

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga telah menjadikan gejala sosial yang telah tersebar diseluruh dunia. Olahraga telah menjadikan tontonan, pendidikan, mata pencaharian, kesehatan dan kebudayaan. Olahraga dapat digunakan dan diarahkan untuk multi tujuan, sehingga olahraga belum ada kesatuan yang serasi, oleh karena itu olahraga merupakan gerak manusia yang kompleks. Seiring dengan majunya ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap negara di dunia termasuk Indonesia menghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warga negaranya. Bila kesegaran jasmani di Indonesia sudah baik, maka prestasi olahraga disemua cabang tentunya akan jauh lebih baik pula, termasuk cabang olahraga sepakbola..

Permainan sepakbola adalah permainan terpopuler. Tidak hanya di dunia, di Indonesia sepakbola telah merebut hari para pecinta olahraga. Maka dari itu tidak heran jika permainan yang dominan menggunakan kaki ini sering dimainkan oleh anak-anak hingga orang dewasa. Tidak hanya pria, saat ini sepakbola wanita juga sudah mulai populer di Indonesia. Olahraga ini sangat berguna sebagai pendidikan, sarana rekreasi, maupun sebagai tujuan pembentukan prestasi.

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak digemari semua kalangan, mulai usia muda sampai tua. Hal ini terbukti dengan adanya pertandingan sepak bola mulai dari kelompok junior hingga dengan usia

senior, baik di tingkat daerah, nasional, dan internasional. Di Indonesia permainan sepak bola merupakan olahraga masal yang sangat digemari hampir semua lapisan masyarakat, sebagai indikatornya antara lain banyaknya sekolah sepak bola mulai meningkat sehingga banyak orang yang mulai belajar dan memainkannya.

Menurut Nugraha, Cipta Adi (2013:10) sepak bola adalah, “Olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan”. Hal yang paling penting dalam permainan sepak bola adalah memiliki keterampilan gerak untuk memainkan bola. Keberhasilan dalam permainan sepak bola adalah setiap pemain mempunyai *skill* individu yang baik.

Selanjutnya menurut Danurwindo dan Indra Sjafri (2017) “sepakbola adalah olahraga permainan menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim. Umumnya masing-masing tim terdiri dari sebelas orang pemain yang terdiri dari seorang penjaga gawang, 2-4 orang pemain bertahan, 2-4 orang pemain tengah, 1-3 orang pemain penyerang” (hlm.2) daya tarik sepakbola secara umum sebenarnya bukan karena olahraga mudah dimainkan, tetapi salah satu syarat untuk dapat bermain sepakbola yang baik adalah pemain harus menguasai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Teknik dasar sepakbola yang harus dikuasai oleh setiap pemain menurut Danurwindo dan Indra Sjafri, (2017) “ pemain sepakbola didasari atas tiga teknik dasar, yaitu (1). Menggiring bola, (2). Menendang bola, dan (3). Mengontrol bola (menghentikan bola)” (hlm.41).

Pembekalan pengenalan teknik dasar dan keterampilan yang benar harus diberikan kepada siswa dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah agar ada pemacu atau motivasi siswa terhadap keterampilan cabang-cabang olahraga yang dipelajari. Perlu pula diadakan pemanduan bakat siswa terhadap cabang olahraga tertentu yang diharapkan akan ada peningkatan prestasi dan kesegaran jasmani siswa. Hal ini merupakan salah satu mata pelajaran permainan dalam pendidikan jasmani yang diajarkan pada sekolah-sekolah di Indonesia yang bersifat nasional. Dari keterangan di atas bahwa teknik dasar dalam permainan sepak bola merupakan materi yang pertama kali diajarkan kepada pemain sepak bola pemula, sebagai pertimbangan bahwa teknik dasar ini sering digunakan dalam permainan sepak bola yang sesungguhnya. Selain itu, secara psikis dapat melakukan teknik dasar, siswa sudah mendapatkan kesenangan dan kepuasan. Selanjutnya Sudjarwo, Iwan (2015) menjelaskan

Teknik dasar dalam permainan sepakbola pada umumnya terbagi 2 bagian, yaitu: (1) teknik tanpa bola, yang terdiri dari: lari cepat dan berubah arah, melompat dan meloncat, gerak tipu tanpa bola yaitu gerak tipu dengan badan dan gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang. (2) teknik dengan bola, terdiri dari mengenal bola, menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, teknik gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola dan teknik khusus penjaga gawang. (hlm 1).

