

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Futsal adalah salah satu olahraga yang saat ini sedang berkembang dan digemari oleh masyarakat baik muda ataupun tua baik laki-laki maupun perempuan, tempat yang mudah di jangkau dan waktu bermain yang tidak terbatas membuat futsal menjadi permainan yang menarik. Menurut Hamzah et al. (2018) Futsal merupakan jenis olahraga yang dimainkan secara berkelompok atau tim, yang terdiri dari lima orang setiap timnya satu sebagai penjaga gawang dan empat lainnya sebagai pemain yang dimainkan didalam ruangan lapangan yang lebih kecil dan bola lebih kecil sangat berbeda dengan sepak bola.

Menurut Taufik (2019) futsal berasal dari dua kata yang berasal dari spanyol, *futbol* dan *sala*, "*Futbol*" artinya sepak bola dan "*Sala*" artinya ruangan. Futsal ditemukan dan populer pertama kali di sebuah negara kecil di Amerika Latin. Karakteristik futsal berbeda dengan sepak bola, dimana lapangan futsal berada didalam satu ruangan, sementara sepak bola berada di ruangan terbuka dan untuk ukuran lapangan pun tentu berbeda. Regulasi permainan futsal di buat dengan ketat oleh FIFA (*Federation Internationale de Football Association*) mengapa dibuat demikian karena untuk mengurangi resiko cedera dan setiap pemain dituntut menjunjung nilai *fair play*. Menurut Setyawan et al. (2020) *fair play* adalah sebuah nilai-nilai yang di kenalkan luas oleh FIFA di tahun 1993 dengan semboyan "*My Play is Fair Play*", dimana telah menjadi suatu bagian penting dalam permainan futsal maupun sepak bola, karena banyak menunjukkan sisi positif keuntungan bermain dengan adanya peraturan yang ada, para pemain akan terbiasa dengan kebiasaan yang benar dan menghormati para pemain, wasit, lawan dan juga penggemar. Karena bedanya bahan dari pembuatan lapangan futsal yang berbeda dengan lapangan sepak bola yang terbuat dari rumput, sedangkan lapangan futsal yang bahan dasarnya terbuat dari plastik atau vinyl yang apabila terjadi benturan akan sangat berbahaya bagi pemain.

Luas lapangan yang lebih kecil, durasi permainan yang lebih pendek serta tempo permainan yang lebih cepat membutuhkan pemain yang bergerak cepat dalam pengambilan keputusan, dan lincah dalam mengontrol bola sehingga diperlukan penguasaan teknik yang baik. Adapun teknik dasar dalam permainan futsal diantaranya mengumpan bola (*passing*), menahan/menerima bola (*controlling*), menggiring bola (*dribbling*), menendang bola ke arah gawang (*shooting*), mengumpan bola dengan cara dilambungkan (*chipping*), dan meyundul bola (*heading*). Menurut Efendi (2019) untuk memenangkan suatu pertandingan sebuah tim diuntut menciptakan gol sebanyak mungkin selama berlangsungnya pertandingan maka dari itu di perlukan kemampuan ketepatan *shooting* yang baik dari setiap pemain. *Shooting* merupakan suatu gerakan menendang bola menuju gawang lawan untuk menciptakan suatu gol dan mendapatkan poin untuk memenangkan pertandingan. *Shooting* sendiri dapat dilakukan dengan banyak cara yaitu dengan menggunakan punggung kaki, kaki bagian dalam, ujung kaki, kaki bagian luar bahkan menggunakan tumit sekalipun. Namun masih banyak pemain yang pada saat melakukan *shooting* tidak mengarah dengan baik tepat sasaran, banyak yang menganggap *shooting* dapat dilakukan dengan mudah namun pada kenyataanya *shooting* memerlukan *feeling*, konsentrasi, dan perkenaan kaki ke bola dengan tepat untuk melakukan *shooting* yang menghasilkan sebuah gol.

