

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Sepakbola sebagai salah satu cabang olahraga yang populer dan diminati banyak orang di dunia saat ini. Gambaran mengenai popularitas sepak bola lebih dari 2 milyar pemirsa televisi menyaksikan kesebelasan Brasil mengalahkan Itali pada final World Cup 1994 (Gerke 2019). Perkembangan yang dialami dari bentuk yang sederhana sampai kepada bentuk permainan sepak bola yang modern dan digemari oleh banyak kalangan seperti orang tua-muda, anak-anak, bahkan wanita. Sepak bola berkembang begitu pesat, lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia memainkan lebih dari 20 juta permainan sepak bola tiap tahunnya. Sekalipun sepakbola memiliki daya tarik yang sangat tinggi, namun tidak semua orang yang sudah terjun dalam olahraga ini memiliki skill atau kemampuan yang baik (Ahler et al. 2015).

Seorang pemain sepakbola yang baik dapat dibekali dengan teknik-teknik dasar bermain sepakbola yang baik dan benar. Seorang pemain yang memiliki teknik dasar yang baik dan benar cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula, karena penguasaan teknik dasar adalah hal yang mutlak dalam bermain sepak bola. Menurut (Anshar 2018) kemampuan dasar dari teknik atau gerak yakni berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit dan berhenti tiba-tiba. Gerakan lainnya seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit dan berhenti tiba-tiba. Menurut (Gazali and Cendra 2019) Kemampuan gerak atau teknik dengan bola meliputi: (a) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (ball feeling), (b) Menendang bola (passing), (c) Menendang bola kegawang (shooting), (d) Menggiring bola (dribbling), (e) Menerima bola dan menguasai bola (receiveing and controlling the ball), (f) Menyundul bola (heading), (g) Gerak tipu (feinting), (h) Merebut bola (sliding tackles/shielding), (i) Melempar bola kedalam (throw-in), dan (j) Menjaga gawang (goal keeping).

Penguasaan bola dengan kaki saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan menjadi sangat penting dalam meningkatkan kemampuan sepakbola. Kemampuan dasar atau teknik yang harus dikuasai yakni *dribbling*. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. *Dribbling* adalah kemampuan seorang pemain yang mempunyai teknik menguasai bola dengan baik dan mampu membawa bola untuk melewati musuhnya (Pratama 2019). *Dribbling* berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan.

Dengan memiliki kemampuan *dribbling* yang baik, maka pemain akan mudah mengendalikan bola sesuai dengan gerakan yang diinginkannya dan membawa bola secara cepat ke depan ke area pertahanan tim lawan (Laksono and Rachman 2020). Pemain akan mampu menciptakan dan menampilkan variasi-variasi gerakan dengan bola pada saat menggiring bola dalam permainan. Jika pemain mampu mengendalikan bola dengan cara menggiring bola, maka alur permainan akan bisa dikendalikan oleh pemain tersebut, dengan mampu mengendalikan permainan, kemenangan dan prestasi dapat diraih tanpa menjumpai kesulitan yang berarti.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas *dribbling* adalah dengan *small sides games*. Penggunaan *small sided games* sebagai instrumen khusus untuk meningkatkan kondisi fisik, mengembangkan taktis dan teknis pemain, meningkatkan spesifisitas dari stimulus pelatihan memang sangat efektif dilihat dari kemajuan yang berhasil dicapai (Arcos et al. 2014). Latihan *small side games* dapat meningkatkan keterampilan pemain bola salah satunya teknik menggiring bola. Saat latihan *small side games* seseorang dihadapkan dengan situasi lebih banyak bersentuhan dengan bola dan keputusan yang tepat dalam permainan.

*Small Sided Games* (SSG) yang mana permainan sepak bola yang dimainkan dengan jumlah pemain kurang dari sebelas setiap timnya dan dilapangan berukuran lebih kecil dari pada lapangan sepak bola pada umumnya. Selama permainan *small sided games* berlangsung, setiap pemain lebih sering bersentuhan langsung dengan

bola, lebih banyak mengambil keputusan dan terlibat dalam situasi permainan karena ukuran lapangan yang lebih kecil dan jumlah pemain juga sedikit dari permainan sepak bola sebenarnya. Small sided games digunakan pelatih untuk mengembangkan kemampuan teknis pemain pada situasi yang nyata (Lugaya, ., and Fitri 2019). Dalam permainan small sided games pemain lebih banyak menyentuh bola karna lapangan yang lebih kecil dan terbatas. Small sided game yang nantinya sangat membantu atlet bergerak dengan lincah dan cepat, sehingga kemampuan dribbling, passing dan control pemain dalam bermain sepak bola akan semakin meningkat. Tidak hanya pemain dewasa yang menggunakan latihan small sided games. Pemain muda juga menggunakan latihan small sided games. Di jaman yang sudah berkembang latihan small sided games juga digunakan oleh anak-anak usia dini.

