

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Salah satu pondasi penting dalam kehidupan masyarakat Indonesia adalah pendidikan. Generasi muda dapat mengembangkan segala potensi yang dimiliki dengan bekal pendidikan (Barnaman & Priambodo, 2020). Pendidikan Jasmani merupakan suatu alat untuk mencapai prestasi dan tujuan pendidikan, atau suatu proses pendidikan melalui proses adaptasi aktivitas-aktivitas jasmani/*physical activities* seperti motorik tubuh, organ tubuh, *neuromuscular*, *intelektual*, *sosial*, *cultur*, *emosional*, etika, dan pengetahuan sebuah ilmu *Iykrus*, I. (2018). Akan tetapi, tidak semua materi keterampilan olahraga dapat dipraktekkan di sekolah ataupun di luar ruangan tergantung sebuah fasilitas yang ada. Materi yang akan diberikan yaitu Senam Kebugaran Jasmani, di mana Senam Kebugaran Jasmani sangat bermanfaat untuk meningkatkan kebugaran dan kebugaran tubuh peserta didik yang merupakan senam massal yang diwajibkan oleh pemerintah Indonesia, diiringi oleh lagu atau musik atau lagu yang diaransemen ulang atau dengan nada yang sudah di tetukan (Haryanta & Sujatmiko, 2017). Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan bagian dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan melalui kegiatan fisik untuk mengembangkan dan meningkatkan pertumbuhan jasmani baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat, dan juga mengangkat sebuah prestasi, kesehatan keterampilan berfikir positif dan kestabilan emosional melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Yusmar, 2017)

Olahraga adalah aktivitas jasmani yang berbentuk perlombaan, permainan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi”. Sedangkan menurut (Wulandari et al., 2021) Pendidikan Jasmani kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas fisik kesehatan jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran kesehatan jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosional siswa atau atlet. Pengalaman belajar yang disajikan akan membantu sangat siswa untuk memahami mengapa manusia harus bergerak sesuai kebutuhan badan dan bagaimana cara melakukan gerakan yang aman, efisien, dan efektif, yang

akan terhindar dari cedera saat olahraga, Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasman dan kesehatani, tetapi juga banyak mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, pengetahuan, stabilitas emosional diri sendiri, keterampilan sosial, motoric penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olah raga. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, dan juga menjaga emosional penghayatan sebuah nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat dan menjaga kebersihan di antara lingkungan yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang

Pendidikan jasmani merupakan kegiatan interaksi dan sosialisasi dengan kegiatan jasmani, olahraga dan kesehatan guna meningkatkan kebugaran jasmani dan untuk mendapatkan pendidikan seutuhnya dan sebuah Kesehatan jasmani (Suherman, 2018). Pendidikan jasmani merupakan kegiatan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani guna meningkatkan beberapa aspek, yaitu kebugaran, keterampilan gerak, afektif, kognitif, kesehatan berfikir dan kecerdasan emosional pada proses pembelajaran (Kodir, 2019). Pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang dilakukan melalui kegiatan aktivitas jasmani untuk membawa perubahan secara keseluruhan dalam kualitas fisik, mental dan emosional individu (Ramadhan, 2019).

Manusia hidup tidak akan pernah jauh dari kegiatan olahraga. Olahraga khususnya di Negara Indonesia mempunyai peran yang penting dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan modern sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dari kegiatan olahraga baik dari kategori ringan maupun berat saat berolahraga. baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat terutama di olahraga sepak bola yang sangat digemari masyarakat luas. (kutipan jurnal Mikkey Anggara Suganda, Vol. 16 (1). 2017) Di dalam olahraga tergambar aspirasi serta nilai-nilai luhur suatu masyarakat, yang terpantul melalui hasrat mewujudkan diri melalui prestasi olahraga. Kita sering mendengar kata-kata bahwa kemajuan suatu bangsa salah satunya dapat tercermin dari prestasi olahraganya. Harapannya adalah olahraga di Indonesia dapat dijadikan alat pendorong gerakan kemasyarakatan bagi lahirnya insan manusia unggul untuk

