraga prestasi tidak dapat dicapai tanpa ilmu pengetahuan dan teknologi. Banyak bidang dan disiplin ilmu harus bekerja sama untuk membantu atlet mencapai tingkat tertinggi.

Untuk pencapaian prestasi diberbagai multi event yang telah disampaikan atau ditunjukan dari paragraf sebelumnya banyak pembinaan prestasi yang berkembang mulai dari mikro sampai dengan makro. Perkembangan secara profesional dilakukan diberbagai daerah yang diantaranya adalah muncul atau banyak nya didirikan sekolah sekolah sepak bola yang menaungi dan menampung wadah minat dan bakat para peminat atau para penggiat olahraga sepak bola untuk menyalurkan potensinya dalam meningkatkan prestasi. Sekolah Sepakbola (SSB) merupakan sekolah yang mempelajari tentang permainan sepakbola serta.

merupakan organisasi olahraga sepak bola dan berfungsi untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh atlet serta menjadi sebuah wadah pembinaan sepakbola usia dini (Fernando, 2024, p. 3). Sekolah sepak bola (SSB) di Indonesia telah menjadi pondasi penting dalam pengembangan bakat muda dalam pengembangan bakat muda di dunia sepak bola. Program pembinaan sekolah sepak bola (SSB) memiliki kualitas yang memadai dan sesuai dengan standar nasional, persatuan sepak bola (PSSI) mengambil peran penting sebagai pengawas dan pembina. Naungan PSSI terhadap sekolah sepak bola (SSB) memberikan legitimasi dan memastikan bahwa program pelatihan yang ditawarkan di setiap sekolah sepak bola (SSB) terakreditasi memiliki kualitas yang teruji. Dengan semangat menciptakan generasi pemain berkualitas, sekolah sepak bola (SSB) berperan dalam menggali potensi anak-anak diberbagai daerah. Sejak dibentuk sekolah sepak bola (SSB) tidak hanya fokus pada aspek teknik permainan, tetapi juga pada pengembangan karakter disiplin, dan kerjasama tim. Pencapaian sekolah sepak bola (SSB) di Indonesia terlihat dari beberapa pemain muda yang kini bersinar di liga professional maupun tim nasional. Nama-nama seperti Egy Maulana Vikri dan Evan Dimas adalah contoh nyata bagaimana SSB dapat menciptakan talenta yang siap bersaing di level tertinggi pada cabang olahraga sepak bola.

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang memang dari dulu hingga sekarang masih menjadi favorit di semua kalangan. Hal tersebut dapat dilihat dengan banyaknya kaum adam maupun hawa, ada yang datang hanya melihat atau menonton sepak bola ada juga yang ingin meningkatkan skill sepak bola nya yaitu dengan berlatih. Saat ini permainan sepakbola tidak hanya dilakukan untuk pengisi waktu luang melainkan juga bisa dilakukan dengan tujuan mendapatkan prestasi. Dalam rangka usaha untuk meningkatkan prestasi yang maksimal pada cabang olahraga yang ditekuni, seorang atlet perlu memperhatikan faktor-faktor penentunya. Secara umum dalam sepak bola hanya penjaga gawang saja yang berhak menyentuh bola dengan tangan atau lengan di dalam daerah gawangnya, sedangkan 10 pemain lainnya diizinkan menggunakan seluruh tubuhnya selain tangan, biasanya dengan kaki untuk menendang, dada untuk mengontrol dan kepala untuk menyundul bola. Tim yang mencetak gol paling banyak pada akhir

pertandingan menjadi pemenangnya. Sepakbola juga melibatkan koordinasi tim, keterampilan individu, strategi, dan adaptasi taktis. Salah satu tujuan utama dalam sepakbola menurut (Mayadi, 2018, p. 1). Untuk menciptakan keseimbangan antara menyerang dan bertahan. Tim yang efektif harus dapat menggabungkan serangan yang agresif dengan pertahanan yang solid. Ini melibatkan pemahaman mendalam tentang dinamika permainan, kemampuan untuk membaca pergerakan lawan, dan mengatur posisi secara strategis. Secara teknis, keterampilan ini bukan hanya harus dikuasai secara individu, tetapi juga harus dapat diterapkan dalam konteks tim. Dalam sepak bola terdiri beberapa teknik dasar yang mana merupakan teknik mengoper dan menerima bola (*Passing and Receiving*), menggiring bola (*Dribbling*), menyundul bola (*Heading*), mengontrol bola (*Ball Control*), menggiring bola dengan kecepatan (*Running of the Ball*), memotong bola (*Cutting with the Ball*) mengubah arah saat menggiring bola (*Turning with the Ball*), merebut bola dari lawan (*Sliding Tackle*), melempar bola ke dalam (*Throw in*) dan menembak bola ke gawang lawan (*Shooting*). Kemampuan pemain untuk bekerja sama, mengkomunikasikan strategi, dan memahami peran masing-masing adalah kunci untuk meraih keberhasilan. Dalam sepak bola juga sering kali mencakup aspek psikologis dan emosional. Motivasi, fokus, dan mentalitas pemain sangat mempengaruhi performa di lapangan. Tim yang mampu menjaga keseimbangan mental dan tetap tenang dalam situasi tekanan tinggi sering kali lebih sukses dalam mencapai tujuan mereka.

