

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang di gemari oleh sebagian besar manusia yang ada di bumi ini. Demikian juga di Indonesia bahkan mendapat simpati dihati Masyarakat. Sepakbola di gemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari Tingkat Daerah, Nasional, Internasional, dan dari usia anak- anak, dewasa hingga orang tua, mereka senang memainkan sendiri atau sebagai penonton. Sepakbola merupakan permainan tim yang dimainkan masing- masing timnya yang terdiri atas sebelas orang pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Permainan sepakbola boleh dilakukan oleh seluruh anggota tubuh selain tangan, kecuali penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan. Permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan gol dari lawan. Untuk regu yang dapat mencetak gol paling banyak ke gawang lawan dalam waktu 2 x 45 (90 menit) maka regu tersebutlah yang menang.

Dalam permainan sepakbola dibutuhkan komunikasi antar pemain untuk menjalin kerjasama yang baik dalam bermain sebagai kunci kesuksesan. Pemain sepakbola juga harus menguasai teknik dasar dalam bermain sepakbola. Teknik dasar merupakan sesuatu yang sangat diperlukan dan fundamental dalam sepakbola. Teknik menjadi kemampuan dasar individu dalam bermain sepakbola. Teknik dasar yang harus dimiliki pemain sepakbola adalah menendang bola (*kicking*), menghentikan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), lemparan ke dalam (*throw in*), dan merampas bola. Rustam (2016,p.93)

Passing menjadi salah satu teknik dasar yang paling mendominasi dalam permainan sepakbola. Menurut Pamungkas (2009,p.131) *Passing* merupakan teknik dasar menendang bola yang sangat berperan penting dalam permainan sepakbola. Melalui passing yang tepat dan akurat akan meningkatkan kualitas permainan tim dalam sepakbola.

Di dalam permainan sepak bola bahwa kemampuan 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 Anam et al (2024,p.6) Apabila seorang pemain tidak bisa melakukan *passing* dengan benar maka pola permainan dalam sebuah tim tidak dapat berkembang dan akan sulit untuk mencetak gol ke gawang lawan. Oleh karena itu *passing* perlu diajarkan dan dilatih sejak usia dini agar setelah menginjak dewasa sudah dapat ditambah berlatih fisik dan taktik dalam permainan sepak bola dan untuk itu dibutuhkan metode yang sesuai dan tepat. Dilihat dari karakteristik permainan sepak bola, sepak bola merupakan jenis olahraga yang banyak menuntut para atletnya menguasai teknik dan kondisi fisik, tanpa mengabaikan aspek taktik dan mental. Mengenai hal itu Harsono (2016,p.39) mengemukakan bahwa “ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan teknik, (c) latihan taktik dan (d) latihan mental”. Ketika empat aspek ini diberikan kepada atlet ketika program latihan berlangsung, maka dapat menunjang kepada prestasi atlet yang maksimal. Menurut Febi Kurniawan (2015,p.48) Latihan adalah sebagai berikut : “Suatu proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan materi, teori dan praktek, menggunakan metode, dan aturan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah memakai prinsip-prinsip latihan yang terencana dan teratur, sehingga tujuan latihan dapat tercapai tepat pada waktunya.” Latihan yang di maksud dalam skripsi ini adalah proses berlatih *passing* jauh yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang- ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya. Wati, Sugihartono, & Sugiyanto (2018,p.15). Dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada sepak bola, selain berlatih harus melihat juga variasi latihan yang digunakan, karena variasi latihan yang tersusun, terencana dan terstruktur dapat menghindarkan dari kejenuhan dan kebosanan pada saat latihan Setyawati (2021,p.57). Variasi latihan dapat meningkatkan ketertarikan dan mempermudah atlet menjalani dalam latihan, variasi latihan adalah untuk menunjang dan meningkatkan keterampilan Mahardika & Heynoek (2019,p.39). Dalam proses peningkatan kemampuan akurasi *passing* seseorang pemain membutuhkan adanya model latihan *passing* yang inovatif dan

mempunyai banyak variasi latihan. Seperti model latihan *passing triangle* model latihan *passing* berbentuk Segitiga dengan tiga sudut. Dengan adanya variasi latihan tersebut di harapkan pemain tidak mudah bosan selama proses latihan berlangsung, sehingga pemain dapat dengan cepat meningkatkan akurasi *passing* yang di miliki secara baik dan benar. Menurut Harjanto (2019,p.10) “*passing triangle* yaitu mempunyai bentuk latihan *passing* segitiga dan jarak lintasan antar sudut yang berbeda”. Latihan *passing triangle* yaitu model latihan *passing* menyerupai bentuk segitiga dan jarak sudut yang berbeda Pratama (2021,p.23) Pada model latihan ini arah lintasan *passing* memiliki tiga macam bentuk, yaitu *passing* diagonal pendek dengan jarak *passing* 8 meter, *passing* diagonal panjang dengan jarak *passing* 10 meter, dan *passing* lurus panjang dengan jarak *passing* 10 meter.

