

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Sepak bola merupakan suatu cabang olahraga beregu yang sangat populer di masyarakat Indonesia bahkan di dunia. Sepak bola menurut Sudjarwo dalam Millah et al., (2022, p. 6), “Permainan antara dua regu yang berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, dengan anggota badan selain tangan. Mereka yang memasukkan lebih banyak akan keluar sebagai pemenang”. Menurut Nurrachman dalam Putra & Sulaiman, (2023, p. 438) menyatakan “bahwa sepak bola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang saling serang menyerang dengan bertujuan memasukan bola ke gawang lawan serta mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola”. Selanjutnya Supriatna (2020, p. 9) mengungkapkan “bahwa permainan sepak bola salah satu cabang olahraga yang menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali lengan dalam memainkan bola”. Permainan sepak bola selalu mengalami perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai sepak bola yang modern yang sangat disukai dan disenangi oleh banyak masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, sampai orang tua yang menyukai sepak bola. Permainan ini relatif mudah dilakukan dan termasuk olahraga yang murah karena tidak memerlukan banyak biaya, sehingga permainan ini berkembang dengan cepat ke masyarakat luas, seperti lapangan sepak bola yang berada di setiap daerahnya dan diadakan sebagai turnamen sepak bola dari mulai antar kampung, turnamen antar pelajar, mahasiswa sampai kompetisi nasional yang dinaungi oleh induk olahraga sepak bola indonesia yaitu Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI) serta banyak didirikannya sekolah-sekolah sepak bola yang biasa disebut SSB (Sekolah Sepak Bola) di berbagai daerah. Dengan semakin banyaknya kompetisi-kompetisi sepak bola yang diadakan, banyak diantara klub yang menuntut suatu prestasi ataupun kemenangan dalam suatu kompetisi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi sepak bola tentunya para pemain harus memiliki kondisi fisik yang prima. Selain itu, pemain

juga harus menguasai teknik dasar sepak bola baik teknik tanpa bola maupun teknik dengan bola. Menurut Sudjarwo dalam Millah et al., (2022, p. 7) dalam garis besarnya Ketepatan dasar permainan sepak bola terdiri dari:

1. Teknik tanpa bola

Yaitu semua gerakan-gerakan tanpa bola terdiri dari :

- a) Lari cepat dan merubah arah,
- b) Melompat dan meloncat,
- c) Gerak tipu tanpa bola yaitu gerak tipu tanpa badan,
- d) Gerakan-gerakan khusus tanpa badan,
- e) Gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang.

2. Teknik dengan bola

Yaitu semua gerakan-gerakan dengan bola terdiri dari :

- a) Mengenal bola,
- b) Menendang bola,
- c) Menerima bola,
- d) Menggiring bola (*Dribbling*),
- e) Menyundul (*Heading*),
- f) Melempar bola (*Throw in*),
- g) Teknik gerak tipu dengan bola,
- h) Merampas atau merebut bola (*Tackling*),
- i) Teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Berdasarkan pendapat tersebut bisa disimpulkan bahwa teknik tanpa bola dan teknik dengan bola merupakan teknik dasar dalam sepak bola. Teknik tanpa bola meliputi lari cepat dan merubah arah, melompat dan meloncat, gerak tipu tanpa bola yaitu gerak tipu tanpa badan, gerakan-gerakan khusus tanpa badan, gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang sedangkan, teknik dengan bola meliputi, mengenal bola, menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul, melempar bola, teknik gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola, dan teknik-teknik khusus penjaga gawang. Salah satu teknik dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu teknik *shooting* baik dari jarak jauh maupun dari jarak dekat. *Shooting* dalam sepak bola merupakan salah satu teknik memegang peranan penting

dalam permainan sepak bola. Karena tujuan *shooting* adalah untuk memasukkan bola ke gawang dengan tujuan memperoleh point untuk merubah keadaan atau sering di sebut skor. Hal tersebut sesuai dengan pendapat menurut Sunarsono dalam Ramadhan et al., (2017, p.72) bahwa “*shooting* adalah suatu cara untuk menendang bola dengan kaki yang keras dengan tujuan menciptakan gol dalam permainan sepak bola.”. Dalam permainan sepak bola tujuan bermain sepak bola yaitu memasukan bola kedalam gawang lawan, dengan cara menendang bola dengan tepat kesasaran gawang.

