

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah jenis aktivitas yang melibatkan gerakan tubuh yang bertujuan untuk meningkatkan kondisi fisik dan mental seseorang. Olahraga juga menjadi kebutuhan mendasar dalam melaksanakan aktivitas gerak sehari-hari. Hal ini tidak lepas dari peran pemerintah yang mendorong pendidikan jasmani sebagai bagian integral dalam pembentukan karakter, kesehatan, dan keterampilan peserta didik. Dalam Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang keolahragaan, dinyatakan bahwa olahraga pendidikan merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional yang bertujuan membentuk masyarakat Indonesia seutuhnya melalui aktivitas fisik yang terarah, terukur, dan berkelanjutan. Dalam olahraga pendidikan, siswa belajar tentang disiplin, kerja tim dan bagaimana menghargai orang lain. Tujuan utama olahraga pendidikan adalah membangun karakter, keterampilan motorik yang baik, dan kebiasaan hidup sehat. Siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya kesehatan fisik dan keseimbangan emosional melalui aktivitas fisik yang direncanakan. Selain itu, aktivitas fisik mengajarkan mereka nilai-nilai olahraga. Olahraga pendidikan di indonesia juga sudah memberikan wadah untuk mengembangkan olahraga pendidikan untuk meningkatkan kualitas dan juga bakat yang dimiliki oleh pelajar. Banyak kompetisi yang dibuat oleh pemerintah mulai dari tingkat dasar sampai ke perguruan tinggi baik itu kompetisi di nasional maupun internasional. Sebagai contoh seperti kompetisi O2SN (Olimpiade Olahraga Siswa Nasional) yang merupakan kompetisi tahunan yang diselenggarakan oleh pemerintah. O2SN tersebut melibatkan berbagai cabang olahraga baik itu cabang olahraga Sepakbola, Futsal, Voli, Bulu tangkis dan juga masih banyak lagi. Pengembangan potensi peserta didik yang dimaksud dalam tujuan pendidikan nasional salah satunya dapat terwujud melalui kegiatan intrakulikuler, kokulikuler dan juga ekstrakulikuler yang di dalamnya potensi peserta didik dapat dikembangkan melalui pengembangan bakat, minat, dan kreativitas juga cakap dalam berkomunikasi dan bekerjasama dengan individu lainnya.

Menurut Permendikbud Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Menengah, serta dipertegas dalam panduan pelaksanaan Kurikulum 2013 dan Kurikulum Merdeka, pembelajaran di sekolah dilaksanakan melalui

tiga jenis kegiatan utama, yaitu kegiatan intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Salah satu bentuk kegiatan yang menonjol di luar jam pelajaran utama adalah kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ini dirancang sebagai bagian-bagian yang tidak bisa dipisahkan dari sistem pendidikan untuk memberikan kesempatan kepada siswa mengembangkan minat, bakat, dan potensi diri di luar ranah akademik. Melalui kegiatan ekstrakurikuler, siswa dapat memperoleh pengalaman belajar yang lebih luas, membentuk karakter, serta meningkatkan keterampilan sosial dan motorik yang tidak selalu dapat diperoleh dalam pembelajaran formal di kelas.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga berdampak positif pada perkembangan anak muda, hal ini sejalan dengan Peraturan Materi Pendidikan Nasional Republik Indonesia No.39 Tahun 2008 (Arbadini & Mu'arifin, 2024) dengan adanya aktivitas ekstrakurikuler bisa mengetahui serta mengembangkan kemampuan siswa, dan dapat mengembangkan ilmu sosialnya dengan berkomunikasi serta kerja sama dengan siswa lain. Sehingga aktivitas ekstrakurikuler bisa memfasilitasi dalam bakat siswa, minat serta kreativitas siswa. Kegiatan ekstrakurikuler memberikan siswa kesempatan untuk mengeksplorasi hal-hal yang tidak selalu tersedia dalam kurikulum inti, seperti Seni musik, Pramuka, Debat, keterampilan kepemimpinan, dan juga olahraga. Olahraga tersendiri selalu menjadi nomor satu yang di minati siswa ketika mengikuti kegiatan Ekstrakurikuler. Ada berbagai cabang olahraga yang diminati siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakulikuler, diantaranya yaitu Futsal, Basket, Voli, Balu tangkis dan juga Sepak bola.

