

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia. Di dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina dan ditingkatkan. Pencapaian prestasi olahraga khususnya sepakbola sebaiknya dibina secara benar, teratur, terarah, dan mendapatkan pendidikan secara khusus sejak dini.

Permainan sepakbola bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan yang direncanakan secara sistematis dan dilakukan terus menerus dibawah pengawasan juga bimbingan pelatih yang profesional.

Mengingat kesenangan dan kecintaan masyarakat terhadap sepakbola, maka wajarlah bila para pembina sepakbola dituntut untuk terus membenahi diri dengan ilmu dan mencari pengalaman demi kemajuan sepakbola. Sekarang ini sepakbola bisa digunakan untuk berbagai tujuan antara lain bisnis, mencari pekerjaan, juga digunakan sebagai propaganda bagi perusahaan atau instansi yang membutuhkan

popularitas dari masyarakat yang selalu berkeinginan memenuhi kehendak dan kegemaran masyarakat melalui olahraga sepakbola. Menurut (Muhajir, 2007, p. 1) sepakbola adalah permainan beregu yang terdiri atas 11 orang. Tujuan dalam permainan sepakbola ini untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang agar tidak kemasukan bola.

Prestasi dalam sepakbola tidak hanya dapat dicapai dengan latihan keras yang tersusun secara sistematis saja tetapi, faktor penting dalam keberhasilan sebuah tim sepakbola untuk meraih prestasi salah satunya adalah kompetensi pelatih. Peran pelatih sangat berpengaruh dalam tim sepakbola baik itu saat menentukan pemain dan materi latihan. Pelatih dituntut untuk memberikan materi latihan yang tepat untuk membawa timnya meraih juara. Selain pelatih ada faktor yang mendukung dalam pencapaian prestasi optimal, yaitu seorang atlet harus mengandalkan kemampuan fisik dan keterampilannya, baik secara individu maupun tim. Kemampuan fisik yang prima dan keterampilan yang tinggi dapat diperoleh dengan latihan.

Latihan merupakan aktivitas fisik yang dilakukan olahragawan untuk menjaga kebugaran fisik. Menurut (Sukadiyanto, 2005, p. 1) mengatakan bahwa pada prinsipnya latihan merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik kemampuan fungsional peralatan tubuh dan kualitas psikis anak latih. Menurut (Harsono, 1988, p. 102) menjelaskan bahwa latihan juga bisa dikatakan sebagai proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah. Menurut (Harsono, 2015, p. 39) mengatakan bahwa tujuan dari latihan adalah untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin.

Latihan yang diberikan harus tersusun secara sistematis dan berkelanjutan. Seorang pelatih harus benar-benar menguasai prinsip-prinsip dasar latihan, yang nantinya dijadikan acuan dalam proses latihan. Pelatih harus bisa menguasai segala materi baik teori maupun

praktek langsung di lapangan. Pelatih yang profesional harus bisa mengaplikasikan ilmu yang dikuasainya secara menyeluruh untuk mencapai prestasi sepakbola yang optimal.

Pembinaan prestasi dalam sepakbola sudah dilakukan menyeluruh secara intensif. Semua pembinaan sudah dilakukan dari tingkat junior sampai usia senior. Mengingat ketatnya kompetisi dan banyaknya klub-klub yang bermunculan pelatih dituntut untuk terus memberikan latihan yang berkualitas sehingga dapat bersaing dengan klub-klub yang lain. Perlu ada perhatian, khususnya dalam proses berlatih melatih. Hal ini akan berpengaruh pada tujuan latihan yang tidak jelas. Satu contoh pada proses berlatih melatih, pelatih tidak tepat dalam memberikan latihan kondisi fisik pada anak latihnya, pemberian materi latihan yang tidak tepat menyebabkan tujuan pembinaan terhadap anak latih tidak berjalan dengan baik dan program latihan yang tersusun tidak dapat diaplikasikan secara menyeluruh.

Pelatih wanita khususnya di Indonesia ini sangatlah kurang, dan baru-baru ini saja peminat pelatih sepakbola wanita terlihat dan itupun karna pengambilan lisensi D yang di adakan PSSI tersebut tidak di pungut biaya, untuk Pelatih wanita yang ingin menjadi pelatih. Karna sudah banyak Pelatih wanita mendapatkan lisensi tersebut, maka kemungkinan ada beberapa pelatih wanita yang ikut untuk memegang club yang akan ikut liga 1 putri yang akan datang. Contoh pelatih wanita yang memiliki lisensi AFC yaitu Sicilia adalah pelatih dari tim futsal wanita Football Plus Bandung. Tidak banyak yang tahu, sosok wanita tersebut ternyata sudah menggeluti dunia sepak bola sejak lama, khususnya dalam olah raga futsal dan sepakbola. Apalagi, Sicilia menjadi pelatih wanita yang memegang lisensi AFC.

Beliau mulai terjun ke dunia kepelatihan saat bekerja sebagai staf *finance* di *Football Plus*. Namun, ia merasa tertantang dan tertarik untuk terjun melatih sekitar tiga tahun lalu. "Sebelum menjadi pelatih *Football Plus*, saya membantu di bagian keuangan mereka. Lama-lama saya jadi

tertarik melatih. Lalu saya jadi full time di sana, dan mulai melatih menjadi asisten," ungkap Sicilia kepada BolaSkor.com. Jadi disini saya tertarik untuk mencari tahu sejauh mana pengetahuan pelatih-pelatih wanita tentang prinsip-prinsip dasar latihan sepakbola.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Pengetahuan Pelatih Wanita Tentang Prinsip-prinsip Dasar Latihan Sepakbola".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Ilmu yang dikuasai oleh pelatih wanita belum sepenuhnya diaplikasikan saat proses berlatih sepakbola.
2. Peranan dan tugas pelatih wanita belum sepenuhnya diterapkan dalam proses latihan sepakbola.
3. Kurangnya pengetahuan pelatih wanita tentang prinsip-prinsip dasar latihan sepakbola.
4. Hanya diterapkannya beberapa prinsip-prinsip dasar oleh pelatih wanita dalam proses latihan sepakbola.
5. Dalam proses latihan kurangnya pengetahuan Pelatih wanita tentang prinsip-prinsip dasar latihan mengakibatkan kurang optimalnya hasil dari proses latihan sepakbola.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka dibuat pembatas masalah. Permasalahan dalam penelitian ini akan membahas tentang pengetahuan pelatih wanita tentang prinsip-prinsip dasar latihan sepakbola.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, maka identifikasi masalah dan batasan

masalah pada penelitian ini adalah: “Bagaimana pengetahuan pelatih wanita tentang prinsip-prinsip dasar latihan sepakbola?”.

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian yang berjudul “pengetahuan Pelatih wanita tentang prinsip-prinsip dasar latihan sepakbola” adalah:

1. Secara teoritik hasil penelitian ini diharapkan menjadi koreksi dan acuan bagi pelatih, khususnya pelatih sepakbola wanita.
2. Secara praktis dapat dijadikan sumber informasi dan pertimbangan bagi klub-klub sepakbola untuk memilih pelatih dalam meningkatkan prestasi klub.
3. Bagi mahasiswa kepelatihan sepakbola sebagai salah satu sumber pengetahuan dan bekal yang berguna untuk memajukan olahraga permainan sepakbola.

