

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian. Olahraga adalah serangkaian gerakan yang dilakukan untuk menjaga dan memelihara kebugaran jasmani, rohani dan sosial (Raibowo et al. 2021)

Olahraga yang dilakukan oleh masyarakat disamping untuk memperoleh derajat kesehatan yang baik olahraga juga dapat dilakukan sebagai sarana pencapaian prestasi. Macam-macam olahraga yaitu beladiri, atletik, permainan dan aktifitas air. Beberapa olahraga yang termasuk ke dalam permainan, seperti futsal, bolavoli, sepakbola, bola basket dan olahraga permainan lainnya.

Futsal merupakan olahraga yang mulai banyak diminati oleh masyarakat, karena futsal sangat baik untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran. Olahraga ini yang bisa dikatakan untuk tujuan rekreasi maupun prestasi, seiring dengan kemajuan zaman dan kebutuhan rekreasi pada manusia, olahraga futsal menjadi daya tarik tersendiri karena bisa dilakukan kapan saja dan tidak memerlukan ruangan yang begitu luas. (Heriyanto 2016) Menurut Narti, Aulia (2009) futsal adalah “Permainan bola yang dimainkan oleh dua regu dengan satu regu sebanyak 5 orang. Tujuan permainan ini, sama dengan permainan sepak bola, yaitu memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan” (hlm.2).

Futsal merupakan olahraga permainan yang cukup digemari hampir di seluruh dunia termasuk Indonesia. Permainan futsal berkembang dan masuk ke Indonesia sebenarnya pada sekitar tahun 1998-1999. Lalu pada tahun 2000-an, permainan futsal mulai dikenal masyarakat. Pada saat itulah permainan futsal mulai berkembang dengan maraknya klub futsal di Indonesia. (Heriyanto 2016).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa futsal merupakan olahraga yang populer di kalangan masyarakat Indonesia, terutama di daerah perkotaan, baik untuk kalangan muda maupun dewasa. Futsal dianggap sebagai sumber kesenangan, rekreasi yang sehat, dan konstruktif bagi pemula, amatir, profesional,

serta para pecinta olahraga. Dengan demikian futsal memiliki peran penting dalam mempromosikan gaya hidup sehat dan aktif di kalangan masyarakat.

Peraturan permainan futsal tidak sama dengan peraturan permainan sepak bola biasa, tetapi teknik dan taktik yang dipakai dalam permainan futsal hampir sama dengan teknik dan taktik dalam permainan sepak bola biasa. Oleh karena itu dalam permainan futsal para pemain dituntut mampu melakukan gerak-gerak dasar yang diperlukan dalam permainan tersebut seperti, lari, menendang, melempar, dan sebagainya. Gerak-gerak dasar tersebut jika sering dilakukan dengan teknik yang baik maka akan menjadi suatu gerakan yang refleks, tepat dan benar. Selain itu hal tersebut juga akan meningkatkan kebugaran jasmani pelakunya.

Khususnya untuk olahraga futsal teknik dasar memegang peranan penting dan memang harus dikuasai dengan baik, karena dalam permainan olahraga futsal dituntut untuk tidak berlama-lama saat membawa bola, intensitas cepat dan tinggi, pertahanan yang kuat serta mempunyai pola dan skema penyerangan yang teratur. Dengan karakteristik olahraga futsal tersebut, maka dibutuhkan penguasaan teknik dasar bermain futsal yang sempurna. (Raibowo et al., 2021).

Teknik *shooting* merupakan teknik paling penting dalam permainan futsal, hal ini dikarenakan gol diciptakan dari kemampuan *shooting*, semakin banyak memasukan bola ke gawang lawan, maka kesempatan untuk memenangkan pertandingan semakin besar. Setiap pemain wajib untuk memiliki kemampuan teknik *shooting* yang baik. Teknik dasar merupakan suatu kemampuan dalam memahami gerakan dasar yang berhubungan dengan latihan, pengalaman gerak maupun proses belajar yang dilakukan secara sederhana (Srinivasan, 2017).

Kemampuan *shooting* penting dimiliki pemain karena tidak mungkin bagi pemain untuk mencetak gol tanpa memiliki kemampuan tersebut. Kemenangan sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemain melihat peluang dan melakukan *shooting* kearah target secara tepat. Kemampuan *shooting* dapat didukung dengan awalan pada saat melakukan *shooting* dengan akurasi yang tepat. Seperti contoh pada pemain profesional, pemain futsal yang menguasai teknik *shooting* yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat mencetak goal ke gawang lawan.