Sepak bola merupakan suatu cabang olahraga beregu yang sangat popular dimasyarakat Indonesia bahkan didunia. Sepak bola menurut (Jusran et al., 2022) “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. Seperti yang diketahui secara umum, ada banyak sekolah di Indonesia serta kegiatan ekstrakulikuler sepak bola yang menunjukkan popularitas olahraga ini. Dengan dedikasi yang tinggi, banyak tim sepak bola dari SMA berhasil meraih prestasi di tingkat regional maupun nasional. Hal ini semakin memotivasi siswa untuk berpartisipasi. Di masa depan, diharapkan ekstrakurikuler sepak bola di SMA terus berkembang, menciptakan lebih banyak peluang bagi siswa untuk mengejar karier di dunia olahraga. pemerintah Indonesia memberikan wadah dengan

menyelenggarakan sejumlah *event* sepak bola antara lain Liga pelajar Indonesia, dimana didalamnya semua sekolah bersaing memperebutkan juara untuk menjadikan sebagai sekolah terbaik di daerahnya. Perkembangan ekstrakurikuler sepak bola di SMA mencerminkan semangat dan komitmen dari siswa, sekolah, dan pelatih. Dengan dukungan yang terus berlanjut, kegiatan ini tidak hanya menjadi sarana untuk berolahraga, tetapi juga sebagai wadah untuk membentuk karakter dan bakat generasi muda. Sekolah kini lebih fokus pada pelatihan yang sistematis, sering kali bekerja sama dengan pelatih *profesional* atau akademi sepak bola. Yang dimana kerja sama ini dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan teknis dan taktis untuk menunjang prestasi ekstrakurikuler sepak bola.

Faktor-faktor yang paling penting untuk menunjukkan prestasi ini adalah kualitas keterampilan yang mumpuni akan tetapi, ditentukan melalui tinggi rendahnya dari kemampuan penguasaan teknik, taktik, fisik dan mental. Sepak bola termasuk olahraga yang memerlukan teknik dasar yang baik, dimana setiap pemain harus bisa bekerja sama sebagai tim untuk menunjukkan permainan yang bagus. Hal ini sejalan dengan Irfan (2020,p.721) yang mengatakan “teknik dasar merupakan peran yang sangat penting dalam keberhasilan sebuah tim. Permainan yang bagus harus mampu menguasai teknik dasar sepak bola, dikarenakan teknik dasar menjadi sebuah pendukung dan pondasi utama seseorang dalam bermain sepak bola. Maka untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas di dalam permainan menuju prestasi, permasalahan dalam teknik dasar menjadi penentu dalam sepak bola”. Teknik dasar ini meliputi *dribbling*, *shooting*, *heading*, dan *passing*. Teknik-teknik ini merupakan keterampilan yang harus dikuasai oleh setiap pemain untuk berkontribusi secara efektif dalam permainan. Dari semua teknik dasar tersebut, *passing* atau mengoper bola merupakan salah satu yang paling mendasar namun juga sangat penting. *Passing* adalah cara utama untuk memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya, memungkinkan tim untuk menjaga penguasaan bola dan menciptakan peluang untuk mencetak gol.

Teknik *passing* sangat tepat digunakan pemain sepak bola untuk menghubungkan para pemain dalam melakukan suatu penyerangan ke tim lawan, karena untuk melakukan suatu penyerangan dalam permainan sepak bola yang pertama kali dilakukan adalah *passing*, maka dari itu pemain harus memiliki teknik dasar *passing* yang baik dan benar. Sebaliknya *passing* yang tidak tepat akan mengakibatkan gagalnya suatu penyerangan di

permainan sepak bola. Untuk itu pemain dikatakan bagus apabila mampu menguasai teknik dasar tersebut dan teknik-teknik dasar yang lainnya dengan baik dan benar, agar permainan lebih menarik dan bisa dinikmati oleh setiap orang yang melihatnya. Yang dimana untuk memperbaiki *passing* agar menjadi baik dan benar diperlukan sebuah variasi latihan *passing* bertujuan agar pemain tidak mengalami kebosanan atau kejemuhan dalam proses latihan. Dimana variasi latihan *passing* ini sejalan dengan perkataan Nur'aeni et al., (2023,p,367) "variasi latihan adalah suatu latihan yang di berikan kepada atlet dengan cara merencanakan dan menyelenggarakan variasi latihan yang beragam terhadap atlet agar atlet tidak jemu ataupun bosan". Atlet atau anggota ekstrakurikuler yang merasa jemu saat menjalani latihan cenderung kurang serius dalam mengikuti kegiatan tersebut, yang pada akhirnya berdampak pada kurangnya peningkatan hasil *short passing* mereka.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti selaku asisten pelatih tim sepak bola SMAN 2 Ciamis, ditemukan bahwa hasil *short passing* pemain masih tergolong rendah, hal ini terlihat dari data hasil yang di lakukan oleh peneliti melalui pengamatan lebih dari 65% pemain sering gagal mengarahkan bola secara akurat ke rekan satu tim, kontrol bola yang lemah setelah menerima operan, dan latihan yang diberikan cenderung monoton, yaitu hanya menggunakan latihan *passing* berhadapan secara statis. Keterbatasan tersebut menyebabkan kurangnya variasi dalam latihan, yang berdampak pemain merasa jemu dan kurang termotivasi selama latihan. Akibatnya, saat melakukan *passing*, pemain cenderung melakukannya secara asal sehingga tidak memperhitungkan keberhasilan operan yang akhirnya menjadi kebiasaan pada saat bertanding. Adanya permasalahan diatas dibutuhkan sebuah cara variasi latihan *passing* sebagai upaya meningkatkan hasil *short passing* pada anggota ekstrakurikuler.

