

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Karena aktivitas manusia selalu melibatkan gerak olahraga, seperti jalan kaki, lari, angkat beban, dan berbagai aktivitas manusia lainnya yang melibatkan gerak olahraga, maka olahraga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Maka saat ini olahraga telah menjadi gaya hidup masyarakat luas dan banyak orang yang mengetahui bahwa permainan sangat penting untuk daya tahan tubuh. Salah satu permainan yang sering dimainkan banyak orang adalah futsal. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua kelompok yang masing-masing kelompok beranggotakan lima orang dengan tujuan menempatkan bola ke gawang lawan dengan cara menguasai bola dan kaki. (Nosa et al., 2019).

Olahraga juga dapat dijadikan sebagai “Aktivitas keseharian yang menyenangkan”, kegiatan-kegiatan yang terdapat dalam aktivitas olahraga seperti Bersepeda, Jogging, Volly, Basker, Sepak Bola, dan Futsal dapat dilakukan secara individu (sendiri) maupun mengajak Teman, Kekasih, Kerabat dekat maupun Keluarga di Rumah (kelompok). Selain dapat menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat dan Fit, olahraga dapat juga menjadi sarana mengatur tingkat emosial seseorang. Dalam kehidupan sehari-hari, Olahraga

bisa membantu seseorang untuk lebih memperhatikan kondisi kesehatan tubuh di situasi yang saat ini sedang buruk. Dan hal yang paling sederhana dari olahraga adalah dapat dilakukan dimanapun untuk melakukan aktivitas olahraga ringan.

Futsal merupakan olahraga multisprint yang memiliki tahapan fokus ekstrim dibandingkan dengan sepak bola dan permainan terputus-putus lainnya. Selain itu permainan futsal juga bergantung pada kemampuan spesialisasi yang sangat tinggi dari setiap pemainnya apapun yang terjadi. Prosedur individual dikonsolidasikan secara keseluruhan untuk melaksanakan strategi dan teknik yang banyak dipraktikkan dan dikonseptualisasikan. Untuk bermain futsal dengan baik dan akurat, Anda harus menguasai beberapa strategi dasar futsal dan melakukannya secara konsisten dan rutin. Hal ini dikarenakan futsal merupakan permainan yang memerlukan proses yang sangat tinggi (Jaenudin et al., 2018).

Permainan lain di mana dua tim bermain melawan satu sama lain, masing-masing terdiri dari lima pemain, adalah futsal. Metode dasar pertandingan sepak bola diterapkan dalam futsal sebagai taktik dasar. Taktik tersebut berupa menembak, menyundul, menggiring bola, dan mengoper. Federasi yang mengelola kegiatan olahraga di setiap cabang berbeda dengan federasi yang mengatur pertandingan futsal dan sepak bola.

Berbeda dengan sepak bola dan olahraga lainnya, futsal saat ini menjadi olahraga yang digemari banyak anak muda. Karena dengan peraturan-peraturan pertandingan yang sangat sederhana, kebutuhan jumlah pemain yang tidak begitu banyak, serta sarana dan prasarananya yang sangat mudah untuk diakses di berbagai daerah kecamatan, desa, kota, hingga provinsi yang melimpah ruah. Futsal juga lebih banyak dalam hal kompetisi-kompetisi yang diselenggarakan di berbagai daerah baik kompetisi tingkat Rt/Rw, sampai dengan kompetisi kompetitif yang diselenggarakan di LIGA, AFI, Turnamen POCARI dan masih banyak yang lainnya. Oleh sebab itu baiknya para peminat dan penggemar olahraga Futsal ini untuk dijadikan ajang dan sarana menjadi seorang Atlet yang berkualitas, baiknya Pelatih dan Pemain harus bias bekerja sama dalam memaksimalkan talenta dan bakat alami yang terdapat di dalam diri para pemain untuk mengeluarkan seluruh kemampuan yang terpendam di dalam olahraga Futsal.

Menembak merupakan suatu cara untuk menempatkan bola ke dalam atau membuat sasaran terhadap lawan dengan melibatkan kaki sebagai subjek pengembangan. Pembelajaran materi futsal pada umumnya akan menggunakan pembelajaran yang tidak terstruktur, akibatnya pembelajaran tidak efektif karena model pembelajaran yang digunakan cenderung akan membuat anak-anak kelelahan dalam mengikuti pembelajaran khususnya pada pembelajaran menembak, perkembangan yang dilakukan seringkali lebih banyak

menggunakan kaki ke dalam. Tata cara tendangan, sedangkan untuk strategi Menendang atau menembak dibedakan menjadi dua cara, yaitu menembak dengan menggunakan bagian belakang kaki dan ujung sepatu atau jari kaki. Kedua prosedur penendangan tersebut dapat dilakukan sesuai dengan kebutuhan di lapangan. Menendang dengan punggung kaki relatif sulit, tetapi menghasilkan kecepatan bola yang sangat tinggi, dan menendang dengan jari kaki biasanya dilakukan saat Anda membutuhkan tendangan cepat. (Nosa et al., 2019).

