

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu kebutuhan bagi setiap manusia. Olahraga sangat berguna dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan masyarakat. Sepakbola dikenal sejak ribuan tahun lalu. Sepakbola merupakan olahraga paling populer dan sangat digemari masyarakat. Sepakbola telah dikenal masyarakat Cina sekitar 2500 tahun yang lalu mereka menamakan permainan ini dengan nama TSU CHU, suku asli Polinesia telah memainkan sejenis permainan sepakbola. Mereka menggunakan bola yang terbuat dari bambu. Begitu juga orang eskimo (inut) telah mengenal sepakbola. Mereka menggunakan bola yang terbuat dari kulit (Yudianto 2009:1).

Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang dimainkan oleh sebelas orang dalam satu tim. Pada era sekarang ini, olahraga sepakbola sudah sangat berkembang di Indonesia maupun di dunia. Seorang pemain bola harus melatih kekuatan tubuh bagian atas dan bagian bawah. Tujuannya memang bukan untuk menambah massa otot atau memperbesar badan. Pesepak bola, bahkan yang profesional sekalipun, melatih kekuatan fisiknya untuk meningkatkan performa mereka di lapangan hijau.

Latihan shooting dalam sepakbola harus dilakukan secara program dan terus menerus supaya tujuannya tercapai. Tapi banyak para pelatih yang melakukan latihan meningkatkan teknik shooting tidak secara program dan tidak variatif, sehingga membuat para pemain menjadi lupa dan jenuh. Meningkatkan

kemampuan teknik shooting seorang pemain, latihan yang dilakukan harus bervariasi. Latihan variasi merupakan suatu penyajian atau pelaksanaan kegiatan latihan dengan berbagai bentuk atau metoda, guna mencapai tujuan dari latihan yang dilakukan. Latihan variasi bertujuan untuk menghindari kejenuhan peserta latihan, sehingga peserta latihan serius mengikuti latihan dan tujuan dapat diwujudkan. Selain itu latihan yang bervariasi memberikan pengalaman berbagai gerak bagi setiap orang untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuannya (Budiwanto, 2012: 23).

Salah satu aspek yang tidak kalah penting dalam permainan sepakbola adalah kecepatan. Kecepatan dibutuhkan oleh seseorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kecepatan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan. Kecepatan juga menunjang terjadinya gol, mengingat bahwa dalam pertandingan sepakbola waktu normalnya 2x45 menit. Jadi diperlukan suatu keadaan yang menuntut permainan cepat secara individu maupun secara organisasi supaya tercapainya tujuan. Seperti yang dikatakan Kurniawan dkk, (2016: 10) “Pemain yang memiliki kecepatan akan dapat dengan cepat menggiring bola sepak ke daerah lawan dan akan mempermudah pula dalam mencetak gol ke gawang lawan, selain itu kecepatan juga diperlukan dalam usaha pemain mengejar bola”. Kecepatan lari dapat dilatih baik dengan bola maupun tanpa bola. Salah satu yang efektif untuk memberikan latihan variasi shooting dan sprint untuk meningkatkan ketepatan shooting adalah pada usia dini Sekolah Sepakbola (SSB). SSB merupakan sebuah organisasi olahraga yang khususnya sepakbola

yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet. Tujuan SSB untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan SSB lainnya, dapat memuaskan masyarakat, dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi. Akademi sepakbola merupakan sebuah wadah yang menyediakan solusi pelatih pada setiap tingkat dari klub ataupun organisasi sepakbola untuk merencanakan dan mempersiapkan pengembangan atlet (Curneen, 2013: 32).

Salah satu yang efektif untuk memberikan latihan variasi shooting dan sprint untuk meningkatkan ketepatan shooting adalah pada usia dini Sekolah Sepakbola (SSB). SSB merupakan sebuah organisasi olahraga yang khususnya sepakbola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet. Tujuan SSB untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan SSB lainnya, dapat memuaskan masyarakat, dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi. Akademi sepakbola merupakan sebuah wadah yang menyediakan solusi pelatih pada setiap tingkat dari klub ataupun organisasi sepakbola untuk merencanakan dan mempersiapkan pengembangan atlet (Curneen, 2013: 32).

