

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Small-Side Games (SSG) secara luas digunakan sebagai strategi metodologis dalam pengajaran permainan dan olahraga (Aguiar, Botelho, Lago, Maças, & Sampaio, 2012). SSG adalah latihan yang paling umum digunakan oleh pelatih untuk pelatihan sepak bola (Halouani, Chtourou, Gabbett, Chaouachi, & Chamari, 2014). Dan direkomendasikan sebagai tugas khusus yang diperlukan untuk diterapkan dalam pelatihan sepak bola (Clemente, 2016). Karena metode tersebut memungkinkan terjadinya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran aerobik terhadap pemain sepak bola secara praktis (Dellal et al., 2010; Hill-Haas, Dawson, Impellizzeri, & Coutts, 2011a). Selain itu SSG juga merupakan latihan yang sangat direkomendasikan untuk pengembangan kapasitas fisik dan keterampilan teknik pemain sepak bola usia muda (Radziminski, Rompa, Barnat, Dargiewicz, & Jastrzebski, 2013). Berkaitan dengan itu semua, dalam olahraga situasi atau strategis seperti sepak bola, pemain harus membuat keputusan yang cepat dan akurat dalam keadaan yang dinamis (Ali, 2011).

SSG dimainkan di area lapangan yang dikurangi, sering menggunakan aturan yang dimodifikasi dan melibatkan lebih sedikit pemain dibandingkan dengan sepak bola konvensional (Hill-Haas, Dawson, Impellizzeri, & Coutts, 2011b). Hal itu sejalan dengan pendapat lain yang menjelaskan bahwa SSG ditandai dengan modifikasi ukuran lapangan, jumlah pemain, aturan permainan, manipulasi yang digunakan untuk membentuk batasan tugas utama yang harus dipenuhi oleh pemain dalam prakteknya (Ometto et al., 2018). Latihan ini juga sangat populer untuk pemain dari segala usia dan tingkatan (Hill-Haas et al., 2011b). Disamping itu semua, penguatan informasi yang jelas pada SSG dapat membantu pelatih untuk mengembangkan perilaku pemain dan tim yang muncul (Travassos, Gonçalves, Marcelino, Monteiro, & Sampaio, 2014).

Meskipun intruksi latihan teknik telah dikaitkan dengan volume yang lebih tinggi dari eksekusi keterampilan (*skill executions*), pelatihan berbasis permainan telah dikaitkan dengan upaya kognitif yang lebih besar dan kondisi ini penting untuk pembelajaran keterampilan (Gabbett, Jenkins, & Abernethy, 2009). Secara

khusus, pelatih harus mempertimbangkan adaptasi ukuran lapangan selama SSG sesuai dengan tingkat keterampilan pemain (Vilar, Duarte, Silva, Chow, & Davids, 2014). Sejalan dengan itu, hasilnya menunjukkan bahwa ukuran lapangan harus diperhitungkan ketika merencanakan latihan, karena ini mempengaruhi intensitas tugas dan respon motor pemain (Casamichana & Castellano, 2010).

Disisi lain teknik dasar dalam memainkan bola seperti latihan *coerver* dimana *Coerver* adalah latihan unik karena mungkin merupakan satu-satunya latihan yang berisi tentang dasar-dasar sepak bola yang berasal dari dan diorganisasikan dalam satu tema tunggal (Con-, 2013). Metode *Coerver* (atau Teknik *Coerver Coaching*) adalah teknik pelatihan sepakbola yang diciptakan oleh Wiel Coerver (Watson, 2015). Kursus ini telah dikembangkan oleh salah satu pendiri *Coerver® Coaching*, Charlie Cooke dan Alfred Galustian lebih dari 30 tahun segala pengetahuan dan pekerjaan di seluruh hidupnya pada semua tingkatan permainan menggunakan *Coerver*, bahkan dari tim biasa hingga federasi terkemuka, klub, manajer dan bintang-bintang sepak bola Internasional (“Youth Diploma | Coerver Coaching,” 2018). Bakat sepak bola harus dikembangkan untuk menciptakan pendekatan yang dinamis, kreatif, inovatif, dan di atas semua menyerang untuk permainan (Con-, 2013).

