

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sangat baik untuk kesehatan jasmani dan rohani manusia, karena berolahraga dengan tidak melebihi batasan kemampuan dan porsi yang sesuai dapat meningkatkan kebugaran badan. Dan olahraga bisa mengurangi tingkatan stres manusia. Keegoisan yang tergambar pada ruang lingkup manusia, tuntutan kerja, tuntutan zaman dan berbagai tuntutan lain yang memaksa manusia lupa dengan yang namanya berolahraga, padahal aktivitas jasmani atau olahraga pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupannya agar kondisi fisik dan kesehatannya tetap terjaga dengan baik.

Tetapi sekarang ini manusia lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bekerja dan menyelesaikan semua tuntutan-tuntutan hidup yang tidak ada habisnya. Dengan kondisi demikian aktivitas jasmani atau olahraga menjadi sesuatu yang jarang dilakukan, dan hanya bisa dilakukan di waktu luang. Kebutuhan akan kesehatan menjadi salah satu hal yang sangat penting dan berharga dalam kehidupan manusia saat ini. Oleh karena itu, manusia harus membuang semua egonya dan berusaha menjaga kesehatannya dan semua itu dapat di wujudkan dengan aktivitas jasmani atau olahraga. Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga yang paling digemari lapisan-lapisan masyarakat, dari yang tua hingga yang muda mereka memiliki tim dan

pemain favorit sendiri. Ditambah lagi yang sudah terselenggaranya piala dunia pada Juni-Juli 2018 membuktikan bahwa sepak bola adalah olahraga yang memikat pecinta olahraga, dibuktikan dengan besarnya animo masyarakat disetiap negara. Bahkan negara yang dilanda peperanganpun ikut ambil bagian meramaikan pesta empat tahunan ini. Benua biru adalah penyumbang klub favorit juara, dikarenakan liga-liga di Eropa merupakan liga yang sangat sengit, ketat sehingga para pemainnya sudah memiliki mental yang lebih untuk bertanding.

Bermain sepak bola tujuan utamanya adalah untuk menghasilkan kemenangan, dimana kemenangan itu dapat terjadi apabila salah satu tim lebih banyak memasukkan gol ke gawang lawan. Hal itu tidak mudah dicapai karena dalam permainan sepak bola ada penjaga gawang atau sering disebut dengan kiper, yang bertugas untuk mencegah pemain lawan mencetak gol. Oleh karena itu agar bisa memasukkan bola kedalam gawang lawan, kita harus pandai mencari kelemahan dari penjaga gawang. Dan juga untuk bisa mencetak gol harus memiliki *team work* yang bagus, sehingga pemain lawan susah untuk merebut bola.

Sepak bola jenis olahraga permainan yang banyak melibatkan unsur gerak, dalam pembinaannya untuk pemain usia dini, difokuskan pada teknik-teknik dasar (teknik tanpa bola dan teknik dengan bola) karena teknik tanpa bola maupun teknik dengan bola merupakan modal awal yang sangat penting dalam olahraga ini, dengan teknik dasar yang baik maka akan lebih mudah dalam mengembangkan kemampuan individu pemain. Menurut Suwarno (2001:12), teknik tanpa bola adalah cara pemain

menguasai gerak tubuhnya dalam permainan yang terdiri dari gerakan lari, gerakan melompat dan gerak tipu badan, sedangkan teknik dengan bola meliputi: menendang bola, menggiring bola, mengontrol bola, menyundul bola, melempar bola, dan teknik menjaga gawang.

Teknik-teknik dasar sepak bola sangat dibutuhkan dalam permainan sepak bola, berlari untuk mengejar bola, melewati lawan, melompat untuk merebut bola, memenangkan duel udara, umpan digunakan untuk mengembangkan permainan serta membangun kerjasama yang baik antar pemain dalam satu tim, *passing* digunakan untuk menguasai permainan, dan membentuk pola serangan permainan, *dribbling* untuk melewati lawan dan *shooting* digunakan untuk mencetak gol ke gawang lawan, *heading* untuk mencetak gol dan memberikan umpan, mengontrol untuk menguasai bola. Semua teknik tersebut merupakan unsur pokok dalam permainan sepak bola, tetapi masih ada beberapa pemain yang hanya memiliki satu atau dua teknik tersebut.