Di sekolah MI Al-Azhariyyah ada banyak ekstrakurikuler salah satunya yaitu ekstrakurikuler Sepakbola dengan beranggotakan 25 orang siswa. Dan siswa nya cukup berprestasi di ajang kompetisi antar MI/SD. Siswa MI Al-Azhariyyah rutin melaksanakan latihan dalam satu minggu tiga kali di sekolah ataupun di lapangan sepakbola. Berdasarkan hasil observasi dan pengalaman melatih selama di MI Al-Azhariyyah, peneliti melihat bahwa pada saat latihan di lapangan bahwa teknik dasar *passing* sepakbola mereka belum cukup baik. Kesalahan-kesalahan yang sering muncul dilakukan siswa di MI Al-Azhariyyah adalah kurang bagus *passing* nya pada saat latihan atau pada saat pertandingan, bolanya terlalu menyamping atau terlalu lebar, kadang bola nya tidak sampai ketujuan ke arah teman, saat *timing* mengoper nya lambat dan bola lebih dulu diambil lawan, terburu-buru melakukan *passing* dan hasil *passing* nya tidak akurat, sehingga peneliti akan menerapkan program latihan menggunakan metode *passing triangle* untuk dapat meningkatkan kualitas *passing* pendek dengan bentuk latihan yang lebih efektif dan terarah. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan menerapkan judul Pengaruh metode latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek pada permainan sepakbola. Harapannya dengan latihan *triangle* tersebut peneliti dapat membantu meningkatkan akurasi *passing* sepakbola tanpa membuat pemain jenuh ketika melakukan proses latihan.

Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan Judul “Pengaruh metode latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler sepakbola MI AL-Azhariyyah”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh Latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler sepakbola MI AL-Azhariyyah?”

1.3 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkannya, penulis kemukakan makna yang dimaksud dari setiap istilah sebagai berikut :

- a. Pengaruh dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2015) “adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang” (1045).
- b. Keterampilan adalah dalam konteks olahraga kemampuan untuk menguasai Teknik dengan mudah dan cepat, Menurut Gordon dalam Sulistyowati (2019,p.19) Keterampilan merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cepat, pengertian ini biasanya cenderung pada aktifitas psikomotor.
- c. Latihan, Menurut Irianto (2002,p.11) menyatakan latihan adalah proses mempersiapkan organisme atlet secara sistematis untuk mencapai mutu prestasi maksimal dengan diberi beban fisik dan mental yang teratur, terarah, meningkat dan berulang-ulang waktunya.
- d. *Passing* menurut Mielke, Danny (2007,p.9) menjelaskan *passing* adalah “Seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain”.
- e. *Passing triangle* adalah bentuk *passing* yang dilakukan dengan posisi membentuk segitiga dan sudut berjarak 10 meter dengan menggunakan 1 bola.

Sepak bola adalah permainan antara dua regu yang berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, dengan anggota badan selain tangan. Mereka yang memasukkan lebih banyak keluar sebagai pemenangnya Sudjarwo (2018, p.54)

bahwa sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola.

1.4 Tujuan Penelitian

Agar memperoleh gambaran yang jelas dan bermanfaat bagi yang menggunakannya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler sepakbola MI Al-Azhariyyah.

1.5 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat, adapula manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil yang diharapkan agar dapat memberikan referensi melatih atau informasi pelatihan bagi pelatih maupun yang menekuni bidang olahraga.

2. Manfaat Praktis

1) Bagi Peneliti

Menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang ilmu keolahragaan sesuai dengan ilmu yang didalami. Memberikan sumbangan informasi kepada para pemain dan pelatih tentang peningkatan keterampilan *passing* pendek dalam bentuk latihan *triangle*.

2) Bagi Pelatih

Menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman dalam pengembangan diri dan mengabdikan diri di masyarakat sesuai ilmu yang di alami. Sebagai bekal bagi peneliti apabila kelak menjadi pelatih atau tenaga bidang olahraga sepakbola.

3) Bagi Siswa MI Al-Azhariyyah

Memberi masukan akan pentingnya latihan *triangle* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pendek untuk mencapai pelatihan yang optimal.