Pada permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang paling sering digunakan yaitu *passing*, menurut Sainal (Putra et al., 2020p.2) *short passing* adalah menendang dengan kaki bagian dalam untuk mengoper jarak pendek. Pada saat melakukan *passing* pemain wajib memperhatikan prinsip dalam melakukan *passing* yaitu, pandangan mata ke arah bola, tumpuan kaki, ayunan kaki, perkenaan kaki, posisi badan, *power* tendangan, jauh dekat nya sasaran serta lanjutan. Tujuan *passing* dalam permainan sepakbola ini adalah mengoper bola ke rekan satu tim untuk menciptakan ruang, menghubungkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya, menciptakan peluang gol ke gawang lawan, dan juga menjaga daerah pertahanan. Pada permainan sepak bola dari berbagai teknik dasar yang sudah

dijelaskan pada paragraf sebelumnya teknik *passing* merupakan salah satu teknik faktor keberhasilan tim dalam meraih kemenangan, karena dengan *passing* yang tepat dan akurat akan memudahkan teman untuk dapat mengontrol bola dengan baik, sehingga pada saat permainan berlangsung bola tidak akan dengan mudah direbut oleh lawan. Melakukan *passing* dengan baik tentunya tidak bisa dilakukan tanpa latihan, oleh karena itu tentunya harus dilakukan latihan secara rutin dan sungguh-sungguh. Mencapai sebuah prestasi sepakbola harus ada prosesnya, yaitu dengan pembinaan dan latihan.

Berdasarkan dari hasil pengamatan peneliti dan observasi dilapangan yang telah penulis lakukan di sekolah sepak bola (SSB) DK PRIVATE U-15 memang perlu dilatih teknik dasar ketepatan *passing* nya. Karena setelah diamati di dalam latihan rutin karena program latihan yang pelatih berikan hanya treatment *passing* berhadapan selanjutnya game sedangkan saat pertandingan pemain masih kurang ketepatan dalam melakukan *passing* ketika pemain memberikan umpan dengan kekuatan yang tidak cukup, jadi bola akan bergerak terlalu lambat sehingga mudah dipotong oleh lawan, ada juga pemain yang tidak akurat ketika melakukan *passing* jadi umpan nya tidak tepat sasaran *passing* nya terlalu ke kiri, ke kanan adapun yang jauh dari penerima, sering menyebabkan bola keluar ke area permainan Dengan ketidak tepatan itu performa permainan menurun dan terganggu dari mulai strategi, penguasaan bola dan menyerang pertahanan lawan selain itu data pertandingan menunjukan bawasanya *passing* dari pemain SSB DK PRIVATE U-15 kurang dalam segi *passing* nya. oleh karena itu, perlu diberikan latihan yang dapat meningkatkan ketepatan *passing* nya. Ketepatan *passing* dapat ditingkatkan dengan menerapkan latihan yang sistematis dan intensitas yang tinggi. Untuk menciptakan suasana latihan yang mendukung dan positif, dimana setiap pemain merasa termotivasi untuk terus berkembang tanpa tekanan berlebihan, dukungan mental dari pelatih dan sesama pemain agar pemain tidak mengalami kejenuhan dan peningkatan lebih optimal, latihan harus bervariasi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk menghilangkan kejenuhan adalah dengan berlatih *passing* menggunakan latihan *triangle short pass*. Dalam latihan *triangle short pass*, pemain tidak hanya harus mengoper bola dengan tepat, tetapi juga harus mengontrol bola

dengan baik sebelum melepaskan operan berikutnya, ini melatih ketepatan dalam pengendalian dan sentuhan pertama.

Dari paparan permasalahan yang sudah dipaparkan diatas, penulis mencoba menguat sebuah analisa dengan tim pelatih bahwasanya untuk bisa meningkatkan kualitas *passing* diperlukan ketepatan *passing* model atau bentuk latihan yang cocok kondisi pada pemain sekolah sepak bola (SSB) DK PRIVATE U-15 dapat menggunakan latihan *triangle short pass* yang dapat meningkatkan kemampuan ketepatan *passing* pada pemain sekolah sepak bola (SSB) DK PRIVATE U-15, penulis berharap pada ketepatan *passing* pemain sekolah sepakbola (SSB) DK PRIVATE U-15 mengalami perubahan peningkatan. Setelah saya analisis dari bentuk bentuk latihan yang banyak dilakukan peneliti peneliti sebelumnya ternyata *triangle* ini mempunyai latihan yang sangat efektif dalam meningkatkan ketepatan *passing* sejalan dengan Syafaruddin (2018, p.1) Latihan *triangle* sangat efektif digunakan untuk memperbaiki akurasi, penguasaan bola, penyerangan dan ketepatan *passing*. jarak antar pemain relative dekat, ketepatan umpan menjadi sangat krusial. Pemain harus mampu mengontrol bola dengan baik dan mengoper dengan tepat, sehingga latihan ini memperbaiki teknik dasar *passing* yang seringkali menjadi kelemahan di level permainan yang lebih rendah, bentuk latihan *triangle short pass* juga tidak hanya memperkuat aspek teknis seperti ketepatan umpan, tetapi juga aspek statis seperti pemahaman ruang, komunikasi, *ball feeling* , meningkatkan penguasaan bola dan kerja sama tim. Dibandingkan dengan bentuk latihan lain yang cenderung fokus pada satu keterampilan saja, *triangle short pass* memiliki pendekatan yang lebih komprehensif dalam mengembangkan kemampuan pemain, menjadikan salah satu metode yang sangat efektif untuk pembinaan sepak bola diberbagai level. Kebaharuan dalam penelitian Penelitian ini menghadirkan metode latihan ketepatan *passing* dengan menerapkan pendekatan zona bertahap (Zona 1-5) dalam *triangle short pass*, yang belum banyak digunakan dalam penelitian sebelumnya. Metode ini memungkinkan pemain untuk mengembangkan ketepatan *passing* secara progresif, dimulai dari *passing* pendek di tempat (Zona 1) hingga *passing* dalam situasi permainan nyata (Zona 5). Selain itu, penelitian ini juga mengintegrasikan *passing* dengan pergerakan berpindah dan

