

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang dilakukan oleh seseorang baik itu individu maupun secara berkelompok guna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas Kesehatan, serta agar tubuh menjadi lebih bugar secara jasmani dan rohaninya. Kebanyakan orang mengartikan olahraga adalah segala sesuatu yang dilakukan secara sengaja, melainkan orang yang melakukan aktivitas gerak tubuh dinamakan olahraga. Gerak yang dimaksud seperti; berjalan, berlari, melompat, melempar, berdiri jongkok, dan juga menggenggam.

Mappaompo (2025,p.27)Mengatakan bahwa Olahraga dan permainan merupakan bagian integral dari kehidupan manusia yang tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas rekreasional, tetapi juga sebagai sarana pembangunan fisik, mental, sosial, dan emosional yang menyeluruh. Prinsip dasar olahraga terletak pada pemahaman bahwa aktivitas fisik memiliki dimensi struktural dan fungsional yang mencerminkan nilai-nilai kompetisi, kerja keras, serta pembentukan karakter. Dalam olahraga, seseorang belajar untuk menerima kemenangan dan kekalahan dengan lapang dada, menanamkan nilai sportivitas, serta membangun daya tahan terhadap tekanan. Sementara itu, permainan, yang sering kali dianggap sebagai bentuk kegiatan yang lebih ringan dan spontan, sebenarnya memainkan peran penting dalam perkembangan kognitif dan sosial, terutama di kalangan anak-anak. Asri et al. (2024, p.8706) mengatakan juga bahwa secara keseluruhan, olahraga tidak hanya berkaitan dengan aktivitas fisik, pendidikan jasmani, kebugaran, atau pendidikan kesehatan, tetapi juga melibatkan pengembangan diri secara holistik yang meliputi aspek fisik, mental, dan spiritual. Dengan berolahraga secara sadar dan dengan tujuan yang jelas, seseorang dapat mencapai keseimbangan dan harmoni yang mendalam antara tubuh dan jiwa, yang nantinya akan menciptakan pondasi untuk kehidupan yang sehat dan bermakna. Banyak sekali olahraga yang bisa dilakukan contohnya sepak bola yang dimana sepak bola ini menjadi olahraga favorit hampir di seluruh dunia terutama di Indonesia. Di Indonesia itu sendiri sepak bola merupakan cabang olahraga yang begitu bergengsi tetapi di Indonesia sendiri sepak bola belum bisa

mencapai ke tingkat dunia. Ini menjadi suatu tantangan bagi tim di Indonesia untuk bisa mencapai level tersebut dan bisa bersaing dengan negara-negara yang lain.

Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan secara beregu yang dimana olahraga tersebut dimainkan sebelas lawan sebelas pemain dengan satu orang menjadi penjaga gawang. Selain penjaga gawang ada juga pemain belakang, pemain tengah, pemain depan. Sepak bola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan sama tim lawan. Sejalan yang dikatakan oleh Mahfud et al. (2017, p. 2) permainan sepak bola memiliki tujuan untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan menjaga agar gawang tidak kemasukan bola. Permainan sepakbola memerlukan kerja sama yang baik antar pemain dan harus didukung dengan teknik dan fisik yang baik.

Dalam beberapa *event* sepak bola salah satu harapan bagi klub untuk bisa memperoleh prestasi yang sangat baik dan prestasi yang tinggi. Klub atau tim sepak bola kini lebih fokus pada latihan yang sistematis. Sering kali berkolaborasi dengan klub-klub lainnya yang dimana ini dapat membantu klub dalam mengembangkan keterampilan serta menunjang prestasi. Keberhasilan sebuah klub sepak bola juga dipengaruhi oleh faktor-faktor yang mendasar seperti; kerjasama, kualitas keterampilan yang mumpuni dan juga ditentukan oleh kualitas dan aksi para pemain dari segi teknik, taktik, fisik dan mental. Menurut Sani Rahman et al. (2020, p.370) mengatakan bahwa teknik dasar sepakbola merupakan suatu tugas gerakan efektif dan efisien yang harus dikuasai oleh seorang pemain dimana gerakan tersebut merupakan bentuk-bentuk aksi, perbuatan yang dilakukan seseorang untuk mencapai tujuan suatu gerakan dalam olahraga sepakbola. Teknik dasar tersebut meliputi *passing*, *dribbling*, *heading*, dan *shooting*. Terutama untuk teknik *passing* itu adalah teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain, oleh sebab itu para pemain harus memiliki teknik *passing* yang baik dan benar. Sejalan yang dikatakan oleh Ruslan et al. (2024, p. 90) teknik *passing* yang baik menjadi fondasi untuk menciptakan alur permainan yang efektif. Selain itu, keterampilan *passing* tidak hanya penting untuk meningkatkan kemampuan individu, tetapi juga membangun kerja sama dalam tim. Manik & Tarigan (2022, P.18) juga mengatakan bahwa keterampilan *passing* sangat berpengaruh dalam permainan pada suatu tim, karena apabila *passing* bola dilakukan dengan baik dan benar, maka kontribusi dalam permainan akan sangat besar untuk menciptakan peluang gol. Karena seorang pemain yang memiliki *passing* yang

