

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Futsal merupakan olahraga yang saat ini bisa dikatakan berkembang dengan pesat sekarang banyak orang yang mengetahui tentang futsal. Gelanggang olahraga yang tadinya hanya untuk bermain bola voli, bulutangkis dan bola basket kini banyak dilengkapi gawang atau membangun lagi tempat untuk bermain futsal. Hal ini sejalan dengan pendapat Zen-Ruffinen (2001) bahwa, “Olahraga permainan futsal akan menjadi sumber kesenangan serta rekreasi yang sehat serta konstruktif bagi olahragawan pemula, bagi amatir dan profesional dan bagi sejumlah pecinta olahraga yang sedang berkembang ini” (hlm.2).

Menurut Narti, Aulia (2009) futsal adalah “Permainan bola yang dimainkan oleh dua regu dengan satu regu sebanyak 5 orang. Tujuan permainan ini, sama dengan permainan sepak bola, yaitu memasukkan bola sebanyak- banyaknya ke gawang lawan” (hlm.2). Permainan futsal dapat dilaksanakan di mana saja, tidak memerlukan lapangan khusus seperti sepak bola. Ukuran lapangan berbentuk persegi yang berukuran minimal panjang 25 m, lebar 15 m dan maksimal panjang 42 m dan lebar 25 m. Bolanya mudah didapat dan harganya murah juga jumlah pemain tidak sampai 11 orang. Sesuai pendapat diatas penulis dapat simpulkan bahwa permainan futsal pada prinsipnya mempunyai tujuan yang sama dengan permainan sepak bola, yaitu memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan bola.

Pada permainan futsal terdapat beberapa macam keterampilan dasar, keterampilan dasar tersebut merupakan aspek yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar terampil dalam bermain futsal. Adapun teknik dasar dalam permainan futsal menurut Irawan, Andri (2009) adalah “Mengumpan (*passing*), mengumpan lambung (*chipping*), menerima bola (*receiver*), menggiring bola (*dribbling*), menembak (*shooting*), menyundul (*heading*)” (hlm.22-38).

Dari berbagai teknik dasar tersebut, penulis mengambil teknik menendang bola untuk dibahas secara lebih mendalam. Teknik menendang bola ke gawang merupakan salah satu faktor yang menunjang dalam permainan futsal. Hal ini

sejalan dengan pendapat Irawan, Andri (2009) “*Shooting* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, teknik ini merupakan cara untuk menciptakan goal, karena seluruh pemain mendapat kesempatan untuk menciptakan goal dalam memenangkan pertandingan” (hlm.33).

Berdasarkan hasil pengamatan, kegiatan Atlet Recta Futsal Garut sebenarnya berjalan dengan baik. Atlet Recta Futsal Garut berjumlah 20 orang yang selalu aktif dalam mengikuti kegiatan latihan yang dilakukan pada hari Senin, Selasa, Kamis, Sabtu & Minggu dan sudah menguasai teknik dasar Futsal. Dengan fisik yang sudah diatas rata-rata Recta Futsal Garut ini sering mengikuti berbagai turnamen. Di Klub Recta Futsal Garut yang membina pemuda-pemudi yang hobi bermain futsal merupakan salah satu upaya untuk lebih mengaktifkan dan mengintensifikasi program latihan yang dilakukan oleh pelatih.

Klub Recta Futsal Garut ini dibentuk untuk meningkatkan dan mengangkat prestasi futsal di wilayah Kabupaten Garut. Salah satu tujuan pembinaan ini supaya atlet-atlet tersebut mengalami peningkatan baik dari segi teknik, fisik maupun mental. Atlet Recta Futsal Garut belum banyak yang mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi agar dapat melakukan shooting dengan baik. Oleh karena itu, untuk mencapai target tersebut dibutuhkan usaha maksimal untuk mengembangkan keterampilan shooting atlet dengan cara memberikan pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi teknik dasar shooting.

Faktor yang pertama adalah power otot tungkai. Permainan futsal yang didominasi dalam penggunaan kaki membuat peranan power otot tungkai sangat penting. *Power* otot tungkai merupakan salah satu komponen fisik yang penting dan sangat berguna untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan. Dalam hal ini kekuatan otot tungkai dibutuhkan dalam melakukan shooting, karena pada saat akan melakukan gerakan shooting bagian kaki khususnya tungkai akan mempergunakan otot-ototnya untuk menerima beban dalam waktu kerja tertentu.

Faktor yang kedua adalah koordinasi mata-kaki. Koordinasi yang diperlukan pemain dalam bermain futsal adalah koordinasi mata-kaki, karena mata adalah pusat dimana pandangan untuk melihat kondisi di sekitar lapangan serta peranan kaki sebagai pengolah bola pada saat melakukan shooting. Latihan yang

dapat diberikan misalnya variasi langkah kaki yang dipadukan dengan arah pandangan mata agar bisa dengan mudah menyelaraskan antara pandangan mata dan gerakan kaki dalam futsal yang didominasi dalam penggunaan kaki membuat peranan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki sangat penting.

