

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh sebagian besar manusia bahkan mendapat simpati dari masyarakat Indonesia. Futsal juga digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, internasional, anak-anak, dewasa, hingga orang tua. permainan futsal di mainkan oleh tim yang masing-masing di main dua tim yang beranggotakan 5 lawan 5 pemain, permainan ini hampir mirip dengan permainan sepak bola, dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan sebanyak banyaknya dan menjaga gawang kita agar tidak agar tidak kemasukan bola oleh lawan, dan permainan ini juga dimainkan seluruh anggota badan kecuali tangan hanya untuk penjaga gawang atau lemparan ke dalam. Dalam beberapa tahun terakhir ini futsal sangat terkenal di Indonesia, baik di Jakarta maupun di daerah lain. Menurut (Muarif, 2021, p.17) Permainan futsal berkembang dan masuk ke Indonesia pada sekitar tahun 1998-1999. Lalu pada tahun 2000-an, permainan futsal mulai dikenal masyarakat. Pada saat itulah permainan futsal mulai berkembang dengan maraknya klub futsal di Indonesia. Futsal adalah olahraga multisprint yang memiliki fase intensitas tinggi dibandingkan dengan sepak bola dan olahraga intermiten lainnya. Maka dapat disimpulkan bahwa futsal merupakan sepak bola mini yang biasa dimainkan di dalam maupun di luar ruangan dengan jumlah pemain tiap tim 5 orang serta dimainkan dalam kondisi lapangan, gawang yang lebih kecil, bola yang relative lebih kecil dan berat serta waktu yang lebih singkat.

Maka Untuk mendapatkan prestasi yang optimal dalam permainan futsal, selain setiap pemain harus memiliki kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, ketepatan, dan daya tahan juga harus menguasai keterampilan dasar bermain futsal. Penguasaan keterampilan dasar adalah salah satu usaha untuk meningkatkan menuju prestasi yang lebih tinggi, disamping itu juga pemain harus lebih belajar dan menguasai teknik dasar seperti *control*, *passing*, *dribbling* dan *shooting*. Tingkat keterampilan yang dimiliki para pemain akan menentukan penampilannya dalam bermain futsal. Hal ini sejalan dengan pendapat Menurut

Rahardian et al, (dalam Muarif, 2021, p. 17) keterampilan teknik dasar futsal hampir memiliki kesamaan dengan sepakbola, yang harus dikuasai pemain futsal yakni menendang bola (*passing*), menggiring bola (*dribbling*), mengontrol bola (*controlling*), dan menembak ke gawang (*shooting*), yang membedakan ialah menyundul bola (*heading*).

Shooting merupakan teknik dasar dalam permainan futsal yang harus dikuasai oleh setiap pemain, teknik ini merupakan cara untuk memasukan gol. Dengan demikian keterampilan gerak dasar menembak (*shooting*) dalam permainan futsal sangat penting untuk dikuasai secara baik, tetapi tidak boleh mengesampingkan keterampilan gerak dasar yang lain. Seorang pemain yang hebat harus tahu kapan waktu dan posisi yang tepat untuk melakukan *shooting* dalam setiap permainan dalam lapangan, dengan tujuan *shooting* yang dilakukan akan berhasil dan mendapatkan angka atau *point*. Menurut Wardana dalam (Widodo et.al, 2017, p.139) Teknik permainan futsal yang dominan dilakukan adalah menendang (*shooting*) dan mengoper. Teknik *shooting* memang terlihat sangat mudah dilakukan tetapi *shooting* membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi dan akurasi yang tepat agar shooting yang dilakukan menjadi sebuah gol. Ketepatan shooting dalam futsal sangat penting maka, perlu upaya peningkatan ketepatan shooting guna untuk menyempurnakan keterampilan yang dimiliki si pemain.