Permainan sepak bola dimainkan oleh 11 pemain disetiap klubnya, tentu saja mereka memiliki gaya dan karakter yang berbeda-beda. Karena itu perlunya latihan bersama dalam satu materi latihan supaya bisa mempersatukan gaya permainan. Karena keberhasilan dalam pertandingan tetap tergantung dengan kerjasama antar pemain dan *koordinasi* dalam satu tim, dengan tujuan dapat selalu menguasai permainan dan menciptakan kesempatan untuk menghasilkan banyak gol ke gawang lawan. Untuk itu semua pemain harus memiliki kemampuan mengumpan dan menerima bola yang baik serta pergerakan-pergerakan tanpa bola untuk bisa

melakukan kerjasama yang baik dalam satu tim. Kemampuan ini harus saling melengkapi antara pemain yang satu dengan pemain yang lain, karena setiap bola yang diumpun harus diterima dan dikontrol dengan baik pula sehingga permainan bisa berkembang serta menarik dan menghibur untuk ditonton.

Formasi adalah cara penempatan ruang gerak, serta pembagian tugas dari setiap pemain dengan posisi yang ditempatinya. Hal tersebut berlaku saat menyerang dan bertahan dari serangan musuh, dengan sistem ini setiap pemain mengetahui tugas dan posisinya di daerah ruang gerak masing-masing. Dengan adanya formasi maka pola penyerangan dan pertahanan akan terkoordinasi dan kerja sama antar pemain akan lebih terarah. Setiap formasi memiliki ciri-ciri tersendiri dan menuntut kualitas atau kemampuan tingkat pemain yang berbeda. Formasi bersifat dinamis, karena pola formasi bisa berubah-ubah sesuai dengan bagaimana taktik yang dimainkan. Di era modern sekarang tepatnya di negara yang memiliki kualitas sepak bola yang diatas rata-rata banyak pelatih mengembangkan taktik/strategi formasi seperti Spanyol dengan *tiki-taka* dan Belanda dengan total *footballnya*.

Sumatera Utara adalah salah satu provinsi di Indonesia yang sangat menggemari sepak bola. Sepak bola di Sumatera utara sudah berkembang dengan baik, hal tersebut dapat dilihat dengan banyaknya Sekolah Sepak Bola (SSB) yang berdiri, berprestasi dan memiliki cukup banyak peserta pada setiap SSB. Diantara sekian banyak SSB tersebut ada dua SSB yang dijadikan peneliti sebagai tempat untuk melakukan observasi yakni SSB Rajawali pada tanggal 13, 15 dan 18 Febuari 2018 pukul 14:00-17:00 WIB dan SSB PTP pada tanggal 19, 21 dan 23 Febuari 2018

pukul 14:00-17:00 WIB.

Pada saat peneliti melakukan observasi peneliti menemukan dan melihat permasalahan di SSB tersebut yaitu kurangnya kemampuan memperagakan formasi yang diinginkan pelatih. Strategi 4-3-3 yang diterapkan pelatih belum bisa dikoordinasikan dan dimanfaatkan dari setiap lini maupun dari sayap. Beberapa kali mereka menyerang hanya mengandalkan umpan-umpan jauh, mereka menyerang dengan tidak *sistematis*, dalam artian bermain hanya dengan naluri tidak dibarengi dengan kemampuan memahami strategi yang diinginkan pelatih. Di beberapa tempat tersebut saat latihan atlet dinilai kurang antusias dan kurang tertarik dengan metode latihan yang diberikan pelatih sehingga proses latihan tidak maksimal, belum adanya pengembangan variasi latihan yang bisa membuat atlet antusias dalam mengikuti latihan dan bisa memahami taktik formasi 4-3-3. Dimana para pelatih selama ini lebih cenderung melatih dengan materi latihan yang monoton tanpa adanya pengembangan variasi latihan taktik formasi yang mungkin bisa menambah minat dan semangat atlet untuk melatih taktik formasi.

