

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari di seluruh penjuru dunia. Clive Gifford (dalam Rudyana & Isnanto, 2007, hlm. 6) menyatakan bahwa “...sepak bola adalah olahraga tim nomor satu di dunia.” Pernyataan Clive tersebut tidaklah mengherankan bila menilik dari begitu populernya cabang olahraga sepak bola ini. Seluruh penjuru dunia mengenal dan memainkan olahraga sepak bola. Tidak terbatas di negara kaya ataupun miskin, negara maju ataupun berkembang, negara barat ataupun timur, semua mengenal olahraga sepak bola. Seperti dikutip dari bolapojok.info (Inilah alasan mengapa sepakbola begitu digemari, 2013) “Meski di beberapa Negara sepakbola bukanlah olahraga nomor satu, namun hampir di seluruh penjuru Dunia, sepakbola menjadi olahraga favorit, jadi tak heran jika sepakbola dianggap sebagai olahraga nomor satu di Dunia.”

Kepopuleran olahraga sepak bola tidak hanya terlihat dari banyaknya orang di dunia ini yang mengenal olahraga sepak bola. Tapi dapat dilihat juga dari banyaknya jumlah orang yang memainkan permainan sepak bola, dan juga dari jumlah orang yang menyaksikan pertandingan sepak bola itu sendiri. Seperti dikutip dari Luxbacher (dalam Bambang Sugeng, 2011, hlm. 5) bahwasanya

Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia memainkan lebih dari 20 juta permainan sepak bola setiap tahunnya. Untuk memberikan bayangan tentang popularitas sepak bola, lebih dari 2 miliar pemirsa televisi menyaksikan kesebelasan Brasil mengalahkan Italia pada final World Cup 1994.

Begitu banyaknya jumlah orang yang memainkan sepak bola berbanding lurus pula dengan begitu banyaknya orang yang menonton pertandingan sepak bola. Alan Tomlinson (dalam Steen, Novick, & Richards, 2013, hlm. 1) menjelaskan “*The accumulative global audience, including the most casual and passing of viewers, for the South Africa 2010 World Cup was reported by FIFA to be 3.2 million, 46.4 Percent*

Herdiansyah Agus, 2015

DAMPAK PENAMBAHAN DURASI LATIHAN TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA PADA SISWA DENGAN TINGKAT MOTOR EDUCABILITY RENDAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

of the world population...” Tidak ada cabang olahraga lain yang dimainkan dan ditonton lebih banyak dari olahraga ini. Seperti yang dijelaskan oleh Alan Tomlinson tadi, 46.4 persen penduduk dunia menyaksikan piala dunia 2010 yang diadakan di Afrika Selatan. Begitu banyaknya orang yang menonton sepakbola, sehingga pernyataan sepak bola merupakan olahraga paling populer di Dunia tidak dapat dipungkiri.

Populernya olahraga sepak bola tidak terlepas dari berbagai faktor. Diantaranya adalah karena olahraga sepak bola merupakan olahraga yang membutuhkan sarana dan prasarana yang sederhana. Untuk dapat memainkan permainan sepak bola hanya dibutuhkan tiga hal: yang pertama ada orang yang memainkannya, kedua bola, dan ketiga gawang. Dalam kehidupan sehari-hari, anak-anak dapat membuat bola dari apa saja. Mulai dari kertas yang digumpal-gumpalkan, plastik yang diikat menjadi bulat, sampah dedaunan yang dimasukkan kedalam pelastik, dan banyak lagi. Begitupun untuk membuat gawang. Mulai dari kayu yang ditancapkan ke tanah, beberapa batu yang diberikan jarak sedemikian rupa, sampai dengan hanya menumpukkan beberapa alas kaki menjadi dua bagian. Kesederhanaan tersebut menjadikan sepak bola sangat mudah untuk dimainkan kapan saja dan dimana saja. Bahkan menurut Alan Tomlinson (dalam Steen, Novick, & Richards, 2013, hlm. 3), olahraga sepak bola adalah olahraga yang paling sederhana, baik itu dari segi peralatan maupun peraturan permainan itu sendiri.

