

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan sepakbola merupakan olahraga yang murah meriah karena dapat dilakukan dengan sarana prasarana yang sederhana. Saat ini olahraga sepakbola telah menjadi salah satu olahraga yang populer dan digemari banyak orang hampir diseluruh belahan dunia. Mulai dari kalangan anak kecil sampai dengan orang tua, lapisan masyarakat yang ada dikota bahkan di desa sekalipun sangat menyukai olahraga ini, berbagai macam tujuan masyarakat dalam melakukan kegiatan olahraga khususnya sepakbola adalah untuk pencapaian prestasi, untuk kesehatan atau hanya sekedar menjaga kebugaran jasmani, bahkan adapula yang hanya bertujuan untuk rekreasi semata.

Permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerjasama tim yang baik dan tangguh diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai bagian-bagian dari bermacam-macam teknik dasar dan terampil melaksanakannya. Dengan demikian pemain sepakbola

dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan cermat, tidak membuang-buang waktu dan energi dengan hasil seperti yang dikehendaki.

Kualitas keterampilan teknik dasar bermain setiap pemain terlepas dari faktor-faktor kondisi fisik, dan taktik sangat menentukan tingkat permainan suatu kesebelasan sepakbola. Makin baik tingkat penguasaan keterampilan dasar bermain tiap-tiap pemainnya dalam memainkan dan menguasai bola, maka makin cepat dan cermat kerja sama kolektif akan tercapai.

Dalam upaya pembinaan prestasi dan untuk pencapaian prestasi yang tinggi dan baik harus dimulai dari usia muda karena atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi yang optimal. Bibit atlet yang unggul perlu pengolahan dan proses pelatihan yang baik dan sistematis serta berkesinambungan. Untuk dapat bermain sepakbola yang baik, ada beberapa aspek penting yang perlu dipahami dan dikuasai oleh seorang pemain dalam latihan, yakni teknik, taktik, fisik, dan mental.

Salah satu aspek yang perlu dikuasai secara sempurna oleh seorang pemain sepakbola adalah teknik. Teknik merupakan salah satu dari beberapa aspek latihan yang perlu dikembangkan dalam kaitannya dengan prestasi. Bukan hanya dalam sepakbola, tapi dalam setiap cabang olahraga teknik merupakan hal yang penting untuk dipelajari dan dikuasai. Dalam olahraga sepakbola teknik merupakan landasan utama yang perlu dikuasai oleh

seorang pemain, karena dengan teknik kita akan dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar.

Untuk bermain sepakbola dengan baik pemain perlu dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.

Bagi seorang pemain pemula, pembelajaran atau mempelajari teknik gerakan yang baik bukanlah persoalan yang mudah, apalagi teknik atau gerakan tersebut adalah gerakan yang baru dilihat dan dipelajari. Dalam olahraga sepakbola ada beberapa teknik yang perlu dikuasai diantaranya yaitu *passing* dan *long passing high ball*, *controlling*, *running with the ball*, *heading*, *shooting*. Beberapa macam teknik dasar tersebut diatas merupakan hal yang penting yang perlu dikuasai dan dipelajari secara sempurna oleh pemain.

Passing dan *long passing high ball* adalah salah satu teknik dasar dalam sepakbola. Kemampuan dalam melakukan *passing* atau mengumpan adalah untuk menghubungkan semua pemain diseluruh bagian lapangan dan memungkinkan tim untuk membangun serangan. *Passing* membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelas pemain kedalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya. Sebuah tim dapat dengan cepat mengubah bertahan menjadi menyerang dengan merebut bola dari

lawan dan melakukan *long passing high ball* atau umpan panjang kepada pemain penyerang yang berdiri dipertahanan lawan atau dapat melakukan umpan silang ke daerah penalty atau melambungkan bola ke ruang kosong daerah pertahanan lawan.

Melakukan *long passing high ball* tidak hanya untuk tujuan menyerang dan membuat gol. Namun dalam bertahan kemampuan melakukan *long passing high ball* juga sangat diperlukan karena ketika sedang bertahan kemudian bias merebut bola seorang pemain bias mengumpan lambung atau *long passing high ball* ke temennya yang berada didaerah lawan atau membuang bola jauh dari area bertahan timnya atau bias juga mengumpan lambung ke daerah lawan yang kosong yang dapat dijangkau pemain satu tim.

