

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan setiap individu. Pada era ini, terdapat berbagai jenis olahraga, salah satu contoh olahraga yaitu sepak bola. Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan digemari oleh sebagian besar lapisan masyarakat di seluruh penjuru dunia. Olahraga ini semakin diminati oleh banyak orang karena dapat dinikmati serta dimainkan oleh anak-anak hingga orang dewasa. Sepak bola adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh 11 orang pemain pada setiap tim yang membutuhkan kerja sama tiap pemain. Kerja sama tim yang baik akan menghasilkan permainan yang baik pula, sehingga dapat meningkatkan prestasi suatu tim.

Dewasa ini sepakbola dimainkan bukan sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi para pemain dan pelatihnya diharapkan untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan baik dan dilakukan secara terus menerus. Hal ini sangatlah wajar, karena sepakbola sudah dipertandingkan baik ditingkat daerah, nasional maupun internasional sejak lama. Macam-macam teknik dasar dalam permainan sepakbola yaitu: 1)

Teknik tanpa bola yang merupakan gerakan-gerakan tanpa bola terdiri dari lari cepat dan mengubah arah, melompat dan meloncat, gerak tipu tanpa bola yaitu gerak tipu dengan badan, gerakan-gerakan khusus penjaga gawang; 2) Teknik dengan bola yaitu semua gerakan-gerakan dengan bola yang terdiri dari menendang bola (menembak bola atau *Shooting*), mengoper bola menerima bola (menghentikan bola, mengontrol bola) menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola, teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Shooting bola adalah salah satu teknik yang terdapat pada permainan sepakbola. *Shooting* bukan merupakan gerakan yang harus dikuasai bagi pemain u-11 tahun. Hal ini disebabkan karena pada waktu melakukan gerakan tersebut pemain harus mempunyai penguasaan teknik *shooting* dengan baik dalam arti pemain dapat melakukan *shooting* dengan baik dan benar. Oleh karena itu maka perlu upaya untuk meningkatkan penguasaan teknik *shooting* dan pembelajaran secara baik dan benar salah satunya dengan menggunakan bantuan alat. Kurangnya perhatian dan bimbingan pelatih akan mengakibatkan pola gerakan yang salah dalam melakukan teknik *shooting*. Kurangnya memanfaatkan bahan-bahan yang seharusnya dapat dijadikan alat bantu dapat membantu proses pembelajaran yang baik.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Ragunan Soccer School diperoleh informasi bahwa hasil kemampuan *shooting* pemain u-11 tahun yang berjumlah 20 pemain tergolong rendah. Kemudian setelah dilakukan observasi

dan pengamatan serta penilaian secara objektif oleh penulis pada hasil latihan teknik *shooting* pemain u-11 tahun masih banyak yang belum bisa melakukan teknik *shooting* yang baik dan benar. Pemain masih banyak yang tidak tepat sasaran saat melakukan kemampuan teknik *shooting*. Hal ini dikarenakan masih banyak pemain yang belum menguasai teknik *shooting*. Berdasarkan kenyataan bahwa aspek-aspek yang menopang pencapaian keberhasilan perlu ditingkatkan secara optimal.

Salah satu aspek yang perlu ditingkatkan dan dikembangkan adalah aspek teknik *shooting*. *Shooting* yang salah akan mengakibatkan arah bola menjadi tidak tepat sasaran. Oleh karena itu untuk mengatasi masalah-masalah tersebut para pemain harus belajar secara baik dan teratur dengan menggunakan alat bantu yang tepat. Hal tersebut merupakan suatu pertanda bahwa kemampuan *shooting* pemain u-11 tahun masih rendah.

Setiap pemain dituntut untuk mengembangkan kemampuannya demi mencapai prestasi tim yang baik. Hal tersebut dikarenakan dalam sepak bola bukan hanya kerja sama tim saja yang dibutuhkan tetapi juga kualitas individu tiap pemain menjadi faktor utama dalam keberhasilan suatu tim sepak bola. Salah satu yang mempengaruhi kemampuan pemain yaitu konsentrasi individu. Seorang pemain sepak bola gagal memasukkan bola dari titik penalti karena saat menendang ia kehilangan konsentrasi. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa konsentrasi merupakan hal dasar yang sangat penting dan perlu untuk dilatih oleh setiap pemain sepak bola.

Konsentrasi merupakan kemampuan olahragawan dalam memelihara fokus perhatiannya dalam lingkungan pertandingan yang relevan.¹ Konsentrasi termasuk aspek mental dalam olahraga dan memegang peranan penting, dengan berkurangnya atau terganggunya konsentrasi atlet pada saat latihan, apalagi pertandingan, maka akan timbul berbagai masalah serta hasil yang tidak optimal. Pelatih sering meneriakan kata “konsen” atau “fokus” di tepi lapangan ketika pertandingan, karena bila tidak diingatkan pemain sering lepas kontrol. Ditambah ketika situasi pertandingan sedang tertinggal angka, pemain sering terburu-buru dan emosional meningkat.

