

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak manusia menurut teknik tertentu, dalam pelaksanaannya terdapat unsur bermain, rasa senang, dilakukan pada waktu luang, dan terdapat kepuasan diri. Menurut Seno Gumira Ajidarma dalam (Fabio & Kartiko, 2022), definisi olahraga ini merupakan suatu kegiatan atau aktivitas yang menyehatkan tubuh manusia serta sarana kompetisi untuk mencari bakat seseorang di bidang olahraga. (p. 14).

Dan Menurut (Giri Wiarto, 2015, p. 1) Berbicara mengenai olahraga, maka kita menyadari bahwa ada bermacam-macam cabang olahraga yang bisa dipilih dan berkomitmen untuk menekuninya. Ada Olahraga modern yang cara dan aturannya berbeda dengan olahraga tradisional yang masih minim baik dari tata cara bermain dan aturan-aturannya. Ada juga olahraga yang dirancang dan dilakukan untuk untuk melatih kondisi fisik atau otot para pelakunya, ada pula yang dibuat untuk menstimulasi kesegaran rohani atau psikis dan merancang kerja otak. Maka perlu kita ketahui beberapa macam olahraga yang ada.

Dalam olahraga dapat digolongkan kedalam beberapa jenis golongan, salah satu contohnya yaitu permainan bola besar dan permainan bola kecil. Dalam permainan bola besar diantaranya yaitu permainan bola voli, bola basket, dan sepakbola. Sedangkan untuk permainan bola kecil diantaranya yaitu tenis lapang, badminton, soft ball, tenis meja dan masih banyak lagi permainan olahraga lainnya. Salah satu olahraga yang sangat digemari dan menjadi *favorit* dari semua kalangan, baik itu dari kalangan anak sekolah, orang dewasa, maupun orang tua yaitu olahraga permainan sepakbola.

Menurut Gramedia Blog (2020) “Sejarah sepak bola dunia kali pertama dimulai pada abad ke-19 di tanah Britania Raya, yakni Inggris. Pada saat itu, sepak bola telah berkembang dan menjadi salah satu cabang olahraga yang paling

ga ini sudah populer sejak dulu dan semakin disukai sampai sekarang. Sebelum berkembang dan terkenal seperti saat ini, ada beberapa versi terkait siapa pencetus pertama kali sepak bola. Ada yang menyatakan bahwa permainan sepak bola sebenarnya berasal dari China. Namun, ada juga versi lain yang menyebutkan bahwa sepak bola berasal dari Romawi.

Salah satu catatan sejarah menyebutkan bahwa sepak bola sudah ada pada 3.000 tahun silam, lebih tepatnya dalam budaya Mesoamerika kuno oleh suku Aztec atau biasa dikenal dengan Tchatali. Pada zaman itu, sepak bola sudah dimainkan dengan bola yang ditendang oleh kedua tim. Bola yang digunakan berbahan dasar karet. Perbedaan permainan sepak bola di masa Mesoamerika dengan zaman sekarang adalah kepentingannya. Pertandingan bola pada zaman itu dimainkan dalam beberapa acara ritual. Bola sendiri menjadi simbol matahari. Sementara itu, kapten tim yang kalah nanti akan dijadikan korban bagi para dewa.

Menurut *Fédération Internationale de Football Association* (FIFA) sebagai organisasi induk sepak bola Internasional, sepak bola berasal dari daratan Asia Timur, China, yakni pada sekitar abad ke-2 dan ke 3. Di masa Dinasti Han, masyarakat China sudah suka melakukan sepak bola dengan cara digiring dan dimasukkan ke dalam jaring kecil. Bola yang digunakan pada masa ini terbuat dari kulit hewan. Masyarakat China dahulu menyebut olahraga yang dimainkan di atas bidang persegi ini dengan sebutan *tsu chu*".

Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang terdiri dari dua regu, setiap regu terdiri dari 11 pemain dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya untuk meraih kemenangan. Upaya untuk memasukan bola ke gawang lawan pemain sepakbola harus bisa menguasai bola dengan teknik yang baik, sehingga bisa mendapatkan peluang mencetak gol yang cukup besar. Menurut Iskandar, Haris (2017), sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola kian-kemari untuk diperebutkan diantara pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola" (p. 7).

Salah satu aspek teknik yang sangat penting dalam permainan sepakbola yaitu *passing*. *Passing* dilakukan untuk memindahkan bola dari kaki pemain ke kaki pemain yang lain sehingga bisa terhubung untuk membangun taktik dan skema serangan. Menurut Hidayat (2017, p. 34) *passing* merupakan komponen penting dalam permainan sepakbola guna melakukan *control* bola secara baik. Mengingat *passing* begitu sering dilakukan dalam sebuah pertandingan, pelatih yang baik akan memulai tugasnya dengan memperbaiki kemampuan *passing* para pemainnya.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan yang telah saya lakukan pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP N 1 Sidamulih pada saat melakukan kegiatan pertandingan sepakbola dan pada saat kegiatan latihan ekstrakurikuler. Dapat dikatakan bahwa siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP N 1 Sidamulih dalam melakukan teknik dasar *passing* terlihat cukup baik, tetapi setelah saya amati dari beberapa pertandingan dan sesi latihan yang telah di jalani siswa ekstrakurikuler SMP N 1 Sidamulih masih banyak melakukan kesalahan pada ketepatan *passing* sehingga bola dengan mudah direbut oleh lawan. Hal tersebut diakibatkan karena adanya tekanan dari lawan dan para pemain tidak bisa keluar dari tekanan tersebut, dari kesalahan kesalahan yang dilakukan maka hal tersebut akan merugikan tim karena bola tidak bisa dikuasai oleh tim.