Dengan menganalisis rekaman video dari berbagai pemain hebat termasuk Pelé, Wiel Coerver, pelatih Belanda tahun 1970-an, memecah-mecah visi dan gerakan para pemainnya dan menyusun konsep baru dalam sepakbola yang menganjurkan bahwa keterampilan tidak hanya melekat dengan para pemain muda tetapi juga bisa juga diteruskan dengan cara akademik yang komprehensif (Watson, 2015). Pelatih dan pemain sepak bola harus berkolaborasi dalam status seni *Coerver* tentang fundamental sepak bola (Con-, 2013).

Pelatih akan belajar cara mengajarkan keterampilan mulai dari penguasaan bola hingga penggunaan efektif dengan fokus khusus pada *Coerver® Ball Mastery & Coerver® 1 v 1 Mirror Moves* yang merupakan keterampilan penting bagi semua pemain, terlepas dari usia, kemampuan, atau posisi pemain (“Coerver Intro Course – Coerver Coaching,” 2018). *Coerver® Coaching* menyimpulkan bahwa pada akhirnya sistem permainan tim apa pun bergantung pada sebagus para pemain yang terlibat. Oleh karena itu *Coerver* berfokus pada pengembangan

individu baik sendiri maupun dalam konteks permainan tim kelompok kecil (Watson, 2015). Ketika kita belajar lebih banyak tentang bagaimana otak bekerja dan bagaimana penerapan keterampilan bekerja, kita melihat bahwa "tahapan kognitif" sangat penting untuk menerapkan keterampilan dalam tuntutan tugas yang akan kita lakukan (Todd Beane, 2019).

Dalam sepak bola modern, kecepatan permainan sangatlah tinggi. Seringkali, pemain mencetak gol setelah *dribbling* yang cepat dan efektif atau setelah memenangkan duel *heading* (Radziminski et al., 2013), artinya dibutuhkan pengambilan keputusan yang tepat serta melakukan keterampilan yang dimiliki secara efisien untuk memenangkan pertandingan. Hal ini sejalan dengan fakta bahwa kapasitas fisiologis yang berkembang dengan baik penting untuk olahraga tim, atlet juga dituntut untuk memiliki keterampilan teknis dan kemampuan membuat keputusan yang berkembang dengan baik. Selain itu, atlet sering diminta untuk menunjukkan kualitas ini di bawah tekanan dan kelelahan tingkat tinggi (Gabbett et al., 2009). Temuan lainnya menunjukkan bahwa Hasil pemain sepak bola yang berpengalaman memiliki basis pengetahuan kognitif yang lebih rinci yang memungkinkan identifikasi cepat dan pengaturan pola permainan (M. Williams, Davids, Burwitz, & Williams, 1993).

Kemampuan membuat keputusan memainkan peran penting dalam kesuksesan dengan pemain yang memiliki keterampilan tinggi sering kali diperlukan untuk membuat keputusan yang tepat di bawah tekanan waktu yang ekstrem (Kinrade, Jackson, & Ashford, 2015). Kecepatan dan kekuatan adalah faktor penting dalam penampilan pemain sepak bola (Haugen, Tønnessen, & Seiler, 2013) setiap pemain memerlukan intensitas tinggi disetiap 60 hingga 90 menit selama pertandingan, namun intensitas tinggi masing-masing berlangsung rata-rata 2 hingga 3 menit (Min, 2016; T. Reilly, Bangsbo, & Franks, 2000).

