

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan keseluruhan karena pendidikan jasmani menggunakan aktivitas jasmani sebagai pokok dari proses pembelajaran. Secara psikologis pendidikan yang menggunakan fisik sangat penting bagi perkembangan dan kemajuan peserta didik, dengan demikian belajar pendidikan jasmani sangat penting. Belajar sebagai proses yang aktif, *learning by doing*. Belajar dengan jalan melakukannya. Tidak ada belajar tanpa aktivitas, baik aktivitas fisik maupun mental.

Meningkatkan kesejahteraan fisik siswa merupakan keuntungan utama dari pendidikan olahraga (Sukadiyanto, 2011). Siswa memiliki potensi untuk meningkatkan kebugaran kardiorespirasi, kekuatan otot, koordinasi, dan koordinasi motorik dengan melakukan aktivitas fisik yang konsisten. Kesehatan fisik yang optimal berkorelasi langsung dengan kesejahteraan holistik, yang mencakup peningkatan kapasitas kognitif dan periode fokus yang berkepanjangan. Oleh karena itu, mendorong siswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik dapat meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan, sehingga mengarah pada peningkatan kinerja akademik. Selain itu, pendidikan olahraga dapat membantu pengembangan keterampilan sosial siswa. Siswa memperoleh kemampuan kepemimpinan, kolaborasi, komunikasi, dan kemampuan untuk membentuk hubungan interpersonal melalui partisipasi mereka dalam tim olahraga dan kegiatan kelompok lainnya. Terlibat dalam interaksi sosial ini dapat memfasilitasi pertumbuhan jaringan sosial siswa, meningkatkan kepercayaan diri mereka, dan meningkatkan kemampuan kolaboratif mereka. Di luar batas-batas lingkungan perguruan tinggi, kompetensi sosial yang dikembangkan siswa melalui pendidikan olahraga dapat memberikan manfaat besar bagi seluruh keberadaan mereka. (Anindito & Nabillah, 2023)

Selain itu, pendidikan olahraga dapat diterapkan melalui kegiatan ekstrakurikuler atau program khusus di luar jam pelajaran sekolah. Ekstrakurikuler, kegiatan di luar jam belajar formal, memiliki dampak positif pada perkembangan akademik siswa (Aziz & Ulya, 2022). Berbeda dengan program

Pendidikan Jasmani yang fokus pada perilaku, ekstrakurikuler, seperti program olahraga, menekankan pada peningkatan performa (Bangun, 2016). Pendidikan Jasmani dan Olahraga memegang peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup siswa, mengantarkan mereka menuju prestasi akademik dan olahraga, serta mempersiapkan mereka menjadi Sumber Daya Manusia (SDM) berkualitas di masa depan. Pendidikan Jasmani dan Olahraga menekankan peningkatan derajat kesehatan dinamis, kemampuan motorik, dan koordinasi yang lebih baik. Perkembangan olahraga akhir-akhir ini menunjukkan kemunduran dalam pembangunan bangsa Indonesia. Olahraga, bagaimanapun, merupakan bagian penting dalam kehidupan masyarakat. Meningkatkan kesegaran jasmani menjadi langkah awal untuk membangkitkan kembali semangat berolahraga. Pembelajaran berbasis pengalaman di sekolah, seperti ekstrakurikuler, dapat memenuhi kebutuhan siswa yang belum terpenuhi, membantu mereka yang membutuhkan, meningkatkan lingkungan belajar, dan memotivasi mereka untuk menjadi lebih kreatif (Nuryanto, 2017). Berbagai program yang dijalankan bersamaan dengan proses belajar di sekolah dapat meningkatkan kemampuan siswa dan mempersiapkan mereka untuk tugas yang lebih kompleks. Menurut Ahmadi dalam (Yuliasari, 2013), kegiatan ekstrakurikuler mencakup kegiatan di luar jam sekolah dengan tujuan pendidikan. Ekstrakurikuler sering kali berbentuk klub, seperti klub ekspresi, olahraga, kesenian, dan kegiatan lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa kajian kegiatan ekstrakurikuler hanya berfokus pada kegiatan di luar jam sekolah (maksud) untuk mendukung pertumbuhan siswa sesuai dengan kebutuhan, kemampuan, minat, dan bakat mereka. Kegiatan ekstrakurikuler dipilih secara khusus oleh guru atau pendidik lain untuk memberikan pengajaran yang menarik dan berkualitas tinggi di kelas.

