

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam permainan cabang olahraga sepak bola komponen biomotorik sangat penting dimiliki seorang atlet karena untuk menunjang keberhasilan dalam latihan atau bertanding. Dalam sepak bola mengharuskan pemain untuk dapat menguasai biomotor seperti *power*, keseimbangan, koordinasi, kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelincahan. “Biomotor berasal dari kata bio (tubuh) dan motor (gerak) sehingga biomotor merupakan kemampuan tubuh melakukan gerak”. (Bompa, 2015, h.19).

Agar dapat menguasai teknik dasar passing sepak bola seorang atlet harus menguasai komponen – komponen fisik yang bagus dan prima, guna menunjang kemampuan *passing*, agar *passing* dapat dilakukan dengan sesuai harapan. Unsur-unsur kondisi fisik antara lain: Daya tahan, stamina, kelentukan, kelincahan (agilitas), kekuatan, *power*, daya tahan otot, kecepatan dan keseimbangan. Diantara komponen-komponen fisik tersebut ada tiga komponen fisik yang terbesar pengaruhnya bagi seorang atlet yaitu Kecepatan (*Speed*), Daya tahan (*Endurance*), Kekuatan (*Strenght*). Jika seorang atlet telah menguasai tiga komponen fisik tersebut dengan baik, maka komponen-komponen fisik yang lain akan mudah untuk dikuasai. (Harsono, 2015, h.155-223)

Dari segi *endurance* dalam permainan sepak bola sangat penting, karena dari situlah kemampuan untuk mengukur mengetahui daya tahan dalam bermain sepak bola. Dalam hal ini siswa SSB Mutiara Cempaka Utama usia 10 tahun dalam segi *endurance* masih kurang oleh itu karena pemain mudah mengalami kelelahan sehingga dalam melakukan *passing* tidak maksimal baik di latihan maupun pertandingan, sehingga perlu ditingkatkan secara perlahan.

Kemampuan *speed* dan *agility* sudah cukup membaik. Karena dalam *speed* itu sendiri untuk menentukan akselerasi dan kecepatan saat berlari ataupun saat akselerasi dan juga penetrasi. Karena *speed* dalam permainan sepakbola digunakan untuk fase transisi bertahan maupun menyerang. Sedangkan dalam kemampuan *agility* masih perlu dilatih, karena pergerakan atlet dalam menggiring bola ataupun melakukan *passing* masih lambat dan pergerakan tubuhnya belum lentur atau lincah, Maka dari itu kedua komponen biomotor tersebut perlu ditingkatkan agar mendapat kemampuan yang lebih maksimal.

“*Accuracy* dapat diartikan sebagai sebuah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengubah gerak secepat – cepatnya sesuai target atau mengarahkan gerakan ke suatu sasaran sesuai dengan tujuannya”. (Meti dkk, 2017, h.106). *Accuracy* yang dimiliki siswa masih kurang untuk memenuhi kebutuhan *passing* pada Siswa SSB Mutiara Cempaka Utama usia 10 tahun. Akurasi ini sangat penting dalam menciptakan *passing* yang baik

Sepak bola merupakan permainan yang dominan menggunakan Teknik tendangan, tendangan memiliki beberapa cara. Jika dalam tendangan tidak tepat ataupun tidak sesuai dengan Teknik yang benar maka boal yang di dapat tidak bisa mencapai ke target sasaran, permasalahan ini banyak terjadi pada siswa SSB Mutiara Cempaka Utama Usia 10 tahun sehingga dalam melakukan tendangan tidak tercapai dan banyak yang dominan menendang menyeret permukaan tanah atau rangkaian *passing* yang belum baik.

Dalam sepak bola permainan tercipta karena adanya sebuah *passing*. Posisi ayunan kaki untuk melakukan *passing* seharusnya diayunkan dengan kuat, sehingga bola yang diayunkan akan menghasilkan tendangan yang keras. Pada saat pertandingan atau latihan ada banyak moment ketika kaki yang diayunkan tidak menghasilkan *passing* yang keras, pada akhirnya bola yang dialirkan pun tidak sampai ke tujuan.

Pada saat melakukan *passing* banyak kesulitan yang terjadi seperti tidak tepatnya perkenaan pada bola dan posisi tumpuan yang tidak seimbang sehingga mengakibatkan hasil yang kurang baik ketika pemain melakukan hal tersebut, alangkah baiknya memiliki ketenangan dan keseimbangan yang baik, sehingga perkenaan dan keseimbangan pada saat melakukan *passing* bisa dilakukan dengan tepat. Kurang baiknya Teknik dasar pada saat melakukan *passing*, *passing* justru mengarah ke target yang salah karena Teknik dasar yang kurang baik dan keseimbangan serta power yang tidak sesuai sehingga bola yang harusnya lurus menjadi berubah arah.

