

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Olahraga telah berkembang menjadi fenomena sosial yang terbesar di seluruh dunia. Olahraga menjadi latihan dan tontonan, pendidikan, mata pencaharian, kesehatan, serta kebudayaan. Olahraga yang sangat digemari oleh hampir semua lapisan masyarakat Indonesia baik Kota maupun di Desa adalah cabang olahraga sepakbola. Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di dunia ini dapat di lihat dari antusias penonton di stadion, siaran televisi yang banyak menyiarkan liga-liga sepakbola baik nasional maupun liga-liga top di dunia.

Menurut Danurwinda 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, dan 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 Danurwinda 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).

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola adalah kemampuan menendang bola khususnya menendang bola 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

Tendang 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 perhatian 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.

Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, semangat saja tidak cukup, tetapi perlu didukung penguasaan keterampilan dasar salah satunya kemampuan *shooting* ke arah target dengan tepat. Seperti peneliti telah di kemukakan di depan, bahwa kemampuan *shooting* memiliki kontribusi yang besar bagi kemenangan sebuah tim. Meskipun kemampuan tersebut penting dimiliki pemain, temuan peneliti dilapangan pada saat mengikuti kejuaraan “ Football Nasional 7 tahun Anniversary Mo Sport Facilities’ Tingkat Smp pada tanggal 18-28 September 2019 bertempat dilapangan Mayasari Sport Hall Tasikmalaya, masih menjumpai sebagian para pemain ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 12 Kota Tasikmalaya yang masih kesulitan melakukan *shooting* ke arah sasaran secara tepat. Sehingga Prestasi SMP Negeri 12 Kota Tasikmalaya dalam sepakbola akhir-akhir ini menurun hal ini dikarena para pemain masih kesulitan dalam mencetak gol ke gawang lawan. Adapun salah satu penyebab kurang tepatnya shooting pada sasaran yaitu faktor latihan yang sering digunakan pelatih hanya shooting ke gawang tanpa adanya sasaran sehingga para pemain merasa bosan saat berlatih, sehingga banyak bola melambung diatas mistar gawang, mengenai pemain lawan, atau mengarah pas ke penjaga gawang sehingga tendangan shooting tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

Dari masalah diatas, peneliti simpulkan ada, hal ini menjadi stimulus bagi peneliti dan pelatih lebih kreatif mencari solusi dalam upaya mengatasi

kekurangan yang dimiliki anggota ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 12 Kota Tasikmalaya yaitu masih banyak tendangan akurasi ke gawang yang melenceng ke atas gawang. Maka dari itu peneliti dan pelatih mencoba menggunakan variasi sasaran mengenai variasi sasaran menurut Harsono, (2017) “Variasi Latihan yaitu untuk mencegah kebosanan berlatih, pelatih harus kreatif dan pandai menerapkan variasi-variasi dalam latihan, misalnya bentuk permainan dengan bola, berenang, berlatih di pegunungan, lari lintas alam” (hlm.11).

Untuk mengatasi hal tersebut peneliti ingin memberikan dua bentuk latihan lain untuk meningkatkan akurasi *shooting* yaitu dengan variasi sasaran menggunakan ban motor dan balon berwarna yang di gantung, dilakukan secara berulang-ulang dan sistematis dari arah tengah, kanan dan kiri gawang. Peneliti mencoba dengan jarak yang termudah 12 meter, 13 meter, 14 meter, 15 meter, sampai yang terjauh 17 meter luar kotak finalti karena jarak tersebut lebih jauh dari jarak saat tes awal, supaya nanti saat tes akhir dengan jarak 16,5 meter akan terasa mudah. Di selangi sesudah latihan *shooting* dengan bentuk-bentuk game permainan yang menunjang kepada akurasi *shooting*, biar para pemain tidak merasa bosan dalam proses latihan akurasi shooting dalam permainan sepakbola. Dengan tujuan Latihan variasi sasaran *shooting* bisa meningkatkan, sehingga dalam permainan yang sesungguhnya untuk menghasilkan *shooting* cepat dan tepat.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti secara lebih mendalam masalah tersebut dengan judul “Pengaruh latihan variasi sasaran terhadap akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola” (Eksperimen pada ekstrakurikuler SMP Negeri 12 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2019\2020?”

1.2 Rumusan Masalah

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

“Apakah latihan variasi sasaran berpengaruh terhadap akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di ekstrakurikuler SMPN 12 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2019/2020?”

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari salah pengertian terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, istilah-istilah yang dimaksud adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh, menurut Kamus Praktis Bahasa Indonesia adalah “daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang”. Yang dimaksud pengaruh dalam penelitian ini diartikan sebagai sumbangan, atau daya dukung sokongan bentuk latihan variasi sasaran terhadap akuratnya *shooting* pada permainan sepakbola di ekstrakurikuler SMP Negeri 12 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2019\2020.
2. Latihan menurut Harsono (2017) “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm.50). Yang dimaksud Latihan dalam penelitian ini yaitu melatih dengan sistematis dan berulang-ulang dengan memberikan bentuk-bentuk latihan *shooting* dalam permainan sepakbola.
3. Variasi sasaran atau Variasi Latihan Menurut Harsono, (2017) “yaitu untuk mencegah kebosanan berlatih, pelatih harus kreatif dan pandai menerapkan variasi-variasi dalam latihan, misalnya bentuk permainan dengan bola, berenang, berlatih di pegunungan, lari lintas alam” (hlm.11). Pada pelaksanaan latihan variasi sasaran akurasi *shooting* peneliti memberikan Pada pelaksanaan latihan variasi sasaran akurasi *shooting* penulis memberikan 2 bentuk latihan variasi sasaran yang berbeda-beda diantaranya ban motor dan balon berwarna yang digantung.
4. 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 modal atau wajib dikuasai dalam permainan sepakbola karena tujuan dalam sepakbola adalah menciptakan gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya.

- 1.4** Sepakbola menurut Sucipto, (2015) “Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri sebelas orang pemain, dan salah satunya penjaga gawang, permainan ini hampir keseluruhan dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengan di daerah tendangan hukumanya. Dalam perkembangannya permainan sepakbola dapat dimainkan diluar ruangan (*out door*) dan dalam ruangan tertutup” (hlm.7). Sedangkan Menurut Danurwinda dan Indra Sjafriz (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, dan 1-3 orang pemain penyerang” (hlm. 2).

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan variasi sasaran terhadap akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di ekstrakurikuler SMP 12 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2019/2020.

1.6 Kegunaan Manfaat Penelitian

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi ilmiah, dan mendukung teori-teori yang ada khususnya dalam meningkatkan akurasi *shooting* khususnya *shooting* mendatar pada permainan sepakbola.

Secara praktis penelitian diharapkan berguna dan dapat diaplikasikan oleh penulis khususnya dan para guru serta Pembina olahraga di sekolah ataupun di luar sekolah (ekstrakurikuler).