mencapai prestasi baik secara fisik, mental, intelektual, sosial, serta mampu membentuk manusia seutuhnya. Jane Ruseski (2014: 396) Olahraga sepak bola ini termasuk olahraga rekreasi maupun olahraga prestasi. Sebagian masyarakat ada yang menggemari sepak bola ini hanya untuk rekreasi mengisi waktu luang bahkan ada yang menggeluti sepak bola yang bertujuan untuk mencapai prestasi. Saat ini aspek positif dari olahraga ditekankan, olahraga menjadi kendaraan yang kuat yang melaluinya. Untuk dapat menggerakkan pembinaan olahraga harus diselenggarakan dengan berbagai cara yang dapat mengikutsertakan atau memberi kesempatan seluas-luasnya kepada masyarakat untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga secara aktif dan konsisten, berkesinambungan, dan penuh kesadaran akan tujuan olahraga yang sebenarnya. Dari hal inilah bahwa dengan melakukan aktifitas fisik atau dengan kita berolahraga akan memberikan kesehatan dan kebugaran berbagai manfaat bagi tubuh kita (Suleyman Yildiz, 2012).

Sepak bola merupakan suatu permainan yang dimainkan dua tim, dimana setiap tim terdiri dari sebelas pemain dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukkan (Mubarok & Mudzakir, 2020). Sepak bola merupakan suatu cabang olahraga beregu, permainan beregu ini pada umumnya dimainkan oleh sebelas orang tiap masing-masing regu atau tim dan beberapa pemain cadangan. Setiap pemain memiliki peran tertentu antara lain penjaga gawang, pemain bawah, tengah dan atas. Dalam waktu 90 menit Tim yang dapat mencetak gol terbanyak maka tim tersebut yang dinyatakan menjadi pemenang (Dhimas et al., 2020). Dalam permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang paling dominan yang di gunakan adalah passing. Passing dalam permainan sepakbola memiliki tujuan yaitu mengoper bola pada teman satu tim agar dapat menciptakan ruang, sehingga pemain dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain bertahan. Didalam permainan sepakbola bahwa kemampuan passing sangatlah penting karena dengan passing yang tepat dan akurat maka dalam mengumpan bola kepada teman akan mudah diterima dan dikuasai, sehingga bola tidak mudah hilang atau direbut lawan. Dengan kemampuan passing yang baik dengan sedikit kesalahan bisa membuat suatu permainan menjadi

semakin menarik untuk ditonton dan juga permainan berjalan dengan lancar. Tetapi masih banyak siswa yang bermain sepak bola selalu melakukan passing tidak akurat

Menurut Nugraha (2013:34) bahwa sepak bola terdiri dari dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 pemain. Karena itu, sebuah tim sepak bola yang sedang bertanding biasa disebut dengan kesebelasan. Di luar jumlah 11 pemain yang sedang bertanding itu masih ada beberapa pemain yang berada di luar lapangan yang disebut sebagai pemain cadangan atau pemain pengganti. Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga bola besar yang di gemari diseluruh dunia apalagi di Indonesia. Cabang permainan sepakbola cukup berkembang pesat termasuk di Indonesia. Namun perkembangan prestasi sepak bola di Indonesia kurang memuaskan, berbagai strategi dan upaya pembinaan yang dapat ditempuh untuk meningkatkan prestasi sepak bola nasional diantaranya melalui penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi, pembibitan usia muda dan pemanduan bakat. Untuk membenahi hal ini yang pertama dilakukan adalah pembinaan prestasi yang dimulai sejak anak-anak yang diharapkan dapat memunculkan bibit-bibit pemain sepak bola yang akan dibina untuk menjadi pemain yang berprestasi. Sehingga akan menjunjung tinggi nama baik Bangsa dan Negara (DwiHartanto,2016:2).

Kegiatan intrakurikuler ataupun ekstrakurikuler merupakan suatu cara untuk mengembangkan pembelajaran sepak bola dalam kurikulum pendidikan jasmani, selain diajarkan teknik dasar dan cara bermain sepak bola, siswa juga bertumbuh kembangkan sikap social dan juga emosional Oleh karena itu, dalam pendidikan jasmani di sekolah sepak bola mempunyai kedudukan yang penting (Qohhar & Pazriansyah, 2019). Bukan hanya teknik dasar bermain sepak bola saja, tetapi masih ada unsur penting lainnya yaitu unsur kemampuan fisik yang harus dimiliki pemain sepak bola dan juga sportifitas tinggi yang terdiri atas kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi dan keseimbangan semua harus dimiliki oleh seseorang atlet sepak bola “Kemampuan motorik yang menunjang terhadap pelaksanaan sepak bola sangat banyak, diantaranya adalah kelincahan (*agility*), koordinasi, kecepatan, dan keseimbangan”. Permainan sepak bola memerlukan kerjasama tim yang baik antar pemain dan juga passing yang akurat, baik disaat penyerangan, disaat bertahan, mengoper bola, menerima bola