Fleksibilitas atau kelentukan merupakan efektivitas seseorang dalam menyesuaikan diri untuk segala aktivitas dengan penguluran tubuh pada bidang sendi yang luas. Hal ini sejalan dengan pendapat Menurut (Mulyana, 2018, p.45) Mengatakan fleksibilitas panggul adalah kemampuan ruang gerak sendi di daerah panggul untuk bisa bergerak luwes, efisien dan seluas-luasnya. Menurut (Maulana et al., 2022, p.182) Fleksibilitas adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan melalui ruang gerak sendi secara maksimal. Kemampuan gerak sendi ini berbeda di setiap persendian dan bergantung pada struktur anatomi di sekitarnya, seberapa jauh sendi itu digunakan secara normal, ada tidaknya cedera, dan ketegangan otot serta faktor-faktor lainnya yang dapat mempengaruhi fleksibilitas.

Power atau daya ledak merupakan komponen dasar dari berbagai kinerja kondisi fisik, *power* adalah kemampuan otot atlet untuk mengatasi tahanan beban

kekuatan maksimal dalam satu gerakan yang utuh. Menurut Frayoga et al, (Tohari et al., 2022, p.15) Daya ledak otot tungkai penting karena pemain yang ingin melakukan tendangan jarak jauh dan ingin mengetahui kearah mana bola harus pergi harus memperhatikan daya ledak otot tungkai.

Berbagai macam ekstrakurikuler olahraga pun disediakan oleh sekolah guna memenuhi kebutuhan siswanya akan hal-hal tersebut. Begitu juga di SMP Negeri 12 Tasikmalaya yang menyediakan bermacam-macam ekstrakurikuler diantaranya Pramuka, Paskibra, Palang Merah Remaja (PMR), Basket, Badminton, Takraw, Voli dan Futsal. Dengan adanya beragam ekstrakurikuler akan mendorong siswa untuk dapat menunjang prestasi di bidang non akademik. Salah satu ekstrakurikuler olahraga yang memiliki daya tarik dan cukup diminati siswa SMP Negeri 12 Tasikmalaya adalah Futsal. Futsal adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Menurut (Pratomo & Gumantan, 2020, p.13) dengan penguasaan teknik dasar yang benar maka akan menunjang keterampilan selanjutnya. Permainan futsal terus mengalami perubahan dan perkembangan baik dari segi peraturan, teknologi, fasilitas yang menyangkut kelancaran sebuah pertandingan. Tidak kalah pentingnya sekarang ini terus dikembangkan dan ditingkatkan adalah teknik, taktik dan strategi yang diterapkan para pemain maupun pelatih dalam menghadapi suatu pertandingan. Semua itu ditujukan agar permainan Futsal ini lebih indah dan menarik.

Karena komponen kondisi fisik yang mendukung terhadap keberhasilan *shooting*, banyak peneliti yang mengkaji seperti *power* otot tungkai dan fleksibilitas panggul terhadap keterampilan *shooting*.

Untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai, fleksibilitas panggul, terhadap keterampilan *shooting* peneliti melakukan penelitian pada tim futsal SMPN 12 Tasikmalaya. Alasan peneliti melakukan penelitian di tim futsal SMPN 12 Tasikmalaya karena ketika pemain futsal SMPN 12 Tasikmalaya melakukan teknik *shooting* mampu melakukan tendangan dengan cukup baik. Hal ini di buktikan berdasarkan pengamatan peneliti melihat pertandingan futsal SMP Negeri 12 Tasikmalaya saat mengikuti liga futsal pendidikan yang di selenggarakan pada tanggal 12 januari 2024 sampai 7 maret 2024. Di setiap pertandingan mereka

mampu mengalahkan lawannya dengan skor lebih dari 2 gol. Sehingga mampu menjadi runner up di liga futsal pendidikan 2024. Pelatih mengungkapkan bahwa keberhasilan tersebut dengan tidak hanya melatih teknik , tetapi juga kondisi fisik pemain juga harus di latih.

Dengan demikian, berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Kontribusi *power* otot tungkai dan fleksibilitas panggul terhadap Keterampilan *shooting* pemain futsal ekstrakurikuler SMP Negeri 12 Tasikmalaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan di atas, Maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat Kontribusi antara *power* otot tungkai terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan pada pemain ekstrakurikuler SMPN 12 Tasikmalaya?
- b. Apakah terdapat Kontribusi antara fleksibilitas panggul terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan pada pemain ekstrakurikuler SMPN 12 Tasikmalaya?
- c. Apakah terdapat kontribusi secara bersama-sama antara *power* otot tungkai dan fleksibilitas panggul terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan pada pemain ekstrakurikuler SMPN 12 Tasikmalaya?

