

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini merupakan bagian awal dari sebuah karya ilmiah yang berisi penjelasan menyeluruh mengenai latar belakang masalah, tujuan, rumusan masalah, ruang lingkup, dan manfaat penelitian. Pada bagian ini diperkenalkan dengan topik yang diangkat, alasan pentingnya penelitian, serta arah dan fokus pembahasan yang akan dikaji lebih mendalam pada bab-bab selanjutnya. Dengan adanya Bab ini diharapkan dapat memiliki pemahaman awal dan gambaran yang utuh mengenai keseluruhan isi dan tujuan penelitian yang disusun.

1.1 Latar Belakang

Sepak bola adalah olahraga tim yang terdiri dari dua tim yang masing-masing terdiri dari sebelas pemain dan seorang penjaga gawang di setiap tim yang tujuan utamanya adalah mencetak gol dengan memasukkan bola ke gawang lawan. Semua demografi, termasuk orang dewasa dan anak-anak, menyukai sepak bola. Bahkan di sekolah formal, kegiatan ini berfungsi sebagai alat pengajaran untuk kelas pendidikan jasmani sumber daya untuk kelas pendidikan jasmani. Meskipun sepak bola sebagian besar merupakan olahraga tim, pemain terkadang dapat menunjukkan kemampuan yang kuat dalam skenario tertentu. Pemain harus berkolaborasi dengan rekan satu timnya untuk menciptakan permainan yang bagus dan membuat keputusan, bahkan jika permainan tersebut memiliki keadaan yang menguntungkan yang dapat dikuasai oleh pemain (Wildani & Gazali, 2020). Sepak bola permainan yang dimainkan di lapangan datar berbentuk persegi panjang dimana salah satu tim berupaya untuk memasukan sebuah bola ke dalam gawang lawan permainan sepak bola melibatkan strategi, keterampilan dan kerja sama antar pemain. Sepak bola adalah olahraga yang menantang dan membutuhkan pelatihan khusus. Pemain sepak bola harus kuat, cepat, dan bugar secara aerobik. Mereka juga harus mengetahui dasar-dasar taktik dan strategi permainan. Seorang atlet yang benar-benar siap untuk berkompetisi dengan semua bakatnya dapat mencapai kesuksesan maksimal. Atlet yang siap secara fisik dan mental adalah atlet yang siap dengan segala kemampuannya (Dahlan et al., 2020).

Sepak bola adalah olahraga tim dengan 11 pemain dalam satu tim termasuk kiper. Pemain dapat mengontrol bola dengan kepala, kedua kaki, atau bagian tubuh lainnya selain tangan dan lengan. Bola hanya boleh dipegang oleh satu pemain setiap tim dan pemain tersebut harus berada di dalam area yang ditentukan di sekitar gawang. Setiap tim bertujuan untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang tim lain. Permainan ini menawarkan drama yang mendalam, taktik yang luar biasa, dan cukup mudah untuk membuat emosi mengalir (Saputra, A., Muzaffar, A., Pd, S., & Baskoro, 2023). Ada dua babak dalam permainan sepakbola. Setiap babak berlangsung selama 45 menit dengan waktu istirahat maksimal 15 menit. Babak tambahan waktu diperbolehkan untuk dua babak 15 menit tanpa waktu istirahat jika ada skor yang sama dalam pertandingan kunci seperti pertandingan final. Pemenang akan ditentukan melalui tendangan dari titik penalti jika skor tetap tidak berubah setelah dua kali perpanjangan waktu 15 menit. Para pemain sepak bola bertujuan untuk menjaga gawang mereka sendiri dari gawang lawan sambil memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin (Wahyudi, 2020).