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola adalah kemampuan menendang bola khususnya menendang ke gawang lawan (*shooting*). Karena tujuan *shooting* adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan dengan tujuan memperoleh poin untuk merubah keadaan atau sering disebut skor. Menurut Sujarwo, Iwan, (2015) menjelaskan

Tendangan yang diawali dengan kaki mendekati bola dari belakang pada sudut tipis. Lalu letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola, tekukan lutut kaki tersebut. Rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan, lalu tarik kaki yang akan menendang ke belakang, luruskan kaki tersebut, kepala tidak bergerak kemudian fokuskan pada bola

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

Menurut Wahjoedi (2009) menyatakan bahwa “Menendang bola merupakan keterampilan yang paling penting dan mendasar yang harus dikuasai” (hlm.120). Oleh karena itu, pertama kali harus dikuasai oleh setiap pemain adalah teknik dasar menendang bola. Menendang bola berfungsi sebagai operan untuk menghubungkan pemain satu dengan pemain lainnya dalam satu tim merupakan salah satu jalan vital untuk menjalin kerjasama dalam upaya menyerang pertahanan lawan untuk mencetak gol.

Dengan demikian, seorang pemain sepak bola yang tidak menguasai keterampilan teknik dasar bermain tidaklah mungkin akan menjadi pemain yang baik. Oleh karena itu, untuk menguasai instrumen keterampilan teknik dasar

tersebut diperlukan proses, latihan yang relatif lama dan dilakukan secara teratur dan benar.

Memberikan pengalaman baru kepada siswa, di samping pengembangan keterampilan motoriknya. Oleh sebab itu, sikap dan tingkah laku yang sehat, pada akhirnya siswa tersebut mampu berpartisipasi secara aktif dalam segala bentuk aktivitas termasuk aktivitas olahraga permainan seperti sepak bola, bola voli, dan sebagainya. Olahraga permainan dapat menumbuhkan kreativitas dan imajinasi siswa setelah seorang siswa berada di luar kelas sebagai penyegaran pikiran. Bentuk olahraga yang digemari pada saat ini adalah sepakbola khususnya untuk siswa putra karena dapat dimainkan di mana saja dan murah dalam arti semua orang dapat mempelajarinya tanpa adanya batasan umur, sedangkan untuk siswa putri biasanya bola voli dan sebagainya.

Kemampuan siswa sendiri akan sangat berperan dalam bermain sepak bola. Hal ini dapat dilihat dalam gerakan menendang bola (*shooting*), menempatkan bola ke tempat yang sulit untuk dijangkau oleh penjaga gawang sehingga terjadi gol. Jika seorang pemain sepak bola tidak mempunyai akurasi tendangan yang baik, ia tidak akan melakukan hal-hal tersebut. Ini berarti teknik dasar kemampuan sepak bolanya kurang baik atau kurang sempurna sehingga perlu ditingkatkan.

Pada dasarnya siswa senang melakukan permainan karena bersifat menyenangkan, mudah, menarik, sederhana, dan dapat dilakukan secara sukarela. Dalam penelitian ini latihan variasi menendang ke berbagai sasaran dianggap tepat untuk meningkatkan akurasi *shooting*. Pengaruh latihan menendang ke berbagai

target, ini merupakan permainan yang bertujuan untuk meningkatkan hasil *shooting*, dengan latihan menendang keterampilan seorang pemain tingkat keberhasilan *shooting* meningkat, sasaran utama dari setiap serangan adalah mencetak gol. Menurut Mielke, Danny (2007) “Cara yang paling tepat untuk mengembangkan teknik *shooting* adalah melatih tendangan *shooting* berkali-kali menggunakan teknik *shooting* yang benar” (hlm.67). Pernyataan di atas penulis menyimpulkan bahwa kemungkinan latihan menendang ke berbagai target dapat diterapkan menjadi sebuah metode latihan dengan tujuan peningkatan keberhasilan tendangan *shooting* dalam cabang olahraga sepak bola.

Berdasarkan pengamatan di anggota klub Persatuan Sepakbola Margaharja Kabupaten Ciamis diketahui bahwa keterampilan gerak dasar permainan sepakbola anggota yang mengikuti latihan sepakbola masih relatif rendah, banyak di antara mereka yang belum mampu melakukan teknik dasar sepak bola khususnya menendang bola ke arah gawang (*shooting*) secara baik dan benar. Selain itu, proses latihan pun masih kurang efektif. Oleh karena itu, perlu kiranya dipilih bentuk latihan yang sesuai dengan karakteristik anggota.