Para pemain ingin segera mengejar ketertinggalan dengan waktu yang semakin singkat. Keadaan seperti itu membuat konsentrasi pemain melemah, akibatnya kesalahan individu sering terjadi. Secara tidak langsung konsentrasi membantu para pemain untuk melakukan kemampuan bermain sepak bola dengan baik. Menurut Sukadiyanto, konsentrasi merupakan perhatian dalam rentang waktu yang lama, sehingga selama dalam aktivitas olahraga yang diperlukan adalah konsentrasi.²

Dalam sepak bola ada beberapa tingkatan usia pemain yaitu, U-11, U-13, U-16, U-19, U-22, dan senior. Kemampuan konsentrasi akan berkembang sesuai dengan usia dan pada anak-anak kemampuan konsentrasi terbatas bila

¹ Robert Weinberg & Daniel Gould, *Foundations of Sport and Exercise Psychology 6th Edition*, Human Kinetics, 2014, h. 367

² Sukadiyanto, *Majalah Olahraga*, Yogyakarta: UNY, 2006, h. 161

dibandingkan dengan orang dewasa³. Konsentrasi memegang peranan penting bagi seorang anak untuk mengingat, merekam, melanjutkan, dan mengembangkan materi yang diperoleh dari pelatih. Kemampuan untuk mengingat, merekam, dan mengembangkan materi yang baik memungkinkan anak memperoleh prestasi yang optimal.

Pada pemain u-11, pemain sering melakukan kesalahan-kesalahan yang seharusnya tidak terjadi, salah satunya seperti *shooting* yang tidak akurat. Saat diberikan instruksi atau petunjuk pelaksanaan sesi latihan, pemain u-11 sering berbicara kepada temannya, hal itu menyebabkan perhatian pada pelatih berkurang, sehingga pada saat melakukan sesi latihan banyak kesalahan yang terjadi. Oleh karena itu, konsentrasi merupakan hal yang sangat penting untuk dimiliki dan dikuasai oleh seorang pemain sepak bola.

Pemain u-11 tahun belum mampu mengarahkan bola ke daerah yang sesuai dengan sasaran atau arah target. Untuk dapat melakukan tendangan dengan baik dan benar dibutuhkan suatu kualitas teknik yang tinggi bagi seseorang yang melakukannya. Aspek penguasaan teknik sangat erat kaitannya dengan perasaan seseorang dalam mengendalikan system prasyarafan untuk melakukan gerakan teknik yang benar.

Perasaan inilah yang disebut dengan persepsi kinestetik atau perasaan dan kesadaran akan posisi tubuh pada waktu bergerak. Jadi dalam melakukan

³ Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2011, h. 35

tendangan atau *shooting* pemain harus dapat merasakan gerakan yang dilakukannya sehingga akan dapat menghasilkan gol. Jadi, dalam melakukan tendangan atau *shooting* dibutuhkan suatu perasaan dan kesadaran akan posisi tubuh pada waktu bergerak atau persepsi kinestetik. Dengan kata lain, kesempurnaan akan suatu teknik biasanya hanya bisa dilakukan oleh pemain yang cepat mendeteksi suatu pola gerakan dan pemain tersebut biasanya memiliki persepsi kinestetik yang baik.

Dari seluruh uraian yang telah dipaparkan di atas, tampaknya dapat diasumsikan bahwa terdapat hubungan yang sangat erat antara kemampuan *shooting* dengan beberapa unsur penting seperti aspek konsentrasi dan persepsi kinestetik. Namun, untuk dapat membuktikan apakah aspek-aspek tersebut memiliki hubungan yang saling terkait satu sama dengan lainnya akan dapat ditentukan dengan suatu pendekatan ilmiah melalui suatu penelitian yang relevan dan akurat. Untuk itu maka akan dilakukan penelitian tingkat konsentrasi dan persepsi kinestetis terhadap kemampuan *shooting* pemain u-11 tahun. Penelitian ini berjudul “Hubungan Konsentrasi dan Persepsi Kinestetis Terhadap Kemampuan *Shooting* Pemain U-11 Tahun Ragunan Soccer School”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Pemain sepakbola u-11 tahun belum mampu berkonsentrasi dengan baik pada saat pertandingan.
2. Pemain sepakbola u-11 tahun belum memiliki persepsi kinestetis yang baik.
3. Kemampuan *shooting* pemain u-11 tahun masih rendah.
4. Pemain sepakbola u-11 tahun belum memiliki ketepatan sasaran pada saat mendendang bola.
5. Apakah terdapat hubungan antara konsentrasi dengan kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun Ragunan Soccer School?
6. Apakah terdapat hubungan antara persepsi kinestetik dengan kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun Ragunan Soccer School?
7. Apakah terdapat hubungan secara bersama-sama antara konsentrasi dan persepsi kinestetis dengan kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun Ragunan Soccer School?

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka pembatasan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada aspek konsentrasi dan persepsi kinestetik yang dikaitkan dengan kemampuan menendang bola atau *shooting*. Yang akan menjadi unit penelitian adalah pemain u-11 tahun Ragunan Soccer School.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah maka perumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara konsentrasi dengan kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun Ragunan Soccer School?
2. Apakah terdapat hubungan antara persepsi kinestetik dengan kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun Ragunan Soccer School?
3. Apakah terdapat hubungan secara bersama-sama antara konsentrasi dan persepsi kinestetis dengan kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun Ragunan Soccer School?

E. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Diharapkan informasi yang digali bermanfaat bagi mahapemain di bidang olahraga untuk dapat mengembangkan konsep dasar dalam rangka meningkatkan kemampuan sepakbola pemain u-11 tahun.
2. Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan konsentrasi terhadap kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun.
3. Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan persepsi kinestetik terhadap kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun.

4. Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan secara bersama-sama antara konsentrasi dan persepsi konsentrasi terhadap kemampuan *shooting* pada pemain u-11 tahun.