

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah salah satu kegiatan yang sangat penting untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran tubuh, dan hasil kerja seseorang. Salah satu olahraga yang paling banyak disukai di dunia serta di Indonesia adalah sepak bola. Popularitas sepak bola terus naik karena permainan ini bisa dimainkan oleh berbagai usia, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa. Selain digunakan untuk bersenang-senang, sepak bola juga merupakan cabang olahraga yang memerlukan pembinaan secara rapi, terencana, dan terus-menerus. Pembinaan sejak usia muda merupakan faktor penting dalam membentuk atlet yang memiliki kemampuan teknik, fisik, taktik, dan mental yang baik, sehingga dapat berkompetisi pada tingkat yang lebih tinggi. Sebab itu, klub sepak bola memainkan peran yang penting dalam membantu pengembangan bakat pemain melalui program latihan yang terencana dan berkelanjutan.

Dalam permainan sepak bola, setiap pemain harus menguasai beberapa teknik dasar seperti passing, dribbling, mengontrol bola, tendangan kepala, menghalangi lawan, dan menembak bola. Dari berbagai teknik yang ada, teknik menembak menjadi salah satu cara yang sangat penting bagi sebuah tim dalam mencetak gol. Kemampuan menembak yang baik membantu seorang pemain mengubah kesempatan menjadi gol, sehingga bisa membantu tim memenangkan pertandingan. Pemain yang kurang mampu menembak akan

lebih sering gagal memanfaatkan kesempatan meskipun tim berhasil menguasai permainan. Sebab itu, kemampuan melempar bola adalah salah satu tanda penting dalam menilai tingkat teknik seorang pemain sepak bola.

Shooting adalah cara melempar bola ke dalam gawang tim lawan agar bisa mencetak gol. Untuk mencetak gol, pemain tidak hanya butuh tenaga saat menendang, tetapi juga harus tepat mengarahkan bola ke sasaran yang diinginkan. Akurasi tendangan adalah kemampuan seorang pemain untuk melemparkan bola tepat ke sasaran yang diinginkan, sehingga peluang mencetak gol menjadi semakin tinggi. Kualitas tembakan tergantung pada berbagai hal, seperti kemampuan dasar bermain, kerja sama antara mata dan kaki, keseimbangan tubuh, kekuatan otot kaki, fokus, pengalaman bermain, dan tingkat latihan yang dilakukan secara teratur. Atlet yang sudah mahir dalam tekniknya biasanya bisa melepaskan tendangan yang lebih tepat dibandingkan atlet yang belum menguasai cara menembak dengan benar.

Dalam pembinaan atlet muda, mengevaluasi kemampuan dasar teknik adalah hal yang sangat penting dan harus dilakukan secara rutin. Usia 13 sampai 15 tahun adalah masa peralihan dari tahap pembinaan dasar menuju tahap pembinaan prestasi. Pada usia tersebut, atlet mengalami pertumbuhan fisik, koordinasi gerak, dan kemampuan teknik yang cukup cepat, sehingga membutuhkan program latihan yang sesuai dengan karakteristik pertumbuhan mereka. Salah satu cara untuk mengevaluasi adalah dengan mengukur seberapa tepat tembakan yang dilakukan. Hasil pengukuran tersebut bisa dipakai oleh pelatih sebagai acuan dalam membuat program latihan, menentukan kebutuhan

latihan masing-masing atlet, serta mengukur perkembangan kemampuan atlet selama masa pembinaan berlangsung.

Benteng FC Kabupaten Ngawi adalah salah satu klub sepak bola yang terus melakukan pelatihan dan pengembangan atlet muda. Klub ini terus melakukan latihan teknik, fisik, dan taktik serta mengikuti berbagai pertandingan kompetisi usia dini di tingkat kabupaten maupun daerah tertentu. Meskipun begitu, dari hasil pengamatan awal peneliti selama mengikuti latihan, masih ada beberapa atlet yang kesulitan melakukan tembakan secara tepat. Beberapa tendangan masih meleset dari sasaran, arahnya tidak tepat, atau tidak sesuai dengan yang direncanakan. Kondisi itu membuat kesempatan untuk mencetak gol belum bisa digunakan dengan baik ketika pertandingan berlangsung.

Masalah tersebut menunjukkan bahwa kemampuan akurasi tembakan pemain Benteng FC masih perlu diperiksa lagi. Evaluasi dibutuhkan untuk memahami kemampuan atlet secara jujur, sehingga pelatih bisa mengetahui kondisi nyata kemampuan menembak para pemain. Informasi tersebut dijadikan dasar dalam menyusun program latihan yang lebih efektif terutama latihan yang berorientasi pada peningkatan ketepatan shooting. Selain itu, hasil penelitian tersebut juga bisa dijadikan acuan dalam mengevaluasi klub ketika membangun bakat pemain muda, sehingga dapat menciptakan pemain yang memiliki kemampuan teknik lebih baik.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa akurasi shooting merupakan salah satu kemampuan teknik yang dipengaruhi oleh berbagai

faktor. (Jufrianis et al., 2024) menemukan bahwa koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan akurasi shooting pemain sepak bola. Penelitian lain oleh (Widodo, 2018) menunjukkan bahwa latihan shooting sasaran mampu meningkatkan ketepatan shooting pemain usia muda. Sementara itu, penelitian (Prayuda & Akhmad, 2024) menjelaskan bahwa variasi latihan shooting target dapat meningkatkan kemampuan shooting pemain sepak bola usia 13 tahun. Hasil-hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa kemampuan shooting perlu diukur terlebih dahulu sebagai dasar penyusunan program latihan yang tepat.