Setiap manusia memerlukan olahraga, olahraga pun memainkan peran krusial pada upaya meningkatkan kondisi fisik dalam kehidupan. (Ilahi et al., 2021) mengungkapkan bahwasanya olahraga merupakan serangkaian aktivitas fisik yang dilangsungkan secara konsisten dan sistematis yang bertujuan menjaga rentang gerak alami setiap individu. Olahraga sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik seseorang, yang memungkinkan seseorang untuk terlibat dalam aktivitas dan pekerjaan sehari-hari.

Olahraga futsal di jadikan salah satu gaya hidup bagi kalangan anak usia dini hingga remaja serta dapat di jadikan sebagai cita-cita untuk meraih prestasi di masa yang akan datang. Olahraga merupakan hak dan kebutuhan dasar setiap manusia. Sebagai sebuah hak dan kebutuhan dasar setiap manusia, olahraga tidak dapat dipisahkan dari kegiatan yang dilakukan oleh manusia karena

olahraga merupakan bagian dari hidup manusia yang dapat meningkatkan kondisi fisik manusia baik jasmani maupun rohani dan memberikan kesenangan serta dapat memberikan kesehatan bagi manusia juga dapat sebagai sarana rekreasi (Santika, 2020).

Futsal merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh tim berjumlah 5 orang dengan menggunakan bola yang lebih kecil dan berat dibandingkan sepak bola, seperti yang dijelaskan oleh Lukimanto (Fikri & Fahrizqi, 2021). Dalam olahraga tim seperti futsal, di mana keterampilan fisik sangat penting, pemain harus terus-menerus menyesuaikan tindakan mereka berdasarkan gerakan lawan dan rekan satu tim untuk mencapai perilaku kolektif yang efektif. Terdapat 5 teknik dasar yaitu *passing*, *control*, *dribbling*, distribusi (*goalkeeping*) serta *shooting*. Salah satu teknik dasar yang sangat penting adalah *shooting*. Teknik *passing*, *control* dan *dribbling* memang merupakan teknik yang sering dilakukan saat pertandingan tetapi sehebat apapun permainan futsal, mencetak gol tetap menjadi tujuan utama. Dan teknik terakhir dalam proses mencetak gol adalah *shooting*. Semakin banyak mencetak gol maka semakin besar peluang menang, maka semakin dekat dengan prestasi. Hal itu menyatakan bahwa teknik menembak atau *shooting* merupakan teknik yang sangat penting untuk mencapai kemenangan tim.

Tujuan dan sasaran latihan harus diselaraskan dengan perkembangan usia pada atlet. Sehingga hal yang paling penting diketahui seorang pelatih adalah menerapkan sebuah program latihan kepada kelompok pemain ataupun atlet dengan usia yang tepat. Menurut Sukadiyanto (2010), karakteristik mengenai tujuan latihan dan kesiapan anak pada usia 11 sampai 13 tahun adalah pengayaan keterampilan gerak, penyempurnaan teknik dan persiapan untuk meningkatkan latihan. Sedangkan pada usia 14 sampai 18 tahun yaitu mengenai peningkatan latihan, memasuki latihan khusus sesuai cabang olahraga yang digeluti

Segala usia, mulai dari anak-anak sampai remaja, sangat meminati futsal sebagai salah satu olahraga. Siapa pun dapat dengan mudah memainkan permainan olahraga ini, yang mampu dimainkan baik di dalam atau di luar ruangan di lapangan kecil. (Bangkit Gala Persada, 2019). Menurut Halim (2009:6), futsal memiliki kemiripan dengan sepak bola, tetapi dengan perbedaan sebagai berikut: lapangan dan gawang yang lebih kecil, sepuluh peserta (lima di setiap tim), dan penggunaan bola yang lebih kecil dan berat. Suharno (2014) mengartikan akurasi sebagai kemampuan mengarahkan objek pada posisi serta lintasan tertentu yang bersesuaian dengan keadaan yang dihadapi atau hasil yang diinginkan. Tindakan menembak memerlukan pelaksanaan gerakan pukulan yang tepat dan kuat ke arah punggung penjaga gawang, yang bertujuan

menghasilkan gol yang sama dengan yang diprakarsai oleh pemain depan. (Bangkit Gala Persada, 2019) satu dari sekian tujuan dari *shooting* ialah mencetak gol ke gawang lawan.

Selain itu, perihal ini mampu disempurnakan melewati latihan dengan mengoordinasikan gerakan untuk menghasilkan berbagai metode. Pemain juga dapat meningkatkan keahlian menembaknya dengan melakukan latihan atau latihan pengulangan agar dapat melakukannya secara optimal. Keahlian menembak yang tepat, yaitu mengarahkan tendangan secara tepat ke arah yang diinginkan, merupakan faktor penting dalam menentukan hasil pertandingan antara dua tim (Nopiyanto & Raibowo, 2020).