bagus dapat membantu tim untuk mencetak gol dengan mudah, dan bisa meraih kesuksesan meraih prestasi, maka dari itu kesuksesan sebuah tim tidak mudah begitu saja. Mencapai prestasi atau kesuksesan sebuah tim sepak bola harus ada prosesnya, yaitu dengan adanya pembinaan.

Pembinaan atlet harus dilakukan dengan benar khususnya atlet sepak bola. Pembinaan harus dilakukan secara terprogram untuk menghasilkan atlet berprestasi. (Nugroho, 2017) Mengatakan “Pembinaan olahraga sejak usia muda merupakan hal yang sangat penting sekali dalam menciptakan atlet yang berhasil”. Karena dengan diberikannya pembinaan sejak masih usia muda maka akan menghasilkan kualitas atlet yang baik, walaupun ini bukan hal mutlak, tapi setidaknya dengan pengenalan yang baik itu, teknik, fisik dan mental pengenalan materi olahraga bagi usia muda akan terbentuk. Untuk menjadi pemain sepak bola professional juga perlu adanya pembinaan yang terstruktur dan terprogram. Maka dari itu pembinaan yang tepat dilakukan untuk atlet sepak bola yaitu dengan adanya sekolah sepak bola.

Sekolah Sepak Bola (SSB) merupakan wadah pembinaan sepak bola usia dini. Menurut Syukur et al. (2022, p.143) Tujuan utama SSB sebenarnya untuk menampung dan memberikan kesempatan bagi siswanya dalam mengembangkan bakatnya. Disamping itu juga diberikan dasar yang kuat tentang bermain sepak bola yang benar termasuk di dalamnya membentuk sikap, kepribadian dan perilaku yang baik. Putra et al. (2024, p.67) mengatakan juga bahwa Sekolah sepak bola (SSB) merupakan suatu wadah atau tempat yang mempunyai peranan penting dalam membimbing, membina, mengarahkan perkembangan dan pendayagunaan potensi tertentu yang dimiliki siswa dalam hal ini khususnya potensi bermain sepak bola. Ada salah satu SSB di Kota Tasikmalaya yaitu SSB Asfar, tujuan didirikan SSB Asfar ini yaitu untuk menciptakan pemain yang berbakat, berkualitas di cabang olahraga sepak bola, SSB Asfar ini juga bertujuan untuk mewadahi dan mengembangkan bibit-bibit muda berbakat pesepak bola usia dini. SSB Asfar ada beberapa kategori usia yang berlatih, yaitu usia: 9-15 tahun. Di SSB Asfar minat dan bakat siswa terhadap sepak bola dibina melalui latihan, latihan ini dilaksanakan dua kali dalam seminggu yaitu hari Selasa & Sabtu pukul 15.40-17.20. Di SSB Asfar ini peneliti melakukan penelitian, karena peneliti sekaligus pelatih di SSB Asfar menemukan masalah dalam akurasi *passing* pada pemain U 11-13 tahun.

Berdasarkan hasil observasi dari sesi latihan SSB Asfar U 11-13 tahun. Para pemain sering melakukan *passing* dengan akurasi yang masih kurang tepat. Kebanyakan rata-rata *passing* di SSB Asfar ini masih banyak yang meleset dan melenceng sehingga menyebabkan rekan satu timnya kesulitan dalam menerima bola.