Passing terisolir merupakan bagian dari latihan terisolasi yang dimana latihan terisolasi adalah rangkaian proses pemain berkomunikasi, ambil keputusan dan eksekusi terpisah. Eksekusi teknik yang seharusnya merupakan eksekusi keputusan hasil komunikasi, kemudian dikerdilkan menjadi sekedar eksekusi gerakan. latihan terisolasi bisa tetap dilakukan pada berbagai kasus khusus. Kasus misalnya untuk pemain pemula. Dimana ia terlalu sulit bila harus berkomunikasi dan ambil keputusan. Pada kasus ini pemain bisa dikenalkan pada eksekusi gerakan saja. (PSSI 2017, h, 57)

Latihan ini dilakukan dalam usia usia tertentu misalnya usia 10 tahun kebawah yang dimana usia ini merupakan usia akar rumput atau dikenal *grassroot* yang dimana usia ini diperlukan Latihan dengan sentuhan dan

pengulangan sebanyak mungkin, Latihan ini di gunakan untuk siswa yang baru masuk dan belajar sepak bola dengan variasi yang lebih mudah sehingga siswa tidak kesulitan saat melakukan Latihan.

Passing dinamis merupakan Latihan dinamis adalah bagian dari latihan holistik yang dimana latihan holistik saling terintegrasi satu sama lain. Dimana setiap latihan sepak bola selalu tercipta rangkaian komunikasi-ambil keputusan-eksekusi. latihan *passing* dinamis merupakan bentuk Latihan yang akan diterapkan untuk meningkatkan kualitas *passing* karena pemain sepak bola membutuhkan latihan dalam situasi dinamis secara berulang-ulang. (PSSI 2017, h, 58)

Passing terisolir merupakan metode latihan dalam sepak bola yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas *passing* dalam permainan sepak bola, selain Latihan yang terisolasi latihan ini juga menekankan Teknik dan juga pengenaaan dalam melakukan *passing*, Latihan ini juga dilakukan dengan pengulangan yang terus menerus sehingga bentuk latihan ini yang akan diterapkan untuk meningkatkan kualitas *passing* siswa SSB Mutiara Cempaka Utama usia 10 tahun

Dari hasil pengamatan yang dilakukan, pada SSB Mutiara Cempaka Utama usia 10 tahun ditemukan fenomena yaitu kurangnya kualitas *passing* dalam melakukan *passing* sepak bola pemain belum bisa melakukan tendangan dengan arah dan kekuatan yang benar Pemain harus memahami bagaimana melakukan rangkaian *passing* yang baik, dan kualitas yang baik penting bagi pemain melakukan *passing* dengan benar. Oleh karena itu Dengan adanya permasalahan ini, maka penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “Perbandingan Antara Latihan *Passing* Terisolir dengan Latihan *Passing*

Dinamis pada Kualitas *Passing* Siswa SSB Mutiara Cempaka Utama Usia 10 Tahun”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, ditemukan beberapa masalah yang dapat diidentifikasi, yaitu sebagai berikut:

1. *Passing* pemain masih kurang baik
2. Keseimbangan untuk melakukan *passing* kurang baik
3. *Power* untuk melakukan *passing* kurang baik
4. Daya tahan untuk melakukan *passing* kurang baik
5. Fokus siswa untuk melakukan *passing* kurang baik
6. Teknik untuk melakukan *passing* kurang baik
7. Akurasi saat melakukan *passing* siswa kurang baik
8. Rangkaian melakukan *passing* siswa kurang baik
9. Model latihan *passing* terisolir tidak cocok untuk siswa baru belajar
10. Model latihan *passing* dinamis tidak cocok untuk siswa yang sudah mahir
11. Variasi Latihan *passing* terisolir terlalu rumit untuk siswa yang baru belajar
12. Variasi Latihan *passing* dinamis terlalu mudah untuk siswa yang mahir

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, peneliti tidak memungkinkan untuk meneliti semua masalah yang ada. Oleh karena itu, peneliti membatasi masalah yang akan diteliti. Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Variable terikat yang akan dikaji adalah kualitas *passing*
2. Variable bebas satu adalah model latihan yang akan digunakan, yaitu *passing* terisolir.
3. Variable bebas dua adalah model latihan yang akan digunakan *passing* dinamis.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka terdapat perumusan masalah, yaitu

1. Apakah terdapat perbedaan hasil *passing* pada pemain setelah diberikan latihan *passing* terisolir?
2. Apakah terdapat perbedaan hasil *passing* pada pemain setelah diberikan latihan menggunakan *passing* dinamis?
3. Apakah terdapat perbedaan hasil *passing*, antara latihan *passing* terisolir dan menggunakan *passing* dinamis?

E. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagaimana cara meningkatkan kualitas *passing* sepak bola
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi contoh bagaimana cara meningkatkan kualitas *passing* sepak bola
 - c. Penelitian ini menjadi sumbangan pemikiran bagaimana cara meningkatkan kualitas *passing* sepak bola

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat dijadikan contoh cara meningkatkan kualitas *passing*
- b. Penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi pelatih untuk meningkatkan kualitas *passing*
- c. Penelitian ini dapat dijadikan ilmu pengetahuan bagaimana cara meningkatkan kualitas *passing*