untuk mendukung permainan tim. ada beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki seorang pemain sepak bola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*). Dalam permainan sepak bola hampir semua teknik tersebut digunakan selama pertandingan walaupun kadang-kadang teknik tanpa bola atau gerakan tanpa bola memberikan andil yang cukup besar untuk membantu penyerangan dan pertahanan.

Menurut (Tarju, 2017) Ada tiga teknik dasar untuk menendang bola yaitu dengan bagian dalam kaki (*in side – of the foot*), dengan bagian samping luar kaki (*out side – of the foot*), dan dengan kura-kura atau punggung kaki (*instep*)". Menurut Ievoli et al (2021) menganalisa teknik passing memiliki beberapa keuntungan yaitu memberikan cara mudah untuk mendeteksi pola atau ikatan kuat dan lemah antara pemain dan posisi mereka dalam barisan bertahan atau menyerang dapat memberikan bukti yang berguna tentang keterampilan pemain, taktik tim, dan hubungan antar posisi. Passing juga dibagi menjadi 2, passing jarak dekat (*short pass*) dan passing jarak jauh (*long pass*). Menurut (Muhamad Alkhadaf, Diego Syafii, 2019) hampir 80% permainan sepak bola melibatkan dan menggunakan passing, Kemampuan ketepatan dalam melakukan passing sangat diperlukan dalam menjalankan permainan secara tim terutama passing jarak pendek ataupun jarak jauh Menurut Batty (2014:10) menyebutkan bahwa para pemain yang membawa bola dan dekat pada gawang lawan akan terus berusaha mencari teman mainnya pada siswa ia dapat mengoper bola yang sedang dibawanya. Dari kutipan ini jelaslah bahwa kemampuan mengoper bola yang tepat harus dikuasai dengan baik.

Selanjutnya dari sisi latihan, perlu dilakukan dengan menggunakan metode yang sedemikian rupa agar anak tetap bersemangat. Metode latihan yang tepat untuk siswa di smk adalah permainan game , karena masa remaja masih suka yang sifatnya permainan sehingga anak merasa senang sekaligus belajar. Peran guru adalah memanfaatkan sifat kesenangan anak terhadap suatu permainan diwujudkan dalam latihan sepakbola, ini akan menjadi suatu usaha keras seorang guru dalam membuat variasi dalam setiap latihan ke dalam bentuk suatu permainan, guru harus menemukan suatu latihan yang tepat dan sesuai dengan karakteristik anak yang dihadapinya. Karena jika guru melakukan latihan secara monoton, maka siswa akan

mengalami kejenuhan dalam latihan sehingga siswa tidak bersemangat dalam melaksanakan latihan Menurut (Abdurrahman Yusuf Anjani Pjt, 2022) faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan passing yaitu: 1. Tingkat kemampuan bermain sepak bola (*passing*) pada tiap siswa harus memiliki dasar yang baik. 2. Latihan, dengan melakukan Latihan passing secara rutin maka kemampuan bermain sepak bola seperti teknik dasar mengumpan akan meningkat secara bertahap

