

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pada tanggal 10 April 2021 dalam rangka Ulang Tahun Babel Football Academy (BFA) 2021 di Lapangan Dispora Babel, GOR Sahabuddin diadakan Festival Sepak Bola For Kids Usia 10, 12 dan 14 tahun yang dibuka oleh Gubernur Kepulauan Bangka Belitung (BABEL) yaitu Bapak Erzaldi Rosman. Melalui kegiatan ini juga akan dicari bibit-bibit unggul pesepak bola Bangka Belitung yang akan diseleksi dan dilatih oleh Babel Football Academy (BFA). BFA pada tahun ini juga akan didorong untuk dimajukan dalam Liga III PSSI (Lulus, 2021).

Dijelaskan oleh beliau bahwa, sepak bola saat ini sudah menjadi salah satu cabang yang menjadi program studi di Sekolah Keberbakatan Olahraga (SKO) Bangka Belitung. "Jadi nanti setelah lulus SMP, kalau mau masuk sekolah olahraga khusus sepak bola sudah ada sekolahnya," jelasnya. Pembinaan sepak bola usia muda di Bangka Belitung juga didukung oleh PT Timah dengan menyalurkan bantuan kepada Asosiasi Provinsi Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) Bangka Belitung (Babel) dan Sekolah Sepak Bola (SSB) 89, dalam mendukung perkembangan olahraga sepak bola di Bangka Belitung (Nita, 2021).

Kelanjutan dari kegiatan Festival Sepak Bola *For Kids* Usia 10,12 dan 14 tahun yang sebelumnya diadakan di lapangan Dispora Babel, GOR Sahabudin ialah diadakannya Liga Grassroots. Liga Grassroots Bangka Belitung pertama kali dilaksanakan pada tahun 2021 yang berlangsung di lapangan sepakbola Selindung Baru, Pangkalpinang. Liga ini mempertandingkan sebanyak 14 SSB di kategori U-12 dan 9 SSB kategori U-10.

Karakteristik anak usia 9-10 tahun adalah Ingatan visual, Koordinasi yang mulai meningkat, Kecepatan dan daya tahan yang meningkat, Rasa lapar untuk belajar, Semangat tim, Kemampuan diskusi, dan Percaya diri. Sedangkan karakteristik anak usia 11-12 tahun adalah Rasa lapar untuk belajar, Koordinasi yang meningkat, Perubahan fisik, Semangat bersaing, Ketegasan, Ingatan visual dan suara, Semangat tim, Perhatian yang meningkat, Kemampuan berdiskusi (FIFA, 2010).

Hasil observasi awal bahwa pada pertandingan di Liga Grassroots Babel 1 tahun 2021 terlihat untuk teknik bermain para atlet masih sangat kurang, apalagi setiap kali atlet mendapat kesempatan bola yang ada di depan gawang pasti akan selalu di shooting kearah gawang. Dilihat dari teknik shooting tersebut masih terlihat sangat kurang baik dari kekuatan serta koordinasinya. Secara keseluruhan dari pemain U-10 masih terlihat karakteristiknya seperti karakteristik anak U-8 yaitu, Kegembiraan dan permainan, Berkembang dengan pesat, Konsentrasi terbatas, Imitasi/meniru, Bermain untuk diri sendiri.

Penentu kemenangan dalam sepakbola adalah menciptakan gol sebanyak-banyaknya. Gol sendiri diciptakan dari shooting. Dilihat dari sisi latihan, peneliti melihat latihan anak-anak sepakbola di SSB Bangka rata-rata mereka hanya datang latihan, pemanasan, latihan teknik, game, evaluasi dan pendinginan. Jarang sekali atlet SSB disana latihan fisik apalagi untuk latihan mental. Tentunya tujuan dari didirikannya SSB adalah untuk pembinaan dan juga untuk mencapai prestasi.

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh Zainur pada tahun 2019 mengenai “Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi Tendangan Ke Gawang” dijelaskan bahwa terdapat kontribusi kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi tendangan ke gawang (*shooting*) permainan sepakbola Klub Belibis FC Kota Pekanbaru dimana terdapat kontribusi sebesar 21,89%. Sedangkan, penelitian yang telah dilaksanakan oleh Jack Suman Rulis Manurung pada tahun 2019 mengenai “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Hasil Shooting Bola Diam Ke Arah Gawang” dijelaskan bahwa besarnya sumbangan yang diberikan kedua variabel, yaitu kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki adalah sebesar 59% terhadap hasil shooting bola diam ke arah gawang.

