

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan moderen sekarang ini olahraga menjadi kebutuhan hidup masyarakat dimana banyak manfaat olahraga yang dirasakan secara langsung oleh pelakunya. Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat berupa permainan, pertandingan dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia yang memiliki ideologi yang seutuhnya dan berkualitas berdasarkan negara atau pancasila. Perkembangan olahraga yang semakin luas menjadi banyak bidang kajian dalam olahraga dimana hal tersebut menjadi sebuah profesi bagi pelakunya. Olahraga prestasi merupakan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional yang memiliki tujuan untuk mendapatkan dan meraih suatu prestasi tertentu. Tujuan dari olahraga prestasi adalah untuk meraih prestasi dari bidang yang dikelompokkan baik di tingkat daerah, nasional dan juga internasional. Beberapa cabang olahraga profesional yang sudah berkembang pesat dewasa ini adalah sepakbola.

Dalam latihan dan pertandingan sepakbola, seorang pemain sepakbola akan menghadapi suatu situasi yang berbeda-beda, maka dari itu pemain harus memiliki keterampilan teknik bagi setiap pemain sepakbola agar dapat mengatasi kondisi tersebut. Teknik dasar yang harus dikuasai dalam sepakbola adalah

menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola, gerak tipu, *tackling*, lemparan kedalam dan teknik menjaga gawang. Mengontrol bola diantaranya adalah menjaga dan melindungi bola dengan kaki untuk terus dibawa kedepan disebut juga menggiring bola (*dribbling*). Tentu teknik-teknik ini harus dikuasai dengan baik sehingga bisa bermain bola dengan baik. Menggiring bola menjadi teknik yang sangat penting dimana menggiring bola adalah membawa bola menghindari hadangan lawan tanpa kehilangan kontrol bola tersebut dari kaki pemain. Untuk menguasai hal tersebut tentu harus latihan dengan keras.

Hasil observasi peneliti yang dilakukan pada SSB Bangun Jaya dan wawancara yang dilakukan terhadap pengurus dan pelatih sekolah sepakbola Bangun Jaya Medan dapat ditarik kesimpulan bahwa latihan *dribble* sepakbola di klub ini masih melakukan latihan yang biasa yaitu melakukan teknik *dribble* bola dengan metode konvensional tanpa ada modifikasi yang berarti atau sebuah sentuhan yang mengubah model latihan tersebut menjadi lebih menarik untuk dilakukan. Latihan dilakukan tanpa mengacu kepada prinsip perkembangan gerak dan juga prinsip dari latihan itu sendiri. Hal tersebut sejalan dengan kemampuan *dribble* sepakbola pemain Sekolah sepakbola Bangun Jaya Medan masih kebanyakan dalam kategori kurang karena permasalahan tersebut perlu diperhatikan program latihan dan juga model latihan yang diberikan terhadap pemain Sekolah Sepakbola Bangun Jaya Medan.

Selanjutnya dilakukan tes untuk mengetahui seberapa besar kebutuhan pemain sekolah sepakbola Bangun Jaya terhadap *dribble* sepakbola. Dari analisis kebutuhan yang telah dilakukan terhadap 20 orang pemain usia 15-17 tahun

diperoleh bahwa 100% pemain tersebut mengatakan bahwa *dribble* perlu dalam permainan sepakbola. 90% mengatakan bahwa mereka mempunyai kemampuan *dribble* yang buruk. 100% mengatakan bahwa *dribble* perlu untuk melarikan merusak pertahanan lawan, dan menciptakan gol. 75% mengatakan bahwa pada saat bermain mereka tidak memilih melakukan *dribble* dengan cepat karena takut salah. 65% pemain mengatakan bahwa mereka pernah mengikuti latihan *dribble* di sekolah sepakbola. 85% mengatakan latihan *dribble* sangat membosankan. 100% mengatakan bahwa setiap pemain perlu untuk menguasai teknik *dribble* dalam permainan sepakbola. 85% pemain mengatakan bahwa mereka tidak pernah mengikuti latihan *dribble* dalam berbagai bentuk variasi. 80% pemain mengatakan bahwa mereka mengalami kesulitan untuk menguasai teknik *dribble* dalam permainan sepakbola. 95% pemain mengatakan bahwa latihan *dribble* adalah hal yang sangat menyenangkan. Dapat disimpulkan bahwa pemain sekolah sepakbola Bangun Jaya sangat membutuhkan latihan *dribble* sepakbola yang menarik atau tidak membosankan sehingga mereka dapat menguasai kemampuan *dribble* sepakbola dengan baik.

Semua pelatih sejak saat ini diharuskan mengembangkan setiap metode latihan dalam olahraga khususnya sepakbola. Melatih tentang sepakbola berlangsung dengan didasari landasan pembinaan yang benar dan dapat dipertanggung jawabkan. Diketahui bersama permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut kemampuan teknik-taktik dan strategi yang baik, kemampuan fisik yang baik juga harus dimiliki dan kemampuan kerja sama tim yang optimal. Tentu pelatih harus mempertimbangkan program latihan yang

berbeda bagi anak-anak, remaja dan juga orang dewasa sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan gerak individu tersebut.

