

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Pasal 39 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, olahraga prestasi adalah jenis olahraga yang melibatkan pelatihan dan pengembangan atlet secara sistematis, bertahap, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai hasil terbaik, didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga. Keberhasilan pembinaan futsal di sekolah sangat bergantung pada kegiatan ekstrakurikuler, karena ekstrakurikuler adalah pusat utama pembinaan prestasi di lingkungan sekolah. Prestasi hanya dapat diraih melalui latihan yang terstruktur dan dilakukan secara berkelanjutan, dengan pengawasan serta bimbingan dari pelatih yang profesional.(INDONESIA, n.d.)

Futsal sedang mengalami perkembangan pesat di berbagai kalangan masyarakat, termasuk masyarakat umum, dunia pendidikan, dan perkantoran. Selain menjadikan kegiatan rekreasi, futsal telah berkembang menjadi olahraga kompetitif yang dipertandingkan dalam berbagai turnamen di tingkat regional, nasional dan internasional. Kharisma & Mubarok (2020),dalam (Lara, 2022) menjelaskan bahwa kompetisi tersebut diorganisir dengan tujuan meningkatkan prestasi dalam dunia futsal.

Futsal, sebuah permainan invasi (*invasion games*) dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain, ditandai dengan tempo permainan yang cepat dan dinamis. Ukuran lapangan yang relatif kecil membuat setiap kesalahan menjadi sangat beresiko. Olahraga ini dapat dimainkan di lapangan yang lebih kecil dengan jumlah pemain yang lebih sedikit daripada olahraga sepak bola tradisional. Sebagai cabang olahraga besar, futsal tumbuh menjadi alternatif dan populer dengan efisiensi lapangan yang lebih kecil (Zainuddin & Yusuf, 2021), dalam (Lara, 2022). sensasi bermain futsal dianggap setara dengan permainan sepak bola pada umumnya.

Bermain futsal memberikan keuntungan pada tingkat kebugaran karena aktivitasnya yang intens, di mana pemain terlibat dalam berbagai gerakan. Gerakan lari ke segala arah menciptakan tingkat ketegangan yang tinggi, menuntut tingkat ketahanan tubuh yang optimal. Selain itu, pemain harus menguasai keterampilan teknik dasar dengan baik secara individu maupun sebagai bagian dari tim. Menyempurnakan akurasi *shooting* bukanlah tugas yang mudah, dan menggunakan kaki bagian dalam seringkali dianggap lebih efektif dalam mencetak gol.

Futsal merupakan olahraga yang mengalami pertumbuhan pesat dan semakin digemari oleh masyarakat. Selain berfungsi sebagai olahraga untuk rekreasi, futsal juga merupakan olahraga kompetitif yang sering dipertandingkan dalam berbagai ajang di tingkat daerah, nasional dan internasional. Futsal memiliki kesamaan karakteristik dengan sepak bola, sehingga sering dianggap sebagai cabang dari olahraga sepak bola. (Basri et al., 2023)

Zainuddin & Yusuf, (2021) berpendapat bahwa “futsal merupakan permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dilihat dari segi lapangan yang relatif kecil dan hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan” karena itu, pemain perlu menjaga stamina dan keterampilan akurasi *shooting* yang unggul. Futsal termasuk dalam kategori olahraga yang menekankan kebugaran fisik tinggi, dengan gerakan-gerakan kompleks yang diperlukan selama pertandingan futsal.

Sekolah dapat menggunakan metode penentuan kegiatan ekstrakurikuler berdasarkan minat dan bakat siswa ketika memperkenalkan futsal ke program sekolah. Setiap sekolah umumnya memiliki klub futsal karena minat besar dari siswa, dan ini sering menghasilkan pertandingan di tingkat kota, kabupaten, hingga tingkat yang lebih tinggi. Melalui kompetisi ini, potensi siswa dapat ditemukan dan digunakan untuk memperoleh prestasi yang dapat meningkatkan reputasi sekolah.

