

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan banyak digemari oleh masyarakat baik di Indonesia maupun di dunia. Tidak hanya di Indonesia saja, sepakbola juga menempati tempat teratas sebagai olahraga paling digemari di seluruh dunia. Ini terbukti dengan makin banyaknya anak-anak, remaja, dewasa, bahkan orangtua yang memainkan permainan ini baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Dewasa ini perkembangan permainan sepakbola sangat pesat, tidak hanya sebagai olahraga rekreasi atau pengisi waktu luang saja tetapi sepakbola sudah menjadi olahraga prestasi yang bisa dibanggakan oleh seluruh bangsa di dunia karena dapat memicu pembangunan nasional (Putra dkk., 2024: 241).

Sepakbola ialah cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh 2 regu, masing-masing regu sebanyak 11 (sebelas) orang yang tujuannya untuk memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang regu lawan (Surohmat, 2020: 85). Selanjutnya Naufal dkk (2022: 14) menjelaskan bahwa permainan sepakbola adalah cabang permainan olahraga beregu atau secara tim. Masing-masing tim pada saat pertandingan terdiri dari 11 pemain. 11 pemain tersebut memiliki tugas yang berbeda, dimulai dari penjaga gawang yang bertugas untuk melindungi gawang, pemain belakang yang bertugas membantu pertahanan, pemain tengah yang bertugas mengatur jalannya permainan dan sebagai penghubung antara pemain belakang dan penyerang, serta yang terakhir adalah penyerang yang berperan untuk membuat gol ke gawang tim lawan.

Untuk mencapai prestasi dalam sepak bola seorang pemain harus memiliki fisik yang prima, teknik dasar yang terasah, pemahaman taktik yang baik, serta mental yang stabil. Keempat faktor ini merupakan fondasi yang saling melengkapi dalam membangun performa optimal di lapangan (Sugiyanto, 2023: 30). Hal senada dikemukakan Perdana (2024: 8) bahwa aspek fisik, teknik, taktik dan mental memiliki peran yang sangat penting dalam pencapaian prestasi maksimal. Jika seorang pemain memiliki kemampuan teknik, taktik dan mental yang baik tetapi tidak didukung oleh kondisi fisik yang memadai, pemain tersebut akan mudah mengalami kelelahan selama pertandingan. Kelelahan ini dapat mengganggu kemampuan teknisnya yang pada akhirnya membuat taktik yang diterapkan oleh pelatih menjadi kurang efektif. Selain itu, mental pantang menyerah pun akan melemah jika fisik dan teknik terganggu, sehingga performa dan prestasi pemain menjadi tidak optimal. Dengan demikian, keempat aspek ini saling berkaitan dan harus dikelola secara bersamaan untuk mencapai prestasi maksimal.

Untuk menghasilkan performa yang optimal dalam permainan sepakbola, penguasaan teknik dasar menjadi salah satu aspek yang sangat penting. Menurut Sugiyanto (2023: 25) teknik dasar sepakbola adalah gerakan fundamental yang wajib dikuasai oleh setiap pemain. Pemahaman dan penguasaan teknik dasar ini memungkinkan pemain untuk berkontribusi secara maksimal dalam permainan. Indarto (2019: 13-15) menjelaskan ada beberapa teknik dasar sepakbola yang harus dikuasai pemain, antara lain yaitu: *passing* (teknik mengoper bola), *control* (teknik menghentikan bola), *dribbling* (teknik menggiring bola), *shooting* (teknik

menendang atau menembak bola dengan keras ke gawang lawan), *heading* (teknik menyudul bola), *intercepting* (teknik merebut bola), *sliding tackle* (teknik menyapu bola), *throw in* (teknik lemparan ke dalam), *goal keeping* (teknik menangkap bola), dan *juggling* (teknik menimang bola untuk melatih kontrol bola).

Salah satu teknik paling yang sangat penting yang harus dikuasai pemain dalam sepakbola adalah *shooting*. Menurut Agustina (2020: 33-34) *shooting* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik ini merupakan cara untuk menciptakan gol dalam memenangkan pertandingan. Menembak bola kearah gawang merupakan salah satu tujuan dari menendang dalam permainan sepakbola. Selanjutnya Wibisono dan Widodo (2018: 480) menyatakan bahwa “teknik *shooting* adalah proses menendang bola dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan. Penguasaan teknik ini sangat penting untuk meningkatkan keterampilan bermain sepak bola”. Kemampuan *shooting* yang optimal membutuhkan perpaduan antara kekuatan dan akurasi. Pemain yang memiliki keterampilan *shooting* yang baik dapat memberikan kontribusi besar dalam meningkatkan peluang tim untuk mencetak gol dan meraih kemenangan. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan *shooting* menjadi salah satu prioritas utama dalam program pelatihan bagi atlet. Tujuannya tidak hanya untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar, tetapi juga membekali pemain dengan kemampuan pengambilan keputusan yang efektif dalam situasi pertandingan.

