## BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar belakang

Kegiatan olahraga telah menjadi bagian dari hidup sehat masyarakat. Telah banyak pilihan cara yang dapat dilakukan untuk mencapai hidup sehat salah satunya dengan cara berolahraga. Di Indonesia sendiri salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh seluruh lapisan masyarakat baik anak-anak, remaja, dewasa maupun orang tua selain sepak bola adalah futsal. Olahraga futsal merupakan olahraga yang dapat dikategorikan sebagai olahraga yang masih berkembang dan sedikit demi sedikit mulai melekat dalam kehidupan masyarakat Indonesia.Olahraga futsal hampir mirip dengan permainan sepakbola apabila dilihat dari teknik dasar permainan. Secara umum permainan futsal hampir sama dengan sepakbola yaitu bermain dengan kaki ke kaki. Perbedaaan dalam permainan ini ialah dalam hal ukuran lapangan, jumlah pemain, berat bola dan aturan dalam permainan termasuk waktu pertandingan dalam futsal. Menurut Justinus Lhaksana, (2011: 13) permainan futsal dapat dikatakan hampir mirip dengan permainan sepakbola. Futsal sendiri diciptakan oleh Juan Carlos Ceriani di Ota Montevideo, Uruguay pada tahun 1930.

# (http://eprints.uny.ac.id/62270/1/SKRIPSI.pdf)

Futsal berasal dari bahasa Spanyol atau Portugis yaitu futbol dan sala, yang berarti "sepak bola" dan "dalam ruang". Yang merupakan varian olahraga sepak bola vang lebih terkenal.Futsal merupakan permainan bola yang dimainkan di ruangan tertutup, permainan ini juga dapat dilakukan di ruangan terbuka tergantung situasi dan kondisi yang ada. Futsal diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani saat piala dunia di gelar di Uruguay (Asmar Jaya, 2008: I). Futsal merupakan olahraga permainan yang cukup digemari hampir di seluruh dunia termasuk Indonesia.Permainan futsal berkembang dan masuk ke Indonesia sebenarnya pada sekitar tahun 1998- 1999.Lalu pada tahun 2000-an, permainan futsal mulai dikenal masyarakat.Pada saat itulah permainan futsal mulai berkembang dengan semakin maraknya klub futsal di Indonesia.Futsal adalah permainan sepakbola dalam ruangan. Permainan ini sendiri dilakukan oleh 5 pemain pada setiap tim, berbeda dengan sepakbola konfensional yang pemainnya berjumlah 11 orang pada setiap tim. Ukuran lapangan dan ukuran bolanya pun lebih kecil dibandingkan ukuran yang digunakan dalam sepakbola rumput.Sedangkan peraturan olahraga futsal dibuat sedemikian ketat oleh FIFA agar permainan ini berjalan dengan fair play dan juga untuk menghindari cidera yang dapat terjadi.Peraturan dalam futsal dibuat sangat ketat, yaitu pemain dilarang melakukan tackling dan sliding keras. Futsal yang ada di Indonesia sejauh ini sangat berkembang dengan pesat, pada tahun 2010 Indonesia bisa menyelenggarakan pertandingan

futsal se-Asia di Jakarta. Pada saat itu, lahirlah tim nasional Indonesia yang pertama kali, seiring dengan perkembangan jaman dan perkembangan olahraga futsal. Olahraga futsal dapat diterima oleh masyarakat secara luas yang ada diseluruh Indonesia. Bahkan banyak berdiri komunitas futsal atau klub futsal, selain itu banyak diselenggarakan pertandingan futsal di tiap daearah di indonesia. Dibandingkan dengan cabang olahraga permainan permainan futsal cukup populer dan tidak kalah dengan permainan sepakbola yang sudah ada dan lebih dulu populer di indonesia. Permainan futsal membentuk seorang pemain agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan lawan dan kondisi lapangan yang tidak luas.Dengan bermain futsal, pemain bisa mengembangkan kemampuannya dengan baik.Induk organisasi futsal Indonesia, Federasi futsal Indonesia (FFI) merupakan badan resmi dibawah PSSI yang mengurusi cabang olahrga futsal di Indonesia. FFI sendiri merupakan perubahan nama dari asosisasi futsal Indonesia (AFI). Perubahan ini terjadi saat kongres AFI pada 20 November 2015.AFI sendiri sebenarnya baru terbentuk pada 22 Juni 2014 saat diadakannya kongres pertama dan sekaligus memilih ketua organisasi yang jatuh kepada Harry Tanoesoedibjo.HT juga saat ini masih menjabat ketua FFI.AFI sendiri sebernarnya dibentuk karena pembubaran badan futsal nasional (BFN) oleh PSSI pada 25 Januari 2015.BFN sendiri sebenernya awalnya adalah induk resmi futsal yang dibentuk oleh PSSI untuk menangani olahraga futsal ini yang sudah berkembang di Indonesia, termasuk juga menangani liga profesional yang saat itu bernama Indonesia Futsal League sejak hingga 2013. FFI kini yang menyelenggarakan liga futsal sejak 2015, baik putra maupun putri yang saat itu bernama, futsal super league (FSL) dan musim ini menjadi pro futsal league (PFL). FFI juga menangani timnas futsal, baik putra maupun putri. Futsal adalah aktivitas permainan invasi (invasion games) yang dimainkan lima lawan lima orang dalam durasi waktu tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang, dan bola relatif lebih kecil dari permainan Permainan futsal sepakbola. disertai kecepatan dengan bergerak,kosentrasi,dan menyenangkan serta aman dimainkan serta tim yang menang adalah tim yang lebih banyak mencetak gol ke gawang lawannya (Saryono, 2008:49)