SSB SIGINJAI U-16 adalah salah satu sekolah sepakbola yang ada di Kabupaten KOTA JAMBI Provinsi Jambi. SSB SIGINJAI U-16 berlokasi di jalan Kol Pol M Taher, Wijaya Pura Kecamatan Jambi Selatan Kabupaten KOTA JAMBI. Berdasarkan observasi awal yang langsung survei ke lapangan oleh peneliti, SSB Siginjai memiliki siswa rentang usia 6-12 tahun, usia 13-15 tahun, dan usia 16-19 tahun. Jadwal latihan SSB SIGINJAI U-16 tiga kali dalam

seminggu yaitu Rabu, Jumat, Minggu untuk usia 6-12 tahun dan usia 13-15 tahun, sedangkan untuk usia 16-19 tahun hanya sekali dalam seminggu yaitu hari Sabtu. SSB SIGINJAI U-16 juga memiliki lima orang pelatih, dari lima orang pelatih satu diantaranya khusus pelatih penjaga gawang. KOTA JAMBI hanya fokus latihan pada usia 6-12 dan 13-15 tahun saja, karena di usia tersebut masih dalam kategori usia anak-anak yang membutuhkan perhatian lebih dalam melakukan permainan sepakbola dengan teknik dasar yang benar.

SSB SIGINJAI U-16 juga sudah banyak mengikuti berbagai turnamen sepakbola antar SSB Kota/Kabupaten, namun masih belum mendapatkan hasil yang terbaik dari tujuan permainan sepakbola. Seharusnya dengan jadwal latihan yang cukup banyak dalam seminggu dan memiliki banyak pelatih, SSB SIGINJAI U-16 bisa mendapatkan hasil yang bagus. Terkhusus untuk usia 13-15 tahun di SSB SIGINJAI U-16 yang sering mendapatkan hasil tidak bagus dalam setiap pertandingan dibandingkan dengan usia 6-12 tahun.

Berdasarkan hasil wawancara langsung dengan salah satu pelatih SSB Siginjai, pelatih mengatakan hal ini dikarenakan kurangnya shooting dari para pemain usia 13-15 tahun ke gawang lawan dan terlihat masih lemahnya power shooting. Serta akurasi shooting para pemain usia 13-15 tahun ke gawang lawan masih tidak tepat dan lambatnya kecepatan pemain untuk berlari maupun mengambil keputusan untuk shooting. Sangat disayangkan dari hasil yang diperoleh pemain usia 13-15 tahun di SSB SIGINJAI U-16 tidak baik dalam pertandingan sepakbola, padahal SSB SIGINJAI U-16 memiliki cukup banyak waktu latihan dan pelatih. Apabila hal ini tidak di evaluasi maka akan terus

merugikan sebuah tim dan mental para pemain usia 13-15 tahun SSB SIGINJAI U-16, sehingga akan timbulnya rasa kurang minat dalam bermain sepakbola.

Masalah lain yaitu ketika melakukan latihan saat sesi game bahwa saat melakukan shooting lebih sering melenceng dari pada mengarah ke gawang sehingga tidak terciptanya gol. Pemain selalu terburu-buru dalam melakukan shooting, sehingga bola sering melenceng ke samping kiri gawang, ke samping kanan gawang dan ke atas gawang. Dari hasil proses shooting yang dilakukan atlet yaitu perkenaan kaki terhadap bola kurang tepat, sebagian melakukan tendangan tepat pada bagian bawah bola yang mengakibatkan bola melayang ke atas, sebagian yg ditendang adalah bagian samping bola, sehingga bola melenceng ke samping gawang. Hal ini disebabkan beberapa faktor salah satunya adalah kurangnya tahap latihan yang dikhususkan untuk melatih shooting dan latihan yang kurang bervariasi. Variasi-variasi latihan shooting yang dilakukan pelatih masih sedikit. Terlihat masih banyak teknik yang kurang tepat untuk melakukan shooting. Melakukan shooting yang benar adalah harus memperhatikan sikap awal, posisi bola, perkenaan bola pada kaki, ayunan kaki, arah tendangan, dan pandangan pada sasaran. Memasukkan bola ke gawang lawan tentu saja bukan suatu pekerjaan yang mudah, karena dibutuhkan teknik dasar, keterampilan dan kerja sama yang baik. Selain teknik dalam permainan sepakbola juga memerlukan faktor fisik serta taktik dan strategi.