Dalam futsal, kemampuan menguasai teknik dasar terutama teknik dasar *shooting* menjadi krusial bagi setiap pemain. Menurut Justinus Lhaksana dalam (Zainuddin & Yusuf, 2021) “*shooting* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, karena setiap pemain memiliki kesempatan untuk menciptakan gol ke gawang lawan”. *Passing* dan *shooting* merupakan teknik dominan dalam futsal, tetapi *shooting* memiliki dominan karena dapat menghasilkan gol.

Dari pengamatan awal di Ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tambun Selatan, teridentifikasi masalah ketika melakukan *shooting*. Pemain sering melewatkan target atau membuat tendangan yang terlalu tinggi ketika pelatih memberikan

permainan dalam latihan atau pertandingan. Inilah yang menjadi fokus penelitian untuk meneliti permasalahan tersebut.

Untuk meningkatkan kinerja tim futsal, pemahaman yang mendalam tentang manfaat positif dari latihan variasi tiang rintang terhadap akurasi shooting pemain futsala di ekstrakurikuler SMAN 1 Tambun Selatan sangatlah penting. Latihan variasi tiang rintang dalam konteks ini merujuk pada latihan yang fokus pada teknik dasar menembak (shooting) dalam kondisi permainan yang sesungguhnya.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa latihan menembak dapat meningkatkan ketepatan dan kualitas tembakan pemain futsal. Namun, mengingat bahwa setiap tim dan kelompok pemain memiliki karakteristik unik, seperti tingkat keterampilan awal, intensitas latihan, dan metode pelatihan, penelitian ini akan lebih memusatkan perhatian pada pemain futsal dari SMAN 1 Tambun Selatan. Diharapkan bahwa latihan dengan variasi tiang rintang akan memberikan dampak khusus pada akurasi shooting para pemain yang berpartisipasi.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga dan informasi berguna bagi pelatih dan pemain futsal di SMAN 1 Tambun Selatan, serta bagi komunitas olahraga secara umum. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak latihan menembak terhadap akurasi tembakan, diharapkan kualitas pemain futsal dan prestasi tim SMAN 1 Tambun Selatan dapat ditingkatkan dalam berbagai kompetisi futsal, baik di tingkat lokal maupun nasional. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengembangan teknik latihan dan strategi

pelatihan yang lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan teknis pemain futsal.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Dalam rangka mempersempit cakupan penelitian, fokus penelitian akan ditekankan pada dampak latihan variasi tiang rintang terhadap ketepatan shooting para pemain futsal ekstrakurikuler SMAN 1 Tambun Selatan. Penelitian ini akan difokuskan pada anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tambun Selatan yang secara aktif mengikuti latihan dan turut serta dalam berbagai kegiatan kompetisi atau turnamen futsal.

2. Rumusan Masalah

Dengan merujuk pada latar belakang masalah dan batasan masalah yang telah dijelaskan, maka perumusan masalah yang menjadi fokus penelitian adalah “Apakah terdapat pengaruh latihan variasi tiang rintang terhadap akurasi shooting pemain ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tambun Selatan?”

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian memiliki tujuan atau saran yang harus dicapai, sebagai standar keberhasilan dalam kegiatan penelitian. Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak latihan variasi tiang rintang terhadap akurasi *shooting* siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Tambun Selatan

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dijabarkan, beberapa manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini antara lain:

