

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas penting dalam meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani manusia. Selain itu, olahraga juga berperan dalam membentuk karakter, disiplin, dan kerja sama dalam tim. Salah satu cabang olahraga yang semakin populer di Indonesia adalah futsal. Futsal merupakan bentuk permainan sepak bola dengan ukuran lapangan yang lebih kecil dan membutuhkan teknik individu yang lebih cepat dan akurat (Ramadhan, 2021).

Dalam permainan futsal, penguasaan teknik dasar menjadi fondasi penting bagi setiap pemain. Teknik dasar seperti *passing*, *control*, *dribbling*, dan *shooting* sangat menentukan keberhasilan dalam mencetak gol. Dari semua teknik dasar tersebut, shooting menjadi teknik yang paling menentukan kemenangan karena berhubungan langsung dengan upaya mencetak gol (Alfarizi et al., 2024).

Shooting yang efektif dalam futsal memerlukan akurasi tinggi, kekuatan tendangan, serta kemampuan mengambil keputusan cepat dalam tekanan permainan. Menurut penelitian (Anwari et al., 2023) akurasi dalam olahraga merupakan komponen motorik yang melibatkan koordinasi yang baik antara gerakan tubuh dan fokus visual.

Namun, berdasarkan observasi awal di Academic Futsal Matamoto FC, masih banyak ditemukan atlet usia 8–12 tahun yang kurang mampu melakukan shooting

dengan akurasi yang baik. Banyak tendangan mereka yang melebar dari gawang, melambung, atau terlalu mudah ditangkap oleh penjaga gawang. Hal ini sesuai dengan temuan (Supriyanto et al., 2023), yang menyatakan bahwa akurasi rendah dalam shooting mengakibatkan rendahnya efektivitas dalam mencetak gol.

Untuk meningkatkan akurasi shooting, diperlukan metode latihan yang lebih inovatif dan menarik. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah latihan target games, yaitu metode latihan dengan menggunakan media sasaran seperti kardus berwarna untuk melatih ketepatan dan konsentrasi saat shooting (Taufik, 2019). Latihan berbasis target ini diyakini dapat merangsang konsentrasi visual dan kinestetik atlet muda sehingga membantu meningkatkan akurasi tendangan.

Menurut (Beno et al., 2022), latihan shooting dengan sasaran visual yang menarik dapat meningkatkan keterampilan shooting lebih cepat dibandingkan metode latihan biasa. Metode ini memberikan suasana latihan yang lebih menyenangkan dan kompetitif, sehingga mendorong anak untuk lebih fokus dan bersemangat berlatih.

Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh latihan target games terhadap hasil akurasi shooting pada atlet usia dini, khususnya pada atlet futsal di Academic Futsal Matamoto FC. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi latihan target games dalam meningkatkan akurasi shooting pemain usia 8–12 tahun.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian yang sudah di paparkan dalam rumusan masalah tersebut, dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Tendangan *shooting* yang dilakukan oleh pemain *academic* futsal Matamoto fc saat pertandingan tidak dapat memanfaatkan peluang karena hasil tendangan melebar, mengenai mistar gawang, atau melambung di atas mistar gawang dan pas pada posisi penjaga gawang
2. Atlet Club futsal Matamoto banyak menggunakan kaki dalam ketika *shooting* di liga futsal club antar di Kota Bekasi tahun 2024.
3. Minimnya sarana dan prasarana yang dimiliki oleh Club futsal Matamoto.
4. Pelatih tim futsal Club Matamoto masih belum memiliki lisensi kepelatihan.
5. Tim *academic* futsal Matamoto fc kesulitan meraih juara.

C. Batasan masalah

Dari masalah yang sudah di jelaskan diatas, maka penelitian membatasi penelitian yang akan di lakukan, sebagai berikut:

1. Subjek penelitian adalah atlet futsal usia 8–12 tahun di Academic Futsal Matamoto FC yang beralamat di Jl Raya Pejuang No.6 RT001/004, Kelurahan Harapan Baru, Kecamatan Bekasi Utara, Kota Bekasi.
2. Fokus penelitian adalah pada peningkatan akurasi *shooting* menggunakan kaki bagian dalam.
3. Variabel bebas yang diteliti adalah latihan target games, sedangkan variabel terikatnya adalah hasil akurasi *shooting*.
4. Penelitian ini tidak membahas aspek teknik futsal lainnya seperti *passing*, *dribbling*, atau kekuatan tendangan.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan target games terhadap hasil akurasi shooting pada atlet futsal usia 8–12 tahun di Academic Futsal Matamoto FC??

E. Tujuan penelitian

Tujuan dari diadakan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh latihan tendangan berbagai target menggunakan media kardus berwarna terhadap hasil ketepatan *shooting* menggunakan kaki dalam.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan tendangan berbagai target menggunakan medi kardus berwarna terhadap hasil ketepatan *shooting* menggunakan kaki dalam.

F. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian yang di harapkan dapat menambah wawasan, khususnya yang berkenan dalam latihan tendangan berbagai target menggunakan media kardus bewarna, sehingga metode latihan tersebut dapat diketahui untuk meningkatkan prestasi ketepatan *shooting* dalam futsal.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi peneliti akan menjadi pengalaman yang sangat bermanfaat untuk melengkapi hasil pengetahuan yang telah di peroleh di bangku kuliah.

- b. Bagi pelatih akan menjadi pedoman dan acuan dalam merencanakan sebuah program latihan selanjutnya untuk evaluasi hasil latihan.
- c. Bagi atlet akan menjadi informasi dan koreksi untuk terus berlatih tentang shooting menggunakan kaki dalam

G. Definisi operasional

1. Latihan tendangan ke target

Latihan menendang ke beberapa sasaran adalah latihan menendang yang mana arah tujuan harus tepat pada titik yang telah di tentukan, saat melakukan tendangan heknnya kita harus berkonsentrasi agar tendangan mengenai sasaran.

2. Hasil ketepatan *shooting*

Hasil ketepatan *shooting* adalah latihan konsentrasi mata dan fikiran harus fokus serta akurasi tendangan sesuai.