Sepak bola adalah olahraga beregu yang dimainkan di atas lapangan dengan dua kelompok yang saling berlawanan yang masing-masing terdiri dari sebelas pemain. Permainan berlangsung selama dua periode 45 menit, dan pemenangnya ditentukan oleh selisih gol yang masuk ke gawang lawan. Kiper umumnya merupakan satu-satunya pemain yang boleh menyentuh bola dengan tangan atau lengan di dalam area gawangnya. Sepuluh (10) pemain lainnya hanya diizinkan untuk menggunakan seluruh tubuh mereka kecuali tangan mereka, yang sering digunakan untuk menyundul bola, kontrol dada, dan tendangan kaki (Wina, 2014). Setiap pemain sepak bola harus mampu bermanuver dengan terampil dalam situasi permainan yang sulit, ketika menghadapi lawan, dan ketika mereka kelelahan secara fisik dan mental. ketika menghadapi lawan. Harus dapat bereaksi cepat terhadap skenario permainan yang berbeda dan berlari beberapa kilometer sepanjang pertandingan. Sebagai hasilnya, setiap pemain sepak bola harus memiliki sejumlah keterampilan yang penting dan saling terkait, termasuk teknik, ketangguhan mental, taktik, dan kebugaran fisik.

Shooting dalam sepak bola merujuk pada tindakan menendang bola dimana tujuannya buat memasukan bola ini merupakan keterampilan dasar yang penting bagi pemain ada beberapa teknik yaitu shooting menggunakan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar, Melakukan tembakan ke gawang adalah tujuan sepak bola dari sudut pandang menyerang Untuk melakukan tendangan dan mencetak gol dari berbagai tempat di lapangan, seorang pemain harus terlebih dahulu mempelajari dasar-dasar menendang bola dan kemudian mengasah berbagai taktik menembak. Berulang kali berlatih menendang dengan teknik yang tepat adalah metode terbaik untuk meningkatkan akurasi tembakan (Junaidi et al., 2019). Ketika seorang pemain sepak bola menembak, mereka menggunakan kekuatan punggung kaki untuk membuat gol. bertujuan berlawanan dengan tujuan lawan. Karena peluang terbaik untuk mencetak gol adalah menembakkan bola dengan benar ke gawang lawan dengan kekuatan kaki, maka menembak adalah keterampilan sepak bola mendasar yang harus disempurnakan oleh semua pemain, terutama para penyerang. Bagian belakang kaki adalah metode menembak yang paling efektif Kekuatan tungkai dan sudut tembakan yang ideal adalah dua faktor utama yang memengaruhi kekuatan tembakan.

Karena kemampuan menendang adalah salah satu komponen yang paling penting dalam sepak bola untuk mencetak gol, maka analisis gerakan menendang adalah keterampilan atau teknik yang paling banyak dipelajari dalam permainan sepak bola. Kemampuan menendang bola merupakan salah satu keterampilan yang perlu dimiliki oleh seorang pemain sepak bola. Menendang bola adalah upaya untuk memindahkan bola dari satu lokasi ke lokasi lain dengan tujuan mengoper bola atau mencetak gol ke gawang lawan. Salah satu keterampilan dasar yang harus dipelajari pemain adalah cara menendang bola dengan tujuan mencetak gol karena sangat penting dalam permainan. Salah satu keterampilan teknis yang perlu diperhatikan adalah menembak Karena dalam pertandingan sepak bola, gol sering kali dicetak dengan cara menembak. Tim akan menang dengan menghindari gol yang terjadi di gawang sendiri dan menghasilkan gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, Sebuah tim memiliki kesempatan untuk memenangkan pertandingan Pemain

penyerang harus berusaha keras saat melakukan shooting agar dapat memasukkan bola ke gawang lawan dan mencetak gol untuk membantu tim meraih kemenangan (Suminta et al., 2021).