Ada banyak variasi-variasi latihan *passing* yang bisa membuat hasil *short passing* meningkat, salah satunya variasi latihan *passing* menggunakan variasi latihan *passing Y & passing square*. Dalam variasi latihan *passing Y & passing square* ini diletakan sebuah corong/cone dengan jarak 5-10 meter yang akan membentuk Y untuk *passing Y* dan berbentuk persegi untuk *passing square*. Variasi latihan *passing Y & passing square* merupakan latihan yang efisien untuk membantu melatih ketepatan pada teknik *passing* (Muhammad Diaz Priambodo et al., 2023). Kelebihan dari variasi latihan *passing Y & passing square* yaitu meningkatkan akurasi, mengontrol bola, dan pengambilan

keputusan yang cepat. Variasi latihan *passing Y & passing square* dengan pergerakan dan arah bola yang berubah-ubah, pemain dapat belajar dan menyesuaikan teknik *passing* dengan situasi permainan yang sebenarnya dan pengembangan teknik latihan ini memungkinkan pemain untuk memperbaiki teknik dasar *passing*, seperti pergerakan posisi, kekuatan tendangan, dan penggunaan kaki yang tepat.

Sejalan dengan latar belakang di atas penulis menyimpulkan bahwa latihan menggunakan variasi latihan *passing* diharapkan dapat digunakan untuk mengatasi hasil *short passing* pada anggota ekstrakurikuler. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan *Passing* Terhadap Hasil *Short Passing* Pada Anggota Ekstrakurikuler Sepak Bola SMAN 2 Ciamis”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan, maka peneliti mencoba merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut. “Apakah terdapat pengaruh variasi latihan *passing* terhadap hasil *short passing* pada anggota ekstrakurikuler sepak bola SMAN 2 Ciamis?”.

## 1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, berikut ini peneliti jelaskan maksud dari istilah-istilah tersebut.

- 1) Pengaruh, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah “daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang”. Pengaruh dalam penelitian ini adalah peningkatan teknik dasar *passing* pemain sepak bola SMAN 2 Ciamis.
- 2) Latihan, menurut Harsono (2015) adalah “proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm.50). Latihan dalam penelitian ini adalah latihan untuk meningkatkan hasil *short passing* pemain sepak bola SMAN 2 Ciamis.

- 3) Variasi latihan *passing* merupakan bentuk latihan teknik dasar sepak bola yang disusun secara sistematis dan beragam. Variasi latihan yang dimaksud adalah variasi *passing Y & passing square*.
- 4) Hasil *short passing* merupakan keberhasilan operan pendek yang dilakukan oleh seorang pemain kepada rekannya, dengan tujuan untuk menjaga penguasaan bola, membangun serangan atau menciptakan peluang.
- 5) Teknik dasar *passing* menurut (Utomo & Indarto, 2021,p,88) “*Passing* merupakan mengoperkan bola kepada teman atau menghubungkan bola dari pemain satu ke pemain lainnya dalam usaha untuk membangun serangan kemudian mencetak gol”. Teknik dasar *passing* yang dimaksud adalah teknik dasar *passing* dalam permainan sepak bola.
- 6) *Short passing* merupakan teknik mengoper bola jarak pendek dalam permainan sepak bola.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan oleh peneliti, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *passing* terhadap hasil *short passing* pada anggota ekstrakurikuler sepak bola SMAN 2 Ciamis.

#### **1.5 Manfaat 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.

##### **a. Manfaat Teoretis**

Secara teoretis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi peningkatan teknik dasar *passing* dan memperkaya khasanah ilmu keolahragaannya serta dapat mendukung dan mempertahankan teori yang ada, khususnya mengenai pengaruh variasi latihan *passing* dalam permainan sepak bola.

##### **b. Manfaat Praktis**

Secara praktis manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana untuk mempelajari sejauh mana teori yang telah diajarkan dan dipelajari

sesuai dengan prakteknya dilapangan. Sedangkan bagi pelatih atau pengajar sepak bola hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dalam membuat program variasi latihan *passing* guna meningkatkan teknik dasar *passing* dalam permainan sepak bola.