

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Futsal merupakan cabang olahraga yang di naungi oleh lembaga FIFA, berdasarkan data yang diperoleh FIFA menyatakan bahwa 260 juta orang di dunia gemar bermain sepak bola, sedangkan untuk Futsal lebih dari 1 juta orang. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga futsal merupakan salah satu olahraga yang banyak di gemari di dunia (Moore, 2014). Futsal merupakan bagian dari sepak bola, melihat dari cara memainkannya yang sama dengan sepak bola hanya saja permainan sepak bola dimainkan di lapangan yang luas dan berumput, sedangkan futsal dimainkan di ruangan di dalam ruangan dan ukuran lapangan yang lebih kecil (Mulyono, 2017).

Olahraga Futsal di Indonesia sudah mengalami peningkatan yang pesat, melihat dari banyaknya kompetisi dari yang terkecil hingga yang paling besar yaitu Liga Futsal Profesional Indonesia yang sudah berjalan hingga saat ini. Dari kompetisi – kompetisi tersebut dapat di katakan bahwa olahraga futsal merupakan olahraga prestasi. “di dalam olahraga prestasi dibutuhkan beberapa aspek penting yaitu; a. aspek keterampilan dalam bermain Futsal (teknik), b. aspek kondisi fisik, c. aspek taktik dan mental.” Dari aspek-aspek tersebut dalam penelitian ini akan lebih mengarah kepada aspek keterampilan atau teknik di dalam futsal (Syahid, 2016).

Didalam Futsal terdapat beberapa teknik dasar yang perlu dan harus dikuasai oleh pemain Futsal, yaitu: a) teknik dasar mengoper bola, b) teknik dasar menahan bola, c) teknik dasar menggiring bola, d) teknik menendang bola ke gawang, e) teknik menyundul bola (Lhakasana, 2005). Dalam penelitian ini yang menjadi fokus utama peneliti adalah teknik shooting, karena seorang pemain perlu dan harus menguasai keterampilan dalam melakukan shooting dan meningkatkan akurasi *shooting*. (Frayogha, 2019) “ *shooting* adalah tendangan yang mengarah ke gawang agar tercipta sebuah gol untuk kemenangan tim.” Shooting itu sendiri memiliki ciri khas

yaitu laju bola yang sangat cepat dan keras agar sulit diantisipasi oleh penjaga gawang.

Shooting merupakan salah satu teknik yang harus di kuasai oleh setiap pemain tanpa terkecuali penjaga gawang pun harus menguasainya, karena ketika tim futsal melakukan taktik power play kipper memiliki kesempatan untuk melakukan shooting kearah gawang untuk menciptakan sebuah gol. Oleh sebab itu dibutuhkan teknik yang benar dan kekuatan yang keras untuk melakukan shooting agar tendangan yang dihasilkan akurat dan sulit di atasi oleh penjaga gawang lawan (Gylbert, 2023).

Dalam permainan futsal shooting merupakan senjata paling efektif dalam menghasilkan gol, shooting dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki, dan ujung kaki. Akurasi shooting merupakan sebuah factor yang diperlukan seorang pemain agar dapat mengenai target yang dituju agar mendapatkan sebuah gol dan untuk meningkatkan akurasi shooting diperlukan sebuah latihan (Firman, M. M, 2019).

Teknik shooting terlihat sangat mudah untuk dilakukan, tetapi ternyata teknik shooting membutuhkan tingkat konsentrasi yang baik agar shooting yang dilakukan tepat sasaran. Kesalahan – kesalahan yang sering terjadi di lapangan ketika melakukan shooting sehingga membuat bola tidak mengarah ke gawang yaitu, ketika melakukan shooting dengan ujung kaki sering kali perkenaan pada bola tidak mengenai titik tengah bola, pandangan mata kita tidak berfokus pada sasaran, kaki tumpu tidak berada tepat disamping bola, badan tidak dicondongkan sedikit kedepan. (Saputra, 2019) mengemukakan cara agar melakukan shooting yang benar yaitu: 1) kaki terkuat untuk shooting dibelakang dan kaki lemah untuk tumpuan di depan, 2) posisi kaki untuk shooting sedikit ditekuk, kaki tumpu lurus menghadap kearah gawang, 3) pandangan mata fokus kearah gawang, 4) badan sedikit dicondongkan ke depan, 5) melakukan lari kecil kearah bola, 6) bola ditembakkan kearah gawang dengan punggung kaki dan kunci tumit kaki semaksimal mungkin, 7) kaki tetap diayunkan ke depan sampai mendarat setelah perkenaan dengan bola.