Jika dilihat dari sudut pandang ofensif, tujuan sepak bola ialah mencoba mencetak gol. Seorang pemain pertama-tama harus menguasai serangkaian teknik menembak yang memungkinkan dia menembak serta mencetak gol dari beragam posisi di lapangan, setelah menguasai dasar-dasar menendang bola. Mengembangkan akurasi tembakan paling efektif dicapai melalui latihan tendangan tendangan yang berulang dengan teknik yang tepat (Danny Mielke, 2003:67).

Menembak memerlukan penyampaian bola yang tepat dan kuat melalui pukulan. Kemampuan mengeksekusi tendangan tepat ke gawang tidak dapat dipisahkan dari efektivitas pertahanan anggota tubuh dan posisi tendangan yang tepat. Di antara berbagai jenis pelatihan yang dapat meningkatkan kecakapan mencetak gol seseorang adalah pelatihan menembak. Selain tujuan utamanya untuk meningkatkan akurasi tembakan, metode latihan khusus ini juga digunakan untuk mencegah monoton di kalangan pelajar atau atlet yang menjalani rutinitas yang relatif konsisten setiap hari. (Junaidi et al., 2019) menyatakan: “Menembak” mengacu pada aksi sepak bola di mana seorang pemain memanfaatkan kekuatan anggota tubuh belakangnya untuk melakukan tendangan yang berlawanan dengan gawang lawan. Menembak adalah teknik sepak bola penting yang perlu dimiliki oleh pemain, khususnya penyerang, untuk meningkatkan peluang mereka mencetak gol. Menendang bola secara akurat ke gawang lawan menggunakan kekuatan kaki memberikan peluang terbesar.

Latihan bertujuan guna mengoptimalkan fungsi sistem organ tubuh manusia, alhasil memudahkan atlet guna memperhalus gerakannya (Apta dan Febi, 2015:47). Selain itu, latihan berfungsi sebagai mekanisme yang memperlengkapi seorang atlet untuk memberikan performa optimal (Bompa & Haff, 2009)

Metode *drill* adalah pendekatan instruksional atau pelatihan yang efektif untuk menanamkan perilaku tertentu. Seperti yang diungkapkan oleh Harumi (2018), metode pelatihan terdiri dari melakukan aktivitas yang sama berulang kali dan tekun untuk memperkuat koneksi atau menyempurnakan suatu keterampilan hingga tidak dapat diubah lagi. Penerapan yang konsisten dan latihan yang praktis dan tidak rumit memotivasi anak untuk mencapai penguasaan optimal atas kemampuan tersebut. Hal ini memfasilitasi keberhasilan siswa dalam disiplin akademik tertentu.

Untuk mengatasi hal tersebut maka perlu adanya perlakuan khusus kepada siswa untuk meningkatkan akurasi atau ketepatan *shooting* tersebut. Oleh karena itu penelitian tentang latihan *shooting drill* terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal menjadi penting mengingat kurangnya finishing dalam permainan futsal pada siswa sejak usia dini. Latihan *shooting drill* terbilang cukup mudah untuk dilakukan.

1.2 Rumusan Masalah

- 1.2.1 Apakah latihan *shooting drill* dapat berpengaruh ketepatan *shooting* siswa SDN Gunungsari?
- 1.2.2 Seberapa besar pengaruh latihan *shooting drill* terhadap ketepatan *shooting* siswa SDN Gunungsari?

1.3 Tujuan Penelitian

- 1.3.1 Guna mencari tahu apakah dengan latihan *shooting drill* dapat meningkatkan ketepatan *shooting* siswa SDN Gunungsari.
- 1.3.2 Untuk mencari tahu seberapa besar latihan *shooting drill* dapat meningkatkan ketepatan *shooting* siswa SDN Gunungsari.

1.4 Manfaat Penelitian

Berlandaskan tujuan penelitian yang telah disebutkan diatas, peneliti ini dapat memberi manfaat, yakni:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Khususnya karena menjaga akurasi *shooting*, temuan penelitian ini dapat menjadi tolak ukur perluasan pengajaran *shooting* dalam pertandingan futsal.

1.4.2 Manfaat Praktis

Bagi pelatih serta pembina, penelitian ini bertujuan untuk memberi pemahaman pada pelatih beserta supervisor terkait kelebihan dan kekurangan metode pelatihan yang selama ini

diterapkan. Dengan pengetahuan tersebut, mereka akan mampu mengembangkan metode pelatihan masa depan yang lebih efisien dan efektif, sehingga mendorong siswa untuk berpartisipasi dalam proses pelatihan.