1.3 Definisi Operasional

Definisi Operasional adalah penjelasan ciri-ciri konsep atau focus penelitian yang dapat diukur dan rumusnya harus didasari oleh pengertian atau penjelasan agar menghindari perbedaan penafsiran antara maksud yang ditulis antara penulis dan pembaca. Untuk mendapatkan data yang diperlukan, maka penulis memberikan penjelasan mengenai istilah yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a. *Power* adalah kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat, hal ini sejalan dengan pendapat Tjalliek Soegiardo

(Latif Tanjung et al., p. 127) Power atau daya ledak adalah kemampuan kerja otot (usaha) dalam suatu waktu (detik).

- b. *Power* otot tungkai yang dimaksud di sini adalah skor kemampuan otot untuk menerima beban dalam waktu bekerja di mana kemampuan itu dihasilkan oleh kontraksi otot yang terdapat dalam tungkai, kontraksi ini timbul untuk melakukan gerakan yang mendukung. Menurut (Afrizal 2018, p.8) *Power* otot tungkai yang dimiliki atlet membuat shooting yang dihasilkan memiliki kecepatan sehingga bola mengarah lurus ke arah yang ditentukan, demikian pula dengan kelentukan akan membuat sudut kemiringan tubuh dan kualitas gerakan yang halus sehingga tubuh tidak kaku pada saat melakukan teknik shooting.
- c. *Fleksibilitas Panggul* adalah *Fleksibilitas* atau kelentukan merupakan efektivitas seseorang dalam menyesuaikan diri untuk segala aktivitas dengan penguluran tubuh pada bidang sendi yang luas. Kelentukan sangat diperlukan sekali hampir di semua cabang olahraga yang banyak menuntut ruang gerak sendi seperti senam, loncat indah, beberapa nomor atletik, permainan-permainan dengan bola, gulat, dan sebagainya. Menurut (Mulyana, 2018, p.45). *fleksibilitas panggul* adalah kemampuan ruang gerak sendi di daerah panggul untuk bisa bergerak luwes, efisien dan seluas-luasnya.
- d. *shooting* yang dimaksud adalah kemampuan seseorang menendang bola sekencang-kencangnya ke arah target dengan akurat. Menurut (Ramadhan et al., 2024, p.330) *Shooting* adalah teknik dasar untuk menendang bola dengan kaki kura-kura penuh dengan tujuan memasukan bola ke dalam gawang.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki secara mendalam hubungan *power* otot tungkai, dan *fleksibilitas panggul* terhadap hasil *shooting* dalam futsal. Secara khusus penelitian bertujuan untuk:

- a. Untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi *power* otot tungkai terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan futsal pada pemain ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 12 Kota Tasikmalaya

- b. Untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi fleksibilitas panggul terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan futsal pada pemain futsal ekstrakurikuler SMPN 12 Kota Tasikmalaya?
- c. Untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi *Power* Otot Tungkai dan fleksibilitas panggul Secara Bersama Terhadap keterampilan *Shooting* dalam Permainan Futsal pemain futsal ekstrakurikuler SMP Negeri 12 Kota Tasikmalaya

1.5 Manfaat Penelitian

Setiap melakukan kegiatan tentunya diharapkan bermanfaat untuk diri pribadi sendiri maupun orang lain, begitu pula dalam melakukan penelitian ini penulis berharap hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoretis maupun secara praktis.

1.5.1 Manfaat Teoretis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung teori yang sudah ada serta mengembangkan teknik shooting untuk jangka waktu yang panjang.

1.5.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, diharapkan dapat memberikan informasi atau masukan bagi guru Pendidikan Jasmani dan pelatih untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai, *fleksibilitas* panggul, terhadap keterampilan *shooting* dan berguna untuk referensi dalam meningkatkan prestasi atlet tersebut.