# (http://eprints.uny.ac.id/42961/1/skripsi%20oke.pdf)

Seperti halnya dalam permainan sepak bola, olahraga futsal juga memiliki teknik dasar.Teknik dasar merupakan hal sangat penting untuk menunjang sebuah performa atlet atau pemain.Dalam salah satu kursus lisensi yang diselenggarakan di Yogyakarta, Instruktur Efraim mengatakan ada perbedaan mengenai teknik dasar keterangannya antara sepakbola dan futsal.Dalam disebutkan bahwa heading tidak termasuk dalam teknik dasar futsal. Untuk itu terdapat 3 teknik dasar yaitu passing, control, serta shooting.Salah satu teknik dasar yang sangat penting adalah shooting. Teknik passing, control dan dribbling memang merupakan teknik yang sering dilakukan saat pertandingan tetapi sehebat apapun 2 permainan futsal, mencetak gol tetap menjadi tujuan utama.

Dan teknik terakhir dalam proses mencetak gol adalah *shooting*. Semakin banyak mencetak gol maka semakin besar peluang menang, maka semakin dekat dengan prestasi. Pemain futsal profesional Agung Dwi Juniarsyahl mengatakan, "Menembak bertujuan untuk mencetak gol. Jadi kita harus berani percaya diri untuk menendang bola ke arah gawang lawan, sekecil apapun kesempatan yang datang,". Menurut Agung, tembakan dalam futsal lebih mengedepankan kekuatan (power). Hal itu menyatakan bahwa teknik menembak atau *shooting* merupakan teknik yang sangat penting untuk mencapai kemenangan tim. Menjadi pemain futsal

yang hebat tidaklah mudah.Dibutuhkan suatu usaha yang keras dan terus menerus yaitu dengan melakukan latihan.Menurut Giri Wiarto (2013:153) setiap melakukan kegiatan latihan haruslah memiliki tujuan dan sasaran. Tujuan dan sasaran latihan harus diselaraskan dengan perkembangan usia pada atlet. Sehingga hal yang paling penting diketahui seorang pelatih adalah menerapkan sebuah program latihan kepada kelompok pemain ataupun atlet dengan usia yang tepat. Akan sangat merugikan jika sebuah program latihan untuk atlet dewasa diperuntukkan kepada atlet usia dini. Maka dari itu begitu pentingnya seorang pelatih memahami pengetahuan tentang kelompok usia pada atlet atau pemain. Pengertian dasar mengenai atlet itu sendiri juga harus diketaui oleh para pelatih.

Sekolah dapat menjadi tempat yang dapat menciptakan bibit pemain futsal yang professional. Pada anak usia perkembangan motorik sangat pesat dalam mengembangkan keterampilan dan bakat yang dimilikinya. Oleh karena itu usaha yang dilakukan oleh sekolah dalam pembinaan bakat pada cabang olahraga futsal sangat diperlukan.Salah satu usaha yang dilakukan sekolah untuk ikut dalam pembinaan futsal pada pemula adalah kegiatan ekstrakurikuler futsal. diadakannya ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang dilakukan di luar jam sekolah yang bertujuan untuk menumbuhkan bakat dan minat siswa. Kegiatan ekstrakurikuler juga bertujuan untuk menyalurkan bakat dan minat siswa.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler yang diajarkan di luar jam pelajaran, siswa bebas untuk memilih dan mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Siswa juga dapat mengasah keterampilan di dalam cabang olahraga tertentu tanpa dibatasi oleh waktu. Dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal yang diadakan pada sore hari, para siswa dapat memperoleh keuntungan diantaranya, para siswa bisa menambah latihan terutama untuk *passing* dan *shooting*, siswa juga dapat untuk lebih meningkatkan keterampilannya dalam melakukan teknik *passing* dan *shooting* yang bervariasi dengan cara mengikuti latihan dan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Inti dari aplikasi pendekatan melalui olahraga adalah integrasi dalam program

pelatihan yang dirancang oleh pelatih atau guru olahraga dan dipraktikan dalam sehari-hari sehingga menjadi kebiasaan (Fenanlampir dkk, 2011:69).