Dalam buku Football Theory, Jan Tamboer jelaskan untuk menyusun struktur sepakbola yang logis, ada pertanyaan utama yang harus dijawab. Yakni, Apa itu Sepakbola? Sederhana, sepakbola adalah permainan untuk mencari kemenangan. Dimana menurut FIFA Laws of the Game, kemenangan ditentukan dengan cara cetak gol lebih banyak daripada kebobolan (PSSI, 2014).

Di zaman yang modern ini perkembangan sepakbola pun semakin maju. Aspek – aspek penentu prestasi sepakbola bisa dikelompokkan menjadi empat bagian atau pilar, yaitu fisik, teknik, taktik dan mental. Para pemain dituntut untuk mempunyai keempat aspek tersebut. Menurut Timo Scheunemann, tanpa mental yang kuat pemain tidak akan bisa meraih potensi yang sebenarnya. Penjelasan ini didukung juga dengan tujuan utama dari sesi grassroots football adalah bermain sepakbola, belajar dan bergembira. Kuncinya adalah mengajari anak-anak dasar-dasar sepakbola sehingga mereka dapat mengembangkan sendiri kapasitas fisik dan mental melalui permainan (FIFA).

Pengertian tujuan permainan sepakbola untuk mencari kemenangan jangan dicampur adukkan dengan pemain sepakbola usia muda yang tidak mementingkan kemenangan. Betul, pertandingan sepakbola usia muda lebih mengedepankan proses belajar. Meski demikian, secara filosofis hakekat permainan sepakbola usia muda tetap untuk mencari kemenangan (PSSI, 2014).

Dilihat dari pembinaan olahraga yang merupakan sebuah proses yang berkesinambungan dan terpadu, yang memerlukan pengelolaan yang profesional dan dukungan IPTEK yang tepat agar dapat mencapai hasil maksimal. Dalam olahraga IPTEK dikenal dengan *sport science* yang memiliki lima cabang yaitu fisiologi, psikologi, biomekanik, nutrisi dan *sport medicine* (Abidin, 2012).

Melatih mental sangat dibutuhkan oleh atlet, karena faktor mental sangat berpengaruh saat pertandingan maupun saat berlatih, atlet yang memiliki kesiapan mental saat bertanding cenderung akan memiliki ketenangan dalam mengambil keputusan saat dilapangan dan akan tampil lebih baik dan maksimal daripada atlet yang tidak memiliki kesiapan mental.

Aspek psikologi merupakan salah satu area *sport science* dalam pembinaan olahraga di seluruh cabang termasuk sepakbola. Psikologi berhubungan dengan pikiran, perasaan, emosi atlet yang biasanya disebut dengan mental. Area ini berhubungan pula dengan motivasi, kepercayaan diri, emosi yang dapat mempengaruhi performa dan perilaku atlet baik dalam latihan maupun dalam pertandingan. Perkembangan bidang psikologi dalam olahraga prestasi berkembang dengan pesat karena diyakini dapat meningkatkan performa atlet. Bahkan dalam berbagai tulisan psikologi olahraga dikatakan “80% kemenangan atlet ditentukan

olah faktor mental”. Artinya faktor mental memiliki peranan yang sangat penting dalam menentukan prestasi seorang atlet (Abidin, 2012).

Menurut Loehr, terdapat tujuh aspek *mental skills* yaitu :kepercayaan diri, kontrol energy negatif, konsentrasi, kemampuan visualisasi dan imajeri, motivasi, energi positif dan kontrol perilaku. Sedangkan menurut Juriana dalam (Yunita, 2018), *mental skills* tersebut dikelompokkan menjadi 3 yaitu : 1) dominan aspek afektif (kepercayaan diri, energy positif, kontrol energy negatif, dan motivasi); 2) dominan aspek kognitif (konsentrasi, kemampuan visualisasi dan imageri); dan 3) dominan aspek psikomotor (kontrol perilaku). Aspek-aspek *mental skills* berpengaruh terhadap pemain usia muda atau *youth soccer*, karena mereka sedang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan. Aspek *mental skills* yang dimiliki atlet muda berbeda dengan atlet usia lainnya dimana pertumbuhan dan perkembangan terjadi sangat cepat.

