

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sekarang ini telah menjadi kebutuhan setiap individu, karena melakukan kegiatan olahraga yang baik dan benar serta berkesinambungan dapat meningkatkan derajat kebugaran jasmani. Hal ini dapat kita lihat dari antusias masyarakat disetiap kegiatan-kegiatan olahraga. Olahraga kini telah berkembang menjadi satu fenomena yang meliputi seluruh lapisan masyarakat dunia. Melalui olahraga ambisi dan prestasi pribadi maupun bangsa dapat terangkat ketempat yang terhormat. Melalui olahraga juga hubungan baik antar bangsa dapat terjalin. Olahraga bermula dari adanya kebutuhan dan dorongan dalam diri manusia untuk melakukan aktifitas fisik, mengembangkan kemampuan fungsional, keterampilan dan kecepatan organ tubuh salah satunya adalah cabang olahraga sepakbola.

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer hampir diseluruh belahan dunia, demikian juga di Indonesia, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling digemari masyarakat dengan semua kalangan usia. Hal ini dilihat dari banyaknya berdirinya klub-klub dan sekolah-sekolah sepakbola. Perkembangan sepakbola juga didukung dengan adanya pertandingan antara klub melawan klub, kampung melawan kampung, dan juga pertandingan untuk kelompok usia.

Dalam permainan sepakbola, teknik dasar merupakan salah satu faktor pendukung yang sangat penting. Kemampuan seseorang dalam bermain sepakbola

sangat dipengaruhi oleh teknik dasar yang dimilikinya. Apabila seorang pemain mempunyai kondisi fisik yang sangat baik dan mempunyai mental yang kuat tetapi tidak memiliki teknik dasar yang baik maka hal tersebut akan sia-sia. Teknik dasar dapat di peroleh setelah melakukan latihan yang cukup lama dan rutin dilaksanakan. Menurut Sucipto dkk (2000 ; 17) mengemukakan bahwa “ Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan kedalam (*throw in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*)”. Hal-hal tersebut umumnya harus dikuasai oleh para pemain agar dapat memainkan bola dengan baik dan benar.

Heading (menyundul) adalah salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola. Teknik ini dilakukan menggunakan bagian tubuh yaitu kepala yang dapat dilakukan untuk mengoper, mengontrol bola, membuang bola/mematahkan serangan lawan dan untuk mencetak gol. *Heading* sangat cocok digunakan untuk menghadapi lawan yang mempunyai postur tubuh yang lebih pendek karena mereka akan sulit dalam melakukan duel-duel di udara sehingga umpan-umpan lambung sangat efektif digunakan, sebagai contoh bisa kita lihat diperempat final liga *champions* Bayern Munchen melawan Barcelona dileg pertama pada tanggal 24 April 2013 dini hari dengan *scor* 4-0 atas keunggulan Bayern Munchen.

Heading (menyundul) pada umumnya dapat dilakukan dengan berbagai posisi, sesuai dengan bola yang di umpan yaitu: berdiri, melompat dan menjatuhkan badan. Menurut Danny Mielke (2007 ; 49) mengemukakan bahwa “ Para pemain biasa melakukan *heading* ketika sedang melompat, melompat ke depan,

menjatuhkan diri, atau tetap diam dan mengarahkan bola dengan tajam ke gawang atau teman satu tim”.

Banyak bentuk latihan yang dapat digunakan dalam meningkatkan kemampuan *heading*. Para pelatih seharusnya dapat menggunakan imajinasi mereka dalam memberikan variasi-variasi bentuk latihan pada atlet-atletnya, sehingga atlet tidak merasa jenuh dan bosan pada saat melakukan latihan. Selanjutnya Lenox (2006 ; 68) mengemukakan bahwa “ Karena *heading* adalah kemampuan gerak yang lengkap, maka pelatih harus menggunakan taktik yang baik dalam proses latihannya. Dalam beberapa variasi-variasi bentuk latihan *heading* yang ada dalam penelitian ini peneliti memilih bentuk latihan yang digunakan adalah menyundul dengan duduk dan berlutut, menyundul bola sambil berdiri, menyundul bola ke gawang.

Dari pendapat-pendapat para ahli di atas peneliti menyimpulkan bahwa menguasai teknik dasar sepakbola dengan baik dan benar, para pemain sebaiknya 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 diseluruh Indonesia.