Seorang pemain membutuhkan latihan untuk mempertahankan keterampilan dan menjaga agar tetap dalam kondisi yang baik. Latihan maksimal penting untuk

meningkatkan teknik shooting dalam futsal. Latihan adalah upaya untuk meningkatkan kemampuan, kondisi fisik, dan keterampilan yang dilakukan secara sistematis dan metodis sesuai dengan prinsip-prinsip latihan (Nugroho, 2007) . Latihan adalah suatu proses yang dilakukan sebagai tujuan penyempurnaan kualitas pemain futsal untuk suatu tujuan yang diinginkan mencapai prestasi yang maksimal dengan pemberian program latihan secara bertahap, teratur, dan terarah (Arifin, 2018). “Untuk mendapatkan keahlian shooting yang baik, maka yang dibutuhkan adalah dengan menggunakan latihan Target.”

Latihan target merupakan bentuk latihan yang bisa diberikan agar latihan bisa terbentuk dengan mudah dan merupakan pola latihan yang tepat dengan berbagai arah, baik dari samping kanan maupun tengah dan samping kiri dengan berbagai cara, ketika cara tersebut dilakukan bisa meningkatkan akurasi *shooting* kearah gawang (Andika, M.M, 2021)

Penelitian yang dilakukan sebelumnya mengenai akurasi shooting yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Suhardianto, 2019) yang berjudul Pengaruh Latihan Variasi Tiang Rintang Terhadap Keterampilan Shooting dalam Permainan Futsal pada Mahasiswa Universitas Megarezky. Menyimpulkan bahwa metode latihan menggunakan target sebagai sasaran memiliki pengaruh terhadap hal ketepatan/akurasi. Penelitian lainnya (Amin, 2021) berjudul Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal Skada Fc. Maka dari itu penulis ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Pengaruh Latihan Target Terhadap Peningkatan Akurasi Shooting Pemain Futsal. Dengan adanya teori diatas penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengaruh Latihan *Target* terhadap Peningkatan akurasi shooting pada pemain ekstrakurikuler futsal SMA Advent Cimindi.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diajukan penulis, maka yang menjadi permasalahan dalam penulisan ini adalah :

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan target terhadap akurasi *shooting* pemain Futsal?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan konvensional terhadap akurasi *shooting* pemain Futsal?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti mempunyai tujuan yaitu:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan dari pengaruh latihan target terhadap peningkatan akurasi shooting pemain Futsal.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan dari pengaruh latihan konvensional terhadap peningkatan akurasi shooting pemain futsal.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Kegunaan Penelitian ini merupakan hasil yang ingin dicapai oleh penulis dalam melakukan penelitian ini. Merujuk pada latar belakang dan tujuan penelitian yang telah diuraikan, maka penulis mengharapkan melalui penelitian ini dapat bermanfaat baik:

### 1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengungkap berbagai hal yang bermanfaat. Dapat memberikan pengetahuan, wawasan dan informasi bagi para pelaku dan akademis yang perhatian terhadap olahraga prestasi khususnya bagi para pelatih dilapangan mengenai seberapa besar pengaruh latihan target untuk meningkatkan akurasi shooting terhadap pemain futsal.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Dapat dijadikan sebagai pedoman bagi para pelatih futsal sebagai acuan untuk menentukan program latihan selanjutnya demi menunjang prestasi yang lebih optimal
- b. Untuk melatih dan mengembangkan keterampilan peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

### **1.5 Batasan Masalah**

Agar masalah ini tidak menyimpang dari masalah yang penulis ajukan, batasan penelitian sangat diperlukan untuk penelitian yang lebih terarah. Oleh sebab itu, penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Latihan Target
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Akurasi
3. Sampel yang digunakan adalah pemain Futsal