Demikian pula yang dilakukan di Sekolah Smp negeri 48 Surabaya. Salah satu Sekolah yang ada di Kota Sidoarjo ini didirikan pada tahun 2010, akan tetapi masih kurang mendapat prestasi yang ingin dicapai karena motivasi berlatih dan metode latihan yang masih kurang.

Latihan teknik dasar yang diberikan yaitu lari, passing, control, heading, shooting dan dribling. Pada ekstrakulikuler SMP 48 Surabaya belum adanya metode latihan yang dapat meningkatkan kemampuan shooting secara baik dan memiliki Kemampuan yang baik.Sehingga anak masih ada rasa takut dan ragu untuk melakukan teknik shooting karena kurangnya latihan.Padahal salah satu teknik dasar futsal adalah menendang (shooting). Untuk dapat melakukan shooting yang baik diperlukan teknik yang benar karena shooting merupakan salah satu cara mencetak gol, dan menghalau bola dalam permainan futsal. Untuk menguasai teknik yang baik dan benar, perlu dilakukan pembinaan dan latihan dengan menggunakan suatu cara yang benar. Latihan shooting dapat dilakukan dengan bermacam-macam cara seperti dengan cara individu yaitu melempar bola kemudian menendangnya dalam posisi diam ataupun bergerak. Dari beberapa latihan tersebut salah satu diantaranya adalah dengan cara permainan menggunakan kun yang berfungsi sebagai pembatas saat melakukan shooting agar tingkat Kemampuan shooting yang diinginkan semakin maksimal, selain itu juga dengan menggunakan 3 gawang kecil sebagai target latihan dalam melatih Kemampuan shooting. Penggunaan inovasi yang baru juga harus dilakukan pada teknik-teknik dasar yang lain sehingga latihan tidak hanya monoton. Untuk itu dilakukan latihan shooting dengan menggunakan teknik latihan 3 gawang kecil guna meningkatkan Kemampuan shooting saat latihan maupun pertandingan futsal siswa SMP Negeri 48 Surabaya.

Untuk mengatasi masalah tersebut, terutama masalah dalam proses pembelajaran guna meningkatkan teknik bermain futsal siswa khususnya pada teknik *shooting*, maka dapat dilakukan dengan menggunakan teknik latihan 3 gawang kecil. Pada penilitian ini saya menggunkan teknik tersebut karena pada teknik tersebut lebih menekankan pada keahlian mereka dalam melakukan Kemampuan yang maksimal saat melakukan *shooting*. Teknik yang digunakan pada latihan tersebut diharapkan dapat mewujudkan keterampilan Kemampuan *shooting* yang baik sebagaimana yang diharapkan selama ini.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dilakukan pengkajian lebih lanjut dengan judul **Penerapan Latihan** *Shooting* **3 Gawang Kecil Untuk Meningkatkan Kemampuan** *Shooting* **Futsal Ekstrakulikuler SMP Negeri 48 Surabaya.** 

### B. Batasan masalah

Karena banyaknya permasalahan yang ada dari berbagai situasi yang terjadi di lapangan, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah meningkatkan keterampilan Kemampuan *shooting* dalam futsal dengan mengunakan metode latihan 3 gawang kecil di SMP Negeri 48 Surabaya.

#### C. Rumusan masalah

Berdasarkan permasalah yang telah dipaparkan diatas, maka dapat disimpulkan rumusan masalah dalam penelitian kali ini adalah

- 1. Bagaimana tingkat besarnya Kemampuan pada penerapan shooting 3 gawang kecil untuk meningkatkan Kemampuan target tendangan siswa ekstrakulikuler SMP Negeri 48 Surabaya?
- 2. Apakah ada peningkatan Kemampuan *shooting* setelah penerapan latihan 3 gawang kecil siswa ekstrakulikuler SMP Negeri 48 Surabaya?

### D. **Tujuan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat besarnya Kemampuan pada penerapan *shooting* 3 gawang kecil untuk meningkatkan Kemampuan target tendangan siswa ekstrakulikuler SMP Negeri 48 Surabaya.

### E. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pihak-pihak yang terkait dengan bidang olahraga, diantaranya adalah sebagai berikut:

### 1. Manfaat Teoritis

Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai pengaruh latihan menggunakan 3 gawang kecil terhadap peningkatan Kemampuan *shooting* sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menyususun program latihan teknik dan fisik kepada pemain muda.

## 2. Manfaat praktis

- Bagi SMP Negeri 48 Surabaya dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan latihan *shooting*
- Bagi pelatih, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan, sekaligus untuk merancang program yang akan diberikan khususnya dalam program latihan *shooting*.
- Memberi masukan bagi para pembina olahraga futsal dan pelatih agar dalam memberi pembinaan, pelajaran atau latihan lebih banyak memiliki landasan yang ilmiah.