Selain power otot tungkai dan koordinasi mata-kaki, faktor ketiga yang mempengaruhi keterampilan shooting dalam permainan futsal adalah fleksibilitas panggul. Menurut Badriah, Dewi Laelatul (2011) “Kelentukan atau fleksibilitas adalah kemampuan ruang gerak persendian” (hlm.38). Sedangkan Fleksibilitas menurut Harsono (2010) adalah “Kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi. Kecuali oleh ruang gerak sendi, kelentukan juga ditentukan oleh elastisitas tidaknya otot-otot tendon dan ligamen” (hlm.163).

Berdasarkan beberapa uraian diatas, penulis tertarik untuk meneliti kontribusi power otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan fleksibilitas panggul terhadap hasil shooting permainan futsal pada Atlet Recta Futsal Garut KU-17.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adapun masalah yang akan penulis teliti dalam penelitian ini adalah,

1. Seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal pada Atlet Recta Futsal Garut KU-17?
2. Seberapa besar kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal pada Atlet Recta Futsal Garut KU-17?
3. Seberapa besar kontribusi fleksibilitas panggul terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal pada Atlet Recta Futsal Garut KU-17?
4. Seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan fleksibilitas panggul terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal pada Atlet Recta Futsal Garut KU-17?

## **1.3 Definisi Operasional**

Untuk menghindari salah pengertian terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian skripsi ini, maka penulis memberikan definisi istilah terhadap kata yang digunakan. Adapun istilah di maksud sebagai berikut:

1. Kontribusi menurut Kamus besar Bahasa Indonesia (2008) adalah “Keadaan berhubungan” (hlm.409). Yang dimaksud kontribusi dalam penelitian ini adalah

keadaan berhubungan antara yang timbul akibat power otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan fleksibilitas panggul terhadap hasil shooting dalam permainan futsal pada Anggota Atlet Recta Futsal Garut KU-17.

2. *Power* menurut Badriah, Dewi Laelatul (2011) adalah “Kemampuan otot atau sekelompok otot melakukan kontraksi secara eksplosif dalam waktu yang sangat singkat” (hlm.36). Jadi power otot tungkai dalam penelitian ini adalah kemampuan otot tungkai Atlet Recta Futsal Garut KU-17 untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat singkat pada saat melakukan shooting dalam permainan futsal.
3. Koordinasi mata kaki. Menurut Badriah, Dewi Laelatul (2011) menjelaskan bahwa, koordinasi adalah “Kemampuan tubuh untuk melakukan berbagai macam gerakan dalam satu pola gerakan secara sistematis/ kontinu atau hal yang menyatakan hubungan yang berbagai harmonis dan berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan” (hlm.40).
4. Fleksibilitas otot panggul. Menurut Badriah, Dewi Laelatul (2011) adalah “Kemampuan ruang gerak persendian” (hlm.38). Fleksibilitas panggul dalam penelitian ini adalah kemampuan sendi panggul untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi panggul, yang digambarkan dengan skor yang diperoleh Atlet Recta Futsal Garut KU-17.
5. *Shooting* adalah menendang bola dengan keras, guna mencetak gol. Ini juga merupakan bagian tersulit karena perlu kematangan dan kecerdikan pemain dalam menendang bola agar tidak bisa dijangkau atau ditangkap kiper.
6. Permainan Futsal dalam penelitian ini adalah permainan futsal yang dilakukan oleh 5 (lima) orang pemain dari setiap regunya, dilakukan di lapangan yang berbentuk bujur sangkar yang berukuran panjang 25 meter dengan lebar 15 meter. Teknik dasarnya sama dengan teknik dasar dalam permainan sepak bola, kecuali lemparan bola ke dalam tidak ada

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah identifikasi masalah serta fokus penelitian atau definisi operasional sebagaimana penulis uraikan, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal Atlet Recta Futsal Garut KU-17.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal pada Atlet Recta Futsal Garut KU-17
3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi fleksibilitas panggul terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal pada Atlet Recta Futsal Garut KU-17
4. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai, koordinasi mata-kaki dan fleksibilitas panggul terhadap hasil *shooting* dalam permainan futsal pada Anggota Atlet Recta Futsal Garut KU-17

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Dari latar belakang masalah serta tujuan penelitian sebagai mana penulis uraikan maka kegunaan penelitian ini sebagai berikut:

#### **1. Kegunaan Teoretis**

Secara teoretis hasil penelitian ini mendukung teori yang sudah ada khususnya teori kepelatihan dan fisiologi olahraga, serta dapat memperkaya khasanah ilmu keolahragaan.

#### **2. Kegunaan Praktis**

Secara praktis hasil penelitian ini bermanfaat bagi para guru dan guru olahraga khususnya para pelatih futsal sebagai acuan dalam memilih bentuk latihan yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapainya, serta dalam menyusun program dan melaksanakan pelatihannya.