

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola adalah olahraga yang paling banyak dimainkan dan digemari di dunia. Di balik popularitasnya, sepak bola menuntut integrasi kemampuan fisik, kecerdasan taktis, dan keterampilan teknis yang terlatih. Tidak hanya itu, keberhasilan sebuah tim sangat ditentukan oleh seberapa efektif mereka memanfaatkan keterampilan dasar sepak bola dalam konteks permainan yang dinamis. Tanpa penguasaan teknik dasar, strategi permainan yang dibangun akan kehilangan fondasinya, sehingga keberhasilan sulit tercapai. Oleh karena itu, pengembangan teknik dasar menjadi fokus utama dalam pembinaan pemain, khususnya pada level usia dini dan remaja.

Permainan sepakbola memerlukan beberapa teknik dasar yang satu dengan yang lain erat kaitannya. Adapun teknik dasar yang dimaksud adalah *passing*, *dribbling*, *controlling*, dan *shooting*. Untuk memperoleh teknik dasar sepakbola yang baik dan benar, diperlukan latihan yang baik, terprogram, dan dilakukan dengan rutin dan penuh kedisiplinan. Selain itu diperlukan pembinaan, perhatian dan penanganan yang serius untuk mencapai prestasi tertinggi dalam permainan sepakbola baik dari segi fisik, teknik, taktik dan mental (Mahmuddin, 2017).

Dari keseluruhan teknik dasar yang ada di dalam olahraga sepak bola, *passing* atau mengoper bola menempati posisi yang sangat vital. Melalui *passing* yang efektif, pemain dapat menjaga penguasaan bola, membuka ruang serangan, serta menciptakan peluang mencetak gol. Kemampuan *passing* yang baik juga

menjadi indikator kualitas kerja sama antar pemain. Dalam sepak bola modern yang menuntut ritme permainan cepat dan presisi tinggi, kemampuan melakukan *passing* secara akurat dan dalam waktu singkat menjadi hal mutlak yang harus dimiliki oleh setiap pemain di semua lini (England Football, 2023).

Dalam permainan sepak bola, *passing* merupakan salah satu teknik dasar yang sangat fundamental. *Passing* didefinisikan sebagai tindakan mengoper bola dari satu pemain ke pemain lain dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola, mengatur arah serangan, atau menciptakan ruang di lapangan. Teknik *passing* yang efektif memerlukan akurasi, *timing*, dan kontrol yang baik. Salah satu variasi *passing* yang paling banyak digunakan dan sangat penting adalah *passing* dengan kaki bagian dalam (*inside-foot pass* atau *side-foot pass*). Teknik ini sering disebut *side-foot pass* karena permukaan dalam kaki digunakan untuk mendorong bola ke rekan secara halus dan tertata, bukan dengan pukulan keras. Teknik ini umumnya diperkenalkan terlebih dahulu dalam pembelajaran *passing* karena permukaannya yang luas memungkinkan kontrol dan akurasi lebih tinggi dibandingkan teknik lainnya (<https://coachingamericansoccer.com/>).

Penggunaan kaki bagian dalam memiliki keunggulan utama dalam konteks *passing* pendek hingga menengah, di mana akurasi lebih diutamakan ketimbang kekuatan. Permukaan dalam kaki memberikan area kontak yang lebih lebar, sehingga bola dapat diarahkan dengan lebih stabil dan terkendali. Dalam panduan teknik sepak bola, teknik *passing* menggunakan kaki bagian dalam sering dijabarkan sebagai metode dasar yang harus dikuasai terlebih dahulu sebelum mempelajari teknik *passing* yang kompleks (<https://learn.englishfootball.com/>).

Pentingnya penguasaan *passing* kaki bagian dalam tidak dapat diremehkan dalam konteks permainan modern. *Passing* dengan teknik ini memungkinkan pemain menjaga tempo permainan, meminimalkan kesalahan umpan, serta mempercepat aliran bola di antara lini. Dalam situasi tekanan tinggi atau jarak operan pendek, pemain yang mampu melakukan *passing* dengan kaki bagian dalam secara konsisten memiliki keunggulan taktis dalam mempertahankan penguasaan dan menciptakan peluang serangan. Hal ini menunjukkan bahwa model latihan yang secara khusus mengasah teknik *passing* kaki bagian dalam sangat diperlukan dalam pembinaan pemain, agar mereka tidak hanya mampu menguasai teknik dasar, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kondisi permainan nyata.

Namun fakta di lapangan menunjukkan hasil yang berbeda, berdasarkan hasil penyebaran angket analisis kebutuhan kepada para pemain di SSB Porkam DS, ditemukan beberapa permasalahan utama terkait keterampilan *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Berdasarkan jawaban angket dari 15 anak di SSB tersebut, menunjukkan bahwa 100% (15 anak) mengakui bahwa *passing* merupakan keterampilan dasar yang sangat penting dalam permainan sepak bola, namun ada 66,66% (10 anak) yang mengatakan masih mengalami kesulitan dalam melakukan *passing* dengan teknik kaki bagian dalam secara konsisten. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan nyata akan model latihan yang lebih terarah dan bervariasi.

