

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepakbola merupakan olahraga permainan bola besar. Menurut (Al-Hadiqie, 2013) Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Untuk dapat memainkan permainan ini dengan sempurna maka seorang pemain sepakbola harus menguasai beberapa teknik dasar dalam permainan ini. Teknik tersebut merupakan hal yang mendasar yang harus dikuasai seorang pesepak bola. Dalam permainan sepak bola yang merupakan teknik dasar bermain bola yaitu menendang, menahan, menggiring dan mengoper. Sepakbola benar-benar merupakan permainan beregu, walaupun keahlian individual dapat digunakan untuk saat tertentu, dan juga jarang kita lihat seorang pemain bola menggiring bola sepanjang lapangan dan mencetak gol spektakuler sendiri. Dalam segala hal keberhasilan tim tergantung pada pemain yang bekerja dengan kombinasi kelompok. Untuk menguasai bola dan menciptakan kesempatan mencetak gol ke gawang lawan anggota tim harus meningkatkan kemampuan teknik dan juga fisik.

Pada permainan sepak bola, seorang pemain bukan saja dituntut harus mempunyai fisik, teknik, taktik serta mental yang kuat, akan tetapi setiap pemain juga harus mempunyai keterampilan teknik dasar permainan yang baik dan benar. Passing sebagai salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang dilakukan dengan cara menendang bola ke sasaran yang telah ditentukan, harus

dikuasai oleh seorang pemain, karena keterampilan tersebut (tendangan)

membantu dalam membangun serangan ke arah pertahanan lawan dan sekaligus menciptakan peluang-peluang untuk terjadinya gol. Menendang bola adalah teknik dasar yang sangat penting dan harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Menendang bola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ketempat yang lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki(Marihot et al., 2023).

Kemampuan mengoper atau mengumpan bola yang baik sangat berguna dalam mempertahankan daerah pertahanan dan membangun penyerangan, selain itu mengoper juga membutuhkan teknik yang baik, agar nanti bola tetap dalam penguasaan yang baik pula oleh rekan satu tim. Umpan yang baik akan membawa arah yang terbuka dan dapat mengendalikan permainan saat akan membangun strategi pertahanan maupun penyerangan. Pentingnya teknik *long pass* dalam sepak bola memerlukan beberapa syarat tertentu sebagai dasar dalam melakukan teknik long pass, di antaranya power otot tungkai untuk tenaga supaya bola dapat melambung dan tepat ke arah sasaran yang jauh.

Dalam permainan sepakbola, teknik passing dibagi menjadi dua, yakni *passing* lambung dan *passing* datar (bawah menyusur tanah). Dalam passing, bagian tubuh yang banyak memegang peranan penting salah satunya adalah kaki. (Herwin, 2004) menyatakan bahwa menendang bola atas atau melambung (*long-pass*) sering dilakukan saat terjadi pelanggaran di lapang tengah, umpan bola dari samping (*crossing*), tendangan sudut. Pada permainan sepakbola terdapat berbagai macam bentuk *long pass* dengan ragam kegunaan masing-masing, di antaranya *long pass* melengkung ke dalam, melengkung

keluar, parabol, dan *drive* (datar). *Long pass* melengkung digunakan untuk mengumpansilang untuk mengelabui lawan, bola parabol biasanya penjaga gawang yang melakukan teknik ini, dan untuk *long pass drive* dimanfaatkan dalam mengirim umpan dengan cepat dalam proses serangan balik. Dalam permainan sepakbola untuk bisa menghasilkan tendangan jarak jauh lebih tepat bila menggunakan punggung kaki bagian dalam, karena akan menghasilkan tendangan bola yang semakin jauh, sehingga jarak yang akan ditempuh semakin jauh dan mencapai tujuan.

Dalam permainan sepakbola untuk bisa menghasilkan tendangan jarak jauh lebih tepat bila menggunakan punggung kaki bagian dalam, karena akan menghasilkan tendangan bola yang semakin jauh, sehingga jarak yang akan ditempuh semakin jauh dan mencapai tujuan. (Scheunemann, 2008) menyatakan power training juga perlu sekali dilakukan karena selain akan meningkatkan kerasnya tendangan, power training juga membantu stabilitas tubuh, sehingga tidak mudah limbung saat beradu badan dengan lawan.