Penampilan dalam sepak bola adalah konsekuensi dari kemampuan taktis dan teknis individu, keterampilan psikologis dan fisiologis merupakan pelengkap dari pemain (Thomas Reilly & Gilbourne, 2003) Penampilan dalam banyak olahraga tim tergantung pada kemampuan pemain untuk mengidentifikasi isyarat lingkungan yang sesuai yang memberikan peluang untuk bertindak tepat (Travassos et al., 2014). Dalam penampilannya pemain yang memiliki

keterampilan baik cenderung menunjukkan perilaku gerakan yang lebih teratur ketika kinerja fisiknya mulai menurun (Coutinho et al., 2018). Pemain yang memiliki pengalaman yang tinggi akan lebih baik dalam mengeksplor informasi ketika mendapatkan bola serta merespon waktu lebih cepat sebagai hasil, pengambilan keputusan yang tepat dan mengantisipasi lawan (Tedesqui & Orlick, 2015).

Intelegensi atau kecerdasan merupakan faktor penting yang sering menentukan kemenangan dalam pertandingan olahraga khususnya dalam cabang-cabang tertentu seperti sepakbola, bulu tangkis ataupun cabang beladiri. Artinya dalam cabang-cabang tersebut memerlukan kemampuan untuk berpikir secara cepat dan tepat, kemudian bertindak secara cepat untuk mengantisipasi lawannya (Nugraha, 2017). Keterampilan kognitif seperti antisipasi dan pengambilan keputusan sangat penting untuk kinerja yang sukses dalam banyak tugas motorik dinamis yang kompleks (Van Maarseveen, Oudejans, Mann, & Savelsbergh, 2018).

Metode pelatihan olahraga, yang menghasilkan kardiovaskular tinggi atau kebugaran motorik yang tinggi, tidak memiliki hubungan dengan ukuran kognisi umum pada atlet elit (Chang et al., 2017). Keputusan para pemain sepak bola di lapangan bergantung pada pengembangan situasional pertandingan (misalnya gerakan dinamis) dan konteks eksternal pertandingan yang lebih luas (misalnya gerakan statis) (Levi & Jackson, 2018). Aktivitas motorik, dan khususnya pelatihan kapasitas koordinatif, dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi untuk meningkatkan potensi perkembangan kognitif (Galdi, D'Anna, Pastena, & Paloma, 2015).

Ada semakin banyak bukti bahwa atlet menunjukkan keunggulan dalam berbagai proses kognitif, termasuk persepsi, antisipasi, dan pengambilan keputusan (Nakata, Yoshie, Miura, & Kudo, 2010; A. M. Williams & Ericsson, 2005). Akan tetapi penelitian sangat terbatas terkait dengan kecerdasan sepak bola, salah satu Penelitian dalam intelijen sepak bola menunjukkan bahwa anak-anak yang sering bermain sepakbola terindikasi mengingat banyak hal dalam sepak bola tetapi dalam hal lain selain sepak bola dianggap kurang dibandingkan dengan anak yang tidak sering bermain sepakbola Namun, keahlian sepak bola

tidak mengubah efek signifikan dari tingkat kecerdasan, anak-anak dengan kecerdasan tinggi mengingat lebih dibanding anak-anak dengan kecerdasan rendah dan semua terlihat kontras (Konter & Yurdabakan, 2010). Akan tetapi kecerdasan dapat dikaitkan dengan sejumlah pengaruh lingkungan (Groth-Marnat, 2006).

Perlu diingat juga bahwa tidak banyak penelitian yang menggunakan kecerdasan nonverbal (*Nonverbal Intelligence*) dalam olahraga dan khususnya dalam sepak bola untuk dapat mengomentari hasil yang mendukung dan tidak mendukung (Konter, 2010). Seorang pemain perlu berurusan dengan banyak aspek seperti stabilitas emosional mereka dan fokus perhatian di samping kondisi lingkungan (Saha, Saha, Mazlan, & Arriffin, 2013).

