

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah suatu cabang olahraga yang sangat digemari dan diminati semua lapisan masyarakat di Indonesia maupun di Dunia. Baik dari anak-anak sampai orang dewasa, laki-laki maupun perempuan. Bukan hanya saja di kota-kota besar permainan sepak bola digandrungi tapi di desa-desa, bahkan pelosok kampung banyak orang memainkannya. Peningkatan minat Masyarakat terhadap olahraga sepakbola semakin bertambah besar disebabkan karena olahraga sepakbola merupakan olahraga dalam bentuk dan pola permainan. Pengertian sepakbola adalah suatu olahraga yang dilakukan secara beregu dan beranggotakan 11 orang pemain, dimana terdiri dari satu 1 orang penjaga gawang dan 10 pemain yang masing-masing mempunyai posisi sebagai penyerang, pemain tengah dan pemain bertahan. Di dalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali lengan dan tangan terkecuali penjaga gawang (Nusufi, 2016).

Permainan sepak bola selain mengasyikkan, menyenangkan sebagai hobi, ternyata juga dapat membuahkan prestasi. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pertandingan sepakbola yang digelar oleh Masyarakat di seluruh dunia, mulai dari tingkat local, nasional hingga Tingkat internasional. Beribu-ribu bahkan berjuta-juta pasang mata menjadi saksi betapa luar biasanya pertandingan yang disaksikan, terlebih ketika laga pertandingan bergengsi itu sedang digelar untuk memperebutkan sebuah gelar atau piala. Sehingga untuk dapat mencapai

prestasi tersebut diperlukan pembinaan bakat yang dimulai dari usia dini. Pembinaan sepakbola usia dini menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi prestasi olahraga permainan sepakbola, karena pembinaan diusia dini akan melahirkan pemain-pemain profesional yang dibutuhkan dalam pencapaian prestasi yang maksimal.

Pertandingan sepakbola bertujuan untuk untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan agar bisa memenangkan pertandingan sesuai dengan pendapat A. Luxbacher dalam (Amiq, 2016) yang menyatakan bahwa pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebol gawang lawan. Tim yang mampu unggul jumlah gol dari lawannya dalam pertandingan sepakbola dinyatakan sebagai pemenangnya. Permainan sepakbola dimainkan dalam waktu 45 menit x 2 atau 90 menit dengan waktu istirahat dari babak 1 ke babak 2 sekitar 10 – 15 menit (Firzani, 2010).

Pembinaan prestasi pada atlet meliputi empat (4) factor utama yang menentukan kemampuan atlet, antara lain: kondisi fisik, teknik, taktik, strategi dan, mental (psikis) (Handoko, 2018). Untuk dapat mencapai tujuan bermain sepakbola yaitu meraih kemenangan dengan menciptakan gol lebih banyak dari kebobolan, maka pemain diharuskan menguasai teknik dasar sepakbola yang baik (Noordia, 2022). Permainan sepakbola yang atraktif membutuhkan teknik dasar yang baik, permainan sepakbola memiliki teknik dasar diantaranya: *passing, control, dribbling, shooting, heading, intercepting, sliding, throw in,*

goal keeping (Pratama et al., 2022). Pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk meneliti tentang teknik dasar *shooting*.

Kondisi fisik seorang atlet memegang peranan yang sangat penting. Dengan tunjangan kondisi fisik yang baik akan meningkatkan kebugaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh sehingga dengan demikian memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Ada beberapa kondisi fisik yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola, diantaranya: kelincahan, keseimbangan, daya ledak otot tungkai, koordinasi mata kaki, daya tahan dan masih banyak lagi.

Keseimbangan dan kekuatan otot tungkai juga sangat diperlukan agar dapat melakukan *shooting* dengan maksimal. kekuatan otot tungkai adalah kemampuan sekelompok otot dalam melakukan dalam suatu gerak maupun mengatasi beban. Dalam permainan sepakbola didominasi dengan gerakan lari dan menendang bola. Peranan otot tungkai pada gerakan lari dan menendang bola sangat penting. Untuk itu kelompok otot tungkai merupakan faktor pendukung utama untuk keberhasilan pada permainan sepakbola.

Faktor kondisi fisik kekuatan otot tungkai diperlukan saat melakukan *shooting*, faktor keseimbangan setiap pemain sepakbola juga harus diperhatikan saat melakukan *shooting*. Semua ini dikarenakan tidak mungkin seorang pemain sepakbola dapat melakukan *shooting* dengan baik dan benar jika tidak memiliki keseimbangan. Keseimbangan juga menentukan keberhasilan seorang pemain sepakbola saat melakukan *shooting*. *Shooting* tidak hanya dilakukan dari jarak dekat, tetapi juga bisa dilakukan dari jarak yang jauh. Hal ini juga

menuntut seorang pemain sepakbola untuk memiliki keseimbangan dan kemampuan *shooting* dengan baik.