Media turut memiliki andil yang besar dalam mempopulerkan olahraga sepak bola. Dalam setiap tayangan berita pada stasiun televisi, selalu ada tayangan berita tentang olahraga sepak bola (diakhir segmen). Belum lagi tayangan-tayangan berita yang khusus membahas olahraga yang selalu ada pada tengah malam. Yang tentunya memiliki porsi berita olahraga sepak bola lebih besar dari pada olahraga lain. Terlebih lagi acara berita yang khusus membahas olahraga sepak bola yang selalu tayang pada akhir minggu (*weekand*). Seperti One Stop Football, Galeri Sepak Bola Indonesia, Kampiun, dan banyak lagi. Hasil survey dari perusahaan riset Nielsen Company (www.tempointeraktif) yang dikutip oleh Eka (Eka, 2011) mencatat, program olahraga terutama sepak bola menjadi program yang paling banyak di tonton di

Herdiansyah Agus, 2015

DAMPAK PENAMBAHAN DURASI LATIHAN TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA PADA SISWA DENGAN TINGKAT MOTOR EDUCABILITY RENDAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Indonesia pada tahun 2010. Tayangan-tayangan tersebut selain memanfaatkan kepopuleran sepak bola untuk menarik minat masyarakat menonton televisi, juga berdampak pada bertambah populernya olahraga sepak bola itu sendiri. Ditambah lagi dengan banyaknya pemain sepak bola yang dijadikan *icon* untuk merek-merek *brand* tertentu. Tidak hanya untuk *brand* komersil tertentu saja, pemain sepak bola juga banyak dijadikan *icon* untuk kegiatan-kegiatan sosial seperti unicef (Lionel Messi), duta mangrove (Cristiano Ronaldo), dan David Beckham. Bahkan nama terakhir ini seperti dikutip dari (10 pemain liga inggris berjiwa sosial - bagian 1, 2014) menjadi *icon* beberapa kegiatan sosial seperti Unicef, Palang Merah Internasioanl (*Red Cross*), dan lain-lain. Sehingga menjadikan olahraga sepak bola menjadi olahraga yang paling populer di dunia dan semakin populer setiap harinya.

Di Indonesia sendiri olahraga sepak bola sangat populer. Bahkan menurut Palupi (2004, hlm. 6) untuk Indonesia sendiri sejak era 1940an “sepak bola adalah olahraga yang terkenal dan paling luas penyebarannya. Oleh karena itu, sepak bola menduduki urutan teratas dalam jumlah perkumpulan baik milik bangsa Belanda, Tionghoa, maupun bumiputra.” Kepopuleran sepak bola di Indonesia dapat dilihat dari antusiasme masyarakat mendukung tim kebanggannya. Apalagi bila dilihat dari dukungan masyarakat untuk tim nasional Indonesia. Menurut Zariyat (10 negara dengan suporter sepak bola paling fanatik di Dunia, 2010) Indonesia menduduki urutan ke 3 sebagai negara yang memiliki suporter fanatik terbanyak di dunia setelah Brasil dan Jerman. Selain itu, antusiasme masyarakat juga terlihat dari tempat bermain sepak bola yang dilakukan di mana saja. Tidak hanya di lapangan berumput, tapi juga di berbagai macam tempat yang dapat dimanfaatkan. Seperti di jalanan, tanah kosong, bahkan di sawah yang baru dipanen sekalipun. Sepertinya asalkan bola dapat bergulir dan ditendang, maka di sana ada permainan sepak bola.

Dalam perkembangannya, hampir setiap negara mempunyai wadah atau organisasi sepak bola untuk meningkatkan prestasi sepak bolanya. Setiap negara berlomba-lomba untuk mengadakan pembinaan-pembinaan yang bertujuan untuk dapat terus meningkatkan prestasi sepak bola nasionalnya. Selain memberikan pembinaan pada level senior, setiap negara juga fokus pada pembinaan usia dini.

Herdiansyah Agus, 2015

DAMPAK PENAMBAHAN DURASI LATIHAN TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA PADA SISWA DENGAN TINGKAT MOTOR EDUCABILITY RENDAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Lihat saja juara dunia tahun 2014 di Brasil, De Panser Jerman, seperti dikutip dari isigood.com (7 fakta yang membuat sepak bola Inggris iri kepada Jerman sampai 10 tahun ke depan, 2015), Jerman menelurkan program pembinaan usia muda pada 366 wilayah di seluruh negaranya. Mereka merekrut semua bakat sepak bola usia 8 sampai 14 tahun. DFB (*Deutscher Fußball-Bund*) yang merupakan asosiasi sepak bola Jerman mengerahkan sumber daya pelatih lebih dari 1000 pelatih berlisensi B UEFA. Maka tidaklah mengherankan jika Jerman berhasil menjuarai kejuaraan sepak bola terbesar sedunia tersebut.