Penggunaan bentuk latihan yang tepat bagi anggota yang sedang berlatih akan memudahkan pelaksanaan proses latihan guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Adapun, salah satu bentuk latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar permainan sepak bola yaitu bentuk latihan menggunakan alat bantu target.

Latihan *shooting* menggunakan alat bantu target merupakan bentuk latihan yang dapat meningkatkan keberhasilan *shooting* seorang pemain sepakbola.

Karena dengan bentuk latihan *shooting* menggunakan alat bantu target akan meningkatkan keberhasilan pemainnya, sehingga dalam permainan sesungguhnya dapat menghasilkan *shooting* yang cepat dan tepat.

Bentuk latihan ini diberikan kepada anggota untuk meningkatkan teknik dasar *shooting*, mulai dari arah yang mudah dengan jarak yang dekat hingga arah yang sulit dengan jarak yang jauh (diluar kotak pinalti yaitu 16 meter).

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti secara lebih mendalam masalah tersebut dengan judul: “Pengaruh latihan menggunakan alat bantu target terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepakbola”. (Eksperimen pada Anggota Klub Persatuan Sepakbola Margaharja Kecamatan Sukadana Kabupaten Ciamis).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian sebagaimana penulis ungkapkan pada latar belakang masalah di atas, penulis merumuskan masalah penelitian ini, sebagai berikut:

Apakah terdapat pengaruh latihan menggunakan alat bantu target terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepakbola di anggota klub Persatuan Sepakbola Margaharja Kecamatan Sukadana Kabupaten Ciamis.

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari salah satu penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan secara operasional terhadap beberapa istilah-istilah tersebut sebagai berikut :

- a. Pengaruh, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016:597) adalah “Daya yang ada dari sesuatu (orang, benda, dsb) yang ikut membentuk kepercayaan,

watak atau perbuatan seseorang”. Yang dimaksud pengaruh disini adalah akibat yang timbul dari latihan menggunakan alat bantu target yang ditampilkan atau diberikan kepada sampel terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola.

- b. Latihan, menurut Badriah, Dewi Laelatul (2013:3) menjelaskan bahwa, “Latihan fisik merupakan suatu kegiatan fisik menurut cara dan aturan tertentu yang dilakukan secara sistematis dalam waktu yang relatif lama serta bebannya meningkat secara progresif”. Sedangkan menurut Harsono (2015:50) adalah, “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya”. Yang dimaksud dengan latihan dalam penelitian ini adalah proses pelaksanaan aktivitas yang sistematis dan berulang-ulang dengan menggunakan alat bantu sasaran.
- c. Alat bantu, menurut Bahagia, Yoyo dan Sufyar Mujianto (2009:27) bahwa, “Menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya”. Yang dimaksud alat bantu dalam penelitian ini adalah suatu alat bantu yang diterapkan dalam latihan, hal ini dilakukan agar dapat memperlancar dan mengembangkan teknik dasar sehingga meningkatkan hasil *shooting* permainan sepakbola.
- d. Tendangan ke gawang (*shooting*) Menurut Sucipto (2015) “merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan, pemain yang mempunyai teknik menendang dengan baik akan dapat bermain secara efisien.

Tujuan menendang bola (*shooting*) untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*)” (hlm.23). Yang dimaksud menendang menurut peneliti adalah salah satu model atau wajib dikuasai dalam permainan sepakbola karena tujuan dalam sepakbola adalah menciptakan gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya.

- e. Sepakbola, menurut Nugraha, Cipta Adi (2013:10) ”Sepak bola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan”.

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan menggunakan alat bantu target terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepakbola di anggota klub Persatuan Sepakbola Margaharja Kecamatan Sukadana Kabupaten Ciamis.

1.5 Kegunaan Manfaat 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 teoretis maupun secara praktis.

Secara teoretis hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan dan informasi yang bermanfaat bagi permainan sepak bola, dan memperkaya khasanah ilmu keolahragaan serta dapat mendukung dan mempertahankan teori yang ada, khususnya teknik dasar *shooting* menggunakan alat bantu sasaran, bagi kalangan atlet dan anak didik pada umumnya.