Metode latihan *small sided games* ini diharapkan mampu memberikan motivasi berlatih karena dengan adanya metode latihan yang baru di dalam kondisi latihan maka atlet ingin selalu mengikuti latihan. Tidak lepas dari itu, faktor pendorong agar atlet ingin selalu berlatih supaya teknik dasar sepakbola bisa dikuasai sepenuhnya adalah motivasi berlatih dari diri atlet itu sendiri maupun dari luar diri atlet tersebut (Hulka, Weisser, and Belka 2016).

Beberapa tahun terakhir, Sekolah Sepak bola (SSB) banyak berdiri di Indonesia. Mulai dari SSB yang profesional sampai dengan SSB yang hanya untuk memberikan pelatihan kepada anak-anak sekolah dasar. Keberadaan SSB diharapkan mampu mencetak pesepak bola yang berkualitas. Menurut (Rocha et al. 2020) menyatakan bahwa Sekolah Sepak Bola (SSB) yaitu suatu tempat atau wadah pembinaan dasar. Pembinaan sejak awal menentukan masa depan prestasi sepak bola.

Puncak prestasi olahragawan umumnya dicapai sekitar umur 20 tahun, dengan lama tahapan pembinaan 8-10 tahun maka seseorang pemain sepak bola harus sudah mulai dibina dan dilatih pada usia 7-18 tahun yang dapat dinamakan pembinaan pemain usia muda. Pembinaan usia muda dapat dibagi menjadi dua kategori yaitu usia dini dengan pembagian usia dari 7-9 dan 10-12 tahun, usia remaja dengan pembagian usia dari 13-15 tahun dan 16 -18 tahun, di atas 18 tahun dianggap sudah dewasa (Baptista et al. 2020). Dengan adanya Sekolah Sepak bola dan klub sepak

bola kelompok umur remaja atau junior masih belum diperhatikan lebih serius. Sekolah sepakbola (SSB) dan klub sepak bola (Persatuan Sepakbola) yang dikelola dengan swadaya masyarakat dengan membina pemain usia 7-18 tahun adalah potensi yang harus dikembangkan, dibina dengan profesional hingga menjadi modal yang kuat menuju prestasi tim nasional Indonesia.

Populernya Sekolah Sepak Bola di berbagai daerah Indonesia termasuk di SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11 membuktikan bahwa masyarakat memiliki perhatian tinggi terhadap pembinaan sepak bola usia dini. Menurut (González-Víllora et al. 2017) dijelaskan bahwa dalam upaya membina prestasi olahraga, maka pembinaan yang baik harus dimulai dari pembinaan usia muda dan pembinaan atlet muda berbakat sangat menentukan untuk kemampuan atlet kedepannya. Pencapaian dalam berlatih sepakbola membutuhkan sebuah pembinaan atau latihan yang terprogram dan sistematis. Banyak faktor yang mempengaruhi dan mempunyai andil dalam mencapai hasil yang maksimal antara lain ditentukan oleh penguasaan teknik yang sempurna, berjalannya taktik, strategi yang benar dan daya tahan tubuh atau kebugaran. Pencapaian yang baik dapat diraih bila pembinaan atlet melalui tahapan tingkat pemula sampai atlet berprestasi atau dari tahap usia dini sampai usia dewasa.

Olahraga sepakbola yang dicapai merupakan hasil akumulatif dari berbagai aspek usaha, di samping itu juga untuk mewujudkan prestasi olahraga memerlukan suatu proses yang relative lama diantaranya melalui “training” atau latihan. Prestasi yang diraih SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11 tidak lepas dari beberapa komponen yang ada di dalamnya. Komponen yang utama adalah kemampuan pelatih dalam memberi program latihan yang terstruktur, hal tersebut tidak lepas juga dari dukungan orang tua anak serta sarana dan prasarana yang ada di SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11 tersebut. Dilihat dari berbagai latihan maupun pertandingan SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11 ini sudah mencapai hasil yang cukup dalam bermain, hanya saja masih memiliki kekurangan dalam menguasai teknik dasar, sering terjadinya kesalahan pada saat melakukan dribbling, passing dan

controlling yang kurang benar, dan sering menggiring bola (*dribbling*) mengenai lawan atau kehilangan bola saat menggiring bola.

