

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan olahraga yang dimainkan dengan cara menendang bola, dengan tujuan utama mencetak gol ke gawang lawan sekaligus menjaga gawang sendiri agar tidak kebobolan (Supriadi *et al.*, 2023, p. 461). Dalam permainan sepak bola, setiap pemain bebas menggunakan seluruh anggota tubuhnya kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang memiliki izin untuk memainkan bola menggunakan kaki maupun tangan, dan penggunaan tangan atau lengan tersebut hanya diperbolehkan ketika berada di dalam area kotak penalty Kristina (dalam Silwan *et al.*, 2025, p. 227).

Untuk mencapai tujuan permainan, pemain harus menguasai teknik dasar sepak bola. Menurut Mielke & Human Kinetics (dalam Amir Supriadi *et al.*, 2023) mengungkapkan bahwa terdapat sejumlah teknik dasar yang perlu dikuasai oleh pemain sepak bola, seperti menendang (*kicking*), menghentikan bola (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merebut bola (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*). Sementara itu, Grieve (dalam Amir Supriadi *et al.*, 2023) menyatakan bahwa membedakan teknik dalam sepak bola menjadi dua kategori, yaitu teknik dengan bola dan tanpa bola. Teknik tanpa bola mencakup aktivitas seperti berjalan, berlari, berjingkat, melompat, meloncat, berputar, berbelok, meluncur (*sliding*), dan berhenti secara tiba-tiba. Sedangkan teknik dengan bola meliputi *passing, shooting, dribbling, controlling, heading, feinting, sliding tackle, throw-in, dan goalkeeping*. Berdasarkan pendapat Mielke & Human Kinetics serta Grieve (dalam Amir Supriadi *et al.*, 2023), dapat disimpulkan bahwa permainan sepak bola menuntut penguasaan berbagai teknik dasar baik yang dilakukan dengan bola maupun tanpa bola. Teknik tanpa bola mencakup berbagai bentuk gerak tubuh seperti berlari, melompat, berputar, hingga berhenti secara tiba-tiba yang berfungsi untuk menunjang kelincahan dan mobilitas pemain di lapangan. Sementara itu, teknik dengan bola meliputi keterampilan seperti *passing, dribbling, controlling, heading, dan shooting* yang berperan langsung dalam penguasaan permainan dan penciptaan peluang mencetak gol.

Dengan demikian, kemampuan menguasai teknik dasar tersebut merupakan aspek fundamental bagi pemain untuk dapat bermain efektif dan mencapai tujuan permainan, yaitu memasukkan bola ke gawang lawan. Penguasaan teknik dasar menjadi fondasi bagi pemain untuk dapat melakukan permainan secara efektif dan efisien.

Salah satu teknik dasar yang memiliki pengaruh langsung terhadap pencapaian tujuan permainan adalah *shooting*, karena melalui teknik inilah sebuah tim dapat mencetak gol dan memenangkan pertandingan. Menurut (Mahanani & Indriarsa, 2021, p. 68) *shooting* merupakan tindakan menendang bola dengan menggunakan kekuatan penuh, yang dapat dilakukan menggunakan kaki bagian dalam, luar, maupun punggung kaki. Namun demikian, keberhasilan *shooting* tidak hanya ditentukan oleh teknik saja, melainkan juga oleh akurasi arah tembakan. Sebuah tendangan dengan kekuatan yang baik belum tentu menghasilkan gol apabila tidak tepat sasaran. Tingkat ketepatan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti koordinasi tubuh, jarak dan ukuran sasaran, ketajaman indra, kecepatan gerakan, persepsi terhadap gerak, serta kekuatan dari gerakan itu sendiri (Girsang & Supriadi, 2021, p. 227).