Kenapa harus pembinaan pada usia dini? Pertanyaan ini menjadi penting setelah mengetahui fakta tentang persiapan yang dilakukan Jerman di atas. Salah satu jawabannya adalah karena pada usia dini inilah ditanamkan nilai-nilai olahraga yang mendasar. Mulai dari teknik bermain, mental berlatih (tentunya sebelum mental bertanding), taktik bermain, dan diiringi dengan fisik yang mulai dibentuk sesuai dengan tahapan perkembangan anak. Seiring dengan perkembangan tersebut, banyak sekali sekolah sepak bola (SSB) yang telah berdiri. Yang mana tujuannya adalah untuk mewadahi anak-anak bangsa berusia dini untuk belajar dan berlatih sepak bola.

Untuk Indonesia sendiri, sekolah sepak bola tumbuh dengan pesat. Sekolah-sekolah sepak bola seakan menjamur di daerah-daerah di seluruh Indonesia. Hampir di setiap kabupaten dan kota tersebar satu atau lebih sekolah sepak bola. Yang mana tujuannya adalah untuk melatih tunas-tunas bangsa mulai dari usia dini. Membina calon penerus pelaku olahraga sepak bola di Indonesia. Yang harapannya akan mampu membawa nama besar Indonesia ke kancah internasional.

Dalam pelatihan anak usia dini tidak terlepas dari berbagai macam masalah yang dihadapi. Salah satu masalah yang selalu muncul adalah adanya perbedaan daya tangkap siswa terhadap materi latihan yang diberikan. Walaupun materi latihan yang diberikan sama, waktu latihan yang sama, jumlah pengulangan yang sama, suasana latihan yang sama, namun memberikan dampak yang berbeda kepada siswa terhadap penguasaan keterampilannya. Selalu ada siswa yang lebih cepat menguasai keterampilan yang diajarkan dari pada siswa-siswa yang lainnya. Begitupun sebaliknya, selalu ada siswa yang lebih lambat dalam artian membutuhkan waktu

Herdiansyah Agus, 2015

DAMPAK PENAMBAHAN DURASI LATIHAN TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA PADA SISWA DENGAN TINGKAT MOTOR EDUCABILITY RENDAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

yang lebih lama untuk menguasai keterampilan yang diajarkan dari pada siswa-siswa yang lainnya.

Dalam proses latihan tidak hanya faktor eksternal yang mempengaruhi penguasaan keterampilan siswa. Namun faktor internal juga yang mempengaruhi tahap penguasaan keterampilan tersebut. Salah satunya adalah kemampuan siswa untuk mempelajari dan menguasai gerak baru atau yang lebih dikenal dengan istilah *motor educability*. Yang mana tentunya *motor educability* setiap siswa berbeda-beda dan berpengaruh pada cepat atau lambatnya siswa untuk menguasai gerak keterampilan sepakbola yang dilatihkan. Semakin tinggi tingkat *motor educability* individu, maka semakin cepat pula individu tersebut menguasai suatu keterampilan. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat *motor educability* individu, maka semakin lambat pula individu tersebut menguasai suatu keterampilan.

Motor educability merupakan tingkat kemampuan seorang individu dalam mempelajari suatu keterampilan gerak yang baru. Nurhasan (2007, hlm. 142) menyatakan bahwa, “*Motor educability* adalah kemampuan seseorang untuk mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*).” Kemampuan ini merupakan kemampuan individu yang menunjukkan cepat tidaknya atau mudah tidaknya seseorang menguasai suatu keterampilan gerak yang baru. Dengan kata lain, dapat dinyatakan bahwa kian tinggi tingkat *motor educability* seseorang maka kian mudah dan cepat orang tersebut menguasai suatu keterampilan.

Berdasarkan pemaparan di atas terlihat bahwasanya terdapat perbedaan yang nyata antara daya tangkap seorang individu yang memiliki tingkat *motor educability* tinggi dengan individu yang memiliki tingkat *motor educability* rendah terhadap keterampilan yang diajarkan. Namun dalam pelaksanaan pelatihan diberbagai macam sekolah sepak bola, terlihat bahwasanya tidak ada perhatian khusus untuk permasalahan ini. Untuk semua siswa diberikan porsi dan bentuk latihan yang sama. Padahal setiap anak memiliki kemampuan yang berbeda, terutama dari tingkat *motor educability*. Dapat dikatakan bahwasanya siswa yang memiliki tingkat *motor educability* rendah harus mendapatkan perhatian khusus. Yang mana siswa tersebut membutuhkan waktu yang lebih banyak untuk menguasai keterampilan gerak yang