Hasil wawancara dari pelatih "**Latif**" selaku pelatih SSB RAJAWALI, dan "**Haris**" selaku pelatih SSB PTP Mengatakan bahwasannya atlet mereka kurang mampu bermain dengan formasi 4-3-3 karena kurangnya materi-materi latihan tentang formasi 4-3-3 ini, sehingga perlu adanya pengembangan variasi latihan yang baru untuk meningkatkan taktik formasi sehingga formasi 4-3-3 yang diinginkan pelatih bisa terealisasikan.

Hasil dari penyebaran angket juga menguatkan latar belakang masalah pada penelitian ini, dari analisis kebutuhan yang dilakukan di dua SSB diperoleh bahwa 64% mengatakan belum merealisasikan skema formasi, 85% mengatakan mengalami kesulitan dalam melaksanakan formasi 4-3-3, 100% mengatakan taktik formasi diperlukan dalam permainan sepak bola, 100% mengatakan perlu adanya pengembangan variasi taktik formasi. Pentingnya formasi dalam sepak bola, maka perlu upaya peningkatkan taktik formasi 4-3-3 guna menyempurnakan keterampilan yang dimiliki atlet SSB RAJAWALI, SSB PTP sudah baik, tetapi dalam hal taktik dalam formasi, masih kurang mereka cenderung hanya menggunakan insting saja tetapi tidak bisa memahami formasi 4-3-3 yang diinginkan pelatih. Data yang diuraikan diatas dapat dilihat pada lampiran.

Berdasarkan permasalahan dan kejanggalan yang telah dikemukakan diatas peneliti berinisiatif untuk membuat beberapa variasi latihan yang bertujuan untuk melatih taktik formasi 4-3-3 dalam permainan sepak pada atlet-atlet yang masih aktif berlatih di dua SSB yang telah dikemukakan di atas. Peneliti juga sudah melakukan *study literasi* dan jarang menemukan penelitian tentang pengembangan variasi latihan formasi 4-3-3.

Hasil observasi diatas akan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu pengembangan variasi latihan taktik formasi 4-3-3 dan mengadakan sebuah penelitian yang berjudul **"Pengembangan Variasi Latihan Taktik Formasi 4-3-3 Dalam Permainan Sepak Bola Tahun 2018"**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, masalah perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dan dikemukakan dengan beberapa bentuk pertanyaan :

1. Apakah pengembangan variasi latihan taktik formasi 4-3-3 dapat meningkatkan peluang mencetak gol?
2. Apakah ada kesulitan pada atlet dalam merealisasikan formasi 4-3-3?
3. Apakah pengembangan taktik diperlukan dalam melatih formasi 4-3-3?
4. Bagaimana cara melatih taktik dalam formasi 4-3-3?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan indentifikasi masalah yang telah ditulis di atas maka penulis membuat batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas maka penulis berfokus kepada pengembangan variasi latihan taktik formasi 4-3-3 dalam permainan sepak bola.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, indentifikasi yang telah dituliskan diatas, maka peneliti membuat rumusan masalah yaitu bagaimanakah cara mengembangkan variasi latihan taktik formasi 4-3-3?

E. Tujuan Penelitian

Mengembangkan variasi latihan taktik formasi 4-3-3 dan meningkatkan kemampuan untuk merealisasikan formasi 4-3-3.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

1. Memberikan sumbangan pemikiran bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Ke olahraga terutama bagi mahasiswa jurusan PKO.
2. Agar dapat di gunakan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya bagi para pemerhati peningkatan prestasi sepak bola maupun se-profesi dalam membahas peningkatan kemampuan sepak bola.
3. Bahan referensi dalam memberikan materi latihan sepak bola.

Manfaat Praktis

Bagi Pihak Pelatih

1. Agar dapat dijadikan sebagai masukan dalam memberikan materi latihan dalam merealisasikan formasi 4-3-3.
2. Sebagai sumbangan pemikiran untuk menyusun program latihan dalam pembinaan prestasi pada cabang olahraga sepak bola.

Bagi atlet

1. Pembinaan terhadap pemahaman formasi 4-3-3.
2. Diharapkan dapat meningkatkan prestasi atlet pada olahraga sepak bola.