SSB Empat Lawang United merupakan salah satu SSB yang beradadi Kabupaten Empat Lawang, SSB Empat Lawang United ini terbilang baru karena berdiri secara resmi dan di kukuhkan oleh ketua umum PSSI Kabupaten Empat Lawang yaitu Endo Gumawan, S.H pada tahun 2023. Namun semenjak berdiri, *club* ini terus aktif melaksanakan latihan rutin yang di laksanakan di lapangan Stadion Mini Kabupaten Empat Lawang yang berada di jalan lintas Provinsi atau jalan poros yang menghubungkan antar kecamatan Tebing Tinggi dan Kecamatan Pendopo. Adapun prestasi yang sudah dicapai yaitu pernah menjuarai turnamen piala

Bupati se kabupaten Empat lawang yaitu juara 1 dalamkelompok umur U13 dan dan juara 2 kelompok umur U15. Walaupun dari prestasiSSB Empat Lawang United sudah cukup bagus namun ada terdapat kekurangan-kekurangan dalam hal teknis didalam permainan tersebutkhususnya pada usiaU15dimanapadalagafinalpermainanmerekakurangmaksimalketikamelakukante knik *long pass*. Sehingga hal ini mempengaruhi hasil dari pertandingan tersebutsehingga SSB Empat Lawang United hanya berhasil memperebut juara 2 dalamlagafinaltersebut.

Berdasarkan hasil observasi penulis pada kegiatan pertandingan SSB EmpatLawangUniteddiKabupatenEmpatLawangtendangan *long pass* siswa SSB Empat Lawang United yang tidak sampai pada tujuan yang diinginkan. Seringkali tendangan *long pass* yang dilakukan hanyasampai setengahdaritujuanyangingindilakukan,hasilnyatendanganyangdilakukandirebutolehlawan.Halterlihatpada saatlatihan game maupun pertandingan yang dimainkan. Jika hal ini tidak diperbaiki, peluang untuk menguasai pertandingan dan memainkan tempo permainan kemungkinan akan menjadi tipis, karena bola yang di umpan tidak sampai atau tidak akurat. Sesuai dengan karakteristik dasar sepak bola dimana teknik dasar yang harus dikuasai yaitu *meliputi passing, dribbling, shooting, heading*. Kemudian juga berdasarkan hasil wawancara pada saat observasi yang telah peneliti lakukan beberapa waktu lampau dengan pelatih SSB Empat Lawang United, yaitu Nirwanto, S.P beliau membenarkan tentang masalah yang sekarang dialami pemainnya. Dari beberapa pertandingan terakhir, Beliau mengatakan bahwa, *passing* yang dilakukan oleh anak didiknya, khususnya *long pass* seringkali tidak

tepat sasaran atau tidak menyampai target. Hal ini menyebabkan rekansatutim yang menerima bolakewalahan. Pada setiap latihan dan pertandingan, masih diperoleh bahwa power otot tungkai anak tidak terlatih sehingga menyebabkan tendangan anak tidak maksimal. Pada saat latihan terdapat anak kurang menguasai teknik tendangan long pass yang baik, perkenaan bola saat menendang long pass adalah menggunakan punggung kaki bagian dalam. Selain itu metode yang digunakan pelatih kurang bervariasi, guna meningkatkan power otot tungkai anak. Pelatih hanya menerapkan latihan dengan melakukan gerak diulang-ulang tanpa adanya menu yang jelas pada program latihan. Apabila ini tidak diatasi, maka akan merugikan bagi tim pada saat pertandingan.