Berdasarkan hal tersebut diatas, terdapat bukti telah menunjukkan pentingnya merancang praktek untuk meningkatkan pemahaman tentang perilaku taktikal di sepak bola, akan tetapi kurangnya informasi tentang bagaimana pelatih dapat memanipulasi tugas tersebut menjadi kendala untuk mendukung pembelajaran taktis (Ometto et al., 2018). Sementara itu, Pengaruh memanipulasi ukuran lapangan dari SSG dapat meningkatkan peluang untuk memperoleh keterampilan gerakan dan pengambilan keputusan tertentu (Vilar et al., 2014). Sama halnya dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa bukti bagi pelatih untuk menetapkan kondisi SSG yang berbeda tergantung pada tujuan pelatihan dalam hal kinerja fisiologis, fisik, dan teknis (Clemente, Wong, Martins, & Mendes, 2014)

Masalah yang dihadapi guru dan pelatih adalah bahwa seringkali sangat sulit untuk memilih strategi modifikasi mana yang akan digunakan dalam pelatihan karena banyaknya variasi pendekatan metodologis (Oslin & Mitchell, n.d.). Beberapa penelitian sebelumnya hanya melihat pengaruh dari suatu perlakuan dari program pengajaran yang komperhensif (Práxedes, Moreno, Sevil, García-González, & del Villar, 2016), belum pengaruh tingkat kecerdasan tinggi dan rendah. Salah satu hasil penelitian yaitu yang menunjukkan bahwa setelah menerapkan program menyeluruh, para pemain dalam kelompok eksperimen menunjukkan pengambilan keputusan yang lebih baik dalam tindakan *Passing* dan

Dribbling, Serta eksekusi yang lebih baik, dibandingkan dengan pemain dari kelompok kontrol. (Práxedes et al., 2016).

Masih sedikit penelitian yang meneliti pengaruh dari SSG terhadap penampilan bermain dilihat berdasarkan tingkat kecerdasannya dari pemain itu sendiri menjadi alasan penulis tertarik untuk mengetahui lebih jauh mengenai hal tersebut. Hal tersebut juga didasari oleh kekosongan yang ada dalam penelitian sebelumnya yaitu perlu untuk menyoroti bahwa tidak dianalisis dalam penelitian pentingnya mengetahui efek modifikasi terhadap kendala taktis dan kompleksitas taktis/kesulitan teknis yang terlibat dalam mengembangkan perilaku. (Serra-Olivares, García-López, & Calderón, 2016).

Dalam olahraga tim, penerapan model latihan dapat menjadi sangat spesifik bagi tim dan terkait dengan keahlian atau kelengkapan tim (Bompa, 1999). Temuan menunjukkan SSG sebagai simulasi tahapan-tahapan yang berisi dalam tingkatan fungsional dari keadaan bervariasi yang bersifat kontekstual, yang memberi para pemain banyak kesempatan untuk menyesuaikan tindakan dan keputusan melalui interaksi berkelanjutan dan berkesinambungan dengan rekan satu tim atau lawan serta batasan tugas lainnya seperti sasaran, bola, dan garis lapangan (Davids, Araújo, Correia, & Vilar, 2013). Disisi lain *Coerver Coaching* mengembangkan pemain yang terampil, percaya diri dan kreatif dengan Menggabungkan secara efektif dengan rekan satu tim (Bermain Tim) dan Lakukan sendiri jika mereka harus (1 v 1) (Alf Galustian and Charlie Cooke, 2015). Adanya perbedaan tahapan latihan yang keduanya terdapat konsep taktikal dan teknis selama pelatihan menjadi daya tarik untuk diteliti. Bentuk latihan dapat memiliki implikasi taktis dan dapat memengaruhi cara tim melakukan persiapan teknis dan taktis (Bompa, 1999). Dengan demikian berdasarkan beberapa penjelasan yang telah dikemukakan judul penelitian ini yaitu pengaruh latihan SSG terhadap penampilan bermain berdasarkan tingkat kecerdasan pemain sepak bola.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara latihan SSG dan *Coerver* terhadap penampilan bermain sepak bola ?
- 2) Apakah terdapat interaksi antara latihan SSG dan *coerver* dengan pemain kecerdasan tinggi dan rendah terhadap penampilan bermain sepak bola ?
- 3) Apakah terdapat pengaruh antara latihan SSG dengan pemain kecerdasan tinggi terhadap penampilan bermain sepak bola ?
- 4) Apakah terdapat pengaruh antara latihan SSG dengan pemain kecerdasan rendah terhadap penampilan bermain sepak bola ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu:

