

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah proses sistematis untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, nilai, dan pemahaman yang memungkinkan seseorang untuk berkembang dan berkontribusi secara positif dalam masyarakat. Ini melibatkan transfer pengetahuan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui berbagai metode, termasuk pengajaran, pembelajaran, dan pengalaman. Tujuan utama pendidikan adalah untuk membantu individu mencapai potensi penuh mereka, baik secara intelektual, emosional, maupun sosial. Ini melibatkan pengembangan keterampilan akademis, seperti membaca, menulis, dan berhitung, serta pengembangan keterampilan yang lebih abstrak, seperti kritis berpikir, kreativitas, dan pemecahan masalah. Selain itu, pendidikan juga memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan moralitas individu. Ini melibatkan penyampaian nilai-nilai seperti kejujuran, rasa hormat, tanggung jawab, dan empati, yang merupakan landasan bagi perilaku yang baik dalam masyarakat.

Olahraga adalah serangkaian aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dengan tujuan meningkatkan kesehatan, kebugaran fisik, dan keterampilan atletik seseorang. Aktivitas olahraga bisa berupa latihan aerobik, latihan kekuatan, olahraga tim, atau aktivitas lainnya yang melibatkan gerakan tubuh. Selain manfaat fisik, olahraga juga memiliki dampak positif pada kesejahteraan mental. Berolahraga dapat membantu mengurangi stres, meningkatkan suasana hati, dan meningkatkan konsentrasi. Ini juga dapat menjadi sarana sosial, memungkinkan orang untuk berinteraksi dengan orang lain dan membangun hubungan sosial yang sehat. Olahraga dapat dilakukan secara individu atau dalam kelompok, dan bisa menjadi hobi atau profesi. Banyak orang menemukan kepuasan dalam mencapai tujuan kebugaran pribadi mereka melalui olahraga, sementara yang lain menikmati aspek persaingan dari berpartisipasi dalam acara olahraga kompetitif. Tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi kesehatan individu, olahraga juga memiliki dampak positif pada masyarakat secara keseluruhan. Ini dapat mempromosikan gaya hidup sehat, mengurangi risiko penyakit kronis, dan memperkuat ikatan sosial dalam komunitas.

Berdasarkan hal tersebut, maka pembinaan prestasi sangat dibutuhkan. Salah satu langkah maju yang dibuat bangsa Indonesia adalah dengan dilahirkannya Undang-Undang nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Tujuan pemerintah dalam bidang olahraga terdapat dalam bab 2 pasal 4 yang berbunyi :

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Sepak bola merupakan sebuah permainan yang beregu, yang masing- masing regu terdiri penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah dan pemain depan. Olahraga sepak bola memiliki tujuan yaitu meraih kemenangan dengan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan yang dibangun dari tiang dan berjaring, 11 pemain yang merumpuk dalam satu tim terdiri atas 10 pemain di tengah lapangan dan 1 orang penjaga gawang yang bertugas mengamankan gawang dari serangan lawan. Pemain yang berada di lapangan (kecuali kiper) tidak diperbolehkan menyentuh bola dengan menggunakan tangan. Mereka hanya boleh menggunakan anggota tubuh mereka, seperti kaki, dada dan kepala untuk mengontrol bola, berbeda dengan kiper yang boleh mengamankan bola dengan menggunakan tangannya.

Didalam sepak bola terdapat beberapa teknik dasar yaitu *dribbling* (menggiring bola), *passing* (membagi bola), *controlling* (menerima bola), *heading* (menyundul bola), dan *shooting* (menendang bola). Bermain sepak bola tidak hanya dituntut memiliki fisik dan mental yang kuat tetapi setiap pemain perlu memiliki teknik dasar yang baik pula. Kemampuan pemain menguasai teknik dasar dapat mendukung penampilannya dalam bermain sepak bola baik secara individu maupun secara tim. Beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola antara lain *passing*, *control*, *dribbling*, *heading*, *tackling*, *throw-in*. Seorang pemain bukan saja dituntut harus mempunyai fisik serta mental yang kuat, akan tetapi juga teknik dasar permainan yang baik dan benar. *Passing* sebagai salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang dilakukan dengan cara menendang bola ke

sasaran yang telah ditentukan, harus dikuasai oleh seorang pemain, karena keterampilan tersebut (*passing*) membantu dalam membangun serangan ke arah pertahanan lawan dan sekaligus menciptakan peluang-peluang untuk terjadinya gol.