Selain itu, 80% (12 anak) menilai bahwa latihan *passing* yang selama ini dilakukan cenderung monoton dan kurang bervariasi. Mereka merasa latihan

konvensional lebih berfokus pada pengulangan teknik dasar tanpa variasi permainan yang menantang, sehingga proses latihan kurang menyenangkan. Dengan kondisi tersebut, seluruh pemain (100% anak) menyatakan membutuhkan variasi latihan yang lebih menarik, menyenangkan, dan mendekati situasi permainan sebenarnya.

Selanjutnya, observasi awal dilakukan oleh peneliti di SSB Predator diperoleh informasi bahwa terdapat permasalahan atlet SSB Predator dalam melakukan teknik dasar *passing*, dari beberapa pertandingan yang dilakukan oleh SSB Predator terlihat sebagian besar pemain masih menghadapi kendala seperti rendahnya akurasi operan, kecepatan bola yang kurang stabil, serta kesulitan dalam mengatur *timing* saat memberikan umpan kepada rekan setim. Beberapa pemain tampak sering kehilangan kontrol arah bola sehingga operan tidak sampai ke sasaran yang dituju. Kondisi tersebut berdampak pada jalannya permainan, di mana aliran bola kerap terputus akibat kesalahan *passing* sederhana, sehingga menghambat efektivitas serangan tim.

Kemudian, hasil wawancara peneliti dengan pelatih SSB Tombak Sakti memperoleh informasi bahwa sebagian besar pemain masih menghadapi kendala serius dalam menguasai teknik *passing*, khususnya *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Pelatih menyampaikan bahwa kesalahan yang sering terjadi yaitu bola tidak sampai ke sasaran, kekuatan operan tidak seimbang, serta kesulitan dalam mengatur tempo permainan melalui *passing* pendek. Pelatih juga menambahkan bahwa variasi latihan yang dilakukan selama ini cenderung berulang (konvensional) dan tidak pernah menerapkan dalam konteks permainan

nyata. Akibatnya, kualitas *passing* para pemain belum berkembang secara optimal, yang terlihat dari sering terputusnya aliran bola saat pertandingan maupun latihan internal.

Salah satu dampak dari metode latihan konvensional adalah rendahnya motivasi berlatih pemain. Mereka hanya menghafal gerakan, bukan memahami mengapa dan bagaimana gerakan itu dilakukan dalam konteks permainan. Akibatnya, teknik *passing* yang dipelajari tidak mudah diaplikasikan dalam pertandingan sebenarnya. Dalam jangka panjang, model latihan seperti ini akan menghambat perkembangan kemampuan bermain yang utuh, baik dari aspek teknis, taktis, maupun mental pemain (Uluc & Demirel, 2020).

Sebagai respons terhadap keterbatasan metode konvensional, pendekatan latihan berbasis *small-sided games* (SSG) mulai menjadi tren dalam pelatihan sepak bola modern. *Small-sided games* merupakan bentuk permainan kecil dengan jumlah pemain lebih sedikit, ukuran lapangan yang lebih kecil, serta aturan yang disesuaikan untuk mencapai tujuan latihan tertentu. Pendekatan ini memberikan pengalaman bermain yang lebih realistis, intensif, dan kontekstual bagi pemain, dibandingkan latihan berbasis *drill* biasa.

Small sided games adalah bentuk latihan yang dibuat dalam bentuk permainan sepak bola dimana ukuran lapangannya diperkecil yang mengakibatkan lebih banyak sentuhan terhadap bola, dalam latihan ini ukuran lapangan yang digunakan menyesuaikan kondisi jumlah pemain. Untuk membatasi area (daerah) bisa digunakan sebuah pembatas (*cones*) sebagai tanda atau media yang menentukan besar-kecilnya ukuran lapangan sesuai kebutuhan daerah latihan

(Randani, 2021).

Menurut (Owen et al., 2022) pemain yang dilatih menggunakan pendekatan *Small-Sided Games* (SSG) menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan teknis seperti *passing* dan *dribbling*, serta aspek pengambilan keputusan dalam permainan. Hal ini menunjukkan bahwa SSG tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga memfasilitasi pemahaman taktis yang lebih baik. Oleh karena itu, SSG menjadi pilihan yang sangat tepat untuk pembinaan pemain usia muda.

Selanjutnya, menurut (Aguiar et al., 2019) menunjukkan bahwa intensitas latihan dalam SSG juga meningkatkan ketahanan fisik, kecepatan berpikir, serta kemampuan koordinatif pemain. Artinya, latihan tidak hanya fokus pada aspek teknis, tetapi juga mendukung perkembangan fisik dan mental pemain secara terpadu. Ini menjadikan *small-sided games* sebagai pendekatan pelatihan yang efisien dan multifungsi.

