

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola Indonesia hingga kini masih terus berkembang, dengan berbagai perubahan taktik, teknologi, dan budaya. Perubahan-perubahan tersebut menunjukkan bahwa selain menjadi olahraga yang digemari, sepak bola juga mengalami perubahan yang menarik di sejumlah bidang. Dalam olahraga sepak bola, dua tim yang masing-masing beranggotakan sebelas pemain saling bertanding. Tujuannya adalah mencetak gol dengan memanfaatkan kaki atau anggota tubuh lain selain tangan atau lengan untuk mengoper bola ke gawang lawan (kecuali kiper yang berada di area gawang). Pemenangnya adalah tim yang mencetak gol terbanyak sepanjang waktu pertandingan yang telah ditentukan. Biasanya, lapangan rumput dengan dimensi tertentu digunakan untuk permainan sepak bola. Kiper masing-masing tim bertugas menjaga gawang di bagian tengah lapangan. Wasit membunyikan peluit, dan tendangan tengah memulai permainan. Dengan mengoper, menggiring, dan mengolah bola, tim berusaha menguasai bola dan menciptakan peluang mencetak gol. Sucipto (2023:1) mendefinisikan sepak bola sebagai permainan di mana dua tim bersaing untuk mencetak gol ke gawang lawan. Kemudian, sepak bola merupakan olahraga beregu yang setiap regunya, termasuk kiper, beranggotakan sebelas orang pemain (Agustina 2020:1). Kiper diperbolehkan menggunakan tangannya, tetapi selain itu, anggota tubuh mana pun boleh digunakan untuk bermain sepak bola.

Di seluruh dunia, sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer dengan penggemar yang cukup banyak. Liga Champions UEFA, Piala Dunia FIFA, dan kompetisi klub dan internasional ternama lainnya juga

merupakan bagian dari sepak bola. Manfaat sepak bola lainnya yang terkenal adalah menumbuhkan rasa kompetisi dan persaudaraan di antara pemain dan pendukung. Seorang pemain sepak bola harus menguasai metode dasar karena ini merupakan prasyarat utama untuk menjadi pemain yang kompeten dengan kemampuan teknik yang sangat baik. Kontrol (menghentikan bola untuk dikendalikan), menembak (menendang bola ke arah gawang dengan kaki), menyundul (menyundul bola), menggiring bola (menggiring bola), dan mengoper (mengoper bola) merupakan beberapa keterampilan dasar sepak bola yang harus dimiliki seorang pemain. Menembak merupakan keterampilan dasar sepak bola yang paling penting untuk dipelajari dan keterampilan ini memberikan keuntungan yang signifikan untuk memenangkan pertandingan.

Shooting dalam sepak bola merupakan salah satu aspek paling penting dalam mencetak gol, yang pada gilirannya merupakan tujuan utama dari permainan. Tim yang efektif dalam menembak memiliki peluang lebih besar untuk mencetak gol dan akhirnya memenangkan pertandingan. Dalam sebuah pertandingan, tim mungkin memiliki banyak peluang untuk mencetak gol, namun tanpa *shooting* yang tepat, peluang itu tidak akan berarti apa-apa. Dengan melakukan *shooting* yang baik, tim dapat mengubah peluang menjadi gol yang nyata. Menembak memegang peranan penting dalam permainan sepak bola. Dalam pertandingan, pemain sering melakukan tendangan jarak jauh yang tidak hanya berfungsi untuk mencetak gol, tetapi juga untuk memberikan umpan panjang kepada rekan setim atau membersihkan area pertahanan saat diserang lawan (Supriadi 2023:68).

Berdasarkan pengamatan awal peneliti dan informasi dari pelatih, atlet SSB Mitra Prestasi, khususnya yang berusia 12-14 tahun, belum memiliki kemampuan menembak yang memadai. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah belum adanya pelatihan khusus untuk keterampilan menembak. Untuk melakukan tendangan yang akurat dan efektif, seseorang harus menjaga posisi awal, posisi bola, kontak kaki dengan bola, gerakan kaki, lintasan tendangan, dan fokus sasaran. Variasi latihan menembak selama latihan bertujuan untuk meningkatkan keterampilan mencetak gol pemain. Hal ini juga akan menumbuhkan kebiasaan memanfaatkan peluang untuk mencapai tujuan dan mengamankan kemenangan. Melakukan beberapa variasi latihan akan meningkatkan keterampilan menembak pemain yang dapat diterapkan dalam berbagai skenario permainan.