Kemampuan *shooting* menjadi hal penting yang harus dimiliki seorang pemain, karena tanpa ketepatan *shooting* yang baik mustahil bagi pemain dapat mencetak gol. Kemenangan dari sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemainnya dalam melihat peluang dan melakukan *shooting* yang tepat. Ketepatan *shooting* dapat didukung dengan memulai akurasi yang tepat. Ketepatan *shooting* tersebut dapat ditingkatkan dengan berlatih sesuai metode yang tepat sehingga pemain dapat menguasai tekniknya dengan baik. Hal itu bertujuan agar ketepatan *shooting* dapat secara tepat ke arah gawang.

Universitas Siliwangi merupakan perguruan tinggi yang memiliki Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) salah satunya yaitu Sepak bola. UKM sepak bola adalah sebuah wadah pembinaan sepak bola dan sebuah organisasi olahraga yang mengembangkan potensi yang dimiliki mahasiswa. UKM sepak bola sangat banyak diminati oleh kalangan mahasiswa, baik hanya untuk olahraga kebugaran maupun digunakan sebagai batu loncatan untuk menuju ke arah yang lebih serius yaitu menjadi atlet sepak bola.

UKM sepak bola Universitas Siliwangi sudah banyak mengikuti *event* dan berbagai macam kejuaraan lokal maupun kejuaraan nasional di salah satunya Juara 1 Piala Menpora Zona Jawa Barat 2018, Juara 1 Piala Menpora mewakili Jawa Barat 2018, Dan kejuaraan terakhir yang pernah diikuti adalah pada saat kompetisi tingkat nasional antar perguruan tinggi di UNSOED (Universitas Jendral Soedirman) yang bernama, Soedirman National Football Competition 2023 pada tanggal 10-15 Oktober 2023 yang di gelar di stadion Soesilo Soedirman Purwokerto. Pada kompetisi tersebut UKM Sepak Bola Universitas Siliwangi

mengalami penurunan menjadi juara ke-3, Prestasi yang tidak begitu mengecewakan tetapi masih banyak kekurangan yang harus diperbaiki.

Dilihat dari data statistik yang didapat dari tim *official* atau pengurus UKM sepak bola, kebanyakan kekurangan yang dimiliki oleh para pemain UKM sepak bola Universitas Siliwangi ini yang paling terlihat adalah jumlah percobaan *shooting* kegawang dengan rasio gol. Berdasarkan hasil data statistik terlihat pada penyelesaian akhir atau pada saat melakukan *shooting* ke arah gawang lawan tidak tepat sasaran atau jauh dari jangkauan gawang, terlihat pada beberapa pertandingan di UNSOED kemarin UKM sepak bola Universitas Siliwangi banyak sekali mendapatkan peluang dari *shooting* di luar kotak maupun di dalam kotak penalti, dari banyaknya *shooting* yang telah dilakukan oleh pemain UKM Sepak bola Universitas Siliwangi yang masuk kedalam gawang hanya beberapa saja. Berdasarkan hasil observasi peneliti menemukan bahwa latihan yang dilakukan terfokus pada latihan fisik dan taktik. Meskipun pemain juga diberi materi latihan teknik, tetapi porsi latihan teknik *shooting* dirasa masih kurang, karena latihan *shooting* hanya dilakukan selama kurang lebih 10-15 menit sebelum *game*. Selain karena durasi latihan *shooting* yang masih sedikit, latihan *shooting* yang dilakukanpun tidak terfokus pada latihan ketepatan. Atau dengan kata lain pemain tidak dibiasakan untuk melakukan *shooting* dengan dengan tepat kearah target yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang. Hal ini menyebabkan kurangnya akurasi teknik dasar *shooting* yang dilakukan oleh para pemain. Pada kenyataannya akurasi *shooting* yang tepat dan menempatkan bola yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang akan menghasilkan gol untuk timnya. Sehingga ketepatan *shooting* perlu dikembangkan atau ditingkatkan. Adanya masalah tersebut tentunya dibutuhkan sebuah bentuk latihan yang tepat sehingga tidak ada peluang yang terbuang sia sia di kompetisi berikutnya.

Berdasarkan pemaparan masalah yang telah dikemukakan, dengan kurangnya ketepatan teknik *shooting* yang dimiliki sebagian banyak pemain di UKM sepak bola Universitas siliwangi, maka penting bagi peneliti untuk membantu mengatasi kesulitan tersebut dengan suatu metode yang cocok untuk meningkatkan ketepatan *shooting* yang baik guna memaksimalkan ketepatan *shooting* para pemain di UKM

sepak bola Universitas Siliwangi. Dalam penelitian ini bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola. Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, semangat saja tidak cukup akan tetapi perlu didukung penguasaan ketepatan dasar salah satunya kemampuan *shooting*. Seperti yang telah peneliti kemukakan di atas, bahwa kemampuan *shooting* dengan tepat memiliki kontribusi yang besar bagi kemenangan sebuah tim.