Salah satu bentuk koordinasi tubuh yang memiliki pengaruh besar dalam keberhasilan *shooting* pada permainan sepak bola adalah koordinasi mata-kaki. Koordinasi mata-kaki merupakan kemampuan menyelaraskan penglihatan dengan gerakan kaki secara selaras saat melakukan tendangan. Dalam situasi permainan, seorang pemain harus mampu memperkirakan arah datangnya bola, posisi gawang, keberadaan pemain lawan, serta momen yang tepat untuk melepaskan tembakan. (Mesnan *et al.*, 2019, p, 69) mengungkapkan bahwa pemain yang memiliki koordinasi mata-kaki yang baik dalam melakukan *shooting* cenderung memiliki akurasi arah tembakan yang lebih tinggi. Hal tersebut terjadi karena koordinasi yang optimal memungkinkan pemain untuk menyesuaikan timing, posisi tubuh, arah bola, serta kecepatan ayunan kaki sehingga tendangan dapat diarahkan tepat menuju sasaran. Pemain yang koordinasinya baik umumnya memiliki keseimbangan yang lebih terkontrol sehingga tendangan yang dihasilkan tidak goyah dan memiliki arah yang jelas. Sebaliknya, pemain dengan koordinasi mata-kaki yang kurang baik

cenderung menghasilkan tendangan yang melenceng, terlalu pelan, atau mudah ditebak oleh penjaga gawang. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa semakin baik koordinasi mata-kaki seorang pemain, maka semakin besar peluang keberhasilan *shooting* yang dilakukan, baik dari segi ketepatan, kekuatan, maupun efektivitasnya dalam menciptakan peluang gol.

Selain koordinasi mata-kaki, faktor lain yang memiliki peranan penting dalam keberhasilan *shooting* adalah *power* otot tungkai. *Power* otot tungkai merupakan kemampuan otot-otot bagian bawah tubuh untuk menghasilkan tenaga besar dalam waktu singkat. Dalam kegiatan menendang bola, *power* otot tungkai berfungsi memberikan kekuatan serta kecepatan pada bola ketika ditembakkan menuju gawang. (Amir Supriadi *et al.*, 2023, p. 235) menyatakan bahwa *power* otot tungkai yang baik memungkinkan pemain melakukan ayunan kaki yang lebih kuat dan terarah, sehingga kecepatan dan kekuatan hasil tendangan meningkat. Dengan demikian, pemain yang memiliki *power* otot tungkai tinggi cenderung menghasilkan *shooting* yang lebih keras dan sulit diantisipasi oleh penjaga gawang. Oleh karena itu, semakin baik *power* otot tungkai seorang pemain, semakin besar peluang keberhasilan *shooting* yang dilakukan.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa keberhasilan *shooting* dalam permainan sepak bola tidak hanya ditentukan oleh penguasaan teknik semata, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai yang dimiliki pemain. Koordinasi mata-kaki berperan dalam mengarahkan bola secara tepat menuju sasaran, melalui kemampuan menyelaraskan pengamatan visual terhadap posisi bola, gawang, dan pergerakan tubuh saat menendang. Sementara itu, *power* otot tungkai mendukung kekuatan dan kecepatan bola pada saat ditembakkan sehingga bola dapat meluncur dengan cepat, keras, dan sulit dijangkau oleh penjaga gawang. Kombinasi koordinasi mata-kaki yang baik dan *power* otot tungkai yang optimal akan menghasilkan *shooting* yang tidak hanya akurat, tetapi juga bertenaga. Oleh karena itu, kedua aspek tersebut saling melengkapi dan menjadi faktor penting yang menentukan tingkat keberhasilan *shooting* dalam permainan sepak bola.

Salah satu aspek penting dalam penelitian ini adalah karakteristik subjek yang digunakan, yaitu anggota UKM Sepak Bola Unsil United yang mayoritas merupakan mahasiswa. Secara perkembangan usia, mahasiswa berada pada fase remaja akhir menuju dewasa awal yang ditandai dengan tingkat kematangan fisik dan psikologis yang lebih baik. Dari sisi fisik, kondisi tubuh pada fase ini telah berkembang secara optimal, termasuk dalam hal kekuatan otot dan koordinasi gerak, sehingga sangat relevan untuk mengkaji variabel seperti koordinasi mata kaki dan *power* otot tungkai dalam kaitannya dengan keberhasilan *shooting*.