Pembinaan pada usia dini akan sangat diperlukan. Menyadari akan hal tersebut, berbagai usaha telah dan sedang dilakukan dengan banyak berdirinya sekolah-sekolah sepak bola yang disebut sebagai Sekolah Sepak Bola (SSB) tumbuh subur diberbagai daerah diseluruh Indonesia. Tujuan dari pendirian SSB adalah sebagai wadah pembinaan, pelatihan dan penempatan pemain sepak bola pemula dan lanjutan, agar bakat, minat, potensi yang ada terus berkembang, diaktualisasi mencapai cita-cita sebagai pemain sepak bola yang handal, baik disaat amatir maupun professional nantinya (Khadianto, 2015).

Gerak yang paling dominan dalam permainan sepak bola adalah menendang bola. Seperti yang diungkapkan Sucipto dan sudradjat, “bahwa: menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepak bola. Menendang bola adalah ciri yang dominan dalam permainan sepak bola”. Menendang dilakukan untuk memberi umpan (passing) dan menembak ke arah gawang (shooting).

Perlu dipahami penguasaan bola bukanlah tujuan, melainkan alat. Tujuan possession adalah untuk ciptakan peluang cetak gol. Untuk itu, meski mengandalkan possession berbasis konstruktif dari lini ke lini, orientasi serangan haruslah progresif ke depan, mengarah ke gawang lawan (PSSI, 2014). Menurut (FIFA) tindakan dengan tujuan untuk mengirim bola masuk ke gawang lawan, ini adalah sebuah rangkuman yang logis, puncak dari sebuah serangan. Ini adalah inti

dari permainan sepakbola. Shooting membutuhkan kualitas teknis (menembak dengan benar, akurasi), kualitas fisik (power, koordinasi, keseimbangan) dan kualitas mental (determinasi, keberanian, kepercayaan diri).

Dalam permainan sepak bola kekuatan otot tungkai adalah komponen yang sangat penting, hal ini merupakan daya penggerak setiap aktifitas fisik. Pemain sepak bola yang tidak memiliki otot tungkai yang kuat akan mengakibatkan aktifitas fisik lemah. Kekuatan memang mempunyai peran yang penting dalam melindungi atlet dari kemungkinan cedera. Dengan kekuatan otot tungkai, atlet dapat berlari cepat, melempar atau menembak bola lebih jauh dan lebih efisien demikian pula dapat memperkuat stabilitas sendi-sendi (Khadianto, 2015). Maka pemain harus mempunyai kekuatan otot tungkai yang baik sehingga dalam melakukan gerakan olahraga khususnya pada teknik menembak bola ke gawang pada permainan sepak bola dapat dilakukan secara efektif dan efisien.

Koordinasi yang diperlukan setiap pemain dalam bermain sepakbola adalah koordinasi antara mata-kaki, karena mata adalah pusat dimana pandangan untuk melihat kondisi di sekitar lapangan serta peranan kaki sebagai pengolah bola (Anwari, 2016). Menyelaraskan antara pandangan mata dan gerakan kaki pada permainan sepakbola yang didominasi dalam penggunaan kaki membuat peranan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki sangat penting.

Mubarok (2016) menyatakan bahwa seorang pemain dalam pertandingan sepak bola sudah dibekali dengan teknik dan mental yang bagus tetapi tidak didukung dengan koordinasi mata-kaki yang bagus maka ketepatan (*accuracy*) bola pun akan berkurang. Barrow and Mc Gee menyatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk memadukan berbagai macam gerakan kedalam satu atau lebih pola gerakan khusus (Suhartoyo et al., 2019).

Dalam penelitian ini peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai, dan *mental skills* terhadap hasil shooting bola diam ke arah gawang. Terutama pada Sekolah Sepak Bola yang ada di Bangka, yaitu SSB 89 Selindung, Bangka. Pada penelitian ini, peneliti berfokus pada atlet U-10 dan U-12. SSB tersebut merupakan salah satu SSB yang mempunyai manajemen yang baik dan juga memiliki anggota yang cukup banyak. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar pengaruh

koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai, dan *mental skills* terhadap keterampilan shooting atlet SSB Bangka.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Karakteristik anak usia 9-10 tahun adalah ingatan visual, koordinasi yang mulai meningkat, kecepatan dan daya tahan yang meningkat, rasa lapar untuk belajar, Semangat tim, Kemampuan diskusi, dan Percaya diri.
2. Karakteristik anak usia 11-12 tahun adalah rasa lapar untuk belajar, koordinasi yang meningkat, perubahan fisik, semangat bersaing, ketegasan, ingatan visual dan suara, semangat tim, perhatian yang meningkat, kemampuan berdiskusi.
3. Tujuan dari didirikannya SSB adalah untuk pembinaan dan juga untuk mencapai prestasi.
4. Aspek – aspek penentu prestasi sepakbola bisa dikelompokkan menjadi empat bagian atau pilar, yaitu fisik, teknik, taktik dan mental.
5. Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepak bola. Menendang bola adalah ciri yang dominan dalam permainan sepak bola.
6. Menurut (FIFA) tindakan dengan tujuan untuk mengirim bola masuk ke gawang lawan, ini adalah sebuah rangkuman yang logis, puncak dari sebuah serangan. Ini adalah inti dari permainan sepakbola.
7. Shooting membutuhkan kualitas teknis (menembak dengan benar, akurasi), kualitas fisik (power, koordinasi, keseimbangan) dan kualitas mental (determinasi, keberanian, kepercayaan diri).