1. Peningkatan Kualitas Latihan: Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga bagi pelatih di SMAN 1 Tambun Selatan mengenai pentingnya dan efektivitas latihan variasi tiang rintang. Dengan pemahaman ini, pelatih dapat menyusun program latihan yang lebih fokus dan efisien untuk meningkatkan ketepatan shooting para pemain futsal.
2. Peningkatan Keterampilan Teknikal Pemain Futsal: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas keterampilan teknis pemain futsal, terutama dalam hal ketepatan tembakan. Dengan meningkatnya akurasi tembakan, permainan tim diharapkan akan menjadi lebih efektif, memungkinkan aliran permainan yang lebih baik dan meningkatkan kesempatan untuk mencetak gol.
3. Memperkuat Kinerja Tim: Dengan peningkatan dalam keterampilan akurasi tembakan, diharapkan tim futsal SMAN 1 Tambun Selatan akan lebih tangguh dalam menghadapi berbagai turnamen dan kompetisi futsal. Ketepatan tembakan yang lebih baik akan memberi tim kemampuan untuk menguasai permainan dengan lebih efektif dan mengurangi kesalahan-kesalahan yang bisa dimanfaatkan oleh lawan.
4. Pengaruh terhadap Pengetahuan Olahraga: Penelitian ini dapat memberikan sumbangan signifikan terhadap ilmu olahraga, khususnya dalam konteks

futsal. Temuan dari penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi penelitian selanjutnya yang fokus pada peningkatan kualitas dan efektivitas latihan dalam futsal.

5. Pengembangan Prestasi SMAN 1 Tambun Selatan: Dengan adanya ekstrakurikuler futsal yang unggul dan kompetitif, diharapkan prestasi dan citra SMAN 1 Tambun Selatan dalam dunia olahraga, terutama futsal, akan semakin meningkat. Hal ini dapat memperkuat reputasi sekolah dan menarik minat calon siswa untuk bergabung.
6. Pengembangan Potensi Pemain Futsal: Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai potensi pemain futsal di SMAN 1 Tambun Selatan. Dengan menganalisis dampak latihan menggunakan tiang rintang terhadap akurasi tembakan, pelatih dapat mengidentifikasi pemain-pemain dengan potensi tinggi yang layak untuk pengembangan lebih lanjut. Dengan kontribusi tersebut, diharapkan penelitian ini dapat memberikan dampak positif pada pengembangan futsal di SMAN 1 Tambun Selatan serta berkontribusi pada kemajuan ilmu olahraga secara keseluruhan.

E. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam judul skripsi ini, peneliti memberikan batasan istilah yang lebih spesifik sesuai dengan konteks penelitian:

1. Pengaruh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), pengaruh adalah daya atau kekuatan yang berasal dari seseorang atau sesuatu yang dapat membentuk perilaku, keyakinan, atau karakter seseorang. Dalam penelitian ini, pengaruh yang dimaksud merujuk pada kemampuan akurasi *shooting*

2. Latihan

Latihan, sebagaimana dijelaskan oleh Apta Mylsidayu (2015) dalam Ridlo & Saifulloh (2018), Secara umum, latihan bertujuan untuk mengembangkan kualitas fisik, kemampuan fungsional tubuh, serta kualitas psikologis. Dalam penelitian ini, latihan yang dimaksud adalah latihan menggunakan tiang rintang yang dirancang untuk meningkatkan ketepatan *shooting*.

3. Variasi Tiang Rintang

Variasi tiang rintang menurut Suhardianto dan Ismail (2019) adalah pendekatan pembelajaran yang dapat diterapkan dalam latihan futsal sebagai cara untuk menghindari kebosenan dengan melakukan latihan ini secara berulang dapat meningkatkan akurasi shooting menjadi lebih baik lagi tanpa merasa jenuh dan lelah.

4. *Shooting*

Shooting menurut (Imam Hanfi 2015) dalam (Ramadhan, 2021) merupakan tendangan menuju gawang dengan tujuan untuk mencetak gol. Teknik ini ditandai dengan kecepatan dan kekuatan bola yang tinggi, sehingga

sulit bagi penjaga gawang untuk meresponsnya. Oleh karena itu, shooting menjadi aspek krusial dalam pertandingan untuk mencetak gol dan meraih kemenangan. Dalam konteks penelitian ini, shooting mengacu pada tingkat ketepatan tembakan dalam permainan futsal.

