

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga secara rohani. Olahraga juga merupakan sebuah aktivitas fisik yang memiliki aspek yang menyeluruh dan pencapaian prestasinya sangat didukung oleh penerapan ilmu dan teknologi yang tepat guna, yang mana tujuan dari berolahraga adalah mencapai prestasi setinggi-tingginya dengan semaksimal mungkin bagi atlet baik secara individu maupun tim. Untuk mendapatkan prestasi di bidang olahraga yang digeluti diharapkan mendapat ilmu pengetahuan dan teknologi yang kegunaannya tepat. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan pembinaan diusia dini baik dari kemampuan teknik, taktik, strategi dan mental serta melalui pendekatan ilmiah.

Setiap cabang olahraga bertujuan untuk mendapatkan prestasi baik itu di level dasar ataupun di level tertinggi. Maka para atlet ataupun tim selalu melakukan persiapan untuk mencapai prestasi tersebut mulai dari melaksanakan program latihan yang ada dan serta mengembangkan model latihan. Dan latihannya disesuaikan dengan cabang olahraga yang digeluti.

Banyak cabang olahraga yang sifatnya kelompok atau tim, ada juga perorangan (*individu*) di cabang olahraga perorangan (*individu*) seperti atletik, renang dan lain-lain, sebagian merupakan cabang olahraga permainan yang

dimainkan lebih dari satu orang atau tim, seperti, Sepakbola, Bola Basket, Bola Voli, Hoki, dan sebagainya.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga populer dan yang paling disukai di hampir seluruh belahan dunia. Sepakbola adalah olahraga yang menggunakan bola besar yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang. Memasuki abad ke-21, olahraga ini telah dimainkan oleh lebih dari 250 juta orang di 200 negara, yang menjadikannya olahraga paling populer di dunia. Sepakbola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit ke gawang lawan. Sepakbola dimainkan dalam lapangan yang berbentuk persegi panjang di atas rumput biasa ataupun rumput sintetis. (http://id.wikipedia.org/wiki/Sepak_bola) Organisasi sepakbola dunia adalah FIFA (*Federation International De Football Association*).

Demikian juga di Indonesia, begitu banyak klub-klub sepakbola mulai dari yang resmi maupun yang tidak mempunyai badan hukum sama sekali, namun itu tidak mengurungkan niat para pecinta sepakbola untuk berkumpul dan membuat tim karena sepakbola merupakan olahraga yang sangat digemari. Bahkan pembinaan sejak dini dilakukan melalui Sekolah Sepakbola atau SSB sudah sangat berkembang. Disana akan diajarkan teknik-teknik dalam bermain sepakbola yang baik dan benar untuk mencapai target-target yang diinginkan pelatih, mulai dari menciptakan pemain professional juga untuk prestasi klub. Indonesia juga memiliki induk organisasi sepakbola di Indonesia adalah Persatuan

Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) yang bertugas mengatur kegiatan olahraga sepakbola di Indonesia.

Keseluruhan cabang olahraga apapun sangat membutuhkan rasio, fisik, dan kreatif yang didasari oleh teknik dasar dari cabang olahraga tersebut. Begitu juga sepakbola membutuhkan kemampuan fisik, rasio, dan kreatifitas dalam melakukannya, diantaranya adalah kemampuan *heading* (sundulan). *Heading* (sundulan) merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang biasa digunakan dalam permainan sepakbola dalam hal mayoritas berebut bola udara. Untuk bermain sepakbola dengan baik maka seorang pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola dengan benar dan tepat. Berikut merupakan teknik-teknik dasar sepakbola yaitu: *dribbling*, *juggling*, *passing*, *throw-in*, *shooting* dan *heading*. Untuk dapat menguasai teknik dasar sepakbola yang baik dan benar, para pemain seharusnya berlatih secara rutin dengan penuh kedisiplinan. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar diharapkan mendapat perhatian serius dari pembinaan dan pelatih sepakbola sejak dini. Pembinaan sepakbola usia dini merupakan tanggung jawab kita bersama, terutama para pengurus dan pembina sepakbola serta para pelatih sepakbola di seluruh Indonesia.

Heading (sundulan) merupakan teknik bermain sepakbola yang menggunakan kepala. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *heading* agar bola tepat sasaran yang dituju adalah perkenaan bola terhadap kepala bagian depan ataupun dahi, posisi badan dan *timing* saat melakukan tolakan. Kekuatan otot leher saat mendorong bola agar tepat menuju sasaran yang

di arahkan tetapi dengan perkenaan bola di kepala bagian depan ataupun dahi, serta akurasi saat melakukan *heading*.

Heading bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang, menghentikan serangan lawan, mengoper atau memberi umpan, mengontrol bola apabila bola berada di udara (duel udara). Selain itu, keseimbangan posisi tubuh dan kecepatan/percepatan gerak juga sangat menentukan hasil teknik *heading* (sundulan) sama pentingnya dengan kondisi fisik dan psikologis atlet.

Banyak ditemukan masalah yang mempengaruhi hasil latihan atlet sepakbola salah satunya adalah gerakan. Gerak yang dilakukan atlet mulai dari tahapan persiapan, pelaksanaannya sampai ke tahap terusan adalah gerakan yang seakan membuat atlet kesulitan dalam melakukan teknik *heading* yang maksimal serta akurat.