Berdasarkan uraian masalah di atas, metode yang digunakan untuk mengatasinya dengan menggunakan latihan *small sided games*. Tujuannya agar anak-anak SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11 meningkat keterampilan bermain sepak bolanya, khususnya untuk keterampilan teknik dasar yaitu *dribbling*, *shooting*, *passing* dan *controlling*. Oleh karena itu, untuk membuktikannya, Peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP TEKNIK SEPAKBOLA ATLET SSB PAMONG PRAJA U-11”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Latar belakang yang menjelaskan terkait permasalahan tersebut, maka peneliti dapat mengidentifikasi berbagai permasalahan diantaranya ialah:

- 1) Keterampilan dalam *dribbling* (menggiring bola) di SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11 perlu ditingkatkan karena masih sering kehilangann bola pada saat menggiring bola
- 2) Masih terjadinya kesalahan dalam menembak bola ke gawang (*shooting*).
- 3) Variasi dalam bentuk latihan yang saat ini masih monoton guna peningkatan teknik penggiringan bola dan menembak bola
- 4) Kemampuan dari SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11 saat menggiring yang masih mudah ditebak oleh lawan menjadikan sulit untuk mempertahankan penguasaan bola.
- 5) Masih belum diketahui pengaruh adanya latihan *small sided games* dengan keterampilan menggiring bola *dribbling* dan *shooting* di SSB (Sekolah Sepakbola) Pamong Praja U-11.

## 1.3 Pembatasan Masalah

Adanya permasalahan yang sangat luas dan keterbatasan peneliti dalam meneliti, maka diperlukan adanya pembatasan masalah. Pada penelitian ini peneliti

membahas mengenai “Pengaruh Latihan *small sided Games* terhadap teknik Sepakbola Atlet SSB Pamong praja u-11”.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah atas adanya latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas, permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah:

- 1) Apakah metode latihan *small sided games* berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *dribbling*?
- 2) Apakah metode latihan *small sided games* berpengaruh terhadap keterampilan *passing*?
- 3) Apakah metode latihan *small sided games* berpengaruh terhadap keterampilan *controlling*?

#### **1.5 Tujuan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh keterampilan teknik *dribbling*, *passing* dan *controlling* dengan metode *small sided games* pada atlet ssb pamong praja U-11.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun segi praktis untuk berbagai pihak. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

##### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan acuan atlet SSB pamong praja betapa pentingnya teknik *dribbling*, *passing* dan *controlling* pada permainan sepakbola, serta dapat dijadikan sumber bacaan dan sumber pengetahuan baru bagi penulis khususnya dan bagi pembaca secara umumnya. Selain itu diharapkan penelitian ini memberikan wawasan bagi penelitian selanjutnya.

##### **1.6.2 Manfaat dari Segi Kebijakan**

Dari segi kebijakan penelitian ini diharapkan memberikan arahan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar bagi para pesepakbola.

### 1.6.3 Manfaat Praktis

Untuk atlet SSB pamong praja mendapatkan deskripsi, gambaran dan referensi tentang manfaat latihan *small sided games* untuk meningkatkan keterampilan teknik *dribbling*, *passing* dan *controlling*.

### 1.6.4 Manfaat dari Segi Isu Serta Aksi Sosial

Dari hal ini, penelitian ini bermanfaat sebagai informasi bahwa pentingnya mengetahui latihan *small sided games* untuk meningkatkan keterampilan teknik *dribbling*, *passing* dan *controlling*.

## 1.7 Struktur Organisasi Skripsi

Penelitian yang sistematis akan tersusun dalam organisasi skripsi. Penyusunan skripsi ini meliputi halaman judul, halaman pengesahan, halaman pernyataan tentang keaslian skripsi dan pernyataan bebas plagiarisme, halaman ucapan terima kasih, nama dan kedudukan tim pembimbing, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, isi, daftar pustaka dan daftar lampiran. Bagian isi dari karya ilmiah yang berbentuk skripsi ini yaitu:

- 1) Bab I pendahuluan. Bab ini menguraikan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
- 2) Bab II kajian teori. Bab ini berisi tentang teori-teori yang mendukung penelitian, berisikan pendapat-pendapat para ahli dan kerangka berpikir dijadikan peneliti sebagai bahan kajian guna memberikan landasan yang kuat akan urgensi penelitian yang diteliti.
- 3) Bab III metode penelitian. Bab ini berisi tentang pendekatan-pendekatan, metode penelitian dalam mencari data, mengumpulkan dan menganalisa data, serta tahapan penelitian yang digunakan.
- 4) Bab IV temuan dan pembahasan. Pada bab ini peneliti menguraikan analisis temuan data dan membahasnya dengan teori-teori yang ada serta data-data yang mendukung. Langkah-langkah tersebut akan terlihat masalah-masalah yang diteliti serta pemecahan masalahnya.

- 5) Bab V simpulan, implikasi dan rekomendasi. Bab ini berisikan simpulan, menggambarkan implikasi dan memaparkan rekomendasi kepada pihak-pihak yang bersangkutan sebagai dari hasil penelitian terhadap permasalahan yang telah diidentifikasi dan dikaji dalam penelitian ini, peneliti berharap ini dapat memberikan manfaat setidaknya bagi diri sendiri sendiri dan umumnya bagi masyarakat serta pemerintah yang terkait.