Dalam pembelajaran Ekstrakurikuler sepak bola di sekolah dasar sering sekali terdapat siswa yang tendangannya tidak tepat sasaran dan tidak sampai dengan tepat ke arah gawang, faktor yang melatar belakangi kurangnya ketepatan shooting pada anak sekolah dasar ialah kurangnya latihan yang terprogram, sarana serta prasana yang kurang memadai dan metode latihannya yang kurang bervariasi. Salah satu keterampilan yang harus dimiliki pemain sepak bola adalah menendang bola karena keterampilan ini dapat digunakan untuk memasukkan bola ke gawang. Dapat dikatakan bahwa seorang pemain tidak mampu bermain sepak bola dengan baik jika ia memiliki keterampilan menendang bola yang buruk. Faktor-faktor yang mencegah munculnya pemain sepak bola berbakat Salah satunya berasal dari kurangnya pemahaman dan kemahiran dalam keterampilan sepak bola dasar yang diperlukan untuk permainan, dalam hal ini bahkan di tingkat lembaga pendidikan resmi Hal ini dimungkinkan karena sekolah-sekolah pada khususnya kurang memberikan perhatian, mempromosikan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan olahraga, dan memberikan pelatihan sepak bola kepada anak-anak. Akurasi adalah Elemen kunci dari performa sepak bola adalah akurasi tendangan akurasi adalah suatu metode gerakan yang dipadukan dengan kekuatan dan perkiraan yang tepat agar sesuai dengan apa yang dimaksudkan dan diinginkan (Raharjo, 2018).

Dalam permasalahan tingkat akurasi shooting ke gawang, peneliti menemukan masalah pada saat peneliti melakukan kegiatan Program Penguatan Profesional Kependidikan (P3K) Ini adalah salah satu program yang dirancang untuk membantu mahasiswa memajukan pengetahuan profesional mereka di industri mereka dengan mitra tertentu atau masyarakat. Di SDN Parakanmuncang II yang terletak di Jl Parakanmuncang, Desa Sindanggalih, Kecamatan Cimanggung, Kabupaten Sumedang, peneliti melakukan kegiatan P3K, khususnya pada kegiatan ekstrakurikuler sepak bola yang diikuti oleh siswa-siswi di sana. Menurut pengamatan peneliti, beberapa anak masih memiliki masalah akurasi

tendangan yang menyebabkan tendangan mereka meleset dari sasaran atau tidak masuk ke gawang selama kegiatan ekstrakurikuler sepak bola tersebut. Banyak siswa yang berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler kesulitan untuk menembak ke gawang dengan benar.

Ketika para atlet memiliki kesempatan untuk menembak, kesalahan dan kegagalan terjadi selama proses menendang. Bola sering melenceng atau mudah meleset, atau kiper lawan dapat dengan mudah menangkap bola karena ditendang terlalu pelan dan tidak tepat sasaran, sehingga menyia-nyiakan kesempatan untuk mencetak gol, tidak tepat sasaran, membuang peluang untuk mencetak gol. Kesalahan Kurangnya kekuatan otot tungkai, kurangnya fleksibilitas, dan kurangnya koordinasi pergelangan kaki adalah beberapa alasan yang dapat berkontribusi pada performa shooting di bawah standar (Hidayat et al., 2023). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa, untuk memiliki kemampuan menembak yang tinggi, pemain harus memiliki fleksibilitas, koordinasi, dan daya ledak otot tungkai yang baik. Daya ledak adalah yang paling penting dari ketiga elemen tersebut dalam hal akurasi shooting. umum lainnya adalah kiper tidak kesulitan mengenali jalur bola dan dengan cepat menangkapnya atau menepisnya saat melepaskan tembakan ke gawang lawan. Kekuatan otot kaki, koordinasi mata-kaki, keyakinan diri, fokus, kontak bola dengan tangan, dan penguasaan bola merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi akurasi tembakan dalam pertandingan sepak bola yang digunakan oleh atlet saat melakukan shooting. Salah satu keterampilan teknik yang perlu dilatih adalah shooting. Karena dalam pertandingan sepak bola, gol sering kali dicetak melalui shooting (Afrinaldi et al., 2021). Sebuah tim dapat memenangkan pertandingan dengan mencegah terjadinya gol di gawang sendiri dan menghasilkan berbagai gol ke gawang lawan, Untuk melatih pemain dalam meningkatkan akurasi shooting yaitu dengan memberikan latihan target, latihan target dapat digunakan untuk membantu pemain meningkatkan fokus dan akurasi, serta meningkatkan untuk menembak pada target dengan tepat.

