BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga secara umum adalah suatu kegiatan yang bisa menyehatkan diri dari dalam maupun luar tubuh atau yang biasa disebut juga dengan sehat jasmani maupun rohani. Olahraga berkembang semakin luas dan menjadikan banyak bidang kajian dalam olahraga dimana hal tersebut menjadi sebuah profesi bagi pelakunya. Olahraga menjadi salah satu kebutuhan masyarakat sekarang ini. Olahraga mengajarkan pada seseorang akan kedisiplinan, jiwa sportivitas, tidak mudah menyerah, mempunyai jiwa kompetitif yang tinggi, semangat bekerja sama, mengerti akan adanya aturan, dan berani mengambil keputusan.

Seiring berkembangnya zaman, olahraga sepak bola menjadi sangat populer. Olahraga sepakbola pun semakin berkembang dengan banyaknya klub – klub sepakbola yang dibentuk. Berdasarkan pernyataan sebelumnya, telah terlihat bahwa olahraga sepak bola telah berhasil menarik perhatian banyak orang di seluruh dunia.

Sepak bola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri atas sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki, tetapi kadang kala menggunakan kepala dan dada. Khususnya untuk penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan dan lengannya didaerah kotak enam belas meter/area pinalti. Dalam permainan sepak bola terdapat beberapa teknik dasar dimana teknik yang

satu dengan yang lainnya sangat erat kaitannya. Adapun teknik dasar yang dimaksud adalah *passing, shooting, dribbling, controlling, dan heading*, untuk memperoleh teknik dasar sepak bola yang baik dan benar diperlukan latihan yang baik, terprogram dan dilakukan dengan rutin dan penuh kedisiplinan.

Di dalam sepak bola faktor teknik merupakan salah satu faktor yang menentukan dalam permainan sepak bola. Ada beberapa teknik dasar sepak bola, salah satunya teknik *shooting*. Menurut Mielke (2007:71) "*Shooting* sangat penting ketika pemain dan bola berada di daerah pinati lawan kecuali jika seorang pemain dihalangi atau dijaga ketat oleh pemain bertahan lawan, tindakan yang tepat di dalam daerah pinalti adalah melakukan *shooting". Shooting* merupakan satu teknik dasar yang harus mendapatkan perhatian yang lebih dari pelatih terhadap pemain. Prinsip dalam sepak bola adalah membuat gol sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mencegah jangan sampai lawan membuat gol ke gawang sendiri. Dalam permainan sepak bola, menendang paling banyak dilakukan pemain jika dibandingkan dengan unsur teknik lainnya. Menendang merupakan salah satu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ketempat lain dengan menggunakan kaki.

Gerakan *shooting* terlihat sangat mudah, akan tetapi jika kita tidak memiliki teknik yang baik maka kita akan kesulitan dalam melakukan *shooting.* Dalam melakukan *shooting* terdapat beberapa teknik dasar yaitu dengan menggunakan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar. Untuk memperoleh teknik *shooting* yang baik maka harus dilakukan latihan yang terprogram. Tanpa ada latihan yang

terprogram dan dimulai sejak dini maka peningkatan hasil *shooting* akan sulit untuk tercapai.

Hasil *shooting* merupakan faktor penentu dalam permainan sepak bola, tidak sedikit tim yang memiliki penyelesaian akhir (*shooting)* yang buruk memperoleh hasil yang tidak bagus. Kurangnya hasil *shooting* dalam pertandingan dikarenakan kurangnya latihan untuk *shooting* pada waktu latihan berlangsung. Hal inilah yang ditemukan pada Sekolah Sepak Bola TGM Medan.