Proses latihan pelaksanaannya melalui latihan yang konvensional dilapangan yang melibatkan unsur fisik, mental intelektual, emosi dan sosial, hal tersebut harus dilatih secara berkesinambungan agar dapat meningkatkan kemampuan bermain sepakbola. Sesuai dengan pendapat Harsono (1998: 87) mengatakan bahwa terdapat 4 aspek yang terpenting dalam *training* ialah (1) *psysical training*, (2) *technichal training*, (3) *tactical training*, (4) *psychological training*. Dalam latihan *physical training* ditujukan untuk meningkatkan kondisi fisik pemain. Dimana latihan ditekankan pada latihan yang meningkatkan kekuatan, daya tahan, kecepatan, koordinasi, kelincahan, dan kelentukan. Latihan *technical training* menekankan pada kemampuan bermain bola seperti *passing*, *shooting*, *heading*, dan *jungling*. Latihan *tactical training* menekankan pada kemampuan menjalankan strategi bermain bertahan dan menyerang yang ditetapkan oleh tim pada hal ini kerjasama tim dan kelompok diperlukan. Latihan *psicological training* adalah menekankan pada bagaimana pemain bisa mengatasi kondisi psikologis pada dirinya seperti pada kecemasan, emosi yang berlebihan dan juga rasa takut karna beban yang tanggung jawab besar untuk memenangkan pertandingan. Maka disinilah pentingnya peran seorang pelatih untuk penyajian latihan atau memebrikan variasi-variasi latihan untuk meningkatkan kualitas pemain dan memberikan motifasi bagi pemain agar agar lebih baik lagi dalam bermain sepakbola.

Latihan menggiring bola selama ini yang dilakukan klub-klub sepakbola atau pun sekolah sepakbola masih konvensional dimana pelatih kurang kreatif dalam membuat pola latihan yang berbeda dan menarik tanpa kehilangan dari tujuan awal dari latihan itu sendiri. Pelatih dituntut untuk mampu mendesain berbagai macam bentuk latihan sehingga latihan menjadi menarik, tidak monoton atau membosankan. Dengan demikian pemain akan lebih senang melakukan latihan tanpa merasa terbebani dengan bentuk –bentuk latihan yang dilakukannya. Untuk itu seorang pelatih perlu untuk melakukan pengembangan-pengembangan model latihan sehingga latihan menjadi lebih bermanfaat bagi pemain. Demikian juga dengan sekolah sepakbola Bangun Jaya dalam melakukan menggiring bola masih memerlukan latihan yang sama yaitu melakukan teknik menggiring bola dengan metode konvensional tanpa ada modifikasi sehingga pada saat latihan banyak pemain yang merasa bosan atau bermain-main pada saat melakukan program latihan yang diberikan pelatih, sehingga mengubah model latihan tersebut menjadi lebih menarik untuk dilakukan. Latihan yang dilakukan tanpa mengacu pada prinsip perkembangan gerak dan juga prinsip dari latihan itu sendiri. Dengan merubah model latihan yang tepat untuk atlet maka latihan akan lebih bermakna dan tujuan latihan akan lebih cepat tercapai. Diharapkan dengan mengubah metode latihan atau dengan menambahkan berbagai variasi-variasi latihan dalam setiap latihan pada usia 15-17 tahun, maka mereka akan secara otomatis berkeinginan besar untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola agar jauh lebih baik dari sebelumnya dan memberikan peningkatan yang begitu pesat.

Sekolah sepakbola merupakan lembaga dan organisasi yang tersusun rapi. Segala kegiatan seharusnya direncanakan dan juga diatur sesuai dengan kurikulum. Untuk menghadapi kemajuan jaman kurikulum selalu diadakan perubahan, perbaikan dan penyempurnaan agar apa yang diberikan disekolah sepakbola terhadap anak didiknya dapat digunakan untuk menghadapi tantangan hidup dimasa sekarang maupun yang akan datang, sehingga sekolah sepakbola bukan hanya untuk tempat berlatih tetapi juga sebagai tempat belajar agar tujuan hidup atau cita-citanya tercapai.

Aspek-aspek kejiwaan pemain seperti sikap, mental, kepribadian, motifasi, konsentrasi, kecemasan dan lain sebagainya, harus mendapat perhatian dari para pelatih olahraga. Sebenarnya faktor psikologis ini memegang peranan penting. Bertitik tolak dari pendapat diatas maka penulis sangat tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul : Pengembangan Variasi Latihan *Speed Dribble Race* dalam Permainan Sepakbola pada Sekolah Sepakbola (SSB) Bangun Jaya Usia 15-17 tahun 2015.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah maka kita dapat menyimpulkan fokus penelitian secara rinci adalah menciptakan pengembangan variasi latihan *Speed Dribble Race* dalam permainan sepakbola pada sekolah sepakbola Bangun Jaya usia 15-17 tahun.

C. Perumusan Masalah

Dari latar belakang masalah dan fokus penelitian masalah dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yang berkaitan dengan variasi latihan dalam sepakbola adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana bentuk latihan yang tidak membosankan bagi pemain pemain sepakbola ?
2. Apakah pengembangan variasi latihan *Speed Dribble Race* dapat membuat pemain tidak bosan dalam melakukan latihan ?
3. Bagaimanakah model pengembangan variasi latihan *Speed Dribble Race*?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian dan rumusan masalah diatas maka kegunaan hasil penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut :

1. Pengembangan variasi latihan *Speed Dribble Race* dalam permainan sepakbola diharapkan sebagai bahan dan informasi bagi para pelatih sekolah sepakbola dalam proses pemberian program latihan guna mencapai hasil yang lebih baik.
2. Pengembangan variasi latihan *Speed Dribble Race* dalam permainan sepakbola semoga berdampak baik pada pemain atau pun siswa sekolah sepakbola.
3. Diharapkan pengembangan variasi latihan *Speed Dribble Race* membuat pemain berkeinginan tinggi untuk berlatih.