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap metode latihan di SSB KOTA JAMBI, tidak adanya variasi dalam latihan yang diberikan kepada usia 13-15 tahun oleh pelatih, sehingga terlihat para pemain jenuh akan latihan dan

kurangnya porsi latihan shooting. Mengingat betapa pentingnya variasi didalam latihan, hal ini seharusnya yang dilakukan oleh para pelatih di SSB SIGINJAI U-16. Supaya pada setiap pemain tidak jenuh dalam latihan dan akan terus menyukai latihan sehingga membuat progres yang baik di dalam latihan. Oleh sebab itu dari permasalahan yang telah dikemukakan sebelumnya, peneliti ingin membuktikan bahwa pentingnya variasi didalam Latihan

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan dapat diketahui bahwa permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas identifikasi masalah yang muncul adalah sebagai berikut :

- 1.2.1 Belum diketahui bagaimana pengaruh latihan menembak menggunakan kaki bagian dalam terhadap akurasi menembak pemain SSB Siginjai U-16.
- 1.2.2 Belum diketahui bagaimana pengaruh latihan menembak full cocked terhadap akurasi menembak pemain SSB Siginjai U-16
- 1.2.3 Belum diketahui bagaimana pengaruh latihan menembak menggunakan kaki bagian dalam dan seluruh punggung kaki terhadap akurasi menembak pemain SSB Siginjai U-16.

1.3 Pembatasan Masalah

Sesuai dengan permasalahan diatas dan kemampuan peneliti, maka penelitian ini hanya akan membahas tentang pengaruh latihan menembak menggunakan

bagian dalam kaki dan seluruh punggung kaki terhadap akurasi menembak pemain Siginjai Football Academy. Pemain sepak bola dalam penelitian ini dibatasi pada mereka yang berusia di bawah 16 tahun.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, indentifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini:

- 1.4.1 Adakah pengaruh latihan *shooting* dengan kaki bagian dalam terhadap ketepatan *shooting* pada pemain SSB Siginjai *U-16*?
- 1.4.2 Adakah pengaruh latihan *shooting* dengan punggung kaki penuh terhadap ketepatan *shooting* pemain SSB Siginjai *U-16*?
- 1.4.3 Manakah dari kedua latihan tersebut yang lebih baik terhadap ketepatan *shooting* pemain SSB Siginjai *U-16*?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dari penulisan sekripsi ini adalah untuk mengetahui :

- 1.5.1 Adakah pengaruh latihan *shooting* dengan kaki bagian dalam terhadap ketepatan *shooting* pada pemain SSB Siginjai *U-16*.
- 1.5.2 Adakah pengaruh latihan *shooting* dengan punggung kaki penuh terhadap ketepatan *shooting* pada pemain SSB Siginjai *U-16*.
- 1.5.3 Latihan manakah yang lebih baik antara latihan tendangan menggunakan kaki

dalam dan latihan tendangan menggunakan punggung kaki penuh terhadap ketepatan *shooting* pada pemain SSB Siginjai U-16.

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat Teoritis

1.6.1.1 Memberikan sumbangan pemikiran bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan terutama bagi mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

1.6.1.2 Agar dapat digunakan sebagai bahan informasi dan kajian penelitian selanjutnya khususnya bagi pemerhati peningkatan prestasisepakbola.

1.6.1.3 Bahan refrensi dalam memberikan materi latihan kepada pemain di Akademi Sepakbola Siginjai.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Pihak Pelatih

Agar dapat dijadikan masukan dalam memberikan materi latihan dan peningkatak kemampuan sepakbola.

1.6.2.2 Bagi Pemain

Pembetulan terhadap teknik menendang yang salah sehingga kemampuan menendang bola pada pemain akan meningkat.

1.6.2.3 Bagi Peneliti

Mengembangkan teori-teori yang hasilnya bisa berguna bagi pelatih, atlet, dan pihak-pihak yang terkait dengan prestasi sepakbola.