Dengan demikian, latihan *small-sided games* dapat menjadi alternatif metode untuk mengembangkan variasi latihan *passing* kaki bagian dalam pada pemain sepakbola, pelatih-pelatih lain dapat mengadopsinya ke dalam program pelatihan mereka. Hal ini membuka peluang untuk memperbaiki kualitas pembinaan sepak bola akar rumput di Indonesia secara sistemik dan terstruktur. Dalam era digital saat ini, pengembangan model latihan juga dapat didukung oleh teknologi seperti video analisis dan aplikasi pelatihan. Pemain dapat merekam sesi latihan mereka, lalu mengevaluasi gerakan *passing* yang dilakukan, apakah sudah tepat secara teknis dan taktis.

Beberapa studi terdahulu telah melakukan pengembangan variasi latihan teknik *passing* sebagai upaya memperbaiki kualitas *passing* pemain sepak bola. Penelitian (Detu, 2024) mengembangkan model latihan *passing* untuk pemain sepak bola usia U-17 menggunakan metode penelitian dan pengembangan (R&D), menghasilkan 25 varian latihan *passing* yang dinyatakan valid oleh para ahli dan praktisi. Penelitian ini menunjukkan bahwa model pelatihan yang terstruktur dan disesuaikan dengan karakteristik pemain mampu meningkatkan efisiensi pembelajaran teknik *passing*.

Selain itu, penelitian terbaru dari (Carlsson et al., 2025) membandingkan latihan *passing* konvensional dengan *Small-Sided Games* pada pemain muda, dan hasilnya menunjukkan bahwa latihan *passing* konvensional menghasilkan peningkatan akurasi yang lebih tinggi, meskipun *Small-Sided Games* tetap memberikan kontribusi positif terhadap pengembangan keterampilan *passing* dalam situasi permainan nyata. Ini membuktikan bahwa perlunya inovasi atau pengembangan latihan *passing* sepak bola dengan *Small-Sided Games*.

Dari rangkaian studi relevan di atas, dapat dilihat bahwa meskipun sudah banyak penelitian pengembangan variasi latihan *passing*, belum banyak yang secara spesifik menggabungkan variabel kaki bagian dalam dan menyusun variasi *passing* berbasis *Small-Sided Games* (SSG) secara sistematis sesuai kebutuhan pemain di konteks SSB di Indonesia.

Keterbaruan penelitian ini terletak pada fokus pengembangan variasi latihan *passing* menggunakan kaki bagian dalam yang dikemas dalam format *Small-Sided Games* (SSG). Penelitian terdahulu banyak membahas efektivitas SSG terhadap

peningkatan keterampilan teknis pemain secara umum, namun belum banyak yang secara khusus menekankan pada keterampilan *passing* dengan kaki bagian dalam sebagai teknik dasar yang paling sering digunakan dalam permainan sepak bola. Penelitian ini menghadirkan model variasi latihan yang lebih sistematis, dengan memodifikasi bentuk SSG agar sesuai dengan kebutuhan teknik *passing* kaki bagian dalam, sekaligus menekankan aspek motivasional dan keterlibatan pemain selama proses latihan. Dengan demikian, penelitian ini tidak sekadar merancang bentuk SSG, tetapi juga menghadirkan pembaruan berupa desain variasi latihan yang lebih terarah dan kontekstual.

Berdasarkan uraian permasalahan dan pentingnya teknik *passing* dalam sepak bola di tingkat usia dini, serta tingginya kebutuhan akan model pelatihan yang variatif, kontekstual, dan teruji, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengembangan Variasi Latihan *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Pemain Sepak Bola Berbasis *Small-Sided Games*”**.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti menetapkan fokus penelitian ini yaitu Pengembangan Variasi Latihan *Passing* Sepak Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Berbasis *Small-Sided Games* Pada Atlet SSB Usia 8-11 Tahun di Kabupaten Deli Serdang.

1.3 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana hasil pengembangan variasi latihan *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada pemain sepak bola berbasis *small-sided games*?
2. Bagaimana kelayakan variasi latihan *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada pemain sepak bola berbasis *small-sided games*?

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengembangkan variasi latihan *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada pemain sepak bola berbasis *small-sided games*.
2. Untuk menganalisis kelayakan variasi latihan *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada pemain sepak bola berbasis *small-sided games* yang dihasilkan.

1.5 Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi para pelatih SSB maupun atlet sepak bola dalam memelihara dan meningkatkan kemampuan *passing* sepak bola. Berikut adalah kegunaan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi Peneliti

Menjadi sarana pengembangan keilmuan dan praktik dalam bidang pelatihan olahraga, khususnya dalam hal desain dan evaluasi model latihan teknik dasar sepak bola berbasis pendekatan kontekstual.

2. Bagi Sekolah Sepak Bola (SSB)

Memberikan alternatif model latihan yang lebih bervariasi, menyenangkan, dan efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik *passing* pemain, serta

menjadi acuan pengembangan kurikulum latihan berbasis game.

3. Bagi Pelatih

Menjadi bahan referensi dan sumber inovasi dalam merancang latihan teknik dasar, sehingga dapat diterapkan sesuai kebutuhan pemain dan memperkuat proses pembinaan usia dini yang lebih modern dan sistematis.

4. Bagi Dosen dan Akademisi

Memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmiah di bidang pendidikan jasmani dan pelatihan olahraga, serta menjadi referensi dalam pembelajaran maupun penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pendekatan *small-sided games*.