Permainan target dikaitkan dengan benda atau target tertentu. Berbagai macam permainan target diubah oleh peneliti untuk penelitian ini disesuaikan dengan ciri-

ciri permainan target yang sebenarnya dan disesuaikan dengan cabang olahraga sepak bola yang diteliti. Permainan tersebut memiliki bentuk sebagai berikut Ball Shoot, Zig-Zag Shooting, Suatu tim harus mampu menembak dengan tepat agar dapat menang, Modifikasi sasaran adalah salah satu modifikasi latihan yang digunakan untuk meningkatkan akurasi pemotretan. Tujuan dari mengubah sasaran adalah untuk menarik perhatian pemain. Performa olahraga di bawah tekanan telah ditemukan secara signifikan dipengaruhi oleh fungsi perhatian visual, Untuk meningkatkan akurasi saat menempatkan bola di sisi gawang, latihan target menggunakan ban bekas dapat memaksimalkan aktivitas menembak ini dimaksudkan untuk meningkatkan akurasi bola saat mendarat di sisi gawang dalam kemampuan membidik dalam sepak bola (Anam 2021). Permainan target sebagai bagian dari model pembelajaran TGfU, yang berfokus pada peningkatan kemampuan siswa dalam menggunakan permainan untuk meningkatkan kinerja dalam aktivitas fisik. Diharapkan nilai-nilai seperti kemandirian sikap, kemandirian, kemandirian belajar, pengembangan karakter, dan pembentukan kepribadian akan terwujud. Perhatian, konsentrasi, ketenangan, fokus pada tujuan, dan ketelitian yang tinggi adalah sifat-sifat yang seharusnya dapat menghasilkan nilai-nilai aspek afektif yang disebutkan di atas jika dipraktikkan secara konsisten (refflislitto, 2018).

Suatu kegiatan yang meliputi media gawang atau benda-benda yang mungkin dijadikan bahan untuk menendang sasaran dengan titik atau titik bidik dikenal dengan pola latihan sasaran. sasaran dengan titik atau titik bidik yang mungkin dijadikan bahan untuk menendang untuk mempengaruhi ketepatan tendangan. Dengan demikian latihan ini dapat dilakukan sesuai dengan kebutuhan dan diantisipasi untuk meningkatkan ketepatan tendangan yang dituju. Tendangan yang diciptakan dengan metode fundamental, yaitu penerapan teknik dasar shooting dengan jenis kaki meliputi kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki Kebiasaan pemain dalam melakukan shooting dan mengkreasiannya sangat dipengaruhi oleh prosedur latihan langsung pola latihan target ini (Alfarizi 2024). Permainan target didefinisikan sebagai permainan di mana pemain menerima skor jika mereka

melempar atau memukul bola atau proyektil serupa ke arah tertentu untuk mencapai target yang telah ditentukan. Semakin banyak Anda mengenai target ke arah tertentu dan semakin sedikit Anda melempar atau memperlakukannya ke arah itu, semakin baik. Perhatian, ketepatan, ketenangan, dan konsentrasi tingkat tinggi diperlukan untuk permainan ini. pertandingan. Karena hampir setiap permainan memiliki tujuan, maka permainan ini benar-benar berfungsi sebagai fondasi bagi permainan lainnya, karena hampir semua permainan memiliki tujuan atau sasaran yang digunakan sebagai target. Misalnya, bola basket, sepak bola, dan olahraga lainnya (Darma et al., 2021).

Pendidikan karakter adalah sebuah teknik pendidikan yang berfungsi sebagai sarana untuk menanamkan sifat-sifat atau nilai-nilai positif kepada peserta didik, sehingga menghasilkan kinerja moral dan karakter yang unggul yang dimanifestasikan dalam bentuk kebajikan dan mendarah daging dalam kepribadian mereka. Setiap hari, nilai-nilai ini diwujudkan dalam karakter mereka dan muncul sebagai kualitas. Hal ini penting karena pendidikan seharusnya merupakan sesuatu yang sengaja dilakukan berdasarkan prinsip-prinsip moral dan bukan hanya sekedar sarana untuk menanamkan pengetahuan tentang tindakan-tindakan yang disengaja yang dimotivasi oleh prinsip-prinsip moral (Muhtar et al., 2021). Olahraga dan latihan fisik bisa jadi merupakan pilihan terbaik untuk mediasi pendidikan karakter. Selain itu, dengan berfokus pada lima tingkat partisipasi yaitu menghormati hak dan perasaan siswa lain, berusaha, memiliki rasa pengarahan diri, membantu siswa lain, dan merefleksikan aktivitas di luar pendidikan jasmani, aktivitas jasmani berbasis nilai dapat menjadi salah satu alternatif metode pendidikan karakter tradisional dalam mendidik karakter siswa, ada tiga elemen karakter yang baik yaitu pengetahuan moral, perasaan moral, dan tindakan moral sangat penting untuk pengembangan karakter (Muhtar et al., 2020). perilaku etis Siswa harus memiliki ketiga elemen ini untuk memahami, merasakan, dan menerapkan kebajikan (Muhtar et al., 2019).

Bagi siswa di semua jenjang pendidikan, pendidikan jasmani ialah sangat penting. olahraga adalah suatu aktivitas fisik atau kompetisi dengan tujuan untuk

menggunakan atau meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik setidaknya sebagai melalui partisipasi yang teratur atau terorganisasi (Dinar Dinangsit et al., 2023). kontak sosial merupakan komponen penting dalam proses belajar mengajar. Hubungan sosial mempengaruhi pola keterlibatan di dalam kelas dan harus diakui serta didorong sebagai elemen yang memotivasi siswa. Guru pendidikan jasmani menerima bantuan dalam mengelola kelas dan mencapai tujuan kurikuler yang keduanya sangat penting untuk meningkatkan motivasi (Dinar Dinangsit, 2021).

Dalam penelitian sebelumnya terdapat penelitian yang relevan dengan permasalahan penelitian ini, misalnya pada penelitian Rakhmadika isnaeni firdausa 2023 Pengaruh latihan get the point dan target area terhadap teknik dasar shooting. Hasil penelitian menunjukkan get the point dan target area diketahui dapat meningkatkan akurasi teknik dasar shooting dalam permainan sepak bola, penelitian Selanjutnya dede sumarna 2021 pengaruh permainan target secara bertahap Latihan permainan target secara bertahap dapat meningkatkan kemampuan shooting pada siswa. Untuk memecahkan permasalahan yang di angkat dalam penelitian ini maka berdasarkan penelitian yang relevan di atas dengan penelitian yang saya lakukan maka pembaharuan yang saya lakukan adalah pengaruh latihan target ke satu arah terhadap akurasi shooting pada ekstrakurikuler sepakbola SDN Parakanmuncang II, Yang membedakan dalam penelitian yang saya lakukan, saya akan meneliti tentang cara meningkatkan akurasi shooting dalam ekstrakurikuler sepak bola SDN Parakanmuncang II dengan cara memberikan latihan target ke satu arah serta ingin mengetahui apakah terdapat pengaruh dengan menggunakan latihan target ke satu arah untuk meningkatkan akurasi shooting pada anak sekolah dasar. Dan melihat penelitian sebelumnya ada yang menggunakan variabel get the point dan target area dan permainan secara bertahap serta menggunakan metode dan populasi yang berbeda-beda, sedangkan penelitian yang akan saya lakukan dengan menggunakan variabel, populasi dan metode yang berbeda dari penelitian sebelumnya.