Bagi Pemain, sebagai sumber referensi dan data untuk mendorong pemain untuk meningkatkan *shooting* mereka.

Bagi Peneliti, penelitian ini harapannya mampu memperluas pengetahuan terkait pengaruh latihan *shooting drill* serta akurasi *shooting* dalam penelitian futsal. Serta hasil penelitian ini mampu dipergunakan guna membuat intervensi atau program pembinaan yang lebih baik guna menambah akurasi *shooting* pada permainan futsal peserta didik.

1.4.3 Manfaat Sosial

Bagi pemain penelitian ini dapat melatih aspek sosial seperti Kerjasama, interaksi dan kepemimpinan melalui olahraga. Selain itu manfaat sosial lainnya ialah dapat meningkatkannya identitas dan citra diri, hal ini ditujukan agar dapat membangun citra diri dan identitas diri yang positif. Hal lainnya yaitu sebagai pembentukan komunitas dan solidaritas pada anggota yang terlibat. Dengan saling memberi dukungan tentu saja akan meningkatkan rasa memiliki dan memperkuat hubungan sosial.

1.4.4 Manfaat Kebijakan

Beberapa manfaat kebijakan ialah seperti dalam meningkatkan dan mengembangkan program pembinaan remaja khususnya dalam bidang olahraga dan dalam meningkatkan ketepatan *shooting drill*. Selain itu dapat meningkatkan aksebilitas olahraga dan sebagai ilmu baru dalam kurikulum pendidikan.

1.5 Struktur Organisasi Penelitian

Struktur organisasi skripsi mencakup keseluruhan isi skripsi beserta pembahasannya, yang mampu diuraikan dan dijelaskan secara sistematis. Struktur organisasi skripsi terdiri atas urutan penulisan tiap bab serta bagian bab, mulai dari bab I hingga bab V. Bab I berisi pendahulun, bab II kajian pustaka, bab III menguraikan metode penelitian, bab IV membahas hasil penelitian, serta bab V Kesimpulan. Berikut ini adalah penjabaran dari bab-bab tersebut.

Bab I berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan, beserta manfaat penelitian dibahas dalam bab pertama skripsi. Pada bab ini ditunjukkan untuk mendeskripsikan mengenai masalah yang terjadi terkait keterampilan akurasi atau Teknik *passing* dalam permainan futsal ekstrakurikuler SDN Gunungsari kelas 4,5, dan 6. Mendeskripsikan latar belakang dengan

bertujuan guna mencari tahu Apakah Latihan *shooting drill* dapat membawa pengaruh pada ketepatan/akurasi *shooting* peserta didik serta Lebih efektif latihan *passing* triangle pasif atau aktif untuk meningkatkan keterampilan akurasi *passing*.

Bab II berisikan berbagai kajian teori-teori para ahli dan studi literatur yang menjelaskan dan mendukung penelitian ini. Dalam bab kedua, peneliti membahas masalah yang berkaitan dengan Teknik keterampilan *passing* dan akurasi *passing* dalam permainan futsal. Selain itu, pada bab ini juga diberikan informasi tentang penelitian yang relevan, kerangka berfikir beserta hipotesis.

Bab III berisikan metode penelitian yang didalamnya memuat penjelasan terkait metode penelitian yang peneliti pergunakan yakni metode penelitian kuantitatif, partisipan pada penelitian ini dilakukan kepada peserta didik kelas IV, V, & VI SDN Gunungsari. Selanjutnya, pada bab ini dijelaskan juga teknik pengumpulan data, instrument penelitian, yang dipergunakan, beserta teknik analisis data yang hendak peneliti gunakan.

Bab IV memuat bahasan terkait hasil dari temuan juga pembahasan yang dijelaskan secara rinci. Pada bab ini penulis memaparkan mengenai temuan penelitian yang dibahas secara tuntas dan detail dari rumusan masalah yang telah dicantumkan, pemaparan secara runtun sesuai dengan alur dari pembahasan dan temuan yang ditemukan. Hasil temuan dan pembahasan ini akan mendeskripsikan terkait dengan Apakah Latihan *shooting drill* dapat berpengaruh terhadap ketepatan/akurasi *shooting* peserta didik.

Bab V sebagai penutup pembahasan yang memuat simpulan dari hasil penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti. Pada bab ini juga dipaparkan pula terkait implikasi, simpulan dan terkait rekomendasi.

