

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh sebagian besar manusia di seluruh dunia. Sepakbola digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, dan internasional, bahkan dimainkan juga oleh semua kalangan mulai dari anak-anak hingga orang tua.

Sepakbola merupakan permainan yang membutuhkan kerjasama tim atau kolektifitas, sehingga sepakbola dapat disebut sebagai permainan beregu. Mengenai batasan sepakbola dijelaskan oleh Sucipto, dkk (2000, hlm. 7) bahwa :

Sepakbola merupakan permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dilapangan dan satu diantaranya bertindak sebagai penjaga gawang, permainan sepakbola sebagian besar dimainkan dengan menggunakan tungkai kecuali penjaga gawang diperkenankan menggunakan lengan pada daerah tendangan hukumannya.

Seiring dengan perkembangan zaman, fungsi dan manfaat sepakbola bukan hanya untuk olahraga hiburan dan olahraga prestasi, melainkan olahraga sepakbola juga dapat dijadikan sebagai industri olahraga. Luxbacher (2004, hlm, 2) bahwa :

Pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebolkan gawang lawan. Setiap tim memiliki kiper yang mempunyai tugas untuk menjaga gawang. Kiper diperbolehkan untuk mengontrol bola dengan tangannya di dalam daerah penalti yaitu daerah yang berukuran lebar 44 yard dan 18 yard pada garis akhir.

Saat ini olahraga sepak bola mengalami perkembangan yang sangat pesat, baik dari segi teknik, taktik, maupun fisik. Untuk menjadi pemain sepakbola yang handal disyaratkan memiliki beberapa faktor penunjang yang harus dimiliki agar dalam proses pembinaannya mendapatkan prestasi yang maksimal. Oleh karena itu, dibutuhkan kualitas dari berbagai aspek latihan yang meliputi aspek fisik, teknik, taktik, dan mental. Harsono (1988, hlm. 100) mengungkapkan bahwa “Untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin, aspek latihan ada empat aspek yang harus diperhatikan secara seksama oleh atlet, yaitu latihan fisik, teknik, taktik, dan mental”. Dari penjelasan di atas

aspek-aspek tersebut sangatlah penting dalam pencapaian prestasi yang maksimal. Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik, pemain harus menguasai teknik dasar permainan sepakbola. Seperti yang diungkapkan dalam buku Harsono (1988, hlm. 100) bahwa :

Kesempurnaan teknik-teknik dasar dari setiap gerakan adalah penting oleh karena akan menentukan gerak keseluruhan. Oleh karena itu, gerak-gerak dasar setiap bentuk teknik yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga haruslah dilatih dan dikuasai secara sempurna.

Untuk itu pemain harus menguasai teknik dasar sepakbola. Sucipto (1999, hlm. 17) menyatakan bahwa teknik dasar yang harus dimiliki pemain sepakbola, yaitu:

- a. Menendang (*kicking*)
- b. Menghentikan (*stopping*)
- c. Menggiring (*dribbling*)
- d. Menyundul (*heading*)
- e. Merampas (*tackling*)
- f. Lemparan kedalam (*throw-in*)
- g. Dan menjaga gawang (*goal keeping*)

Beberapa teknik tersebut sama pentingnya dalam olahraga sepakbola, baik pada saat pola menyerang maupun bertahan. Salah satu teknik yang harus dikuasai dalam permainan sepakbola adalah menendang bola. Dalam permainan sepakbola, menendang bola merupakan faktor yang sangat dominan dibandingkan teknik dasar lainnya. Fungsi tendangan terdiri dari beberapa macam, yaitu : tendangan yang dapat di pergunakan untuk mengoper bola, menghalau bola, dan mencetak gol. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Sucipto (1999. Hlm. 17) bahwa: “Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the goal*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweping*)”.

Dalam permainan sepakbola pasti membutuhkan gol untuk memperoleh kemenangan, maka dari itu teknik dasar yang sangat menunjang untuk terciptanya gol tersebut adalah *shooting*. *Shooting* adalah tendangan ke arah gawang untuk menciptakan gol. Berdasarkan pengamatan penulis banyak sekali pemain depan kehilangan peluang mencetak gol karena hasil *shooting* yang tidak sempurna. Untuk memperbaiki hal tersebut penulis berupaya memberikan latihan yang berbeda yaitu latihan menggunakan target. Maksud dan tujuan digunakannya

latihan target ini dijelaskan oleh Mitchell, dkk (2003: 21) sebagai berikut: “*in target games, players score by throwing or striking a ball to a target*”. (Dalam permainan target, pemain diskor berdasarkan lemparan bola ke target).