Dengan penelitian yang akan saya lakukan dapat memberikan manfaat dan inovasi baru di dunia Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan terutama pada

permainan sepak bola pada jenjang sekolah dasar. Latihan Target ini melibatkan aktivasi otot inti yang kuat, termasuk otot-otot perut dan punggung bagian bawah. Latihan ini dapat membantu meningkatkan kestabilan dan keseimbangan tubuh, yang penting untuk menjaga posisi tubuh yang tepat saat melakukan tendangan sepak bola. Dengan kestabilan yang lebih baik, pemain dapat memiliki kontrol yang lebih baik atas gerakan tubuh mereka, yang pada gilirannya dapat meningkatkan akurasi tendangan yang lebih kuat dan lebih akurat. Dengan menerapkan latihan Target ini dapat membantu siswa agar mampu meningkatkan ketepatan akurasi shooting baik pada saat akan menendang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka di temukan masalah dalam penelitian sebagai berikut:

- 1) Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan Target terhadap akurasi shooting pada Ekstrakurikuler sepakbola pada anak sekolah dasar?
- 2) Seberapa besar pengaruh latihan Target terhadap akurasi shooting pada Ekstrakurikuler sepakbola pada anak Sekolah Dasar?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui apakah latihan target berpengaruh terhadap akurasi shooting pada kegiatan ekstrakurikuler sepak bola pada anak sekolah dasar dan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan target terhadap akurasi shooting pada siswa sekolah dasar yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mendukung, menginvestasikan, dan mempertimbangkan upaya-upaya untuk meningkatkan prestasi pada anak sekolah dasar.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat digunakan sebagai kontribusi ilmiah dan informasi yang berguna bagi para pelatih yang menggunakan pendekatan pelatihan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Sebagai sebuah pendekatan latihan alternatif, manfaat nyata dari temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai panduan oleh pelatih atau pembaca untuk lebih memahami bagaimana menerapkan model latihan Target untuk meningkatkan metode latihan akurasi Shooting.

1.5 Kelogisan Dan Signifikansi

Pengaruh latihan Target terhadap ketepatan akurasi shooting terutama pada anak sekolah dasar dapat dibenarkan dengan mempertimbangkan latihan Target melibatkan aktivasi otot bawah tubuh, otot tungkai kekuatan kaki, dan stabilitas tubuh memiliki potensi untuk mempengaruhi kemampuan anak dalam melakukan shooting. Penelitian ini dilakukan karena pentingnya ketepatan akurasi shooting memiliki dampak langsung terhadap keterampilan olahraga. Penelitian memberikan manfaat dan inovasi baru di dunia pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terutama bagi permainan sepak bola pada jenjang sekolah dasar. Dengan melakukan latihan Target secara teratur dapat membantu siswa dalam mengalami peningkatan ketepatan akurasi shooting yang baik pada saat akan menendang, karena latihan ini dapat memperbaiki kordinasi otot dan kekuatan kaki yang berkaitan dengan keterampilan tersebut.

1.6 Ruang lingkup Penelitian

Dalam penelitian ini yang mengkaji tentang pengaruh latihan target terhadap akurasi shooting pada ekstrakurikuler sepak bola SDN Parakanmuncang II. Variabel yang dikaji meliputi menerapkan latihan target sebagai variabel independen dan akurasi shooting dalam permainan sepak bola sebagai variabel dependen. Penelitian ini bukan hanya membahas faktor eksternal lain seperti lingkungan latihan di rumah atau dukungan orang tua. Ruang lingkup wilayah penelitian mencakup pemain ekstrakurikuler sepak bola SDN Parakanmuncang II di kabupaten sumedang. Penelitian ini dilakukan kurang lebih 1 bulan, dengan setiap 1 minggu nya 3 kali pertemuan. Subjek penelitian terdiri dari 20 peman yang akan diberikan perlakuan yaitu latihan target untuk meningkatkan akurasi shooting. Metode yang digunakan dalam penelitian ini Eksperimen dengan Design yang di gunakan One Group Pretest

Posttest. Analisis data menggunakan Uji statistik yang sesuai agar dapat mengetahui pengaruh latihan target terhadap akurasi shooting pada ekstrakurikuler sepak bola SDN Parakanmuncang II.