

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah semua bentuk kegiatan fisik yang dilakukan baik dalam bentuk kompetitif atau juga santai. Olahraga pada umumnya bertujuan untuk memelihara atau meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik sambil memberikan efek relaksasi ke mereka yang melakukannya dan hiburan ke orang yang menonton. Olahraga juga semakin berkembang, orang-orang mengerjakannya untuk kebugaran jasmani, hiburan, serta sebagai suatu pencapaian prestasi.

Pertandingan olahraga diminati sebagai suguhan tontonan yang menarik, sehingga mempercepat tumbuh pesat klub olahraga, pusat kebugaran, dan perkumpulan olahraga yang bersifat olahraga rekreasi. Pada kehidupan modern, kebutuhan akan hiburan dan olahraga tidak dapat dipisahkan karena sudah hampir menjadi kebutuhan primer.

Futsal berasal dari bahasa Spanyol yaitu *Futbol Sala* yang artinya sepakbola ruangan. Permainan ini dimainkan oleh 5 pemain termasuk kiper, berbeda dengan *six soccer* yang dimainkan oleh 5 pemain ditambah 1 kiper. Futsal dimainkan di atas lantai kayu, semen dan rumput sintesis yang sedang menjadi *trend* di Indonesia. Akan tetapi untuk pertandingan resmi internasional biasanya dimainkan di atas lantai berbahan *rubber* atau *vinyl* berwarna biru muda.

Awal diketahuinya futsal oleh Juan Carlos Ceriani disebabkan dirinya yang letih dengan keadaan lapangan yang basah ketika hujan. Lapangan yang

selalu basah serta tergenang oleh air hujan menyebabkan dirinya dan juga teman-temannya tidak dapat bermain sepakbola. Karena penyebab tersebut, Juan Carlos Ceriani lalu mempunyai cara untuk membuat sebuah olahraga yang dapat dimainkan di dalam ruangan serta membuat terbitnya olahraga futsal.

Saryono (2008:49) mengatakan bahwa futsal adalah *invasion games* yang dimainkan lima lawan lima dengan durasi waktu tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang, dan bola yang relatif lebih kecil dari permainan sepakbola.

Permainan futsal juga memberikan manfaat bagi sistem ketahanan tubuh karena nyaris sepanjang permainan, seorang pemain akan berlari kesegala penjuru lapangan, nyaris tanpa henti. Menurut Irawan (2009:22), teknik-teknik dasar dalam futsal ada beberapa macam, seperti *receiving* (menerima bola), *shooting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), *ciping* (mengumpan bola dilambungkan), *heading* (menyundul bola), *dribbling* (menggiring bola). Terdapat berbagai teknik dan gerakan yang bisa dilakukan pemain di dalam lapangan. Sehingga di dalam lapangan terdapat berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki setiap pemain sangatlah mendukung dalam penguasaan bola untuk mencapai sebuah kemenangan. Pada kenyataan di lapangan, permainan futsal didominasi oleh penguasaan bola *passing* cepat antar pemain dan kemampuan *shooting* yang bagus.

Shooting adalah tendangan ke arah gawang. Teknik ini sebenarnya mudah namun membutuhkan ketepatan sasaran sehingga tercipta gol.

Shooting dalam futsal merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, teknik ini merupakan senjata paling ampuh untuk menciptakan gol, karena seluruh pemain futsal dapat kesempatan untuk menciptakan gol dan memenangkan pertandingan. *Shooting* dapat dilakukan melalui beberapa posisi kaki, yaitu dengan menggunakan punggung kaki, ujung kaki dan bagian dalam kaki. Namun *shooting* dengan punggung lebih efektif dan sering dilakukan oleh para pemain.