### C. Pembatasan Masalah

Untuk mencegah terjadinya penafsiran yang berbeda-beda kiranya sangat perlu diberikan batasan-batasan, sehingga ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas dan dapat dikontrol. Masalah dalam penelitian ini dibatasi khusus pada pengaruh koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai, dan *mental skills* terhadap keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah tersebut, maka secara operasional penelitian ini meliputi tiga buah variabel bebas, yaitu: (1) Koordinasi Mata-Kaki, (2) Kekuatan Otot Tungkai, (3) *Mental Skills*, serta sebuah variabel terikat, yaitu Keterampilan *Shooting*.

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah yang diajukan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap *mental skills* atlet SSB Bangka?
2. Apakah kekuatan otot tungkai berpengaruh langsung terhadap *mental skills* atlet SSB Bangka?
3. Apakah koordinasi mata-kaki berpengaruh langsung terhadap keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka?
4. Apakah kekuatan otot tungkai berpengaruh langsung terhadap keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka?
5. Apakah *mental skills* berpengaruh langsung terhadap keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka?
6. Apakah koordinasi mata-kaki berpengaruh tidak langsung terhadap keterampilan *shooting* melalui *mental skills* pada atlet SSB Bangka?
7. Apakah kekuatan otot tungkai berpengaruh tidak langsung terhadap keterampilan *shooting* melalui *mental skills* pada atlet SSB Bangka?

## **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Memberikan data ilmiah tentang keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka yang ditinjau dari koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai, dan *mental skills* atlet SSB Bangka.
2. Memberikan informasi bagi pimpinan dan pelatih di lingkungan SSB Bangka terhadap perkembangan keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka.
3. Memberikan motivasi kepada atlet cabang olahraga sepakbola yang ada di Bangka agar dapat meningkatkan keterampilan *shooting* dan latihan yang disiplin.
4. Sebagai bahan referensi guna menambah pengetahuan mengenai keterampilan *shooting* atlet sepakbola yang ditinjau dari koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai, dan *mental skills*.

## **F. State of The Art**

Penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti yaitu dengan menguji coba komponen koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai, dan *mental skills* terhadap keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka. Dengan metode asosiatif menggunakan teknik atau model analisis jalur untuk melihat pengaruh langsung dari komponen koordinasi mata-kaki, kekuatan otot tungkai, dan *mental skills* terhadap keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka dengan subjek penelitian pada atlet cabang olahraga sepakbola yang ada di beberapa SSB Bangka.

Pada penelitian yang dilakukan berbeda dari penelitian lainnya karena peneliti menggabungkan beberapa aspek fisik dengan komponen aspek psikologi olahraga (*mental skills*) untuk mengukur keterampilan *shooting* atlet SSB Bangka. Melihat pengaruh masing-masing variabel terhadap keterampilan *shooting* atlet sepakbola. Penelitian yang akan dilaksanakan peneliti melakukan pembaruan dua instrumen tes, yaitu pada komponen koordinasi mata-kaki dan *mental skills*. Pada komponen koordinasi mata-kaki peneliti memodifikasi dari tes *Mitchell Soccer Test* menjadi *Threebox Wall Soccer Tets* yang dimana atlet harus menendang bola kearah dinding yang sudah dikasih 3 batas kotak selama 45 detik secara bergantian menggunakan satu kaki dengan tujuan mengukur koordinasi mata-kaki atlet. Sedangkan pada

komponen *mental skills* peneliti memodifikasi instrumen angket dari *mental skills Loehr*. Instrumen angket yang sudah ada dipilih beberapa dan disesuaikan dengan kebutuhan dari penelitian yaitu keterampilan *shooting* atlet sepakbola.

