

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Sepak bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang umumnya terbuat dari bahan kulit dan dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan. Memasuki abad ke-21, olahraga ini telah dimainkan oleh lebih dari 250 juta orang di 200 negara, yang menjadikannya olahraga paling populer di dunia. Sepak bola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan memasukan bola ke gawang lawan. Sepak bola dimainkan dalam lapangan terbuka yang berbentuk persegi panjang, di atas rumput atau rumput sintetis.

Secara umum hanya penjaga gawang saja yang berhak menyentuh bola dengan tangan atau lengan didalam daerah gawangnya, sedangkan 10 (sepuluh) pemain lainnya diizinkan menggunakan seluruh tubuhnya selain tangan, biasanya dengan kaki untuk menendang, dada untuk mengontrol, dan kepala untuk menyundul bola. Tim yang mencetak gol paling banyak pada akhir pertandingan menjadi pemenangnya.

Jika hingga waktu berakhir masih berakhir imbang, maka dapat dilakukan undian, perpanjangan waktu maupun adu penalti bergantung pada format penyelenggaraan kejuaraan. Dari sebuah pertandingan resmi, 3 poin diberikan kepada tim pemenang, 0 poin untuk tim yang kalah dan masing-masing 1 poin untuk dua tim yang bermain imbang. Meskipun demikian,

Pemenang sebuah pertandingan sepak bola dapat dibatalkan sewaktu-waktu atas skandal dan tindakan kriminal yang terbukti dikemudian hari. Sebuah laga sepak bola dapat dimenangkan secara otomatis oleh sebuah tim dengan 3-0 apabila tim lawan sengaja mengundurkan diri dari pertandingan (*walk out*).

Sepak bola di Indonesia diawali dengan berdirinya Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI) di Yogyakarta pada 19 april 1930 dengan pimpinan Soeratin Sosroegondro. Dalam kongres PSSI di Solo, organisasi tersebut mengalami perubahan Nama menjadi Persatuan Seluruh Sepak bola Indonesia. Sejak saat itu, kegiatan sepak bola semakin sering digerakkan oleh PSSI dan makin banyak rakyat bermain dijalan atau alun-alun tempat Kompetisi I Perserikatan diadakan. Sebagai bentuk dukungan terhadap kebangkitan “Sepak Bola Kebangsaan”, Paku Buwono X mendirikan stadion Sriwedari yang membuat para pemain bola di Indonesia semakin gencar.

Sepeninggalan Soeratin Sosrosoegondo, prestasi tim nasional sepak bola Indonesia tidak terlalu memuaskan karena pembinaan tim nasional tidak diimbangi dengan pengembangan organisasi dan kompetisi. Pada era sebelum tahun 1970-an, beberapa pemain Indonesia sempat bersaing dalam kompetisi internasional, di antaranya Ramang, Sucipto, Ronny Pattinasarani, dan Tan Liong Houw.

Upaya pencapaian prestasi yang maksimal harus selalu diusahakan, dalam pencapaian prestasi yang maksimal tidak semudah yang dibayangkan

karena harus dengan persiapan yang baik dan kerja keras ditunjang dengan faktor-faktor pendukung. Unsur yang terpenting dalam pembinaan prestasi adalah pemain itu sendiri, sebab pemain itu sendiri yang berperan dalam menggapai prestasi yang maksimal maka pembinaan harus dimulai dari usia dini dan pemain muda berbakat, hal ini sangat menentukan untuk tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga. Calon pemain yang unggul perlu pembinaan dan proses latihan secara terstruktur, barulah muncul prestasi pemain yang maksimal pada umur-umur tertentu, sehingga pembinaan yang baik adalah pembinaan yang dimulai dari usia dini dengan pendekatan *sport science* yang berkelanjutan dan updating terhadap ilmu yang berkembang.

Berlandaskan dari persoalan diatas, PSSI selaku induk sepak bola Indonesia bekerja sama dengan asosiasi sepak bola pemerintah provinsi mendirikan program untuk pembinaan anak-anak usia dini yang memiliki bakat dalam spesifikasi cabang olahraga tertentu (khususnya sepak bola) yaitu Sekolah Sepak Bola (SSB). Sekolah Sepak Bola (SSB) memiliki pengertian yang tak jauh berbeda dengan akademi sepak bola. Namun menjadi perbedaan jelas keduanya yaitu soal penerapan sistem latihan dan juga pola hidup siswa setelah latihan itu selesai, artinya didalam akademi tentu lebih terjadwal dan tersusun rangkaian demi rangkaian dalam keseharian siswa tersebut.

Jika akademi sepak bola memiliki seleksi yang ketat untuk menjaring pemain maka di SSB tidak seperti itu. Siapa yang mampu membayar iuran yang telah ditetapkan maka sudah dipastikan masuk dalam SSB. Disejumlah

Negara berkemabang seperti di Indonesia, SSB jadi alternatif jika ada bakat muda yang memiliki kendala saat masuk ke akademi klub.

Sejarah terbentuk SSB Rorotan yaitu pada tahun 2019 bersamaan dengan pembangunan gelanggang olahraga rorotan Jakarta utara. SSB Rorotan memiliki 150 siswa yang terbagi menjadi 5 kategori usia U-9, U-10, U-11, U-12, U-14, U-15, U-16, U-17.