Berdasarkan hasil observasi dan anket (analisis kebutuhan) yang disebar pada bulan April 2017 terhadap atlet-atlet yang mengikuti latihan sepakbola di SSB Putra Porsea Tahun 2017 yang lokasi tempat latihan di lapangan sepakbola bukit Parparean, Kecamatan Porsea bahwa materi terhadap perhatian gerak dalam melakukan teknik *heading* (sundulan) adalah sangat diperlukan disaat bermain maupun berlatih, karena poin utama saat melakukan loncatan adalah gerak.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih dan dari pengamatan peneliti, pelatih mengatakan saat atlet melakukan gerakan teknik *Heading* (sundulan), atlet sering kehilangan keseimbangan saat melakukan loncatan maupun berduel di udara serta akurasi yang tidak begitu akurat. Dari pernyataan pelatih di atas, peneliti mencari tahu penyebab dari permasalahan tersebut sehingga peneliti

berinisiatif untuk berdiskusi tentang bagaimana gerakan teknik *heading* (sundulan) yang baik untuk dapat diterapkan kepada para atlet dan pengetahuan tentang gerak motorik . Dari hasil diskusi dengan pelatih dan pengamatan saat berlatih teknik *heading* (sundulan) tersebut dapat dikatakan tidak adanya unsur perhatian terhadap gerak saat pelaksanaan *heading* (sundulan) dan pelatih belum menemukan solusinya. Kesalahan gerak bisa menimbulkan banyak resiko terhadap atlet mulai dari kegagalan kemenangan tim sampai cedera nya atlet.

Dari fakta dan pengamatan di atas, ternyata dugaan peneliti benar adanya, yaitu para atlet belum memahami kesalahan teknik dalam melakukan serta bagaimana gerak *heading* (sundulan) yang baik dan benar. Dengan demikian masalah yang ditemukan adalah para atlet kurang menguasai gerak dari teknik *heading* (sundulan) tersebut dan perlu adanya pengetahuan tentang gerak untuk peningkatan teknik *heading* (sundulan) tersebut.

Di mana dalam pelaksanaan sundulan para pemain keseringan melakukan kesalahan gerak mulai dari persiapan kemudian pelaksanaannya serta gerak lanjutnya yang sering disebut *Followthrough*.

Dari hasil wawancara kepada pelatih maka peneliti akan melakukan pengamatan terhadap atlet dalam melakukan teknik *heading* (sundulan), dari pengamatan disaat atlet melakukan sundulan bola, dimana kebenaran gerak teknik *heading* (sundulan) tersebut dalam kategori kurang disebabkan perkenaan bola yang tidak tepat, posisi badan yang kurang, serta pandangan yang kurang terhadap bola. Hasil analisis kebutuhan yang telah disebar oleh peneliti, yang menunjukkan bahwa perhatian terhadap gerakan teknik *heading* (sundulan) pada atlet SSB Putra

Porsea Tahun 2017 sangat diperlukan. Saat atlet bermain, hampir keseluruhan atlet dalam pelaksanaan teknik *heading* (sundulan) bola masih kurang baik dan jarang digunakan karena ketika bola berada di udara para atlet hanya menunggu bola jatuh dulu ke permukaan lapangan, akurasi dan keseimbangan saat melakukan teknik *heading* atlet pun masih belum kategori baik dalam permainan sepakbola.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa perlu diadakannya analisis gerak teknik *Heading* (sundulan) pada pemain yang mengikuti latihan SSB Putra Porsea Tahun 2017. Hal ini dilakukan karena peneliti menarik kesimpulan bahwa pelaksanaan teknik *heading* SSB Putra Porsea Tahun 2017 masih kurang sempurna terkhususnya diteknik dan gerakan saat pelaksanaannya. Dalam hal ini maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul *Analisis gerak teknik heading dalam cabang olahraga sepakbola pada SSB putra porsea Tahun 2017*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan peneliti di atas maka masalah perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan dari penelitian ini. Maka yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana teknik gerak *heading* (sundulan) dalam permainan sepakbola SSB Putra Porsea Tahun 2017?
2. Apakah atlet SSB Putra Porsea belum memahami dan masih kurang fasih dalam melakukan teknik *heading* (sundulan) yang baik dan benar?

3. Mengapa teknik *heading* sangat diperlukan dalam permainan sepakbola SSB Putra Porsea Tahun 2017 ?
4. Apakah SSB Putra Porsea setiap latihan melakukan gerak teknik *heading* dalam permainan sepakbola ?

C. Batasan Masalah

Agar pembahasan masalah dalam penelitian ini tidak menjadi luas dan menghindari pandangan yang berbeda, maka penelitian ini dibatasi ruang lingkungannya atau juga yang disebut dengan batasan masalah. Penelitian ini akan difokuskan pada analisis gerak tes keterampilan dalam bermain sepakbola, yaitu pada teknik *Heading* (sundulan) yang akan dilakukan pada atlet SSB Putra Porsea Tahun 2017.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang dituliskan di atas maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimana teknik *Heading* (sundulan) yang dilakukan oleh atlet SSB Putra Porsea Tahun 2017 dalam permainan sepakbola?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan masalah yang telah dituliskan, maka tujuan dari penelitian ini adalah, untuk mengetahui gerak teknik *Heading* (sundulan) yang dilakukan oleh atlet SSB Putra Porsea Tahun 2017 dalam permainan sepakbola.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Sebagai bahan masukan bagi pelatih dan pembina atlet dalam menambah wawasan dan mutu mengenai teknik *Heading* (sundulan) pada permainan sepakbola.
2. Sebagai bahan masukan bagi atlet untuk pengetahuan dan keasadaran tentang meningkatkan kemampuan *Heading* (sundulan) serta memahami gerakan yang benar.
3. Sebagai bahan informasi bagi peneliti dalam melakukan penelitian lebih lanjut serta menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam menganalisis teknik *Heading* (sundulan) pada permainan sepakbola.
4. Sebagai referensi dan masukan bagi Civitas Akademik Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan serta sumbangan bagi dunia kepelatihan.

THE
Character Building
UNIVERSITY