

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah bentuk aktivitas fisik yang biasanya dilakukan untuk meningkatkan kondisi fisik seseorang. Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan secara sengaja mulai dari arah tujuan, waktu dan lokasi kegiatannya. Olahraga juga bisa dilakukan secara individu maupun beregu. Olahraga adalah aktivitas yang bersifat kompetitif yang melibatkan kemampuan fisik dan mental yang dalam permainannya harus ada tata aturannya. Olahraga adalah serangkaian gerakan yang teratur dan terencana untuk merawat dan meningkatkan kemampuan gerak tubuh dan fisik, serta bertujuan untuk menjaga kebugaran tubuh, dan meningkatkan kualitas hidup seseorang. Olahraga juga dapat diartikan sebagai suatu aktivitas fisik yang diatur oleh sebuah aturan atau kebiasaan pola hidup, dan menekankan kemampuan fisik serta keterampilan gerak. Menurut (Kuntjoro, 2020) olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun pisikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. Olahraga merupakan suatu aktivitas jasmani atau fisik yang bertujuan untuk menjaga serta meningkatkan kualitas kesehatan seseorang.

Dalam Undang-undang tentang Keolahragaan Pasal 1 Ayat 1 Bab I Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 menyebutkan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Keolahragaan adalah aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, peningkatan, pengawasan, dan evaluasi. Dilanjutkan pada pasal 1 ayat 2 keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, peningkatan, pengawasan, dan evaluasi. Kemudian pada pasal 4 tentang Dasar, Fungsi, Tujuan, Dan Prinsip; Keolahragaan bertujuan untuk : (a) memelihara dan meningkatkan kesehatan

dan kebugaran, prestasi, kecerdasan, dan kualitas, (b) menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, kompetitif, dan disiplin, (c) mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, (d) memperkuat ketahanan nasional, (e) mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa, (f) menjaga perdamaian dunia (Pemerintah Republik Indonesia, 2022).

Sepak bola adalah bermain beregu yang dimainkan oleh dua tim, dimana setiaptim terdiri dari sebelas orang pemain yang salah satunya adalah seorang penjaga gawang, dengan cara menendang-nendang bola, menyundul bola kecuali penjaga gawang yang dapat memainkan bola dengan menggunakan tangan didalam daerah tertentu menurut (Supriadi, 2019). Sepak bola 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 menurut (Danurwinda dan Indra Sjafrri 2017).

Sejarah sepak bola di dunia cukup panjang. Bermain yang menggunakan bola semacam bermain sepak bola sudah dikenal orang di Cina pada zaman dinasti Han, lebih kurang pada tahun 1122-247 sebelum masehi. Bukti tentang bermain sepak bola ini terdapat di dalam buku-buku peninggalan tentara Cina, yang memuat gambar-gambar orang bermain sepak bola yang pada waktu itu disebut "Tsu Chiu". Tsu artinya kaki dan Chiu artinya bola yang dibuat dari kulit di dalamnya diisi dengan rumput. Sepak bola juga menjadi salah satu olahraga yang digemari oleh banyak orang, hal ini terbukti dengan adanya 211 negara yang terdaftar dalam *FIFA (Federation International Football Assosiation)* menurut (Jinnan, 2022).

Menurut (Jinnan, 2022) Di Indonesia sendiri, sejarah sepak bola dimulai dari orang-orang Belanda yang membawa masuk sepak bola ke Indonesia pada masa penjajahan Belanda. Awal mulanya hanya dimainkan oleh paraorang Belanda saja namun lambat laun berkembang dimainkan oleh kaumterpelajar bangsa Indonesia di kota-kota kecil. Perkumpulan sepak bola yang didirikan oleh bangsa Indonesia sekitar tahun 1920 sampai tahun 1930.

Pada tanggal 19 April 1930 bertepatan dengan diselenggarakannya pertandingan sepak bola antar kota yang diadakan di Yogyakarta, berkumpul utusan-utusan dari perkumpulan sepak bola untuk mendirikan organisasi sepak bola nasional, maka lahirlah Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI).

Dalam permainan sepak bola seorang pemain dituntut harus dapat bermain dengan baik, harus mampu bermain menghadapi tekanan yang terjadi di dalam lapangan, dan seorang pemain harus mampu menguasai keterampilan dasar sepak bola karena pemain yang memiliki keterampilan dasar sepak bola yang baik cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik juga. Menurut (Febrianto, 2017) teknik dasar merupakan komponen yang paling penting dalam permainan sepak bola, perlu diketahui untuk dapat bermain sepakbola perlu mempunyai keterampilan dasar dalam bermain sepak bola, teknik dasar yang wajib dimiliki oleh seorang pemain yaitu menggiring bola (*dribbling*), menendang bola (*shooting*), dan mengumpan bola (*passing*). Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai dari seorang pemain bola yaitu kemampuan menendang bola (*shooting*) khususnya untuk mencetak gol ke gawang lawan.