Herdiansyah Agus, 2015

DAMPAK PENAMBAHAN DURASI LATIHAN TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA PADA SISWA DENGAN TINGKAT MOTOR EDUCABILITY RENDAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

diajarkan. Apabila waktu dan porsi latihan yang sama diberikan pada siswa dengan tingkat *Motor educability* rendah dan siswa dengan tingkat *motor educability* tinggi, maka akan menimbulkan tekanan dan rasa frustrasi pada siswa dengan tingkat *motor educability* rendah. Karena siswa dengan tingkat *motor educability* rendah akan melihat teman latihan sehari-harinya berkembang dan menguasai keterampilan dengan lebih cepat. Sedangkan dirinya cenderung terlihat tidak memiliki perkembangan yang signifikan. Karena dia selalu membandingkan diri dengan teman yang lain (yang lebih cepat menguasai keterampilan). Sehingga menghasilkan rasa frustrasi, kecewa, minder, dan akhirnya cenderung untuk berhenti latihan.

Setelah dipahami adanya permasalahan daya tangkap siswa terhadap keterampilan yang diajarkan, tentu dibutuhkan solusi yang konkret untuk menanggulangi masalah tersebut. Dengan mengupayakan cara-cara tertentu agar siswa dengan *motor educability* rendah dapat menguasai keterampilan dengan lebih cepat, minimal dapat mengimbangi cepatnya siswa dengan *motor educability* tinggi menguasai keterampilan tersebut. Untuk meningkatkan daya serap siswa terhadap keterampilan yang diajarkan dapat ditempuh beberapa cara, diantaranya adalah dengan memperbanyak kesempatan siswa untuk melakukan gerakan yang diajarkan. Sehingga siswa secara otomatis dapat mengoreksi dan memperbaiki gerakan yang salah, memperhalus koordinasi gerak, dan melancarkan bentuk gerakan yang diajarkan. Santosa Giriwijoyo (2005, hlm. 43) menyatakan “...koordinasi gerakan yang semula kaku menjadi kian mudah, otomatis dan reflektif pelaksanaannya. Demikian pula agar pola serta koordinasi gerak semakin halus sehingga semakin menghemat energi (efisien).” Kemudian dengan mengoreksi kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh atlet melalui pengamatan oleh pelatih. Sehingga kesalahan-kesalahan yang dilakukan dalam gerakan segera dapat diperbaiki.

Untuk merealisasikan solusi penanggulangan masalah perbedaan daya tangkap siswa tersebut, dapat dilakukan dengan menambahkan durasi latihan. Santosa Giriwijoyo (2005, hlm. 51) menjelaskan: durasi latihan berhubungan dengan lamanya waktu yang digunakan dalam latihan atau pemberian stimulus latihan. Waktu yang dikatakan sebagai durasi latihan adalah waktu efektif pemberian materi latihan. Atau

Herdiansyah Agus, 2015

DAMPAK PENAMBAHAN DURASI LATIHAN TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA PADA SISWA DENGAN TINGKAT MOTOR EDUCABILITY RENDAH

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dalam kata lain durasi latihan dipahami sebagai lamanya atlet berlatih dalam zona latihan (denyut nadi latihan). Dengan menambahkan durasi latihan, tentu akan dapat dilaksanakan pengulangan gerakan (*drill*) yang lebih banyak. Dengan semakin banyaknya pengulangan yang dilakukan akan bermanfaat dalam pembelajaran gerak seperti yang telah dijelaskan sebelumnya. Kemudian pelatih juga memiliki waktu yang lebih banyak untuk mengamati gerakan yang dilakukan atlet. Sehingga koreksi-koreksi yang positif untuk pembelajaran gerak atlet, dapat dilakukan oleh pelatih secara lebih intensif. Dengan penambahan durasi latihan ini diharapkan dapat menjadi solusi yang efektif dalam menanggulangi masalah perbedaan tingkat daya tangkap siswa terhadap gerakan yang diajarkan (tingkat *motor educability*).