Akar masalah dari fenomena tersebut yaitu tidak adanya bentuk latihan yang melakukan latihan menyerupai permainan sesungguhnya. Saya juga melakukan tanya jawab atau wawancara dengan pelatih terkait program latihan yang diberikan ternyata pelatih tidak memberikan program latihan dalam bentuk variasi latihan seperti permainan sesungguhnya. Oleh karena itu, untuk meningkatkan keterampilan *passing* peneliti tertarik memberikan salah satu metode latihan sebagai solusi dari fenomena yang terjadi. Metode latihan yang akan diterapkan atau diberikan dalam penelitian ini yaitu metode latihan *Small Sided Games*.

Menurut Fadchurrohman (2016, p. 196), *small sided games* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik. Latihan *Small Sided Games* lebih banyak menerapkan secara

langsung latihan, teknik, taktik dalam sebuah permainan. Pemain dituntut untuk menghadapi situasi tekanan seolah-olah seperti pertandingan yang sebenarnya. Dengan mengalami situasi seperti ini selama latihan, pemain dapat meningkatkan teknik dan aspek fisiologis permainan pemain”. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa *Small Sided Games* adalah metode latihan sepakbola yang menggunakan lapangan lebih kecil dan jumlah pemain yang lebih sedikit. Metode latihan ini dapat digunakan untuk melatih semua keterampilan sepakbola seperti *passing, stoping, positioning, possession* atau *shooting*.

Berdasarkan uraian penjelasan diatas, penulis sangat tertarik untuk meneliti masalah tersebut. Adapun judul penelitian yang penulis ajukan adalah “Pengaruh Metode Latihan *Small Sided Games* Terhadap Keterampilan *Passing* Sepakbola”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas, masalah penelitian ini dapat penulis rumuskan sebagai berikut: “Apakah metode latihan *Small Sided Games* berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan *passing* sepakbola?”.

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari salah tafsir dalam penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan istilah yang akan digunakan sebagai variable penelitian.

a. Pengaruh

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2015, p. 1045), “pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang”.

b. Latihan

Menurut Harsono (2018, p. 5), “Latihan merupakan suatu proses yang harus dilakukan dengan hati-hati, dengan sabar, dan dengan penuh kewaspadaan terhadap atlet. Melalui latihan yang berulang-ulang dilakukan, yang sedikit demi sedikit ditambah dalam intensitas dan kompleksitasnya, atlet lama-kelamaan akan berubah menjadi orang yang lebih pegas, lebih lincah, lebih kuat, lebih terampil, dan dengan sendirinya efektif”.

c. *Small Sided Games*

Menurut Fadchurrohman (2016, p. 196), ”*small sided games* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik. Latihan *Small Sided Games* lebih banyak menerapkan secara langsung latihan, teknik, taktik dalam sebuah permainan. Pemain dituntut untuk menghadapi situasi tekanan seolah-olah seperti pertandingan yang sebenarnya. Dengan mengalami situasi seperti ini selama latihan, pemain dapat meningkatkan teknik dan aspek fisiologis permainan pemain”.

d. Keterampilan

Keterampilan Menurut Amirullah dan Budiyo (2014, p. 21) menjelaskan bahwa “Skill atau keterampilan adalah suatu kemampuan untuk menterjemahkan pengetahuan ke dalam praktik sehingga tercapai tujuan yang diinginkan”.

e. *Passing*

Menurut Hidayat (2017), “*Passing* merupakan komponen penting dalam permainan sepakbola guna melakukan control bola secara baik. Mengingat *passing* begitu sering dilakukan dalam sebuah pertandingan, pelatih yang baik akan memulai tugasnya dengan memperbaiki *passing* para pemainnya” (p. 34).

f. Sepakbola

Menurut Iskandar, Haris (2017), sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola kian-kemari untuk diperebutkan diantara pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola” (p. 7).

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang dikemukakan diatas, maka tujuan penulis melakukan penelitian ini yaitu: “untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang signifikan dari metode latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* sepakbola”.

1.5 Kegunaan Penelitian

Setiap penelitian yang dilakukan diharapkan dapat bermanfaat untuk semua pihak yang terkait dengan permasalahan penelitian ini, baik secara teoritis maupun secara praktis.

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi secara ilmiah dan bisa menambah atau mengembangkan teori-teori khususnya teori-teori dalam kepelatihan olahraga permainan sepakbola. Diharapkan dapat dipakai sebagai pertimbangan dalam menyusun program latihan yang baik terhadap siswa maupun atlet.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Ekstrakurikuler Sepakbola SMP N 1 Sidamulih

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan dan bahan pertimbangan untuk menentukan program-program kegiatan latihan sehingga dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* dalam permainan sepakbola.

2) Bagi Pelatih

Setelah mengetahui pengaruh variasi latihan diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi dan menambah pengetahuan baru untuk menemukan solusi dalam permasalahan yang terdapat di proses latihan. Sehingga pelatih bisa merancang program latihan yang akan diberikan.

3) Bagi Siswa

Diharapkan bisa memberikan wawasan dan menambah motivasi bagi siswa guna meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* sepakbola terutama dalam aspek teknik.

4) Bagi Penulis

Adapun manfaat untuk penulis yaitu untuk menambah pengalaman secara langsung dalam meningkatkan keterampilan teknik *passing* pada cabang olahraga permainan sepakbola dalam metode eksperimen sehingga penulis bisa mengembangkan atau menemukan metode-metode lainnya.