Menurut Utama & Widodo (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi kesalahan pemain pada saat melakukan *shooting* diantaranya kurangnya ketepatan arah bola menuju gawang, perkenaan kaki terhadap bola dan posisi tumpuan kaki yang kurang tepat sehingga laju bola tidak mengarah tepat ke arah gawang. Berdasarkan hasil pengamatan penulis selama kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) pada tanggal 3 Oktober 2022 sampai 14 November 2022 dan observasi, wawancara dengan pelatih ekstrakurikuler futsal di SMAN 3 Tasikmalaya terdapat beberapa permasalahan yang teramati di ekstrakurikuler futsal di SMAN 3 Tasikmalaya, masih terdapat kekurangan dari salah satu aspek yaitu kurangnya ketepatan *shooting*. Hal ini terlihat dari beberapa event, pemain banyak menyia-nyiakan peluang didepan gawang seperti *shooting* yang dilakukan

melebar ke samping gawang, melambung di atas mistar gawang ataupun mengenai badan lawan sehingga tim kehilangan peluang yang ada dan tidak dapat menciptakan gol. Hal ini menjadi salah satu titik lemah anggota ekstrakurikuler SMAN 3 Tasikmalaya yang harus mendapatkan perhatian dalam menyusun program latihan kedepan.

Dari beberapa pengamatan pada saat sesi latihan, latihan yang diberikan hanya latihan *shooting* ke arah gawang tanpa alat bantu target sehingga para pemain merasa bosan dan jenuh dengan latihan yang diberikan, yang pada akhirnya pada saat melakukan tendangan para pemain menendang asal-asalan dan kurangnya fokus ketika melakukan *shooting* yang pada akhirnya menjadi kebiasaan dan terbawa pada saat bertanding. Adanya permasalahan diatas dibutuhkan sebuah cara latihan sebagai upaya meningkatkan kemampuan pemain dalam menciptakan *shooting* dengan tepat. Menurut Halbatullah et al. (2019) latihan merupakan sebuah kebutuhan bagi setiap atlet yang dimana latihan dapat meningkatkan performa saat bertanding sekecil atau sesimpel apapun itu latihan akan sangat berguna untuk mencapai suatu tujuan. Adapun latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan ketepatan *shooting* adalah dengan variasi latihan menggunakan target dari berbagai arah yang merupakan bentuk latihan melakukan tendangan dari berbagai arah ke target yang telah disediakan untuk melihat ketepatan *shooting*.

Menurut Hidayat et al. (2022) variasi latihan adalah berbagai macam bentuk-bentuk latihan yang dimana bentuk-bentuk latihan tersebut memiliki kegunaan masing-masing dan saling berkaitan yang dimana pada saat pelaksanaannya seseorang yang melakukan latihan tersebut tidak merasa jenuh sehingga latihan berjalan dengan efektif. Menurut Sarwita et al. (2021) latihan permainan target adalah suatu bentuk latihan yang menggunakan target sebagai sasaran untuk melakukan *shooting* kearah gawang yang dimana membantu pemain menjadi lebih fokus dalam melakukan *shooting* dengan tepat, permainan target sering digunakan karena permainan target menyenangkan sehingga para pemain tidak merasa jenuh pada saat melakukan latihan untuk menghadapi kegagalan pada saat melakukan *shooting* tepat sasaran. Dengan latihan variasi

permainan target ini diharapkan dapat mengatasi permasalahan dan menjadi sebuah metode latihan dengan tujuan meningkatkan kemampuan *shooting* dalam olahraga futsal.

Sejalan dengan latar belakang diatas penulis menyimpulkan bahwa variasi latihan menggunakan target diharapkan dapat digunakan untuk mengatasi kurangnya kemampuan pemain dalam melakukan *shooting* yang tepat sasaran dari berbagai arah. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan Menggunakan Target dari Berbagai Arah Terhadap Ketepatan *Shooting* dalam Permainan Futsal (Studi Eksperimen Pada Ekstrakurikuler Futsal SMAN 3 Tasikmalaya Tahun Pelajaran 2022/2023)”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana diuraikan diatas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Adakah Pengaruh Variasi Latihan Menggunakan Target dari Berbagai Arah Terhadap Ketepatan *Shooting* dalam Permainan Futsal (Studi Eksperimen Pada Ekstrakurikuler Futsal SMAN 3 Tasikmalaya Tahun Pelajaran 2022/2023)”.