Menilik dari permasalahan tersebut, penulis tertarik untuk menambahkan durasi latihan pada siswa dengan tingkat *motor educability* rendah. Yang mana diharapkan dengan menambahkan durasi latihan tentu akan menambahkan repetisi pengulangan latihan. Dan dengan semakin banyaknya siswa dengan tingkat *motor educability* rendah melakukan pengulangan latihan, diharapkan dapat menyerap atau menguasai keterampilan dengan lebih cepat. Sehingga dapat mengimbangi perkembangan teman-teman yang lainnya (yang memiliki tingkat *motor educability* tinggi) dalam menguasai keterampilan gerak.

Untuk itu, penulis akan meneliti seberapa besar dampak penambahan durasi latihan untuk siswa-siswa dengan tingkat *motor educability* rendah. Dengan harapan siswa-siswa dengan tingkat *motor educability* rendah tetap bisa berlatih dan terpenuhi kebutuhannya terhadap latihan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dan latar belakang yang telah penulis ungkapkan sebelumnya, maka masalah penelitian ini adalah apakah penambahan durasi latihan berdampak signifikan terhadap penguasaan keterampilan sepak bola pada siswa dengan tingkat *motor educability* rendah?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak penambahan durasi latihan terhadap penguasaan keterampilan sepak bola pada siswa dengan tingkat *motor educability* rendah.

D. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini penulis mengharapkan ada manfaat dan kegunaan yang bisa diperoleh. Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Secara teoritis: dapat dijadikan sumbangan bagi pengetahuan olahraga tentang dampak penambahan durasi latihan terhadap penguasaan keterampilan sepak bola pada siswa dengan tingkat *motor educability* rendah.
2. Secara praktis: dapat dijadikan pedoman atau acuan bagi para pelatih dan pihak-pihak yang berkompeten terhadap pembinaan atlet. Terutama bagi pelatihan pada usia dini yang menekankan pada penguasaan teknik atau keterampilan. Agar pelatihan semakin efektif dan efisien dengan memperhatikan unsur *motor educability* siswa dan kebutuhan latihan siswa dengan tingkat *motor educability* rendah.

E. Batasan Penelitian

Agar penelitian ini teratur dan terarah, maka perlu adanya pembatasan ruang lingkup penelitian. Peneliti memberikan batasan penelitian sebagai berikut:

1. Variabel bebas penelitian ini adalah penambahan durasi latihan. Durasi latihan yang ditambahkan adalah 10 menit sebelum siswa memulai latihan keterampilan konvensional. Dengan pertimbangan waktu latihan pada siswa SSB Mandala Majalengka usia 10 sampai 12 tahun adalah sekitar 90 menit lebih. Sehingga dikhawatirkan akan berdampak buruk (kelelahan, kebosanan, dan penggunaan energi yang berlebihan) apabila durasi latihan yang diberikan terlalu lama.

2. Variabel terikat penelitian ini adalah penguasaan keterampilan sepak bola. Lebih sempit lagi keterampilan sepak bola yang diteliti adalah keterampilan mengoper bola (*passing*) pada sepak bola. Karena durasi yang ditambahkan hanya 10 menit. Bila diberikan keterampilan sepak bola yang lebih banyak dikhawatirkan tidak akan efektif dan hasilnya tidak signifikan.
3. Populasi pada penelitian ini adalah siswa sekolah sepak bola Mandala Majalengka yang berusia 10 sampai 12 tahun yang memiliki tingkat *motor educability* rendah. Sedangkan sampel penelitian ini adalah siswa sekolah sepak bola Mandala Majalengka yang berusia 10 sampai 12 tahun yang memiliki tingkat *motor educability* rendah (dengan metode *total sampling*).

F. Definisi Operasional

Untuk menghindari kemungkinan salah penafsiran terhadap istilah dalam penelitian ini, maka penulis membatasi beberapa istilah sebagai berikut :

1. Durasi latihan, Santosa Giriwijoyo (2005, hlm. 51) menjelaskan bahwa durasi latihan berhubungan dengan lamanya waktu yang digunakan dalam latihan atau pemberian stimulus latihan. Waktu yang dikatakan sebagai durasi latihan adalah waktu efektif pemberian materi latihan. Atau dalam kata lain durasi latihan dipahami sebagai lamanya atlet berlatih dalam zona latihan (denyut nadi latihan).
2. Keterampilan, Mahendra (2007, hlm. 15) mengemukakan bahwasanya keterampilan adalah kemampuan membuat hasil akhir dengan kepastian maksimum dan pengeluaran energi yang minimum.
3. *Motor educability*, Nurhasan (2007, hlm. 142) *Motor educability* adalah kemampuan seseorang untuk mempelajari gerakan yang baru (*new motor skill*).