Kemampuan *shooting* penting dimiliki pemain karena tidak mungkin bagi pemain untuk mencetak gol tanpa memiliki kemampuan tersebut. Kemenangan sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemain melihat peluang dan melakukan *shooting* kearah target secara tepat. Kemampuan *shooting* dapat didukung dengan awalan pada saat melakukan *shooting* dengan akurasi yang tepat. Seperti contoh pada pemain profesional, pemain sepak bola yang menguasai teknik *shooting* yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat mencetak goal ke gawang lawan. *Shooting is a way to kick the ball with hard feet with the aim of creating a goal* (Nugraha, Hidayah, & Sulaiman, 2019).

Peneliti tertarik meneliti Teknik dasar *shooting* karena *shooting* dalam permainan sepakbola merupakan salah satu teknik yang memegang peranan penting dalam permainan sepakbola. Karena tujuan *shooting* adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan dengan tujuan memperoleh poin untuk merubah keadaan atau sering disebut skor. Menurut, Iwan (2015) memberikan penjelasan mengenai *shooting*, yaitu “Tendangan yang diawali dengan kaki mendekati bola dari belakang pada sudut tipis. Lalu letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola, tekukkan lutut kaki tersebut. Rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan, lalu tarik kaki yang akan menendang ke belakang, luruskan kaki tersebut, kepala tidak bergerak kemudian fokuskan perhatian pada bola”.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan peneliti di lapangan, kemampuan akurasi *shooting* masuk dalam katagori penguasaan keterampilan dasar sepakbola SMK Bogor Muhiddin School masih kurang baik, dari beberapa sesi latihan maupun bertanding terlihat bahwa siswa melakukan *shooting* yang kurang akurat dan tidak terlalu kuat. masih terlihat sebagian besar pemain masih belum bagus dalam teknik akurasi *shooting*, hal ini dikarenakan kemampuan siswa dan teknik bermain yang masih belum baik khususnya ketika melalukan *shooting*. *Shooting* yang dilakukan oleh pemain masih banyak yang tidak terarah dan mudah di tangkap oleh penjaga gawang.

Hal ini dipengaruhi oleh pelatih belum memberikan latihan-latihan pembinaan yang dapat meningkatkan kekuatan otot tungkai pada pemain sehingga kekuatan otot tungkai pada pemain menjadi lemah. Sementara diketahui kekuatan otot tungkai sangat dibutuhkan dalam melakukan *shooting*.

Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “hubungan keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan akurasi *shooting* siswa ekstrakurikuler sepakbola SMK bogor muhiddin school”.

B. Identifikasi Masalah

Bedasarkan latar belakang tersebut, peneliti menetapkan fokus permasalahan sebagai berikut:

1. Kurangnya akurasi *shooting* yang dilakukan oleh siswa SMK Bogor Muhiddin School.
2. Pentingnya pembinaan sepak bola
3. Tidak stabilnya posisi siswa pada saat melakukan *shooting*.

4. Masih lemahnya kekuatan otot tungkai yang dimiliki oleh siswa Smk Bogor Muhiddin School.
5. Masih sedikit program latihan *shooting* yang diterapkan oleh pelatih.
6. Ada hubungan antara keseimbangan terhadap akurasi *shooting*.
7. Ada hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap akurasi *shooting*.
8. Hubungan keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* sepakbola.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, untuk menghindari meluasnya masalah dan untuk mempermudah peneliti perlu membatasi masalah. Adapun pembatasan masalah pada penelitian ini adalah: Hubungan keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan akurasi *shooting* pada siswa ekstrakurikuler sepak bola Smk Bogor Muhiddin School.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, pembatasan masalah yang berkaitan dengan penelitian, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan keseimbangan terhadap kemampuan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMK Bogor Muhiddin School?
2. Apakah terdapat hubungan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMK Bogor Muhiddin School?

3. Apakah terdapat hubungan keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMK Bogor Muhiddin School?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis.
 - a. Bagi para pembaca dapat menambah pengetahuan dalam bidang sepakbola bahwa adanya hubungan keseimbangan dan kekuatan otot tungkai terhadap akurasi *shooting*.
 - b. Hasil penelitian bisa digunakan sebagai informasi ilmiah dalam pelatihan cabang olahraga sepakbola.
2. Secara Praktis.
 - a. Bagi pelatih dapat dijadikan sebagai bahan untuk meningkatkan program latihan demi menunjang hasil Latihan *shooting* untuk lebih baik lagi.
 - b. Bagi para siswa dapat di jadikan sebagai bahan untuk meningkatkan latihan dengan baik lagi dan menjadikan ini sebagai acuan untuk meningkatkan hasil *shooting* yang lebih baik lagi.