Masalah terpenting dalam upaya peningkatan prestasi dalam permainan futsal adalah peningkatan kualitas pemain. Upaya peningkatan kualitas pemain, diperlukan peningkatan kualitas pembinaan dan pelatihan. Selain penguasaan teknik dasar permainan futsal, ada pula penguasaan teknik *shooting* yang perlu diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Salah satu permasalahan yang penting dalam bermain futsal adalah tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar dan akurasi *shooting* bermain futsal. Mengingat pentingnya ketrampilan *shooting* tersebut, maka keterampilan menendang bola ini harus mendapat perhatian yang serius dalam pembinaan prestasi futsal. Setiap pemain futsal perlu dilatih keterampilan *shooting*. Demikian juga pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya, dalam rangka untuk meningkatkan prestasi keterampilan *shooting* para pemainnya harus ditingkatkan. Pelatih harus memberikan latihan *shooting* secara intensif dengan program latihan yang benar.

Pentingnya tendangan *shooting* dalam permainan futsal, maka perlu upaya peningkatan akurasi tendangan *shooting* guna menyempurnakan keterampilan yang dimiliki siswa. Bagi siswa sekolah melakukan *shooting* dengan baik dan tepat pada sasaran bukan merupakan hal yang mudah. Bagi siswa pemula sering kali dalam melakukan *shooting* tidak tepat pada sasaran yang diinginkan, bahkan tidak menutup kemungkinan bola melambung ke atas atau melenceng ke samping. Kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan *shooting* salah satu faktor penyebabnya adalah kurangnya akurasi tendangan *shooting* kearah sasaran gawang. Agar para siswa pemula dapat menguasai teknik *shooting* yang benar dibutuhkan cara belajar yang baik dan tepat. Dalam pelaksanaan latihan akurasi *shooting* dalam permainan futsal perlu diterapkan cara belajar yang tepat agar diperoleh kemampuan akurasi *shooting* yang baik.

Pemberian materi dari pelatih untuk tim dinilai kurang menarik dan kurang optimal. Contohnya pelatih hanya memberikan materi *passing*, kucing-kucingan, satu lawan satu lalu game. Hal itu memberi bukti bahwa latihan yang dilakukan menjadi membosankan. Sehingga pemain kurang termotivasi untuk melakukan latihan. Selain itu, pemberian materi *shooting* sering dikesampingkan oleh pelatih.

Karena *shooting* dianggap tidak terlalu penting dalam permainan futsal. Pada kenyataannya *shooting* yang tepat pada sela-sela pemain bertahan lawan atau tempat yang menyulitkan penjaga gawang untuk meraihnya bola akan menghasilkan sebuah gol untuk timnya. Sehingga ketepatan *shooting* perlu dikembangkan atau ditingkatkan.

Namun untuk terampil bermain futsal maka teknik dasar permainan perlu dikuasai oleh setiap pemain. Tujuan permainan ini yaitu memasukkan bola ke sebanyak banyaknya Seperti halnya dalam permainan sepakbola, tujuan permainan futsal adalah memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan, maka kemampuan dasar yang perlu dikuasai juga oleh seorang pemain futsal yaitu bagaimana melakukan tendangan ke gawang dengan tepat. Dalam melakukan tendangan kearah gawang membutuhkan ketepatan dan ketenangan saat melakukannya agar bola dapat mengenai sasaran dan menghasilkan gol. Didalam permainan futsal tendangan langsung ke arah gawang dengan keras dan tepat adalah salah satu cara yang tepat menghasilkan gol.

Ada banyak bentuk-bentuk latihan yang bisa membuat kemampuan menendang ke gawang meningkat, salah satunya yaitu latihan permainan target. Latihan permainan target ini terdiri dari beberapa bentuk latihan antara lain: *goaling*, *girshoot* (*giring shoot*), *zig zag goal* dan *bolbal shoot*. Selain bertujuan untuk meningkatkan ketepatan *shooting*, bentuk latihan ini salah satu yang digunakan oleh pelatih untuk menghindari terjadinya kejenuhan pada atlet atau siswa dalam latihan dengan bentuk latihan yang relatif sama setiap hari latihan. (Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi 2020).