Bentuk-bentuk latihan dalam penelitian ini memiliki unsur dan karakteristik yang dapat memberikan pengaruh dalam upaya peningkatan ketepatan *shooting*. Gerakan *shooting* yang dilakukan dan selalu diarahkan ke sasaran yang disediakan dengan jarak maupun bentuk latihan yang berbeda-beda secara berulang-ulang sehingga dalam latihan ini terdapat unsur-unsur latihan peningkatan ketepatan. Melihat permasalahan diatas perlu adanya bentuk latihan untuk bisa melatih ketepatan *shooting*. Menurut Wardana (2017, p. 31-34), “Bentuk permainan disesuaikan dengan karakteristik yang dapat memberikan pengaruh ketepatan yang sesungguhnya dan disesuaikan dengan cabang olahraga yang diteliti yaitu sepak bola. Bentuk-bentuk Latihan sebagai berikut 1) *Goaling*, 2) *Girshoot (Giring shooting)*, 3) *Zig- zag Goal*, 4) *Bolbal Shoot*”.

Berdasarkan apa yang telah peneliti paparkan, maka peneliti bermaksud mengujicobakan penelitian bentuk-bentuk latihan *shooting* untuk mengatasi kurangnya ketepatan *shooting* dari squad pemain UKM Sepak Bola Universitas Siliwangi. Atas dasar hal tersebut, maka peneliti mengambil judul penelitian “Pengaruh Bentuk-Bentuk Latihan *Shooting* Terhadap Ketepatan *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola” (Eksperimen pada *Squad* Pemain UKM Sepak Bola Universitas Siliwangi Tasikmalaya).

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah terdapat pengaruh bentuk-bentuk latihan *shooting* terhadap ketepatan *shooting* pada *squad* pemain UKM Sepak Bola Universitas Siliwangi Tasikmalaya?

### 1.3 Definisi Operasional

Penafsiran seseorang tentang sesuatu istilah sering berbeda-beda, sehingga bisa menimbulkan suatu kekeliruan dan kesalahan pengertian penafsiran istilah-istilah dalam penelitian ini, oleh karena itu peneliti menjelaskan istilah-istilah sebagai berikut.

- a. Latihan, menurut Harsono (2015, p. 38) “proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya”. Latihan dalam penelitian ini adalah proses berlatih dengan menggunakan bentuk-bentuk latihan *shooting* seperti *goaling*, *girshoot*, *zig-zag goal*, dan *bolbal shoot* terhadap Ketepatan *shooting* pada UKM sepak bola Universitas Siliwangi, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.
- b. Ketepatan, menurut Raharjo dalam Mae (2023, p. 4926) “adalah kemampuan seseorang untuk menentukan dan mengubah arah bola dengan tepat dan cepat, pada waktu bola sedang bergerak tanpa kehilangan arah sehingga penempatan bola dan tujuan jatuhnya bola yang diharapkan. Ketepatan dalam penelitian ini adalah ketepatan pada atlet UKM sepak bola Universitas Siliwangi dalam melakukan *shooting* ke gawang dengan tujuan memasukan bola sebanyak-banyaknya.
- c. *Shooting*, menurut Mielke dalam Syahputra et al., (2021, p. 7) adalah “menendang bola, menggerakkan salah satu kaki dikenakan pada bola agar bergerak ke arah sasaran yang dituju”. *Shooting* dalam penelitian ini adalah ketepatan pada atlet UKM sepak bola Universitas Siliwangi dalam melakukan *shooting* ke gawang dengan tujuan memasukan bola sebanyak-banyaknya.
- d. Sepak Bola, Menurut Subyanto Irianto (2010, p. 3) “sepak bola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan maksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukanbola”. Permainan sepak bola dalam penelitian ini adalah permainan beregu yang dimainkan oleh atlet UKM Sepak Bola Universitas Siliwangi yang

terdiri atas dua regu dengan masing-masing regu terdiri atas 11 orang pemain termasuk penjaga gawang dengan tujuan mencetak gol sebanyak-banyaknya.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan dari penelitian ini yaitu, untuk mengetahui pengaruh bentuk-bentuk latihan *shooting* terhadap ketepatan *shooting* pada pemain UKM sepak bola Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pemikiran bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan terutama bagi mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Supaya dapat digunakan sebagai bahan informasi dan kajian penelitian selanjutnya khususnya bagi pemerhati peningkatan prestasi sepak bola

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan atau acuan bagi para pelatih, pemain dan peneliti dalam menyusun dan melaksanakan program latihan dengan baik sesuai dengan karakteristik teknik dasar permainan sepak bola terutama dalam ketepatan *shooting* bola.