Sepakbola di Indonesia telah menjadi olahraga yang sangat populer dan digemari oleh berbagai kalangan masyarakat. Popularitas ini mendorong munculnya berbagai sekolah dan klub sepakbola di berbagai wilayah. Di Provinsi

Aceh khususnya Kabupaten Aceh Besar perkembangan ini juga terlihat dengan semakin banyaknya sekolah dan klub sepakbola yang berdiri. Sekolah dan klub-klub sepakbola membuka peluang bagi masyarakat yang ingin mengembangkan bakat dan minat mereka dalam olahraga sepakbola. Kehadiran sekolah dan klub-klub sepakbola memberikan dampak positif yang signifikan terhadap perkembangan sepakbola di Indonesia. Dengan semakin banyaknya sekolah dan klub yang bermunculan, diharapkan akan lahir generasi pemain muda berbakat yang memiliki kemampuan teknik bermain yang unggul. Kehadiran pemain-pemain berkualitas ini nantinya dapat membentuk tim atau kesebelasan yang mampu bersaing secara kompetitif dengan tim-tim kuat dari daerah lain.

Klub Perseco Samahani merupakan salah satu klub sepakbola yang berada di daerah Aceh Besar tepatnya berlokasi di Desa Teu Dayah, Kecamatan Samahani, Kabupaten Aceh Besar yang didirikan pada tahun 1961. Klub Perseco Samahani telah melalui perjalanan panjang lintas generasi dan berhasil meraih sejumlah prestasi di tingkat regional. Salah satu pencapaian terbaru adalah menjadi Juara 1 dalam Turnamen HUT Panser Lhoong pada tahun 2019. Untuk menjaga konsistensi performa, Klub Perseco Samahani rutin mengadakan latihan tiga kali seminggu, yakni setiap hari Senin, Rabu, dan Jumat, di bawah bimbingan pelatih Coach Ikhwan.

Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi selama latihan pada pemain Klub Perseco Samahani tanggal 7–14 Januari 2025, ditemukan bahwa masih banyak pemain yang melakukan kesalahan dalam teknik *shooting*. Beberapa kesalahan yang sering terjadi meliputi tendangan yang melambung, keluar dari

target, serta kurangnya konsentrasi saat melakukan *shooting*. Hal ini disebabkan oleh teknik *shooting* yang belum dikuasai dengan baik, sehingga berdampak pada rendahnya akurasi tembakan. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah ini adalah latihan permainan target, yang membantu pemain melatih konsentrasi dan meningkatkan ketepatan tendangan ke arah sasaran. Selain itu, permainan target bersifat menyenangkan, sehingga pemain dapat mengikuti latihan dengan antusias tanpa merasa bosan, sekaligus mengatasi kesulitan dalam melakukan *shooting* yang tepat sasaran. Kurniawan (2023: 60) menyebutkan bahwa “latihan berbasis permainan tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis tetapi juga menciptakan motivasi berlatih yang tinggi”. Dengan implementasi yang tepat, metode ini diharapkan dapat menjadi solusi yang efektif untuk mengatasi permasalahan *shooting* di Klub Perseco Samahani.

Berdasarkan uraian di atas serta perlu adanya penelitian tentang pengaruh latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting*, maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul: “***Implementasi Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting pada Pemain Klub Perseco Samahani***”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat penulis identifikasi masalah yang muncul sebagai berikut:

1. Kurangnya penguasaan teknik *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani.
2. Tingkat ketepatan teknik *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani masih rendah.

3. Kurangnya metode latihan yang efektif untuk meningkatkan ketepatan *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani.
4. Belum diketahuinya pengaruh implementasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi permasalahan di atas, maka peneliti memberi batasan penelitian yaitu: “Pengaruh implementasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penulis dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat pengaruh implementasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui pengaruh implementasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani”.

1.6 Manfaat Penelitian

Setiap hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi pengembangan ilmu yang dijadikan obyek penelitian. Adapun manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah:

1.6.1 Secara Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis adalah untuk memperkaya literatur ilmu olahraga, khususnya dalam konteks teknik latihan yang menggunakan metode permainan target. Penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang efektivitas implementasi metode latihan permainan target dalam meningkatkan ketepatan *shooting*, serta menjelaskan mekanisme fisiologis yang mendasari peningkatan tersebut. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi akademisi, pelatih dan peneliti lainnya yang ingin mengeksplorasi pengaruh antara jenis latihan dan peningkatan keterampilan teknik dalam sepakbola serta mendorong penelitian lebih lanjut dalam bidang ini.

1.6.2 Secara Praktis

1. Bagi pemain, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan ketepatan *shooting* melalui penerapan latihan permainan target sehingga mereka dapat tampil lebih baik dalam pertandingan.
2. Pelatih akan memperoleh panduan yang jelas mengenai metode latihan efektif, memungkinkan mereka untuk merancang program yang lebih terfokus pada pengembangan keterampilan teknik.
3. Klub Perseco Samahani, sebagai lembaga pembinaan dapat menerapkan temuan ini untuk meningkatkan kualitas pelatihan dan reputasi mereka di komunitas sepakbola
4. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini akan menjadi dasar yang berharga untuk studi lebih lanjut tentang teknik latihan lainnya dan

pengaruhnya terhadap perkembangan kemampuan atlet, serta untuk mengeksplorasi aplikasinya dalam konteks olahraga yang lebih luas.

1.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari sebuah rumusan masalah dalam sebuah penelitian. Menurut Sugiyono (2017: 64) hipotesis diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Berdasarkan pernyataan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut:

- Rumusan Hipotesis Nol (H_0): Tidak terdapat pengaruh implementasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani.
- Rumusan Hipotesis Alternatif (H_a): Terdapat pengaruh implementasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* pada pemain Klub Perseco Samahani.