Atlet futsal putri Unimed, berjadwal latihan 3 kali dalam seminggu yaitu pada hari Senin, Kamis, dan Sabtu, pukul 16.00 s/d 17.00 WIB. Bentuk latihan yang dilatih seperti: 1. Latihan daya tahan tubuh, 2. Latihan kecepatan 3. Latihan kekuatan, 4. Latihan kelenturan. Sarana dan prasarana dalam menunjang program latihan futsal di UNIMED, sudah cukup mumpuni dengan tersedianya lapangan futsal, *cone* yang berjumlah 30 *cone*, 5 bola futsal. Dengan ada sarana prasarana ini dapat meningkatkan motivasi dan kemampuan atlet dalam mengikuti pelatihan futsal di Unimed.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan, peneliti melihat pemberian materi *shooting* dari pelatih futsal Putri Unimed, masih monoton sehingga atlet kurang termotivasi dalam latihan. Berdasarkan wawancara dengan pelatih futsal putri Unimed, kemampuan ketepatan *shooting* di Futsal Putri Unimed masih sangat rendah dan kurang maksimal, *shooting* yang dilakukan atlet putri futsal di Unimed saat latihan maupun pertandingan tidak dapat memanfaatkan peluang karena hasil tendangannya melebar, melambung di atas mistar gawang atau terbentur pemain bertahan lawan. Pada saat berlatih, atlet dinilai kurang antusias dan kurang tertarik dengan metode latihan yang

diberikan pelatih sehingga proses latihan tidak maksimal. Kurangnya variasi latihan menendang ke berbagai sasaran untuk meningkatkan kemampuan ketepatan *shooting* dalam permainan futsal disinyalir menjadi penyebab buruknya *shooting* atlet putri klub futsal Unimed.

Atlet cenderung hanya menggunakan kekuatan saja saat melakukan *shooting* tetapi tidak bisa mengarahkan bola pada gawang, sehingga peluang yang mereka peroleh tidak menghasilkan apapun. Latihan variasi menendang ke berbagai sasaran, ini merupakan permainan yang bertujuan untuk meningkatkan ketepatan *shooting*, dengan latihan variasi menendang keterampilan seorang pemain tingkat ketepatan *shooting* meningkat, sasaran utama dari setiap serangan adalah mencetak gol.

Mielke (2007:67) mengatakan cara yang paling tepat untuk mengembangkan teknik *shooting* adalah melatih tendangan *shooting* berkali-kali menggunakan teknik *shooting* yang benar. Berdasarkan pernyataan ini, penulis menyimpulkan bahwa kemungkinan latihan variasi menendang ke berbagai sasaran dapat diterapkan menjadi sebuah metode latihan dengan tujuan peningkatan ketepatan tendangan *shooting* menggunakan punggung kaki dalam cabang olahraga futsal. Melihat hasil observasi yang dilakukan pada atlet futsal Putri Unimed, penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian tentang pengaruh variasi tendangan *shooting* menggunakan punggung kaki terhadap ketepatan *shooting* pada atlet futsal putri Unimed tahun 2021

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, terdapat beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut, Faktor – faktor apa saja yang dapat meningkatkan hasil *shooting* dalam futsal ? Apakah kemampuan *shooting* yang baik sangat menunjang dalam peningkatan prestasi dalam permainan futsal ? Apakah latihan *shooting* dapat meningkatkan kemampuan *shooting*? Apakah variasi latihan tendangan menggunakan punggung kaki dapat meningkatkan kemampuan *shooting*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pertimbangan pada masalah yang akan diteliti cukup luas seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah, maka penelitian ini kiranya perlu dibatasi. Permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah “Pengaruh variasi latihan tendangan menggunakan punggung kaki terhadap ketepatan *shooting* pada atlet futsal putri unimed tahun 2021”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada pembatasan masalah di atas, maka sebagai masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah pengaruh latihan variasi tendangan menggunakan punggung kaki memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *shooting* pada Atlet Futsal Putri Unimed tahun 2021?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan dari variasi latihan tendangan menggunakan punggung kaki terhadap ketepatan *shooting* atlet futsal putri Unimed Tahun 2021.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Memberi bahan masukan dan pertimbangan yang bermanfaat bagi para pengembang, penyempurna khususnya para peminat olahraga futsal tentang variasi latihan tendangan menggunakan punggung kaki terhadap ketepatan *shooting*.
2. Memberi informasi yang bersifat ilmiah, ataupun dapat dijadikan sebagai bahan diskusi atau seminar ataupun bisa menjadi objek penelitian selanjutnya.
3. Dapat dijadikan pedoman pada pembinaan atlet futsal putri sehingga dalam melakukan *shooting* hasilnya akan lebih baik

THE
Character Building
UNIVERSITY