Latihan menembak dari berbagai sudut, jarak, dan situasi dapat meningkatkan kemampuan pemain untuk menyesuaikan tembakan mereka dengan situasi di lapangan. Latihan yang berulang-ulang dapat menyebabkan kebosanan dan motivasi yang menurun. Dengan menawarkan banyak variasi latihan menembak, peserta tetap terlibat dan termotivasi untuk meningkatkan kemampuan mereka. Tujuan utama bermain sepak bola adalah untuk mencapai kemenangan, yang dicapai ketika satu pihak mencetak lebih banyak gol daripada tim lain. Mencapai hal ini sulit karena kehadiran seorang penjaga gawang dalam sepak bola. Akibatnya, untuk berhasil mencetak gol, pemain harus pandai mengidentifikasi kelemahan penjaga gawang. Area rentan penjaga gawang termasuk sudut kanan atas dan kiri, serta sudut kanan bawah dan kiri gawang. Instrumen uji akurasi tendangan ke gawang menunjukkan dengan angka-angka

besar ditempatkan di sudut kanan dan kiri gawang. Berdasarkan uji tendangan pertama, ada 70% pemain yang berada di kelompok rendah dan 30% yang memiliki bakat sedang. Dari statistik saat ini, dapat dikatakan bahwa kemampuan teknik menembak atlet SSB Mitra Prestasi masih kurang dan perlu ditingkatkan.

Penelitian dilakukan untuk mengetahui apakah ada peningkatan kemampuan *shooting* sekolah sepak bola mitra prestasi setelah diberikan variasi latihan.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan *Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepakbola SSB Mitra Prestasi Umur 12-14”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka masalah yang diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- a. Faktor-faktor apa saja yang dapat meningkatkan hasil teknik *shooting* bola dalam permainan sepakbola?
- b. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi teknik *shooting* dalam permainan sepakbola?
- c. Latihan apa sajakah yang mendukung hasil teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola?
- d. Apakah terdapat pengaruh latihan variasi terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola?

1.3 Pembatasan Masalah

Untuk menghindari kesalahpahaman dan penafsiran serta mempertegas sasaran yang akan diteliti, peneliti memberikan pembatasan untuk mengarahkan kefokus masalah yang menjadi sasaran dari penelitian adalah “Pengaruh Variasi Latihan *Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Sepakbola SSB Mitra Prestasi Umur 12-14”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari variasi latihan *shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada usia 12-14 tahun SSB Mitra Prestasi pada pertemuan 1 s/d 9?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari variasi latihan *shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada usia 12-14 tahun SSB Mitra Prestasi pada pertemuan 10 s/d 18?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari variasi latihan *shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada usia 12-14 tahun SSB Mitra Prestasi 1 s/d 18?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembahasan masalah yang dikemukakan diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui.

1. Pengaruh variasi latihan *shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting*

dalam permainan sepak bola pada usia 12-14 tahun SSB Mitra Prestasi pada pertemuan 1 s/d 9

2. Pengaruh variasi latihan *shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada usia 12-14 tahun SSB Mitra Prestasi pada pertemuan 10 s/d 18
3. Pengaruh variasi latihan *shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada usia 12-14 tahun SSB Mitra Prestasi pada pertemuan 1 s/d 18.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Sebagai sumbangan memecahkan masalah keterampilan *shooting* dalam meningkatkan prestasi olahraga khususnya sepak bola pada SSB Mitra Prestasi.
- b. Memberikan informasi tentang pentingnya latihan *shooting* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola.
- c. Sebagai bahan masukan bagi para pelatih, Pembina, serta guru olahraga dalam menunjang penyusunan program latihan pada cabang olahraga sepak bola.
- d. Menambah pengetahuan dan memperluas wawasan penulis dalam upaya meningkatkan teknik *shooting* pada cabang olahraga sepak bola.
- e. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan cabang olahraga sepak bola bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan.