

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola adalah permainan yang bertujuan memperoleh kemenangan berdasarkan aturan *FIFA*, yaitu dengan berusaha mencetak gol lebih banyak ke gawang lawan serta mempertahankan area sendiri agar tidak kebobolan (Danurwinda *et al.*, 2017). Dalam konteks permainan sepak bola modern, kemampuan mencetak gol menjadi indikator utama keberhasilan tim, sehingga penguasaan teknik *shooting* memiliki peranan yang sangat penting. Dalam permainan sepak bola modern, keberhasilan mencetak gol sangat ditentukan oleh kualitas *shooting*, yang mencakup akurasi, kekuatan tendangan, koordinasi gerak, serta konsistensi teknik dalam berbagai situasi permainan (Widyanata *et al.*, 2025). Oleh karena itu, *shooting* menjadi salah satu teknik dasar yang harus dilatihkan secara terstruktur dan berkelanjutan.

Namun, berdasarkan hasil pengamatan awal selama beberapa sesi latihan dan pertandingan serta diskusi dengan pelatih kelompok usia 15–17 tahun di Bintang *Junior Soccer School*, ditemukan bahwa kualitas *shooting* pemain masih belum optimal. Banyak peluang mencetak gol gagal dikonversi akibat akurasi tembakan yang rendah, kekuatan tendangan yang tidak stabil, serta inkonsistensi teknik saat penyelesaian akhir.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa dari 22 peluang yang tercipta di dalam kotak penalti, hanya 3 peluang yang berhasil menjadi gol. Sebagian besar kegagalan disebabkan oleh *first touch* yang kurang terkontrol dan kualitas umpan yang tidak konsisten baik dari segi arah maupun kecepatan. Pelatih juga menyampaikan bahwa pola latihan *shooting* yang digunakan masih cenderung repetitif, kurang bervariasi, dan sangat bergantung pada kualitas pengumpan, sehingga pemain tidak memperoleh kualitas bola yang sama pada setiap repetisi latihan.

Latihan *shooting* yang tidak konsisten dalam kualitas stimulus akan menghambat proses pembelajaran teknik, karena penguasaan keterampilan motorik membutuhkan repetisi yang seragam dan terkontrol. Selain itu, pemain usia 15–17 tahun berada pada fase puncak pertumbuhan biologis yang menuntut latihan lebih sistematis dan terukur untuk mengoptimalkan koordinasi, kekuatan, dan presisi gerak (Nobari *et al.*, 2022). Ketidaksesuaian antara kebutuhan perkembangan atlet dan pola latihan yang digunakan dapat menyebabkan peningkatan performa *shooting* tidak berkembang secara optimal.

Kondisi latihan *shooting* yang masih bergantung pada metode manual dan tradisional menyebabkan stimulus latihan menjadi tidak konsisten. Variasi arah, kecepatan, dan karakteristik datangnya bola sangat dipengaruhi oleh subjektivitas pelatih atau rekan setim, sehingga kualitas repetisi latihan sulit diseragamkan. Akibatnya, latihan *shooting* menjadi kurang terukur dan kurang optimal dalam membentuk konsistensi teknik pemain, khususnya pada situasi penyelesaian akhir.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pengembangan model latihan *shooting* yang mampu memberikan stimulus latihan secara konsisten dan terukur. Salah satu alternatif yang relevan adalah pemanfaatan teknologi *ball launcher*, yang memungkinkan pemberian umpan bola secara otomatis dengan pengaturan arah, kecepatan, dan tinggi bola yang relatif seragam. Penggunaan *ball launcher* dipandang mampu mendukung penyusunan bentuk latihan *shooting* yang lebih sistematis dan konsisten, khususnya dalam meningkatkan kualitas repetisi latihan.

Ball launcher merupakan alat bantu latihan yang dirancang untuk memberikan umpan bola secara otomatis dengan arah, kecepatan, dan tinggi yang dapat diatur sesuai kebutuhan latihan (Prashant *et al.*, 2020). Penggunaan *ball launcher* memungkinkan penyajian stimulus latihan yang relatif seragam pada setiap repetisi, sehingga mendukung penyusunan latihan *shooting* yang lebih terstruktur dan terkontrol. Dalam konteks latihan teknik, *ball launcher* berfungsi sebagai sarana untuk menyeragamkan kualitas umpan dan meningkatkan konsistensi stimulus latihan, tanpa sepenuhnya bergantung pada peran pelatih atau rekan setim.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini difokuskan pada pengembangan model latihan *shooting* berbasis *ball launcher* yang disesuaikan dengan karakteristik pemain usia 15–17 tahun di Bintang *Junior Soccer School*. Penelitian ini dibatasi sampai tahap *development*, dengan tujuan menghasilkan model latihan yang layak, mudah dipahami, dan sesuai kebutuhan latihan *shooting*, tanpa melakukan pengujian efektivitas secara luas. Dengan demikian, hasil

penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dan referensi awal bagi pelatih dalam menerapkan latihan *shooting* yang lebih terstruktur dan konsisten.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah agar tidak terjadi interpretasi yang lebih luas maka penulis menetapkan fokus penelitian hanya pada pengembangan bentuk latihan *shooting* dengan bantuan teknologi *ball launcher* U15-17.

C. Perumusan masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan fokus penelitian maka rumusan masalah pada penelitian kali ini yaitu “Bagaimana pengembangan bentuk latihan *shooting* dengan bantuan teknologi *ball launcher*?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis serta menjadi pedoman dalam berlatih sepak bola untuk:

1. Kegunaan Teoretis

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat:

- a. Menambah pengetahuan dan pemahaman dalam bidang kepelatihan sepak bola, khususnya terkait pengembangan model latihan *shooting* berbasis teknologi.
- b. Menjadi referensi ilmiah mengenai pengembangan model latihan *shooting* menggunakan alat bantu *ball launcher* yang disusun secara sistematis dan terukur.
- c. Memberikan kontribusi bagi pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan model latihan *shooting* dalam permainan sepak bola.

2. Kegunaan Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat:

- a. Menjadi acuan bagi pelatih sepak bola dalam menyusun dan menerapkan variasi latihan *shooting* dengan memanfaatkan teknologi *ball launcher*.
- b. Memberikan alternatif model latihan *shooting* yang dapat diterapkan pada pemain usia 15–17 tahun sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan latihan.
- c. Menambah wawasan dan pengetahuan praktis bagi pelatih, mahasiswa, serta praktisi olahraga mengenai bentuk latihan *shooting* yang realistis, terstruktur, dan mudah dilaksanakan.