Meskipun telah banyak penelitian mengenai shooting sepak bola, sebagian besar penelitian berfokus pada pengaruh metode latihan terhadap peningkatan kemampuan shooting atau hubungan antara kondisi fisik dengan hasil shooting. Penelitian yang secara khusus bertujuan mendeskripsikan tingkat akurasi shooting atlet usia 13–15 tahun pada klub sepak bola di Kabupaten Ngawi masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena memberikan gambaran mengenai tingkat kemampuan akurasi shooting atlet Benteng FC Kabupaten Ngawi berdasarkan hasil pengukuran menggunakan instrumen tes yang terstandar.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang objektif mengenai tingkat akurasi shooting atlet usia 13–15 tahun di Club Benteng FC Kabupaten Ngawi. Informasi tersebut dapat dimanfaatkan oleh pelatih sebagai bahan evaluasi dalam menyusun program latihan teknik shooting yang lebih efektif, sedangkan bagi atlet hasil penelitian dapat menjadi motivasi untuk

meningkatkan kemampuan teknik secara berkelanjutan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan mengembangkan penelitian mengenai kemampuan teknik dasar sepak bola, khususnya akurasi shooting pada atlet usia muda.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Analisis Akurasi Tendangan Shooting Atlet Sepak Bola Usia 13–15 Tahun di Club Benteng FC Kabupaten Ngawi."

B. Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah, penelitian ini dibatasi pada analisis akurasi tendangan shooting atlet sepak bola usia 13–15 tahun yang aktif mengikuti latihan di Club Benteng FC Kabupaten Ngawi. Pengukuran akurasi shooting dilakukan menggunakan Tes Shooting Bobby Charlton dengan lima kali percobaan pada setiap atlet, kemudian skor dijumlahkan untuk memperoleh nilai akhir. Penelitian ini hanya berfokus pada satu variabel, yaitu akurasi tendangan shooting, sehingga tidak membahas teknik dasar sepak bola lainnya seperti passing, dribbling, controlling, heading, dan tackling. Penelitian ini juga tidak menganalisis faktor-faktor yang dapat memengaruhi akurasi shooting, seperti kekuatan otot, koordinasi, keseimbangan, kondisi fisik, dan aspek psikologis. Dengan demikian, hasil penelitian hanya menggambarkan tingkat akurasi tendangan shooting atlet usia 13–15 tahun di Club Benteng FC Kabupaten Ngawi pada saat penelitian dilaksanakan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang telah diruraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimana tingkat akurasi tendangan shooting atlet sepak bola usia 13 – 15 tahun di Club Benteng FC Kabupaten Ngawi?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah : Untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat akurasi tendangan shooting atlet sepak bola usia 13 – 15 tahun di Club Benteng FC Kabupaten Ngawi.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Secara teori, hasil penelitian ini diharapkan bisa berkontribusi pada perkembangan ilmu pengetahuan, terutama di bidang ilmu olahraga dan pelatihan sepak bola. Selain itu, penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan referensi bagi para peneliti dalam mengetahui tingkat keakuratan tendangan shooting atlet sepak bola usia 13 sampai 15 tahun, serta bisa digunakan sebagai acuan oleh peneliti lain yang ingin menyelidiki teknik dasar sepak bola, terutama kemampuan dalam melakukan shooting.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan bisa digunakan oleh pelatih sebagai acuan untuk menilai seberapa tepat dan akurat tendangan shooting yang diperlihatkan oleh atlet. Informasi tersebut bisa dijadikan acuan dalam membuat program latihan yang lebih baik untuk meningkatkan kemampuan menembak atlet sesuai dengan kebutuhan masing-masing.

b. Bagi Atlet

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada atlet mengenai seberapa baik kemampuan akurasi dalam melakukan tendangan shooting, sehingga bisa menjadi dorongan untuk meningkatkan kemampuan teknik shooting dengan melakukan latihan yang lebih fokus dan terus-menerus.

c. Bagi Club Benteng FC Kabupaten Ngawi

Hasil penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai acuan dalam membina atlet usia 13 sampai 15 tahun, terutama untuk memperbaiki kualitas latihan teknik menembak, sehingga dapat membantu meningkatkan hasil klub dalam berbagai ajang kompetisi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan dan sumber pengetahuan bagi para peneliti yang ingin melakukan penelitian serupa, baik dalam menganalisis kemampuan teknik dasar dalam sepak bola maupun dalam pengembangan metode latihan untuk meningkatkan keakuratan tendangan shooting.