Tabel di bawah ini adalah *State Of The Art* penelitian yang menghasilkan penelitian unggulan yang menjadi acuan penelitian.

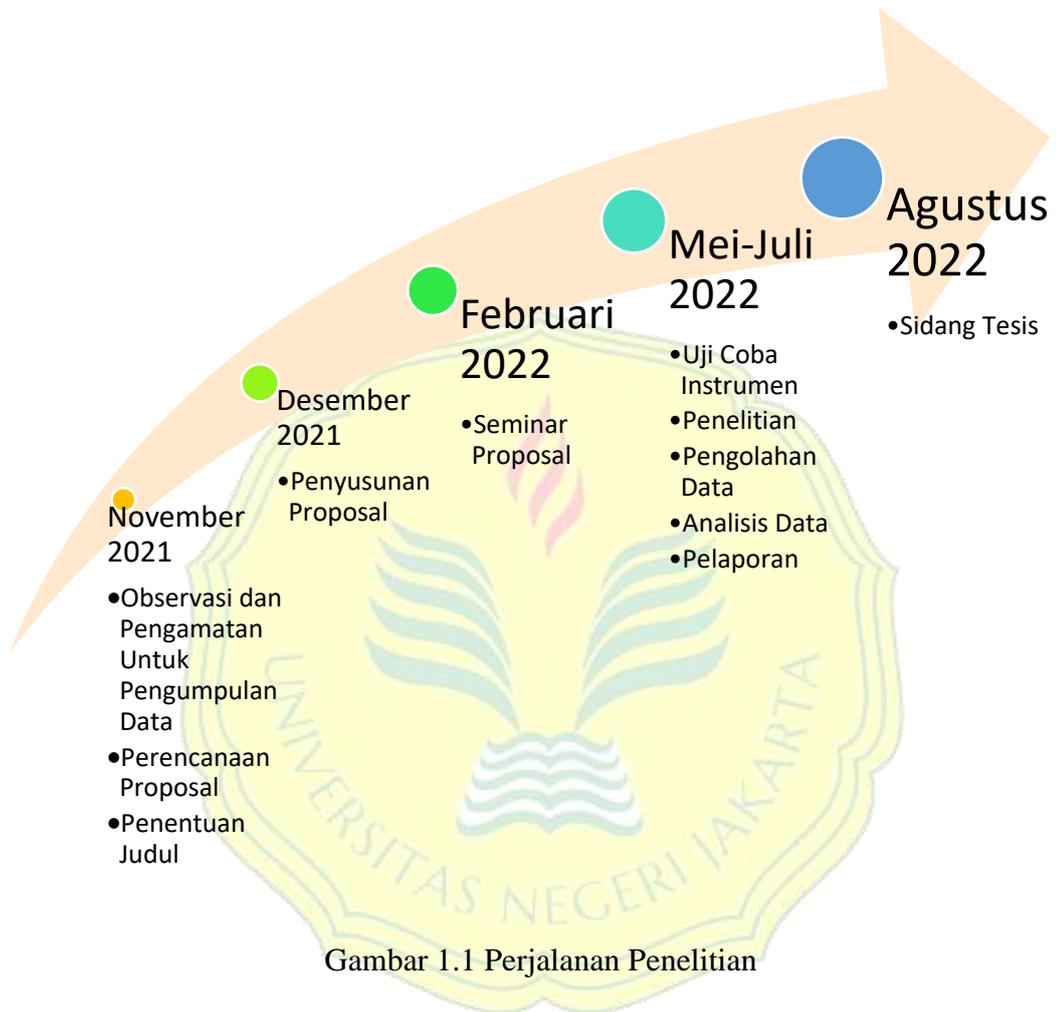
Tabel 1.1 *State Of The Art* Penelitian

<b>Tahun</b>	<b>Nama Penulis &amp; Jurnal</b>	<b>Judul</b>
2019	Zainur, Journal Sport Area	Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi Tendangan Ke Gawang
2019	Tita Rosita, Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan	Pengaruh Keseimbangan, Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Terhadap Ketepatan Shooting Futsal
2019	Jack Suman Rulis Manurung, Jurnal Ilmu Keolahragaan	Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Hasil Shooting Bola Diam Ke Arah Gawang
2020	Nofariza Sulaiman, Journal of Applied Sport Psychology	Mental Toughness in Sports: Level of Mental Toughness among Football Players in Different Position

*Mempercepat dan Memantabatkan Bangsa*

### G. Road Map Penelitian

Penelitian dapat di gambarkan sebagai berikut:



Gambar 1.1 Perjalanan Penelitian

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*