Banyak Sekolah Sepakbola (SSB) yang berdiri di daerah Sumatra Utara salah satu diantaranya adalah SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP), yang memiliki prestasi yang cukup bagus dalam hal pembinaan atlet sepakbola dari usia pemula hingga remaja. SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP) berdiri pada

tanggal 17 Mei 2012 yang berada dalam naungan PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) yaitu badan organisasi sepakbola terbesar di Indonesia yang bertujuan untuk mencari dan membina bibit-bibit pemain sepakbola yang handal khususnya generasi muda dan pemula. SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP) yang bersekretariat di Jl. Beringin IX Pasar VII Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan dengan ketua umumnya adalah bapak Drs. Ahmad Haris M.Pd dan pelatih adalah Imran Rusdi S.Pd dan Syahrudin S,Pd. SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP) merupakan salah satu klub yang pernah menjuari, antara lain: juara 1 piala ramadhan cup pada tahun 2012, juara 1 piala baharudin muhammadiyah 3 tanjung sari pada tahun 2012, juara 1 festival di tanjung sari pada tahun 2013.

SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP) yang terletak di Tembung banyak melahirkan pemain yang handal dan berkualitas. Tetapi dengan prestasi itu peneliti melihat masih ada kelemahan yang dialami SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP) khususnya pada atlet usia 16-17 tahun, yaitu mengenai teknik dasar *heading*, kemampuan dasar Heading SSB tersebut Rendah, hal ini dikarenakan masih banyak atlit yang tidak bisa menentukan arah bola sehingga arah bola tidak tepat sasaran dan atli juga kurang bisa mengontrol bola dengan kepala dan juga hal ini terlihat pada saat SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP) usia 16-17 tahun saat bertanding. Dalam latihan masih banyak melakukan kesalahan dalam melakukan *heading*. Banyak *heading* yang tidak tepat pada tujuan dan bola terlalu jauh, antara lain : tidak terciptanya gol, bola yang ditujukan kepada kawan satu tim terlalu jauh sehingga kawan satu tim susah menjangkau bola dan mengontrol bola

tersebut. Pada tanggal 07 Maret 2013 peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap pelatih SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP), pelatih menyatakan bahwa : “Masih banyak kekurangan yang dimiliki oleh anak didiknya, salah satunya adalah pada teknik dasar *heading*”. Oleh karena itu peneliti bermaksud untuk memberikan bentuk latihan variasi Menyundul untuk meningkatkan hasil *heading* Pada SSB putra Ramadhan pohan (PTRP). Target latihan adalah baik

Mencermati permasalahan di atas betapa pentingnya kemampuan *heading* dalam permainan sepakbola, untuk itu peneliti tertarik untuk mengadakan suatu penelitian tentang ”Upaya Meningkatkan Hasil *Heading* Melalui Variasi Latihan Menyundul Bola di SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP) Usia 16-17 Tahun.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan, maka diperoleh gambaran tentang permasalahan yang dapat diidentifikasi sebagai berikut : Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *heading* dalam permainan sepakbola? Apakah *heading* dalam permainan sepakbola dapat ditingkatkan? Jika dapat, variasi latihan apa yang tepat untuk meningkatkan keterampilan *heading*? Apakah variasi latihan menyundul bola dapat meningkatkan *heading*?

C. Pembatasan Masalah

Agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan atau menyimpang dari tujuan penelitian maka dibuat pembatasan masalah. Adapun pembatasan masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah untuk mencari tahu peningkatan hasil

heading melalui variasi latihan menyundul bola pada atlet usia 16-17 tahun SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP).

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang diteliti adalah : bagaimanakah variasi latihan menyundul bola dapat meningkatkan hasil *heading* pada atlet usia 16-17 tahun SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP).

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah : Untuk meningkatkan hasil *heading* melalui variasi latihan menyundul bola pada atlet usia 16-17 tahun SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP)

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Bagi club, Sebagai masukan untuk mengungkapkan dari sekian banyak masalah dalam pengembangan prestasi olahraga khususnya sepakbola pada atlet SSB Putra Tembung Ramadhan Pohan (PTRP).
2. Bagi pelatih, Sebagai bahan masukan bagi para pelatih, dalam membina para atlet sepakbola mencapai prestasi yang tinggi.
3. Bagi atlit, untuk meingkatkan hasil *heading*
4. Bagi peneliti, Menambah wawasan peneliti dalam menulis suatu karya Ilmiah.
5. Bagi fakultas FIK, Untuk memperkaya ilmu pengetahuan cabang olahraga sepakbola mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.