Pada dasarnya siswa sering melakukan permainan karena bersifat menyenangkan, mudah, menarik, sederhana, dan dapat dilakukan secara sukarela. Dalam penelitian ini bentuk bentuk latihan menendang ke berbagai sasaran dianggap tepat untuk meningkatkan akurasi *shooting*. Bentuk bentuk latihan menendang ke berbagai sasaran, ini merupakan permainan yang bertujuan untuk meningkatkan ketepatan *shooting*, dengan latihan variasi menendang keterampilan seorang pemain tingkat ketepatan *shooting* meningkat, sasaran utama dari setiap serangan adalah mencetak gol. Melihat hasil observasi yang dilakukan pada

ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya, penulis memutuskan untuk melakukan sebuah penelitian tentang peningkatan ketepatan tendangan *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya dengan menendang ke berbagai sasaran.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan banyak ditemui kekurangan khususnya pada latihan *shooting* dalam futsal yang mana siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya saat latihan maupun pertandingan Liga Futsal Pendidikan melawan SMKN 2 Tasikmalaya tidak dapat memanfaatkan peluang karena hasil tendangannya melebar, melambung di atas mistar gawang atau terbentur pemain bertahan lawan, yang mengakibatkan terjadinya serangan balik yang justru menguntungkan lawan, sehingga diakhiri dengan skor SMAN 7 (2) – SMKN 2 (5). Belum adanya pengaruh bentuk bentuk latihan menendang ke berbagai sasaran meningkatkan kemampuan ketepatan *shooting*, dalam permainan futsal, perlu adanya peningkatan ketepatan *shooting* menggunakan bentuk bentuk latihan menendang ke berbagai sasaran pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya.

Berdasarkan uraian-uraian diatas serta membantu meningkatkan ketepatan *shooting* pemain terlebih khusus siswa SMA Negeri 7 Tasikmalaya, serta mencoba menggunakan bentuk latihan permainan target maka penulis tertarik mengangkat topik penelitian tersebut dengan judul “Pengaruh Bentuk Bentuk Latihan terhadap Ketepatan *shooting* dalam Permainan Futsal (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya)”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana diuraikan di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. “Apakah terdapat pengaruh bentuk bentuk latihan (*Goaling, Girshoot, Zig Zag Goal dan Bolbal Shoot*) terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya?”
2. “Apakah terdapat pengaruh yang tidak diberikan bentuk bentuk latihan (*Goaling, Girshoot, Zig Zag Goal dan Bolbal Shoot*) terhadap ketepatan

shooting dalam permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya?”

1.3 Definisi Oprasional

Supaya tidak terjadi kekeliruan atau kesalahan dalam menafsirkan istilah yang digunakan dalam penelitian, maka penulis menguraikan sebagai berikut:

- a. Pengaruh, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) adalah “Daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang” (hlm.849). Yang dimaksud pengaruh dalam penelitian ini adalah daya yang timbul dari bentuk bentuk latihan terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal.
- b. Latihan menurut Harsono (2015) adalah “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm.50). Latihan dalam penelitian ini adalah proses berlatih dengan menggunakan bentuk bentuk latihan terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.
- c. Bentuk latihan *shooting* dalam penelitian ini adalah latihan untuk meningkatkan keterampilan *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya ke berbagai sasaran.
- d. *Shooting* menurut <http://www.kabarsport.com/2016/07/teknik-shooting-6-cara-menendang-bola.html?m=1> adalah “Salah satu teknik dasar bermain dalam futsal dimana seorang pemain melakukan tembakan atau menendang bola dengan keras ke arah gawang lawan untuk mencetak sebuah gol”. *Shooting* dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya menendang bola ke arah gawang lawan yang bertujuan untuk mencetak gol.
- e. Permainan Futsal menurut Irawan, Andri (2009) adalah “Permainan yang mempunyai satu tujuan, yaitu menjadi pemenang dengan cara mencetak gol dengan cara yang sesuai dengan peraturan permainan” (hlm.21). Permainan

futsal dalam penelitian ini adalah permainan beregu yang dimainkan oleh siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya, yang terdiri atas dua regu dan masing-masing regu terdiri atas 5 orang pemain termasuk penjaga gawang dengan tujuan mencetak goal sebanyak-banyaknya.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui model latihan yang tepat sebagai upaya meningkatkan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal. Sedangkan tujuan khususnya adalah untuk menambah wawasan tentang pengaruh bentuk bentuk latihan terhadap peningkatan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya.

1.5 Kegunaan Penelitian

Setiap melakukan kegiatan tentunya diharapkan bermanfaat untuk diri pribadi sendiri maupun orang lain. Begitu pula dalam melakukan penelitian ini penulis berharap hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoritis maupun praktis.

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah bagi pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan ilmu kepelatihan khususnya mengenai bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal.

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pelatih-pelatih futsal, atlet, dan guru-guru penjas tentang efektivitas latihan *shooting* dengan menerapkan bentuk bentuk latihan ke berbagai sasaran dalam meningkatkan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal sehingga menjadikan salah satu acuan dalam melatihnya.