Disekolah sepak bola (SSB) ini mempunyai target capaian pemain berupa penambahan literasi gerak yang benar, eksekusi Variasi *shooting* cabang olahraga sepak bola tanpa banyak kesalahan, meningkatkan Variasi *shooting* dan mengembangkan model latihan Variasi *shooting* pada kategori usia 17 tahun karena mengacu pada *sports science* bahwa diusia tersebut tahapan pemain sudah pada *fase train to compete*.

Dalam beberapa kesempatan penulis mengamati proses latihan dan uji coba pemain SSB Rorotan kelompok usia 17 tahun, serta melakukan analisis *shooting* pada uji coba partner, uji coba partner ini dilakukan 2 tim yang sama-sama berasal dari SSB Rorotan yang berjumlah 14 orang. Berdasarkan hasil analisis pada saat uji coba partner berlangsung pemain banyak melakukan kesalahan saat melakukan Variasi *shooting* sehingga banyak peluang yang gagal dimaksimalkan oleh tim SSB Rorotan akibat Variasi *shooting* yang kurang baik, ketika saat melakukan *shooting* pemain bisa menggunakan kaki bagian luar, bagian dalam, dan punggung kaki. Ketiga jenis bagian *shooting* ini

dapat dilakukan dengan cara fokuskan *shooting* pada sisi gawang, posisikan badan, taruh satu kaki kiri/kanan pada bagian samping bola, kemudian ayunkan kaki yang dijadikan untuk *shooting* dengan memfokuskan pada bagian kaki dan pandangan ke arah bagian yang di targetkan.

Begitu banyak teknik *shooting* didalam cabang olahraga sepak bola ada beberapa teknik dasar yang menggunakan bola maupun tanpa bola, hal ini menjadi alasan bahwa tim sepak bola membutuhkan latihan dengan kualitas yang baik untuk memiliki Variasi bermain sesuai kebutuhan. Faktor utama keberhasilan dalam latihan dan pertandingan pada sepak bola dipengaruhi oleh komponen biomotor fisik dan juga teknik-teknik dasar seperti *passing*, *dribbling*, *shooting*, *heading*, *control*, *throw in*, dan *goal keeping*. Karena itu merupakan hal yang wajib dikuasai terutama Variasi *shooting*, dengan memiliki Variasi *shooting* yang baik maka pemain akan mampu menciptakan peluang untuk menjadi gol dan menjalankan instruksi dari pelatih pada saat latihan maupun pada saat bertanding.

Faktor utama keberhasilan dalam latihan dan pertandingan sepak bola dipengaruhi oleh tingkat kemampuan teknik pemain, jadi kemampuan Variasi *shooting* pemain sepak bola yang baik akan mampu melakukan pekerjaannya dengan maksimal. Selain bakat dari pemain yang akan mempengaruhi kualitas kemampuan Variasi *shooting* masih banyak faktor yang perlu dilatih, model latihan Variasi *shooting* menjadi salah satu pilihan untuk meningkatkan kualitas latihan kemampuan Variasi *shooting*. Pemain akan tampil baik disetiap

sesi latihan dan juga pada saat pertandingan berlangsung dengan mengeluarkan kemampuan yang dimiliki secara otomatis, hal ini menunjukkan bahwa kualitas Variasi *shooting* harus mampu didukung oleh kualitas latihan yang baik.

Berdasarkan hasil pengamatan diatas harapannya para siswa SSB Rorotan memiliki Variasi *shooting* yang lebih baik dan juga bentuk model latihan Variasi *shooting* yang tidak monoton agar tidak banyak melakukan kesalahan pada saat melakukan Variasi *shooting* pada saat pertandingan berlangsung dan juga merasa tertarik mengikuti model latihan Variasi *shooting* sepak bola. Hal ini kemudian menjadi landasan penulis ingin membuat “Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun”.

### **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah maka fokus penelitian ini adalah: “Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun”

### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian diatas dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Bagaimanakah Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun.

## D. Kegunaan Hasil Penelitian

### 1. Teoritis

Hasil dari penelitian ini merupakan perbaikan kualitas dalam Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun.

### 2. Praktis

Dibawah ini merupakan manfaat praktis Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun, sebagai berikut:

#### a. Bagi Peneliti

Sebagai wadah dalam peningkatan kompetensi diri serta peneliti dapat merasakan langsung dalam mengembangkan penelitian melalui Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun.

#### b. Bagi Peneliti Lain

Dapat dijadikan sebagai referensi dalam peningkatan untuk penelitian dan Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun.

#### c. Bagi Pelatih

Pelatih dapat menjadikan model latihan sebagai Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola Siswa

Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun untuk mempermudah melakukan proses latihan pada pemain.

d. Bagi Pemain

Sebagai instrument dalam Pengembangan Model Latihan Variasi *Shooting* Cabang Olahraga Sepak Bola SSB Rorotan Kelompok Usia 17 Tahun pada pemain dan memberikan suasana latihan yang bervariasi sehingga pemain merasa antusias dalam proses latihan.