1.3 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan dan kekeliruan dalam menafsirkannya, maka penulis menguraikannya sebagai berikut:

- 1) Pengaruh, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005) Prngaruh merupakan daya yang timbul akibat adanya suatu (orang/benda) yang membentuk watak, kepercayaan maupun perbuatan dari seseorang. Yang dimaksud pengaruh disini adalah hasil yang ditimbulkan dari variasi latihan menggunakan target dari berbagai arah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal
- 2) Latihan, menurut Halbatullah et al. (2019) Latihan adalah suatu proses yang dilakukan dengan sistematis dan berulang-ulang dengan pembebanan yang diberikan secara progresif dan merupakan upaya yang dilakukan untuk

mempersiapkan diri dalam upaya untuk mencapai tujuan tertentu. Yang dimaksud latihan dalam penelitian ini adalah proses latihan variasi latihan menggunakan target dari berbagai arah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada ekstrakurikuler SMAN 3 Tasikmalaya, yang dilakukan secara berulang-ulang dengan bertambahnya beban latihan.

- 3) Variasi latihan menurut Saputra & Yunus (2019) adalah satu prinsip dalam latihan dan variasi merupakan sebuah bentuk-bentuk latihan yang disiapkan untuk mencegah terjadinya kebosanan pada atlet ketika melakukan latihan sehingga pada saat melakukan nya tidak merasa jenuh
- 4) Permainan target menurut Physical & Recreation (2021) Latihan target adalah latihan yang menggunakan sasaran yang banyak dilakukan oleh pelatih untuk meningkatkan kemampuan akurasi. Variasi latihan menggunakan target dalam penelitian ini adalah latihan yang menggunakan target atau sasaran tertentu yang dimana pemain dituntut untuk lebih berkonsentrasi melakukan *shooting* ke arah target dengan tepat.
- 5) Ketepatan menurut (Mahanani and Indriarsa, 2021) merupakan komponen kebugaran jasmani yang diperlukan dalam kegiatan sehari-hari, dengan demikian ketepatan sangat berkaitan dengan kematangan syaraf dalam memproses stimulus yang datang dari luar. Ketepatan dalam penelitian ini adalah ketepatan pemain dalam melakukan *shooting* atau menendang bola ke arah gawang secara tepat dan akurat untuk menciptakan sebuah gol.
- 6) *Shooting* menurut I. Hidayat & Rusdiana (2018) adalah menendang dengan menggunakan punggung kaki umumnya dilakukan untuk menembak ke gawang untuk menciptakan gol. *Shooting* dalam penelitian ini adalah gerakan mengayunkan kaki pemain dari SMAN 3 Tasikmalaya ke bola ke arah gawang untuk menciptakan gol.
- 7) Futsal menurut Syafaruddin (2019) adalah olahraga yang dimainkan dalam ruangan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan 5 orang dengan intensitas yang sangat cepat. Permainan futsal dalam penelitian ini adalah permainan kelompok yang dimainkan oleh pemain SMAN 3 Tasikmalaya yang dimana terdiri dari lima orang pemain setiap timnya termasuk penjaga

gawang dengan tujuan mencetak gol sebanyak mungkin selama pertandingan berlangsung untuk memenangkan pertandingan.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah kemukakan di atas maka tujuan umum penulis melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan menggunakan target dari berbagai arah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 3 Tasikmalaya, sementara tujuan khusus dilakukannya penelitian ini untuk melanjutkan dan memperkuat penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya sehingga dapat memperkuat data hasil penelitian.

1.5 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1) Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai pengaruh variasi latihan menggunakan target dari berbagai arah terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan futsal pada anak-anak ekstrakurikuler SMAN 3 Tasikmalaya, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menyusun program latihan teknik kepada atlet.

2) Praktis

- a) Bagi ekstrakurikuler bersangkutan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan pengukuran ketepatan *shooting*.
- b) Bagi anak-anak ekstrakurikuler SMAN 3 Tasikmalaya, diharapkan dapat bermanfaat bagi anak-anak ekstrakurikuler SMAN 3 Tasikmalaya untuk meningkatkan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal.
- c) Bagi pelatih, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program latihan yang telah dilakukan, sekaligus merancang program latihan yang akan diberikan.

- d) Bagi penulis, diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman sebagai calon pendidik dalam menerapkan latihan variasi latihan menggunakan target dari berbagai arah terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal dan data dijadikan rujukan untuk penelitian lebih lanjut.