Pada saat peneliti melakukan observasi di Sekolah Sepak Bola TGM Medan selama satu minggu yang dimulai pada tanggal 3 Februari 2020, dari hasil observasi terlihat bahwa hasil *shooting* dari pemain tersebut masih belum maksimal. Setelah itu peneliti melakukan observasi pada saatu pemain melakukan pertandingan, bahwa saat melakukan *shooting* lebih sering melenceng dari pada mengarah ke gawang sehingga tidak terciptanya gol. Pemain selalu terburu-buru dalam melakukan *shooting* sehingga bola sering melenceng ke samping kiri, kanan dan ke atas gawang. Hal ini disebabkan beberapa faktor salah satunya adalah kurangnya tahap latihan yang dikhususkan melatih *shooting* dan latihan yang kurang bervariasi. Hal ini diperkuat lagi dengan diadakannya tes pendahuluan kepada atlet dimana dari hasil tes pendahuluan kemampuan atlet tersebut masih dalam kategori kurang-cukup.

Setelah itu peneliti melakukan wawancara dengan pelatih Sekolah Sepak Bola TGM Medan yaitu Bapak Heryanto, beliau mengatakan bahwa bentuk-bentuk variasi latihan *shooting* yang dilakukan pelatih masih kedikit.

Dari hasil pengamatan dan wawancara penulis diatas, salah satu latihan yang diajukan penulis untuk meningkatkan hasil *shooting* adalah variasi latihan penyerangan menggunakan *inverted winger* terhadap hasil *shooting*. Bentuk latihan ini diharapkan bisa memberikan dampak yang positif terhadap hasil *shooting* dari pemain tersebut. Disebabkan selama ini pelatih kurang menerapkan model latihan variasi *shooting*. Sehingga pada saat bertanding, serta latihan hasil tes kemampuan *shooting* masih rendah.

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, penulis menyimpulkan bahwa perlu diadakan sebuah penelitian ilmiah untuk mencari latihan mana yang lebih efektif untuk hasil *shooting*. Maka penulis melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Variasi Latihan Penyerangan Dengan Menggunakan *Inverted Winger* Terhadap Hasil *Shooting* Permainan Sepak Bola Pada Atlet SSB TGM Medan Tahun 2020".

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah yang di teliti dapat terindentifikasi sebagai berikut:

1.2.1. Bentuk latihan apa saja yang dapat mempengaruhi *shooting* dalam sepak bola?

1.2.2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *shooting* dalam sepak bola?

1.2.3. Apakah variasi latihan penyerangan menggunakan *inverted winger* dapat meningkatkan hasil *shooting* untuk menciptakan gol dalam permainan sepak bola?

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya agar tidak menimbulkan pembahasan masalah yang terlalu luas, maka yang menjadi sasaran penulis yaitu untuk mengetahui pengaruh variasi latihan penyerangan dengan menggunakan *inverted winger* terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola tahun 2020.

1.4. Rumusan Masalah

Dari latar belakang, identifikasi, dan pembatasan masalah, maka yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, Apakah ada pengaruh variasi latihan penyerangan dengan menggunakan *inverted winger* terhadap hasil *shooting* permainan sepak bola pada atlet SSB TGM Medan tahun 2020?

1.5. Tujuan Penelitian

Adapun dari tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk meneliti sejauh mana pengaruh variasi latihan penyerangan dengan menggunakan *inverted winger* terhadap hasil *shooting* permainan sepak bola pada atlet SSB TGM Medan tahun 2020.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini, antara lain:

1.6.1. Kepada pelatih sepak bola dapat menambah ilmu buat variasi latihan yang lebih objektif dan bervariasi dalam proses pemberian program latihan guna menambah kemampuan bermain menyerang dengan menggunakan *inverted winger* dalam sepakbola.

1.6.2. Kepada pemain sepak bola dapat menambah ilmu untuk menambah kemampuan penyerangan dengan menggunakan *inverted winger* yang dikembangkan untuk mencapai strategi penyerangan yang lebih baik.

1.6.3. Kepada peneliti dapat menjadi pilihan yang tepat dalam mengaplikasikan kemampuan dan pengetahuan yang diperoleh selama menjalani perkuliahan serta menambah pengetahuan mengenai variasi latihan penyerangan menggunakan *inverted winger* dalam sepak bola.

1.6.4. Kepada peneliti kedepan seterusnya dapat menjadi referensi dan masukan dalam melakukan penelitian sejenis.