Menurut (Iqbal, 2019) memberikan penjelasan mengenai *shooting*, yaitu tendangan yang diawali dengan kaki mendekati bola dari belakang pada sudut tipis. Lalu letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola, tekukkan 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. *Shooting* dalam sepak bola merupakan salah satu teknik yang memegang peranan penting dalam permainan sepak bola. Karena tujuan *shooting* adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan dengan tujuan memperoleh poin untuk merubah keadaan atau sering di sebut skor

Kemampuan *shooting* sangat penting dimiliki oleh seorang pemain karena tidak mungkin bagi pemain untuk mencetak gol tanpa memiliki kemampuan tersebut. Teknik *shooting* dikatakan penting bagi setiap pemain karena dalam permainan sepak bola pemain mempunyai tugas untuk

memasukan bola ke dalam gawang. Jika saja ada pemain yang mempunyai kemampuan *shooting* kurang baik maka akan memperkecil kemungkinan sebuah tim untuk memperoleh kemenangan dalam sebuah permainan. Misalnya dalam sebuah permainan sepak bola semua tim sudah berkoordinasi dengan baik dan akan memasukan bola ke gawang lawan, namun pemain terakhir yang menerima bola dan bertugas mengeksekusi bola tersebut memiliki kemampuan *shooting* yang kurang baik maka kemungkinan bola dapat masuk ke gawang menjadi lebih kecil. Hal ini yang menyebabkan teknik *shooting* merupakan teknik penting dan harus sering dilatihkan.

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 sepak bola yang menguasai teknik *shooting* yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat mencetak gol ke gawang lawan. Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, semangat saja tidak cukup, akan tetapi perlu didukung penguasaan keterampilan dasar salah satunya kemampuan *shooting* ke arah target secara tepat. Seperti yang telah peneliti kemukakan di depan, bahwa kemampuan *shooting* memiliki kontribusi yang besar bagi kemenangan sebuah tim. Meskipun kemampuan tersebut penting dimiliki pemain, temuan peneliti di lapangan masih menjumpai sebagian atlet SSB Medan Satria yang masih kesulitan untuk melakukan *shooting* ke arah sasaran secara tepat.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lihat di SSB Medan Satria U-16 pada tanggal 20 Desember 2022 peneliti melihat latihan SSB Medan Satria U-16 banyak sekali atlet yang melakukan tendangan kearah gawang atau *shooting*. Tetapi tidak bisa menjadi gol, *shooting* yang dilakukan setiap atlet sudah sangat keras atau dengan bobot yang sangat cukup, tetapi tidak mengarah kearah gawang dikarenakan kurangnya latihan *shooting* di SSB Medan Satria U-16 yang menyebabkan banyak atlet yang melakukan *shooting* tetapi tidak sesuai dengan tujuan, dari hasil observasi ini peneliti ini melatih latihan ketepatan *shooting* dalam permainan Sepak Bola di SSB Medan Satria U-16. Keadaan ini sangat memperhatikan jika terus berkelanjutan

dikarenakan *shooting* adalah salah satu cara dalam permainan sepak bola untuk mencetak gol apabila *shooting* yang dilakukan tidak menjadi gol ini sangat berbahaya dalam permainan sepak bola. Berdasarkan uraian diatas dari beberapa pertimbangan tersebut maka dibutuhkan latihan khusus ketepatan *shooting*, untuk meningkatkan produktifitas gol di SSB Medan Satria U-16. Oleh karena itu, pemain bukan hanya dituntut untuk memiliki fisik yang baik tapi pemain juga harus bisa memiliki intelegensi atau kecerdasan yang baik juga. Hal tersebut juga disebabkan karena masih kurangnya kreativitas dalam hal melatih. Pelatih yang kurang kreatif akan menimbulkan materi latihan yang sudah diberikan menjadi monoton sehingga membuat atlet bosan.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan di atas, peneliti bermaksud untuk meneliti ketepatan *shooting* menggunakan alat bantu target ban. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Target Ban Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Sepak Bola di Sekolah Sepak Bola (SSB) Medan Satria U-16”. Dari pendapat tersebut diatas, jelaslah bahwa banyak sekali komponen yang sangat berpengaruh dengan permainan sepak bola, masalahnya sekarang adalah komponen-komponen tersebut akan dilaksanakan secara sistem prioritas, dengan demikian maka komponen yang dijadikan prioritas dalam rangka penelitian sepakbola adalah ketepatan menendang bola yang memiliki pengaruh terhadap keterampilan menendang bola.

Berdasarkan pembahasan-pembahasan di atas maka peneliti memiliki suatu prediksi bahwa dengan latihan ketepatan menendang bola secara terus-menerus maka keterampilan menendang bola pemain akan meningkat.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka dapat mengidentifikasi masalah yang terjadi yaitu kurangnya kemampuan *shooting* untuk terciptanya gol di SSB medan satria.

C. Batasan masalah

Untuk memfokuskan masalah dalam penelitian ini maka peneliti membatasi permasalahan pada latihan menggunakan alat bantu target ban terhadap ketepatan *shooting* SSB medan satria u-16.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh latihan menggunakan alat bantu target ban terhadap ketepatan *shooting* permainan sepak bola pada atlet (SSB) medan satria u-16 ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan menggunakan target ban terhadap ketepatan *shooting* SSB medan satria.
2. Untuk memecahkan masalah yang terjadi di SSB medan satria tentang kurangnya kemampuan mencetak gol

F. Manfaat Penelitian

Manfaat peneliti ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat penelitian tersebut antara lain:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berhubungan dengan masalah-masalah mengenai ketepatan menendang bola di SSB Medan Satria U-16
 - b. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan menjadi bahan evaluasi untuk para pelatih maupun peneliti lainnya dalam meningkatkan keterampilan menendang bola.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Diharapkan menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman yang bersifat langsung perihal ketepatan *shooting* menggunakan alat bantu target ban.

b. Bagi Atlet

Diharapkan dapat mengetahui mengenai ketepatan *shooting* menggunakan alat bantu target ban, sehingga dapat menjadi sebuah motivasi untuk memperbaiki ketepatan teknik *shooting* dalam permainan sepak bola.

c. Bagi Pelatih

Pelatih dapat memanfaatkan latihan menggunakan alat bantu target ban untuk melatih kemampuan *shooting* atlet.