*Small sided game* (SSG) telah menjadi sebuah metode latihan atau permainan yang berkembang di luaran sana, permainan ini dapat menyajikan situasi permainan yang dapat menggabungkan aspek teknik, taktik, fisik sehingga manfaat dari latihan SSG dapat meningkatkan ketepatan (*accuration*) *passing*". Dan juga membawa aspek lainnya meingkat Menurut (Casamichana, Castellano, & Dellal, 2013), metode latihan dengan (SSG) jelas lebih menguntungkan. Hal ini dikarenakan pemain sejak awal pemanasan dapat langsung disajikan situasi permainan sepak bola yang sesungguhnya. Festiawan (2019) menjelaskan Latihan *small sided game* adalah metode latihan yang memberikan permainan yang sama dengan pertandingan sesungguhnya supaya para pemain dapat meningkatkan aspek taktik, teknik, dan fisik. Sebuah literatur membuktikan bahwasanya dengan memberikan metode latihan *small sided game* dengan melalui pendekatan strategi dan taktik mampu memberikan peningkatan pada teknik dasar passing dalam permainan sepa bola. Peneliti dari Saputra dan muzafir (2019) menunjukkan bahwasanya dengan diberikannya metode latihan *small sided game* dapat mempengaruhi akurasi passing pemain. Sehingga latihan *small sided game* bisa diterapkan kepada para siswa. Hal yang membuat para pemain kurang menguasai teknik dasar passing dikarenakan latihan yang tidak efektif dan tidak menerapkan beberapa model latihan yang dapat meningkatkan teknik dasar passing. Latihan yang tidak efektif dapat menghambat ketrampilan teknik dasar pemain ataupun akan mejadi penurunan dan juga bisa menghambat peningkatan prestasi pada pemain.

*Small Sided Game* merupakan latihan yang menggunakan bola di lapangan, menjadi pendekatan latihan yang lebih menyenangkan bagi siswa ataupun atelet . Oleh karena itu, sebuah bentuk pelatihan terpadu dengan bola, merupakan prioritas pada atlet sepakbola, khususnya dalam pelatihan dasar (Komarudin, 2018: 33).

*Small sided game* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik. Pemain dituntut untuk menghadapi situasi tekanan seolah-olah seperti dalam permainan yang di tekan oleh lawan sesungguhnya namun bedanya lapangnya di perkecil Studi lain mengungkapkan bahwa Latihan *small sided game* yang dilaksanakan sebanyak 3x dalam seminggu secara fisiologis sudah mengalami perubahan yang menetap pada kardiovaskular dan pembesaran otot kaki (López-Fernández, Sánchez-Sánchez, García-Unanue, Hernando, & Gallardo, 2020) Apabila ditinjau dari segi latihannya pemain cenderung harus melakukan passing sebanyak mungkin dengan terarah ataupun sesuai arah target sehingga dapat meningkatkan teknik passing. Pada saat melakukan passing, pemain tidak terlalu terburu-buru harus dalam kondisi tenang sehingga pemain dapat mengatur atau mengukur seberapa pelan atau seberapa keras yang pengaruh pada aliran bola yang tersentuh kaki pada bola untuk di umpan kepada lawan. Pengulangan teknik passing pada *small sided game* dapat merangsang pemain lebih baik dalam melakukan ketepatan passing. Dengan demikian penelitian ini di harapkan dapat menjadi sebuah rujukan atau cara efektif bagi pelatih dalam meningkatkan akurasi passing pemain sepak bola, sehingga harapan sebuah tim untuk menciptakan permainan yang baik dalam sebuah pertandingan dapat terwujud yang nantinya akan membawa tim menjadi juara ataupun sertidaknya meraih kemenangan dengan permainan yang bagus.

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penelitian sebelumnya, maka berikut ini akan dideskripsikan mengenai pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided game* 4 Vs 4 terhadap ketepatan passing sepak bola siswa kelas X SMK SABILUL MUTTAQIN 2023

Ketepatan passing datar tanpa menerapkan permainan *small sided game* 4 Vs 4: Skor pretest ketepatan passing sepak bola tanpa latihan *small sided game* ada 11 siswa dengan skor terendah yaitu 1 (Akurasi buruk) dan ada 5 siswa dengan skor 2 (kurang baik). Sedangkan ada 4 siswa dengan skor 3 (akurasi cukup baik) skor ini ada skor post-test ketepatan passing dasar sepak bola tanpa latihan *small sided game* 4 vs 4.

Bedasarkan hasil data dari tes wawancara melalui angket yang di lakukan guru PJOK SMK SABILUL MUTTAQIN meyakini banyaknya siswa yang memiliki passing yang masih di yang kurang akurat dan juga mengatakan bahwa setiap kali bertanding dan latihan sering kali kehilangan bola, dan kurangnya akurasi di setiap siswa yang membuat permainan tidak maksimal dan selalu kehilangan bola.