5. Futsal

Futsal menurut (Pamungkas 2013) dalam (Suryadi et al., 2021a) adalah olahraga yang mirip dengan sepak bola, namun dimainkan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dan di lapangan yang lebih kecil dibandingkan dengan lapangan sepak bola.

F. Profil SMAN 1 Tambun Selatan

SMA Negeri 1 Tambun Selatan berdiri sejak tahun 1984. Merupakan afiliasi dari SMAN 1 Bekasi. Perkembangan sekolah yang begitu cepat diiringi dengan terus meningkatnya baik secara fisik maupun prestasi Akademis (Intrakurikuler) serta Keterampilan siswa (Ektrakurikuler) hal ini membuat animo masyarakat yang tinggal khususnya di Kabupaten Bekasi serta sekitarnya pada umumnya, cukup besar minat untuk dapat menyekolahkan putra-putrinya ke SMA Negeri 1 Tambun Selatan.

Didirikan	1984
Jenis	Negeri
Akreditasi	A
Nomor Pokok Sekolah Nasional	20218351
Kepala Sekolah	H. Sayoga. S.Pd, M.M
Jumlah kelas	13 Kelas (X), 14 Kelas (XI), 9 Kelas (XII MIA), 4 Kelas (XII IPS)

Jurusan atau peminatan	MIPA dan IPS (Kurikulum 2013)
Rentang kelas	X - XII
Kurikulum	Kurikulum 2013 Kurikulum Merdeka
Jumlah siswa	+/- 1000
Status	Sekolah Bertaraf Internasional
Lokasi	Jl. Kebon Kelapa No.02 Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi , Jawa Barat ,  Indonesia
Tel./Faks.	021 88325613 / 021 88325543
Situs web	https://www.smantas.sch.id
Surel	info@smantas.sch.id

VISI dan MISI SMAN 1 TAMBUN SELATAN

VISI

Menjadikan SMAN 1 Tambun Selatan Unggul dalam prestasi yang berdaya saing internasional dengan dilandasi Iptek dan Imtaq.

MISI

1. Menyelenggarakan Sistem pembelajaran program reguler dan program cerdas istimewa/akselerasi yang mengedepankan imtaq dan iptek
2. Melaksanakan sistem pembelajaran yang berbasis ICT dan bilingual
3. Melaksanakan pengembangan SDM guru/karyawan yang berorientasi kebutuhan, perkembangan teknologi dan peningkatan daya saing
4. Menyediakan sarana prasarana pendidikan berbasis ICT dan berstandar nasional/internasional

5. Melaksanakan pengembangan dan pemberdayaan potensi siswa yang mengacu pada mutu, prestasi, dan peningkatan kompetensi
6. Melaksanakan kerjasama dengan lembaga terkait dalam dan luar negeri dalam rangka mengembangkan kemitraan strategis dan akselerasi mutu pendidikan
7. Melaksanakan pelayanan administrasi sekolah yang mengutamakan kecepatan, ketepatan, dan kepuasan stakeholder sekolah
8. Membangun kebersamaan, kekeluargaan, dan keharmonisan warga sekolah
9. Membangun keluhuran akhlak mulia dan budi pekerti warga sekolah
10. Menciptakan sistem dan mekanisme kerja sekolah yang profesional

Prestasi 5 Tahun Terakhir Ekstrakurikuler SMAN 1 Tambun Selatan

1. Juara 3 sari roti di town 2023
2. Juara 3 psycholog unisma 2023
3. Juara 2 bapopsi semacem O2SN kabupaten 2023
4. Juara 2 nesc acara 9 di GOR grand wisata 2023
5. Juara 1 lpi liga pelajar kabupaten bekasi 2023
6. Juara 2 itenas univ di Bandung 2024
7. Juara 3 binus Bekasi lapangan Binus nya 2023