Menembak sendiri merupakan kemampuan menendang dengan keras dan ke arah sasaran dengan memanfaatkan koordinasi yang baik antara mata, kaki, dan metode pengembangan tubuh. Pelatihan diperlukan untuk meningkatkan keterampilan menembak, dan perlu dilakukan secara sistematis agar mendapatkan hasil yang baik. Persiapan menggunakan strategi latihan mempengaruhi pengerjaan kapasitas khusus yang mendasar. Untuk mencapai otomatisasi gerakan yang dilatih, metode bor harus dilakukan berulang kali dan menggunakan gerakan yang sama sebanyak mungkin. Teknik bor dapat lebih mengembangkan kemampuan menembak dengan memanfaatkan variasi tembakan satu lawan satu, tembakan lebih cepat, tembakan peningkatan kecepatan, tembakan melewati dinding, tembakan melalui umpan, dan lebih jauh lagi tembakan silang tumpah, kegiatan-kegiatan ini telah terbukti layak dalam pengembangan lebih lanjut kemampuan untuk menembak. menembak.

Melibatkan berbagai jenis latihan menembak dalam strategi latihan berfungsi sebagai tahapan untuk mengurangi rasa lelah pada para pemain yang sedang bersiap dan jenis kegiatan tersebut disesuaikan dengan keadaan pada saat pertandingan futsal. Dengan tujuan akhir untuk meningkatkan ketepatan menembak futsal, maka pemanfaatan pelatihan dengan menggunakan strategi bor merupakan model persiapan yang berdampak pada pembuatan mekanisasi pengembangan dan selanjutnya memperluas ketepatan menembak. (Saputra et al., 2019).

Menembak memang sulit untuk mendidik siswa dengan baik dan tepat sasaran. Bagi siswa yang baru memulai, menembak seringkali tidak tepat sasaran, dan bahkan mungkin saja bolanya bisa lepas landas tinggi. Kurangnya akurasi dalam mengarahkan bola ke sasaran gawang menjadi salah satu faktor penyebab seringnya terjadi kesalahan tembakan. Dalam permainan futsal akurasi tembakan sangatlah penting, sehingga pemain harus berusaha meningkatkan akurasinya agar dapat meningkatkan kemampuannya. (Nurhadi et al., n.d.).

Mengingat hasil dari persepsi dan pengamatan yang dipimpin oleh para peneliti, hasil dari persepsi para ahli menunjukkan bahwa hanya sedikit pemain yang memiliki kemampuan khusus menembak yang seharusnya dapat dipindahkan. Latihan menembak dengan melibatkan bagian belakang kaki pada permainan Futsal, pada saat latihan mentor terlihat menyampaikan materi

pengajaran yang tidak menguntungkan pemain, mentor hanya melakukan latihan menembak dengan menendang bola ke arah gawang tanpa fokus. pada arah bola.

Dalam upaya meningkatkan akurasi metode menembak dengan memanfaatkan punggung kaki dalam permainan futsal, peneliti mencoba menawarkan beberapa latihan menembak sebagai titik awal. Latihan jarang diberikan, terutama pada saat latihan hasil shooting. oleh pelatih walaupun diberikan itu hanya model latihan teknik *shooting* yang sederhana dengan sedikit variasi, kemudian pelaksanaan metode latihan teknik *shooting* tidak dilakukan secara efektif dan kompleks, jarang sekali pemain baik secara individu atau tim diberikan latihan khusus dari bentuk-bentuk latihan teknik *shooting* dan variasi yang ada, hal ini menunjukkan bahwa tujuan dari permainan futsal belum tercapai secara maksimal. Berdasarkan uraian di atas maka penulis mengambil judul “Pengaruh Latihan *Combination Zig-Zag Drill* Dan Variasi *Shooting* Terhadap Hasil Akurasi *Shooting* Futsal Pada Peserta Latihan Ekstrakurikuler Di SDN Bintara Jaya II Kec. Bekasi Barat”.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Melihat landasan dan rencana permasalahan di atas, karena masih kurangnya kemampuan anak muda untuk menembak dengan baik dan tepat, maka pembatasan masalah merupakan hal yang mendasar. Definisi masalah

yang digunakan dalam ujian ini berpusat pada presisi dalam pengambilan keputusan melalui metode penyelesaian dan latihan berbasis peningkatan kecepatan dan ketepatan dalam melakukan Tembakan ke arah gawang.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, penulis dapat mendefinisikan tantangan penelitian sebagai berikut. ”Apakah ada Pengaruh Latihan *Combination Zig-Zag Drill* Dan Variasi *Shooting* Terhadap Hasil Akurasi *Shooting* Futsal Pada Peserta Latihan Ekstrakurikuler Di SDN Bintara Jaya II Kec. Bekasi Barat?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah Pengaruh Latihan *Combination Zig-Zag Drill* Dan Variasi *Shooting* Terhadap Hasil Akurasi *Shooting* Futsal Pada Peserta Latihan Ekstrakurikuler Di SDN Bintara Jaya II Kec. Bekasi Barat.