Menyadari betapa pentingnya penguasaan teknik gerakan khususnya bagi para pemula diusia muda, tidak sedikit pemain yang kurang menguasai teknik gerakan dengan baik, apalagi teknik tersebut merupakan teknik yang cukup sulit seperti *long passing high ball*.

Long passing high ball merupakan teknik dasar sepakbola yang berkontribusi besar dalam berlangsungnya permainan. *Long passing high ball* juga sering dilakukan untuk mengantisipasi serangan lawan dan saat mendapat tendangan bebas untuk melewati pagar pemain.

Untuk mencapai kesempurnaan teknik dan penguasaan teknik tersebut perlu latihan yang sistematis dan juga perlu adanya suatu metode latihan yang tepat guna mencapai tujuan tersebut. Metode merupakan cara yang dipakai untuk mencapai suatu tujuan, semakin tepat metode yang dipilih semakin efektif pula pencapaian tujuan yang hendak dicapai.

Metode latihan keseluruhan merupakan cara dalam mengajar dimana untuk menguasai suatu rangkaian gerakan, kepada atlet diajarkan semua unsur rangkaian gerakan secara keseluruhan dan dipraktekkan keseluruhan pula, sedangkan metode latihan bagian adalah cara pendekatan dalam mengajar dimana menguasai suatu rangkaian gerakan pada atlet diajarkan bagian demi bagian pula¹.

Dari uraian diatas teknik *long pssing high ball* merupakan teknik yang terbilang sederhana namun sulit untuk dilakukan bagi para pemula diusia remaja. Karena melakukan *long passing high ball* itu perlu koordinasi yang baik antara gerakan, keseimbangan, dan *impact* bola dengan bagian kaki.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis ingin meneliti tentang perbandingan metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap ketepatan *long passing high ball* pada siswa SSB Kizara Cikarang Usia 13-14 tahun.

¹ Sugiyanto, Belajar gerak (Jakarta : KONI Pusat Pendidikan dan Penataran, 2003),hal.35

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Bagaimana cara melatih keterampilan tendangan *long passing high ball* ?
2. Metode latihan apa yang dapat meningkatkan ketepatan *long passing high ball* ?
3. Apakah metode latihan bagian dapat meningkatkan ketepatan *long passing high ball* ?
4. Apakah metode latihan keseluruhan dapat meningkatkan ketepatan *long passing high ball* ?
5. Seberapa besarkah peningkatan yang dicapai pemain dalam melakukan metode latihan bagian ?
6. Seberapa besarkah peningkatan yang dicapai pemain dalam melakukan metode latihan keseluruhan ?
7. Metode manakah yang pengaruhnya lebih baik antara metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap ketepatan *long passing high ball* pada siswa SSB Kizara Cikarang usia 13-14 tahun ?

C. Pembatasan Masalah

Agar permasalahan penelitian tidak terlalu meluas, maka peneliti membatasi permasalahan yang ada yaitu :

Perbandingan metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap ketepatan *long passing high ball* pada siswa SSB Kizara Cikarang Usia 13-14 Tahun

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, yang berkaitan dengan penelitian ini, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah metode latihan bagian dapat meningkatkan ketepatan *long passing high ball* pada siswa SSB Kizara Cikarang usia 13-14 tahun ?
2. Apakah metode latihan keseluruhan dapat meningkatkan ketepatan *long passing high ball* pada siswa SSB Kizara Cikarang usia 13-14 tahun ?
3. Manakah yang lebih baik dari kedua bentuk metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap ketepatan *long passing high ball* pada siswa SSB Kizara Cikarang ?

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai :

1. Menjawab permasalahan dalam penelitian yaitu, membandingkan metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap ketepatan *long passing high ball* pada siswa SSB Kizara Cikarang usia 13-14 tahun.
2. Sebagai bahan pertimbangan dan bahan evaluasi dalam pembinaan sepakbola usia dini.
3. Sumber informasi dan sumbangan ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga sepakbola.