tekanan lawan, sehingga pemain tidak hanya melatih teknik dasar, tetapi juga beradaptasi dengan dinamika permainan sebenarnya. Kebaruan lain dalam penelitian ini adalah evaluasi ketepatan passing berbasis zona, di mana setiap zona memiliki indikator pencapaian yang harus dipenuhi sebelum pemain berpindah ke tahap berikutnya. Pendekatan ini memastikan latihan lebih terukur dan sistematis.

Menurut Harjanto dalam (Fadli et al., 2023) *passing triangle* yaitu mempunyai bentuk latihan *passing* segitiga dan jarak antar lintasan sudut yang berbeda. Model latihan *passing triangle* juga dapat meningkatkan kemampuan *short passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan control bola dari pemain yang melakukannya. Atas dasar permasalahan yang disampaikan diatas penulis akan melakukan dengan judul “Pengaruh Latihan *Triangle Short Pass* Terhadap Ketepatan *Passing* Permainan sepak bola SSB DK PRIVATE U-15”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah di uraikan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan. Apakah terdapat pengaruh secara berarti latihan *triangle short pass* terhadap ketepatan *passing* pada pemain sepak bola di sekolah sepakbola (SSB) DK PRIVATE U-15?

1.3 Definisi Operasional

Peneliti akan menjelaskan mengenai istilah-istilah yang terdapat pada proposal penelitian ini:

- a. Sepak Bola menurut agus salim (Irianto, 2011p.46), Sepak bola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki yang disukai dengan tangkas, sigap, cepat, dan baik dalam mengontrol bola dengan tujuan untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya sesuai aturan yang ditetapkan dalam waktu dua kali 45 menit.
- b. Ketepatan *passing* ketepatan dalam permainan sepak bola sangat penting untuk menjaga penguasaan bola dan membangun serangan yang efektif. Menurut Gifford *Passing* yang akurat adalah *passing* yang dapat

mengarahkan bola ke arah yang diinginkan tanpa adanya penyerobotan oleh pihak lawan.(Aprilianto et al., 2022, p.20)

- c. *Triangle short pass* menurut Jonathan Wilson (2013), *Triangle Short Pass* merupakan elemen dasar dari sepak bola berbasis penguasaan bola (*possession football*). Formasi segitiga ini memberikan banyak pilihan umpan bagi pemain yang menguasai bola, yang dapat meningkatkan efektivitas serangan dan mempertahankan penguasaan bola.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *triangle short pass* terhadap ketepatan *passing* pada pemain sekolah sepak bola (SSB) DK RPRIVATE U-15.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Pengaruh latihan menggunakan target dapat dibuktikan secara ilmiah untuk meningkatkan ketepatan *passing* dalam permainan sepakbola pada pemain sekolah sepak bola (SSB) DK PRIVATE U-15 Kota Tasikmalaya. Setelah diketahui hasil secara ilmiah tersebut diharapkan dapat membantu dalam menentukan latihan yang akan digunakan untuk meningkatkan ketepatan *passing* untuk pemain sepakbola.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Sekolah Sepak Bola (SSB) DK PRIVATE U-1: Sebagai informasi yang dapat menjadi acuan mengenai pengaruh latihan *triangle short pass* terhadap ketepatan *passing* permainan sepak bola pada SSB DK PRIVATE U-15
- b. Bagi pemain: Membantu atlet dalam meningkatkan ketepatan *passing*.
- c. Bagi pelatih: Sebagai data untuk mengevaluasi terhadap program latihan yang telah dilaksanakan serta untuk merancang latihan yang akan diberikan pada peserta sekolah sepak bola (SSB) DK PRIVATE U-15.
- d. Bagi peneliti: Dapat dijadikan sebagai media dalam mengaplikasikan bidang ilmu yang telah di pelajari melalui suatu kegiatan penelitian ilmiah.