Alasan memilih SMK SABILUL MUTTAQIN untuk menjadi tempat observasi karena di sekolah tersebut ada permasalahan, dan juga ingin mengetahui keterampilan siswa Ekstrakurikuler SMK SABILUL MUTTAQIN sebagai sekolah swasta di desa Margoagung kecamatan Sumberrejo kabupaten Bojonegoro, berdasarkan observasi yang peneliti dapat adalah minimnya prestasi dalam kategori olahraga membuat peneliti ingin mengetahui keterampilan siswa di SMK SABILUL MUTTAQIN dan juga ingin meningkatkan keterampilan siswa-siswa tersebut sebagai indikator pencapaian PJOK adalah prestasi

## **1.2 Rumusan Masalah**

“Adakah pengaruh permainan *small sided games* 4 vs 4 terhadap ketepatan *passing* sepak bola siswa Ekstrakurikuler SMK SABILUL MUTTAQIN Tahun 2023”.

## **1.3 Batasan Masalah**

Permasalahan-permasalahan yang telah dikemukakan di atas sesuai dengan kesanggupan peneliti maka penelitian ini hanya akan membahas tentang pengaruh latihan *small sided game* terhadap ketepatan *passing* siswa smk sabilul muttaqin. Dari banyaknya permasalahan yang diidentifikasi, perlu adanya pembatasan masalah sebagai berikut: pengaruh latihan *small side game* 4 vs 4 terhadap ketepatan *passing* sepak bola. Penelitian ini akan dilakukan kepada siswa Ekstrakurikuler SMK SABILUL MUTTAQIN.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui Adakah pengaruh permainan *small sided game* 4 vs 4 terhadap ketepatan *passing* sepak bola siswa Ekstrakurikuler SMK SABILUL MUTTAQIN

## 1.5 Manfaat Penelitian

Di bawah ini terdapat beberapa Manfaat dari pengaruh permainan *small sided game* 4 vs 4 terhadap ketepatan *passing* sepak bola siswa Extrakurikuler SMK SABILUL MUTTAQIN Tahun 2023:

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Adapun manfaat teoritis dari penelitian ini adalah:

- 1.5.1.1 Dapat digunakan sebagai pertimbangan pihak mahasiswa PJKR UNUGIRI dalam melaksanakan penelitian keterampilan *passing* dalam bermain sepak bola.
- 1.5.1.2 Dapat digunakan sebagai referensi penelitian pengaruh latihan *small sided game* terhadap ketepatan *passing* dasar sepak bola.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

- 1.5.2.1 Bagi pelatih dapat digunakan sebagai pedoman untuk meningkatkan keterampilan *passing* sepak bola.
- 1.5.2.2 Bagi pemain dapat digunakan sebagai masukan untuk meningkatkan keterampilan *passing* sepak bola.
- 1.5.2.3 dapat mengetahui pengaruh permainan atau latihan *small sided game* terhadap keterampilan *passing* siswa Extrakurikuler SMK SABILUL MUTTAQIN
- 1.5.2.4 Bagi Guru Dengan adanya penelitian ini dapat Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan guru pembelajaran yang inovatif
- 1.5.2.5 Bagi pembaca Setelah membaca skripsi ini pembaca mendapat wawasan dan ilmu pengetahuan baru terkait sepak bola

## 1.6 Definisi Istilah

**1.6.1** sepak bola : Menurut Nugraha (2013:34) bahwa sepak bola terdiri dari dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 pemain. Karena itu, sebuah tim sepak bola yang sedang bertanding biasa disebut dengan kesebelasan, cara bermain adalah mencetak goal ke gawang lawan sebanyak mungkin.

**1.6.2** Passing : *passing* adalah mengoper bola dengan menggunakan kaki yang sebenarnya. Pada permainan sepak bola dimana pemain

menggunakan kaki mereka untuk mengoper bola ke rekannya untuk mencetak gol dengan mengarahkan bola ke gawang lawan atau untuk membuang bola yang mengarah ke gawang mereka sendiri. (Rahmani, 2014)

### 1.6.3 SSG

: *Small sided games* merupakan salah satu latihan dalam cabang olahraga sepakbola yang menurut makalah yang dikeluarkan oleh *West Contra Costa Youth Soccer League* (WCCYSL) sepak bola adalah bentuk permainan dengan jumlah pemain kurang dari 11 pemain