D. Manfaat Penelitian

Temuan penelitian berikut ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terlibat:

1. Pelatih

- a. Sebagai pedoman untuk meningkatkan daya cipta latihan Futsal khususnya pada saat latihan menembak.

- b. Memperluas pengetahuan pelatih tentang teknik latihan menembak kombo yang menarik dan praktis untuk latihan latihan Futsal.

2. Untuk Anak Hingga Usia Tiga Belas Tahun (13Th)

- a. adalah cara belajar mandiri dan memahami teknik latihan menembak kombo.
- b. untuk meningkatkan minat dan keinginan untuk melakukan latihan menembak gabungan, yang terhubung dengan hasil pengambilan gambar yang lebih baik.

3. Guna Peneliti

- a. Memberikan pengalaman agar Anda dapat menggunakan ilmu yang Anda pelajari di perguruan tinggi untuk karir atau penelitian.
- b. sebagai catatan untuk pekerjaan atau penyelidikan di masa depan.

E. Definisi Operasional

Untuk memastikan tidak terjadi kesalahpahaman atau kesalahan dalam mengartikan istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian, penulis memberikan penjelasan sebagai berikut:

1. Pengaruh,

Dampak/Pengaruh adalah kekuatan yang muncul dari suatu benda atau individu dan selanjutnya efek samping batin yang dapat memberikan

perubahan yang dapat membentuk keyakinan atau perubahan. Sehingga yang dimaksud dengan dampak dalam eksplorasi ini adalah akibat-akibat yang timbul dari suatu perlakuan atau persiapan terhadap seseorang atau suatu kelompok. (Surakhmad, 2015)

2. Latihan,

Menurut (I. Kurniawan, 2023), Latihan adalah Persiapan yang mungkin merupakan kunci utama dalam mempertimbangkan sistem pelatihan untuk mencapai kualitas eksekusi terbaik dalam sebuah permainan. Dalam rencana persiapan, tujuan persiapan yang ingin dicapai, teknik dan bahan yang digunakan untuk mencapai target tersebut, sesuai kebutuhan, harus dirumuskan dengan jelas. Untuk mempersiapkan kemampuan khusus yang lewat, diperlukan struktur atau teknik persiapan yang berbeda. Pekerjaan nyata bagi individu biasa berarti membangun kesehatan dan ketekunan mereka yang sebenarnya

3. Akurasi

Menurut (Andita, 2015), “Akurasi merupakan kemampuan mengarahkan dengan standar kepada objek yang dikehendaki. Menurut (Muhtarom et al., 2024) Ketepatan atau presisi adalah Upaya individu untuk fokus pada suatu tujuan yang tidak seluruhnya ditetapkan dengan poin dan tujuan tertentu. Ketepatan menembak (presisi) merupakan salah satu komponen yang harus dikuasai oleh seorang pemain yang bertekad

untuk menghasilkan presentasi terbaik, khususnya memiliki ketepatan tendangan yang baik..

4. Shooting,

Menurut (Permana, 2021) "*Shooting* merupakan perbaikan dimana tipikal posisi tubuh bebas dengan masing-masing kaki sejajar, ketika harus mengejar bola, segera buka kedua tangan lebar-lebar lalu letakkan tangan yang lain di belakang Anda dalam posisi take out. Dalam permainan futsal, menembak merupakan salah satu metode penting dalam mencetak gol. *shooting* dapat dilakukan dengan berbagai cara, terutama dengan memanfaatkan bagian dalam kaki, punggung kaki, dan jari kaki. Ketepatan menembak dalam futsal sangatlah penting, oleh karena itu dapat diterima bahwa upaya akan dilakukan untuk lebih mengembangkan ketepatan menembak untuk menyempurnakan kapasitas para pemain."

5. Futsal

Menurut (Ramadhan, 2021), Futsal merupakan permainan dengan berbagai kemampuan teknik dasar, Dalam permainan futsal pemain juga mempelajari untuk bermain lebih akurat dalam hal teknik dasar bermain, seperti teknik passing (mengumpan), control (menerima/mengontrol), chipping (mengangkat bola) dribbling (menggiring bola) dan shooting (menendang bola ke gawang)'.