

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola mempunyai sejarah yang cukup tua sekali walaupun bentuk dan peraturan permainan yang terdahulu tidak sama yang sekarang ini, karena mengalami perubahan sejarah lahirnya sepak bola, pertama kali permainan sepak bola sudah dikenal orang di Cina pada zaman dinasti Han, lebih kurang tahun 1122-1247 SM dimana bukti tentang permainan sepak bola ini terdapat dalam buku peninggalan tentara Cina, yang memuat gambar-gambar orang bermain sepak bola yang pada waktu itu disebut Tsu-Chu. Tsu artinya kaki, Chu artinya bola yang dibuat dari kulit dan di dalamnya diisi dengan rumput (Effendi, 2016).

Versi sejarah kuno tentang sepak bola yang lain datang dari negeri Jepang, sejak abad ke-8, masyarakat disana telah mengenal permainan bola. Masyarakat disana menyebutnya dengan: Kemari. Sedangkan bola yang dipergunakan adalah kulit kijang namun ditengahnya sudah lubang dan berisi udara. Permainan sepak bola sudah dikenal sejak awal Masehi. Pada saat itu, masyarakat Mesir Kuno sudah mengenal teknik membawa dan menendang bola yang terbuat dari buntalan kain linen. Sisi sejarah yang lain adalah di Yunani Purba juga mengenal sebuah permainan yang disebut episcuro, tidak lain adalah permainan menggunakan bola. Bukti sejarah ini tergambar pada relief-relief museum yang melukiskan anak muda memegang bola dan memainkannya dengan pahanya (Susni, 2014).

Pada awal abad 19 pemerintah Inggris mengakui bahwa permainan sepak bola merupakan salah satu alat yang menyehatkan rakyat Inggris. Pada waktu itu mahasiswa dan pelajar yang paling gemar memainkan permainan sepak bola. Akan tetapi belum adanya peraturan permainan nrengaturnya atau belum adanya kesatuan pendapat tentang peraturan permainan. Jadi masing-masing Universitas atau sekolah membuat peraturan permainan menurut tafsiran, ketentuan atau selera masing-masing. Dengan demikian pada waktu itu belum mungkin untuk menyelenggarakan pertandingan sepakbola antar Universitas maupun antar sekolah. Kesamaannya bahwa permainan dengan bola itu dimainkan dengan kaki dan juga dengan tangan.

Negara Inggris mengembangkan permainan sepakbola modern sehingga pada tahun 1863 dibentuk *English Foot Ball Association* (EFBA). Pada tanggal 26 Oktober 1863 berdiri *The Foot Ball Association* di Inggris. Atas inisiatif anggota perkumpulan tersebut, pada tanggal 8 Desember 1863 lahir peraturan sepakbola yang kita kenal sampai saat ini. Pada tanggal 28 Desember 1863 lahir pula *The Foot Ball Association of England* (FBAE). Pada tanggal 21 Mei 1904 berdiri federasi sepakbola dunia yang diberi nama FIFA (*Federation International de Football Association*) (Dhomas, 2018).

Permasalahan yang terjadi di beberapa tahun terakhir pada sepakbola di Indonesia yaitu pada produktivitas gol. Hal tersebut berkaitan langsung dengan aspek keterampilan teknik *shooting* masing-masing individu. Oleh karena itu keterampilan *shooting* merupakan aspek teknik yang mutlak untuk dikuasai oleh masing-masing individu atlet untuk membantu tim memenangkan pertandingan.

Dalam pencapaian prestasi terdapat empat aspek penting untuk dipersiapkan yaitu aspek teknik, fisik, taktik dan mental (Lubis, 2013). Hal tersebut dilakukan untuk mencapai prestasi tertinggi dan semaksimal mungkin. Prestasi olahraga merupakan hasil yang diperoleh atau dicapai oleh seorang atlet melalui aktivitas olahraga, hasil yang dimaksud terlihat dalam bentuk keterampilan secara teknik dan kemampuan fisik dan mental atlet saat berolahraga (Sari et al., 2018). Selain itu aktivitas fisik dapat meningkatkan kinerja otak dan menguntungkan pada struktur dan fungsi otak (Yusmawati et al., 2020). Sehingga aspek keterampilan teknik dan fisik menjadi faktor yang penting untuk pencapaian prestasi atlet dalam meraih tingkat prestasi setinggi-tingginya.

Dalam olahraga sepakbola yang dimainkan dengan tempo permainan tinggi dengan melakukan keterampilan teknik, taktik dan fisik melalui pergerakan memanipulasi bola dalam tekanan yang tinggi di lapangan, atlet dituntut untuk menguasai keterampilan teknik yang banyak untuk menjalankan permainan. Sehingga keterampilan gerak yang kompleks yang harus dikuasai atlet terutama keterampilan menendang ke arah gawang agar permainan dapat berjalan lebih dinamis dan cepat sehingga tujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dapat tercapai.