Berdasarkan penjelasan di atas dan beberapa pengamatan pada saat sesi latihan yang diberikan bahwa latihan *passing* dengan berhadapan saja tanpa adanya variasi latihan mengakibatkan kebosanan para pemain mudah jenuh dalam sesi latihan, yang pada akhirnya pada saat melakukan *passing* para pemain melakukan *passing* dengan asal-asalan tanpa memperhitungkan akurasi dan kekuatan *passing* yang akhirnya menjadi kebiasaan pada saat bertanding. Adanya permasalahan di atas dibutuhkan sebuah variasi latihan upaya meningkatkan kemampuan pemain dalam melakukan *passing* dengan akurat. Ada banyak bentuk-bentuk latihan yang bisa membuat kemampuan *passing* meningkat salah satunya dengan menggunakan variasi latihan *passing diamond*. Dalam bentuk latihan *passing diamond* ini diletakkan sebuah cone dengan jarak 5-10 meter atau juga bisa 10-15 meter yang akan membentuk sebuah *diamond*. Menurut Pramudyatama & Mardhika (2024, p38). Mengatakan bahwa Model latihan *passing diamond* dilakukan untuk meningkatkan kemampuan akurasi *short passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan mengontrol bola dari pemain yang melakukannya. Kelebihan dari model latihan ini yaitu sangat mudah dilakukan karena latihan ini hanya melakukan *passing*, *control*, dan *moving*. Model latihan ini sangat efektif karena para pemain merasa terangsang untuk melakukannya dan akan berpengaruh pada peningkatan kemampuan keterampilan *passing*-nya. Program latihan *passing* ini adalah memberikan program latihan yang bervariasi sehingga tidak mudah bosan dalam berlatih dan dapat memudahkan lebih cepat peningkatan akurasi *passing* SSB Asfar U 11-13 tahun.

Sejalan dengan latar belakang di atas penulis menyimpulkan bahwa latihan menggunakan variasi latihan *diamond passing* diharapkan dapat digunakan untuk mengatasi kemampuan akurasi *passing* sehingga *passing* dilakukan dengan baik dan benar. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain sepak bola SSB Asfar U 11-13 tahun”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti mencoba merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut.”Apakah terdapat pengaruh yang berarti latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain sepak bola SSB Asfar U 11-13 tahun?”

1.3 Definisi Operasional

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

- a. 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 akurasi *passing* pemain sepak bola SSB Asfar U 11-13 tahun, dengan menggunakan latihan *passing diamond*.
- b. Latihan. Menurut Farikh (2024, p.328) “Latihan atau *training* adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang ulang, dan yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah”. Latihan dalam penelitian ini adalah latihan *passing diamond* pada pemain sepak bola.
- c. *Passing diamond*. Menurut Bulqini (2024, p.406) *Passing diamond* “latihan *passing* berbentuk berlian atau wajik yang memiliki empat sudut”. Dimana *passing diamond* ini akan digunakan untuk meningkatkan akurasi *passing* SSB Asfar U 11-13 tahun.
- d. Teknik dasar *passing*. Menurut Nugroho Priyo Utomo (2021, p.88) “teknik dasar *passing* adalah teknik dasar yang berguna untuk mengoperkan bola kepada teman atau menghubungkan bola pemain satu ke pemain lain dalam usaha untuk membangun serangan kemudian mencetak gol”. Teknik dasar yang dimaksud adalah teknik dasar *passing* dalam sepak bola.
- e. Sekolah Sepak Bola (SSB). Menurut Putra et al. (2024, p.67) “Sekolah sepak bola (SSB) merupakan suatu wadah atau tempat yang mempunyai peranan penting dalam membimbing, membina, mengarahkan perkembangan dan pendayagunaan potensi tertentu yang dimiliki siswa dalam hal ini khususnya potensi bermain sepak bola”.

Dalam penelitian ini SSB yang dimaksud adalah SSB Asfar yang ada di Kota Tasikmalaya Indihiang.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan oleh peneliti, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang berarti latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain sepak bola SSB Asfar U 11-13 tahun.

1.5 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini penulis berharap hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoretis maupun secara praktis.

a. Manfaat teoritis

Secara teoretis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi peningkatan teknik dasar *passing*, dan juga mendukung dan mempertahankan teori yang ada khususnya dalam peningkatan teknik dasar *passing*.

b. Manfaat praktis

Secara praktis manfaat hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mempelajari sejauh mana teori yang diajarkan khususnya di teori peningkatan *passing*. Sedangkan manfaat bagi pelatih dan pengajar sepak bola penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dalam membuat program latihan *passing* guna untuk meningkatkan teknik dasar *passing* dalam sepak bola.