- 1) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan SSG dan *Coerver* terhadap penampilan bermain sepak bola.
- 2) Untuk mengetahui interaksi antara latihan SSG dan *coerver* dengan pemain kecerdasan tinggi dan rendah terhadap penampilan bermain sepak bola.
- 3) Untuk mengetahui pengaruh antara latihan SSG dengan pemain kecerdasan tinggi terhadap penampilan bermain sepak bola.
- 4) Untuk mengetahui pengaruh antara latihan SSG dengan pemain kecerdasan rendah terhadap penampilan bermain sepak bola.

1.4 Manfaat Penelitian

Diharapkan dengan adanya hasil penelitian mengenai pengaruh metode latihan SSG terhadap penampilan bermain berdasarkan tingkat kecerdasan pemain sepak bola akan dapat dijadikan bahan acuan untuk meningkatkan keterampilan dasar pemain sepak bola. Penelitian ini diharapkan juga memiliki beberapa manfaat seperti:

- 1) Secara teoritis, penelitian ini dapat menjadi sumbangan keilmuan tentang pengaruh latihan SSG dan *Coerver* terhadap penampilan bermain berdasarkan tingkat kecerdasan pemain sepak bola.

- 2) Secara kebijakan, penelitian ini menjadi data bagi para pelatih sepakbola mengenai pengaruh latihan SSG dan *Coerver* terhadap penampilan bermain berdasarkan tingkat kecerdasan pemain sepak bola.
- 3) Secara praktis, penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan penting untuk memperluas wawasan pada pelatih sepakbola tentang pengaruh latihan SSG dan *Coerver* terhadap penampilan bermain berdasarkan tingkat kecerdasan pemain sepak bola.
- 4) Dari segi sosial penelitian mungkin bisa dikatakan sebagai alat untuk memberikan pencerahan pengalaman hidup dengan memberikan gambaran dan mendukung adanya aksi.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Struktur organisasi tesis berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam tesis, mulai dari bab I hingga bab V.

Bab I berisi uraian tentang pendahuluan dan merupakan bagian awal dari skripsi yang terdiri dari :

1. Latar Belakang Penelitian
2. Rumusan Masalah
3. Tujuan Penelitian
4. Manfaat Penelitian
5. Struktur Organisasi

Bab II berisi uraian tentang kajian pustaka dan hipotesis penelitian. Kajian pustakan mempunyai peran yang sangat penting, kajian pustaka berfungsi sebagai landasan teoritik dalam menyusun pertanyaan penelitian, tujuan, serta hipotesis, terdiri dari :

1. Pembahasan Teori – teori dan konsep dan turunannya dalam bidang yang dikaji
2. Penelitian yang relevan
3. Kerangka Pemikiran
4. Hipotesis penelitian

Bab III berisi penjabaran yang rinci mengenai metode penelitian yang terdiri dari :

1. Metode Penelitian

2. Lokasi, populasi, dan sampel penelitian
3. Desain penelitian
4. Definisi operasional
5. Instrumen penelitian
6. Analisis dan pengolahan data

Bab IV berisi hasil penelitian dan pembahasan, dalam bab ini mengemukakan mengenai :

1. Deskripsi dari hasil penelitian yang meliputi gambaran umum objek penelitian
2. Analisis data
3. Pengujian hipotesis serta pembahasannya
4. Pembahasan penemuan

Bab V berisi Kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi. Bab ini berisi tentang :

1. Kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan
2. Implikasi dan rekomendasi yang berhubungan dengan penelitian.