Latihan target yang dimaksud adalah latihan yang membutuhkan tingkat ketepatan tinggi untuk memperoleh nilai. Locke, dkk (1981) mengemukakan bahwa: “*a goal is defined as attaining a specific standart of proficiency on a task, usually within a specified time limit*”. (target didefinisikan sebagai pencapaian suatu standar kemampuan tertentu dalam suatu tugas, biasanya terkait dalam batas waktu tertentu). Sedangkan menurut Garcia JA, Menayo R dan Sanchez J (2015) “*Target training is a variety of shooting exercises that require high concentration, calmness, focus and accuracy in training.*” (Latihan target merupakan variasi latihan *shooting* yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus dan ketepatan yang tinggi dalam latihannya). Dengan menggunakan variasi latihan memungkinkan untuk mendapatkan hasil yang sama baiknya dengan cara yang berbeda. Contohnya jika pelatih menginginkan pemain sepakbola *shooting* secara akurat ke area tertentu maka pelatih memberikan pendekatan latihan yang berbeda tetapi hasilnya dapat meningkatkan akurasi pemain saat *shooting*.

Teknik dasar *shooting* dapat dilakukan dengan beberapa pola latihan. Akan tetapi, pemain membutuhkan pola latihan yang menarik dan mudah dimengerti. *Shooting* jarak dekat tanpa gangguan dan tanpa target, *shooting* jarak dekat menggunakan gangguan dan target, *shooting* melewati rintangan menggunakan target merupakan teknik dasar *shooting* yang sudah menggunakan variasi latihan. Sehingga pola latihan ini dapat digunakan dalam latihan sepakbola dan diharapkan mampu meningkatkan ketepatan *shooting*.

Ketepatan *shooting* dalam sepakbola sangat penting, maka perlu upaya peningkatan ketepatan *shooting* guna menyempurnakan keterampilan yang dimiliki pemain. Pemain harus menguasai macam-macam teknik dasar bermain sepakbola. Kemampuan pemain menguasai teknik dasar bermain sepakbola baik secara individu maupun kolektif, melakukan *shooting* dengan baik dan tepat pada sasaran bagi pemain bukan merupakan hal yang mudah.

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, maka perlu dilakukan suatu penelitian untuk melihat bagaimana pengaruh latihan dengan menggunakan

alat bantu terhadap hasil *shooting* sehingga penulis mengangkat judul **“PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN TARGET UNTUK MENINGKATKAN KETEPATAN SASARAN *SHOOTING* DALAM CABOR SEPAKBOLA”**.

### **B. Identifikasi Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Banyak pemain depan Sepakbola yang kehilangan peluang mencetak gol karena *shooting* yang tidak sempurna

### **C. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan menggunakan target terhadap ketepatan sasaran *shooting* dalam permainan sepakbola?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui pengaruh latihan menggunakan target terhadap ketepatan sasaran *shooting* dalam cabang olahraga sepakbola.

### **E. Manfaat Penelitian**

Apabila penelitian ini terbukti pada tarap signifikan yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis ini adalah:

- a. Diharapkan informasi yang digali bermanfaat bagi mahasiswa atau pelatih di bidang olahraga untuk dapat mengembangkan konsep dasar dalam rangka meningkatkan prestasi olahraga terutama dalam cabang olahraga sepakbola.
- b. Bagi peneliti lain diharapkan tertarik untuk meneliti secara mendalam tentang masalah yang berhubungan dengan cabang olahraga sepakbola yang belum terjangkau dalam penelitian.

Valdy Dwi Nugraha, 2019

**PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN TARGET UNTUK MENINGKATKAN KETEPATAN SASARAN *SHOOTING* DALAM CABOR SEPAKBOLA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## 2. Manfaat praktis

Manfaat praktis adalah kegunaan bagi pelaksana diharapkan informasi yang telah diperoleh dalam penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi bagi Pembina dan pelatihan olahraga sepakbola di UKM sepakbola UPI.

## F. Batasan Masalah Penelitian

Batasan penelitian sangat dibutuhkan dalam sebuah penelitian, agar penelitian dapat terarah dan memiliki tujuan yang jelas. Maka penelitian ini akan dibatasi pada hal-hal berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan target.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil *shooting* (ketepatan) dalam cabang olahraga sepakbola.
3. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet UKM sepakbola UPI.

## G. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur Organisasi dalam penulisan skripsi yang peneliti tentukan adalah sebagai berikut:

- BAB I : Memuat tentang pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, batasan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian.
- BAB II : Menerangkan tentang konsep, teori, dan pendapat para ahli terkait dengan masalah yang akan diteliti.
- BAB III : Berisi penjabaran tentang metode penelitian, penentuan populasi, penentuan sampel, dan langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan.
- BAB IV : Pembahasan mengenai hasil pengukuran yang diproses melalui pengolahan dan analisis.
- BAB V : Menjelaskan mengenai kesimpulan dan saran yang terkait hasil penelitian.