Teknik *shooting* merupakan keterampilan yang menjadi penentu permainan yang harus dikuasai atlet untuk menciptakan peluang gol, tanpa melakukan percobaan *shooting* permainan ini tidak akan menjadi apa-apa karena hanya dengan *shooting* merupakan salah satu cara untuk memasukan bola atau menciptakan gol ke arah gawang lawan dengan menggunakan kaki sebagai subjek gerakannya (Nurwiyandi, 2019; Vilar et al., 2013). *Shooting* menjadi faktor penentu pemenang dalam permainan sepakbola (Atmojo & Bulqini, 2019). Teknik ini merupakan salah satu keterampilan yang digunakan dalam situasi menyerang yang bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Keterampilan *shooting* merupakan teknik dasar penentu seorang atlet sepakbola dapat memenangkan suatu pertandingan.

Dengan melakukan *shooting* atlet dapat membuka peluang untuk mencetak gol ke gawang lawan. Semua atlet disemua posisi termasuk penjaga gawang penting memiliki keterampilan *shooting* yang baik dikarenakan bisa terjadi adu penalti sampai penendang terakhir yaitu penjaga gawang. *Shooting* dilakukan dalam beberapa situasi menyerang seperti permainan terbuka (*open play*), *set piece* bola mati, *penalty kick*, adu penalti dan *power play*. *Shooting* dalam permainan sepakbola memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi disebabkan oleh kondisi lawan yang dekat, sehingga jika keterampilan *shooting* yang dilakukan tidak cepat bola akan mudah untuk direbut oleh lawan.

*Shooting* dengan kaki merupakan rangkaian gerakan satu kaki mengayun dari belakang ke arah bola dan satu kaki tumpu di samping bola dengan menggunakan kekuatan otot yang eksplosif ke arah gawang. Dengan penguasaan *shooting* yang baik maka seorang atlet dapat membuka peluang untuk mencetak gol sehingga dapat membantu tim untuk memenangkan pertandingan. *Shooting* merupakan aspek teknik dasar yang harus dimiliki atlet dalam melakukan *finishing* (penyelesaian). Walaupun pertandingan berjalan imbang tanpa gol atau dengan jumlah gol sama babak adu *penalty* atau *shooting* jarak 11 meter menjadi penentu tim yang berhasil mencetak gol dengan selisih gol *penalty* paling banyak, tim berhak menjadi pemenang. Jika setiap peluang *shooting* kearah gawang dapat dikonversikan menjadi gol oleh atlet maka tim akan lebih mudah untuk memenangkan permainan tanpa melewati babak tambahan. Jika babak adu *penalty* tetap harus dijalankan

maka seluruh atlet bertanggung jawab untuk menampilkan keterampilan *shooting* masing-masing individu dengan maksimal. Oleh karena itu keterampilan *shooting* menjadi aspek teknik yang penting untuk dimiliki setiap individu atlet.

Keterampilan *shooting* yang dilakukan oleh atlet sepakbola sangatlah cepat dan dalam posisi tidak stabil karena dilakukan dengan tekanan lawan pada posisi satu kaki tumpu untuk menghasilkan laju bola yang cepat menuju gawang. Dalam melakukan *shooting* otot-otot tungkai dipaksa untuk melakukan kerja yang cepat dan kuat (eksplosif) untuk mempengaruhi pergerakan bola ke arah gawang (Hidayat & Rusdiana, 2018). Dengan bobot bola yang berat otot-otot tungkai dominan bekerja lebih berat dalam melakukan *shooting*. Oleh karena itu faktor fisik menjadi aspek penting untuk menunjang keterampilan *shooting* pada olahraga sepakbola.

Permasalahan *shooting* yang terjadi pada siswa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hasil tersebut terutama pada komponen latihan. *Shooting* merupakan bagian terpenting dalam melakukan penyelesaian dan dapat menentukan hasil akhir suatu tim. Untuk melakukan penampilan *shooting* banyak otot yang berfungsi, otot-otot yang terdapat pada tungkai berperan penting dalam melakukan lompatan dan tendangan (DJ et al., 2016).

SMPN 5 Kaur merupakan klub sepakbola yang memiliki prestasi yang cukup stabil dilevel amatir yang dilaksanakan setiap ulang tahun kabupaten. Klub sepakbola berdomisili di Maje ini di beberapa kejuaraan dilevel amatir dapat bersaing dengan baik dengan pembinaan yang dilakukan oleh sekolah pun sangat baik. Siswa yang bermain merupakan siswa binaan sekolah menengah pertama di Maje. Harus diakui bahwa beberapa siswa SMP 5 Kaur ikut berkontribusi pada tim sepakbola dalam meraih gelar pada *event* amatir yang diikuti sejak tahun 2013.