Passing adalah teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya. Teknik dasar *passing* dipergunakan untuk jenis operan datar, operan relatif lebih cepat dibandingkan operan lainnya. Di dalam permainan sepak bola kebanyakan tim lebih memaksimalkan *passing* untuk dapat memaksimalkan permainan. *Passing* adalah mengoper atau memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain dalam pertandingan sepak bola. Teknik *passing* sangat perlu dikuasai pemain sepak bola agar pola permainan yang dimainkan bisa berjalan dengan sempurna baik dalam menyerang maupun bertahan. Secara umum, ada dua jenis *passing* dalam permainan sepak bola yaitu *passing* pendek (*short pass*) dan *passing* jauh (*long pass*).

Pemain sepak bola juga harus diajarkan teknik dasar mulai dari usia dini hingga dewasa dapat melakukan teknik tersebut dengan baik. Ini hal yang harus diperhatikan dengan baik karena ini berpengaruh saat bermain sepak bola, dengan pemahaman teknik dasar yang baik ini perlu banyaknya pengulangan maka dari itu perlu waktu yang lama sehingga dengan teknik dasar yang baik membuat pemain menjadi lebih baik dalam bermain sepak bola. Peran pelatih adalah memanfaatkan sifat kesenangan anak-anak terhadap suatu permainan untuk diwujudkan dalam latihan sepak bola. Pelatih harus menemukan suatu latihan yang tepat dan sesuai dengan karakteristik anaknya. Sebab jika latihan dilakukan secara monoton, anak-anak akan merasa jenuh dalam latihan sehingga anak-anak tidak semangat dalam melaksanakan latihan. Metode latihan *drill* adalah pendekatan latihan yang mengutamakan pengulangan gerakan atau keterampilan tertentu secara terisolasi untuk meningkatkan kemampuan teknis, taktis, dan fisik pemain dalam sebuah olahraga. Metode *drill* merupakan cara melatih yang digunakan oleh pelatih dimana pemain mempraktikannya sesuai dengan instruksi atau petunjuk dari pelatih, metode *drill* menuntut pemain untuk melakukan hal yang sama secara berulang-ulang.

Berdasarkan hasil pengamatan pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMPN 1 Tambun Selatan, menunjukkan bahwa pemain dalam melakukan teknik dasar

passing masih kurang tepat. Pelatih menyatakan bahwa pemain masih melakukan kesalahan *passing* bawah. Pemain lebih sering melakukan kegagalan dalam mengarahkan bola kepada temannya sendiri. Hal ini bisa berdampak negatif pada saat tim bermain, dikarenakan jika teknik dasar *passing* tidak tepat maka akan mudah direbut lawan dan apabila *passing* bawah terlalu melebar atau jauh dari jangkauan kaki, akan mudah cepat kehilangan bola yang sulit dikontrol dan berakibat bola *out* atau keluar lapangan. Beberapa permasalahan lain yang dapat diidentifikasi diantaranya : kaki tumpu kurang stabil, sehingga posisi tubuh tidak seimbang saat menendang, perkenaan pada bola bukan kaki bagian dalam, melainkan telapak kaki. Berdasarkan hal tersebut, jika dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah kurang akurat maka bola akan mudah direbut lawan. Apabila *passing* bawah terlalu melebar atau jauh dari jangkauan kaki rekan sendiri, maka mudah kehilangan bola karena sulit dikontrol. Data pada saat pertandingan menunjukkan pemain masih sering gagal dalam melakukan teknik dasar *passing* sehingga bola mudah dikuasai oleh lawan. Mengatasi hal tersebut, perlu diberikan suatu metode latihan yang tepat agar kemampuan *passing* menjadi lebih baik. Tujuan dari perencanaan suatu latihan adalah untuk mengembangkan keterampilan dan performa pemain.

Kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan dilaksanakan setiap seminggu sekali setiap hari Senin pukul 16.00 WIB sampai pukul 17.30 WIB di lapangan Telkom, Tambun, Kabupaten Bekasi. Kegiatan ekstrakurikuler sepak bola dilatih oleh Bapak Fikri. Tetapi kondisi sarana dan prasarana yang belum memadai, kondisi lapangan sudah baik, tapi prasarana masih minim khususnya bola sepak yang masih terbatas. Jumlahnya tidak lebih dari 3 buah yang digunakan saat latihan. Selain itu hanya mempunyai *cones* tidak lebih dari 10 buah. Sampai saat ini belum ada prestasi yang diraih oleh para siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan baik tingkat kabupaten atau tingkat provinsi.

Metode latihan yang akan diterapkan yaitu metode latihan *drill* dan metode latihan *small sided game*. Latihan *drill passing* dilakukan dengan cara *passing* bervariasi yang dilakukan dengan teman sendiri secara berulang-ulang dengan set dan repetisi yang telah ditentukan. Pengulangan gerakan ini dimaksudkan agar

terjadi otomatisasi gerakan. Metode latihan yang kedua yaitu metode latihan *small side games*. *Small side games* adalah permainan yang dimainkan pada lapangan yang lebih kecil dengan pemain yang lebih sedikit dibandingkan permainan yang sesungguhnya. *Small side games* yaitu suatu bentuk latihan yang dibuat ke dalam bentuk permainan sepak bola yang ukuran tempatnya diperkecil, sehingga sentuhan terhadap bola semakin banyak. Permainan 7 vs 7, 3 vs 4, dan 2 vs 3 adalah contoh dari *small side games* yang merupakan cara terbaik bagi pemain untuk mengabungkan dari hampir semua elemen permainan.

Dengan demikian metode latihan *drill* dan metode latihan *small side games* dapat dijadikan sebagai metode latihan yang dapat memfasilitasi siswa agar lebih baik dalam melakukan *passing* secara baik dan benar. Berdasarkan permasalahan dan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Metode Latihan *Drill* dan Metode Latihan *Small Side Game* Terhadap Kemampuan *Passing* Sepak Bola Di Ekstrakurikuler SMPN 1 Tambun Selatan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh metode latihan *Drill* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan?
2. Adakah pengaruh metode latihan *Small Side Games* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan?
3. Adakah perbedaan pengaruh antara metode latihan *drill* dan *small side game* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada perumusan masalah di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui ada atau tidaknya pengaruh metode latihan *Drill* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan.

2. Mengetahui ada atau tidaknya pengaruh metode latihan *Small Side Games* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan.
3. Mengetahui ada atau tidaknya perbedaan pengaruh antara metode latihan *drill* dan *small side games* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 1 Tambun Selatan

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penulisan ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat penelitian tersebut antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan di bidang olahraga dan para insan olahraga. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai tambahan informasi untuk penelitian lebih lanjut dan dapat menambah referensi perpustakaan sebagai wahana menggali ilmu pengetahuan.

2. Manfaat Praktis

1) Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan mampu memotivasi siswa untuk memahami teknik dasar sepak bola dengan baik dan benar, serta meningkatnya kemampuan teknik dasar *passing* sebagai modal untuk bermain permainan sepak bola.

2) Bagi Pembina/Pelatih Ekstrakurikuler

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pelatih ekstrakurikuler sepak bola sebagai referensi dalam melatih serta menemukan solusi yang baik atas permasalahan yang selama ini ada dalam kegiatan ekstrakurikuler.

3) Bagi Peneliti

Penelitian ini sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Pendidikan di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.