Setiap pemain dalam melakukan *passing* jarak jauh (*long pass*) mempunyai ketepatan yang berbeda-beda, ini terlihat sekali pada saat bermain. Pemain masih menganggap bahwa long pass hanyalah sebuah teknik untuk memindahkan bola ke area lain dan mengirim umpan ke daerah lawan. Akurasi yang rendah mengakibatkan teman sulit untuk mengontrol dan mengarahkan bola. Pada saat latihan, masih dijumpai pelatih dalam memberikan materi *passing* jarak jauh kurang memperhatikan teknik dan ketepatan. Pengamat di lapangan, para pemain yang mengikuti latihan sepak bola belum mempunyai tendangan lambung yang jauh, padahal fungsi tendangan lambung sangat besar manfaatnya, di antaranya menjauhkan dari titik aman (dekat gawang), untuk mencetak gol (*shooting*), dan umpan lambung jarak jauh. Oleh karena itu, perlu diterapkan metode latihan yang tepat untuk meningkatkan ketepatan long pass. Salah satu

metode latihan untuk meningkatkan power tungkai yaitu *Box jump* dan *squat jump*. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan kemampuan *passing* jarak jauh yang dimiliki oleh Pemain SSB Empat Lawang United Kabupaten Empat Lawang.

Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis ingin melakukan penelitian yang diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pelatih dan mempermudah siswa dalam penguasaan keterampilan dasar dalam permainan sepak bola, untuk itu penulis akan melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan *Box Jump* dan *Squat Jump* Terhadap Kemampuan *Passing* Jarak Jauh Sepak Bola Pada Siswa SSB Empat Lawang United di Kabupaten Empat Lawang”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut: Pelatih mengabaikan latihan kekuatan kaki. Pelatih mengabaikan latihan kekuatan power otot tungkai. Pemain belum menguasai teknik dasar tendangan jarak jauh. Kurangnya variasi latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *passing* jarak jauh.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, tidak semua permasalahan dijadikan masalah penelitian oleh peneliti karena terbatasnya waktu, tenaga, biaya dan keterampilan. Penelitian dalam penelitian ini hanya membatasi pada permasalahan tentang pengaruh latihan *box jump* dan *squat jump* terhadap kemampuan *passing* jarak jauh sepak bola pada siswa ssb empat lawang united di kabupaten

empat lawang.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah untuk memberikan arahan yang jelas dalam penelitian ini, maka dirumuskan masalahnya adalah:

1. Adakah pengaruh latihan *boxjump* terhadap kemampuan *passing* jarak jauh sepak bola pada siswa SSB Empat Lawang United di kabupaten Empat Lawang?
2. Adakah pengaruh latihan *squatjump* terhadap kemampuan *passing* jarak jauh sepak bola pada siswa SSB Empat Lawang United di kabupaten Empat Lawang?
3. Adakah perbedaan pengaruh latihan tendangan latihan *boxjump* dan *squatjump* terhadap kemampuan *passing* jarak jauh sepak bola pada siswa SSB Empat Lawang United di kabupaten Empat Lawang?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan penelitian diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *boxjump* terhadap kemampuan *passing* jarak jauh permainan sepak bola pada siswa SSB Empat Lawang United di Kabupaten Empat Lawang?
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *squatjump* terhadap kemampuan *passing* jarak jauh permainan sepak bola pada siswa SSB Empat Lawang

United di Kabupaten Empat Lawang?

3. Untuk mengetahui perbedaan

pengaruh latihan *boxjump* dan *squatjump* Terhadap kemampuan passing jarak jauh Pada Siswa SSB Empat Lawang United di Kabupaten Empat Lawang?

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1) Manfaat Teoretis

- a. Sebagai salah satu referensi, khususnya bagi pelatih sepak bola supaya dapat memberikan tambahan wawasan dan pengetahuan dalam melatih.
- b. Sebagai salah satu bahan informasi sertakajian penelitian selanjutnya khususnya bagi para pemerhati sepak bola maupun se-profesi dalam membahas peningkatan kemampuan tendangan jarak jauh.

2) Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian

ini diharapkan dapat membantu memberikan gambaran mengenai latihan *boxjump* dan *squatjump* terhadap tingkat kemampuan tendangan jarak jauh pemain sepak bola SSB Empat Lawang United, Kabupaten Empat Lawang sehingga dapat dijadikan sebagai pertimbangan atau acuan bagi pembinaan.