Dari beberapa hasil perolehan beberapa tahun mengikuti pertandingan prestasi yang dimiliki SMP 5 Kaur tetap stabil. Pernah meraih prestasi terbaik menjadi peringkat dua pada tahun 2015, walaupun materi siswa yang didominasi oleh siswa berusia remaja dan tim mampu hingga saat ini. Namun pencapaian produktivitas siswa setelah itu mulai menurun hingga tahun 2020 SMP 5 Kaur tidak pernah berada masuk semifinal.

Permasalahan yang terjadi pada produktivitas gol yang dilakukan tim SMP 5 Kaur lebih sedikit dibandingkan tim lain sehingga harus mengakui keunggulan tim

lawan. Pada Pertandingan musim 2020 hingga perempat final pencapaian gol yang dicetak oleh tim SMP 5 Kaur hanya 4 gol sedangkan gol terbanyak dicetak oleh Smp 1 Kaur sebanyak 17 gol. Hal tersebut membuat SMP 5 Kaur berada pada posisi sulit. Smp 5 mengalami kesulitan dalam mencetak gol pada masing-masing individu, dari beberapa percobaan *shooting* yang dilakukan banyak terjadi kegagalan dan tidak dapat dikonversikan menjadi gol.

Dalam sepak bola terdapat banyak variasi latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas teknik dasar. Latihan adalah suatu proses yang sistematis dengan tujuan meningkatkan kemampuan fisik dan mental, teknik dan taktik yang dibutuhkan oleh atlet dalam suatu cabang olahraga. Olahraga sepak bola adalah olahraga yang sangat kompleks dari segi ketrampilan gerak, maka seorang atlet harus memiliki tingkat kemampuan pemahaman gerak yang cepat dan tepat (Sudharto, 2020).

Banyak hal yang perlu dipertimbangkan sebelum seorang pelatih menentukan metode latihan untuk suatu cabang olahraga terutama sepak bola. Disisi lain adapun permasalahan yang sering dihadapi di lapangan berdasarkan pengalaman, banyak orang tua atlet yang memiliki paradigma bahwa anaknya setiap kompetisi yang mereka ikuti harus jadi juara tanpa memahami proses yang harus anak mereka lalui. Hal yang paling jelas dikorbankan jika ingin meraih prestasi adalah waktu, curahan pemikiran, finansial, selalu memperhatikan.

Latihan harus disusun secara bertahap mulai dari yang paling mudah sampai yang paling sulit. Tahap latihan yang paling mudah diterapkan untuk menghasilkan dasar teknik *shooting* yang benar, dilanjutkan dengan tahap yang paling sulit sebagai penyempurnaan dari tahap yang mudah. Model latihan *shooting* pada sepak bola yang bervariasi diterapkan supaya pada sesi latihan tidak membosankan. Model latihan harus disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik pemain dalam permainan sepak bola dan seorang pelatih harus dapat memanfaatkan model ini untuk diterapkan dalam latihan secara detail sehingga olahraga sepak bola bisa dengan mudah mendapatkan pemahaman tentang penguasaan materi latihan.

Proses latihan sistematis diartikan bahwa latihan itu dilaksanakan secara teratur, bertahap, berkesinambungan dan berencana dengan menggunakan metode. Tujuan utama dari latihan adalah untuk meningkatkan kinerja siswa (Okilanda,

2020). Semuanya dilaksanakan secara sadar untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Selain itu proses latihan dilakukan secara berulang-ulang. Artinya, setiap tugas gerak dilatih berkali-kali agar gerakan yang semula sulit dan kaku menjadi lancar dengan koordinasi semakin mulus.

Model latihan bervariasi untuk latihan *shooting* sepak bola masih kurang di samping itu belum didukung dengan jumlah peralatan yang memadai. Mencermati kondisi yang demikian tentu berdampak pada hasil latihan kurang optimal sehingga masih dijumpai sebagian besar siswa masih belum maksimal dalam melakukan keterampilan *shooting* pada sepak bola.

### **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka fokus permasalahan pada penelitian ini adalah model latihan *shooting* sepak bola berbasis permainan untuk usia 13-15 tahun.

### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, fokus penelitian, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah model latihan *shooting* pada sepak bola berbasis permainan untuk usia 13-15 tahun?
2. Apakah model latihan *shooting* pada sepak bola berbasis permainan efektif untuk usia 13-15 tahun?

### **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

Kegunaan dari hasil penelitian ini berdasarkan perumusan masalah di atas adalah sebagai berikut:

1. Membuka wawasan dan pengetahuan kepada pelatih tentang pentingnya model latihan *shooting* sepak bola berbasis permainan untuk usia 13-15 tahun yang bervariasi
2. Memberikan sumbangan yang bermanfaat dan efektif dalam latihan *shooting* sepak bola berbasis permainan untuk usia 13-15 tahun.