Selain itu, dari aspek psikologis, mahasiswa cenderung memiliki motivasi, kesadaran, dan keseriusan yang lebih tinggi dalam mengikuti proses latihan maupun pengambilan data penelitian. Mereka mampu melaksanakan instruksi dengan sungguh-sungguh dan tidak lagi menunjukkan kecenderungan bermain seperti pada peserta didik di jenjang pendidikan dasar hingga menengah (SD, SMP, dan SMA). Pada jenjang tersebut, tingkat konsentrasi dan stabilitas emosi masih berkembang, sehingga dapat memengaruhi hasil pengukuran keterampilan teknik seperti *shooting* dalam sepak bola.

Berdasarkan hal tersebut, penggunaan subjek penelitian pada tingkat mahasiswa memberikan keunggulan dalam hal kesiapan dan kematangan, baik secara fisik maupun psikologis. Kondisi ini memungkinkan proses pengambilan data terkait koordinasi mata kaki, *power* otot tungkai, dan keberhasilan *shooting* dilakukan secara lebih optimal dan terkontrol, sehingga hasil penelitian yang diperoleh memiliki tingkat validitas yang lebih tinggi.

Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya masih berfokus pada subjek usia sekolah, sehingga belum banyak kajian yang secara khusus meneliti hubungan koordinasi mata kaki dan *power* otot tungkai dengan keberhasilan *shooting* pada populasi mahasiswa, khususnya dalam konteks UKM sepak bola. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi kesenjangan gap atau masalah tersebut, serta memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan ilmu kepelatihan dan pembelajaran sepak bola pada tingkat perguruan tinggi.

UKM Sepakbola UNSIL United adalah Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Siliwangi yang mewadahi mahasiswa dalam bidang olahraga sepak bola, baik sebagai kegiatan pembinaan prestasi maupun pengembangan minat dan bakat. UNSIL United juga menunjukkan prestasi yang sangat menjanjikan di ajang kompetisi nasional dan dalam sejumlah uji coba persahabatan. Pada tahun 2023, UNSIL United berhasil meraih Juara 3 tingkat nasional dalam turnamen Soedirman National. Pencapaian ini menegaskan bahwa tim bukan hanya berkompetisi di level lokal, tetapi sudah mampu bersaing di panggung nasional dengan performa yang konsisten tinggi. Selain prestasi di turnamen resmi, UNSIL United juga mencatat hasil positif dalam pertandingan uji coba internal. Misalnya, dalam laga persahabatan melawan Majenang *Soccer Club*, mereka menang dengan skor 4–1, menunjukkan efektivitas serangan dan daya saing yang tinggi. Di uji coba lainnya, UNSIL United juga berhasil mengalahkan tim-tim seperti Hippo dari Kabupaten Tasikmalaya dan PSGC Ciamis, yang dikenal sebagai klub dengan pemain berkualitas.

Dari hasil observasi dan wawancara dengan pelatih UKM UNSIL United, faktor utama yang disebut sebagai kunci keberhasilan *shooting* (penyelesaian akhir) tim adalah kondisi fisik para pemain yang luar biasa, terutama aspek koordinasi mata kaki dan *power* otot tungkai. Pelatih menyatakan bahwa para pemain memiliki kemampuan membaca posisi bola, arah datangnya umpan, serta sasaran tembakan dengan sangat baik, kemudian mampu menyesuaikan gerakan kaki secara tepat dan cepat. Koordinasi mata–kaki yang baik ini membuat arah *shooting* para pemain menjadi lebih akurat, terukur, dan sering berbuah gol dalam berbagai pertandingan. Selain itu, para pemain UNSIL United juga digambarkan memiliki *power* otot tungkai yang tinggi. Kekuatan ini memungkinkan mereka menghasilkan tendangan yang keras, cepat, dan sulit diantisipasi oleh penjaga gawang lawan. Kombinasi antara koordinasi yang baik dan *power* otot tungkai yang besar menjadikan efektivitas *shooting* tim sangat menonjol dalam pertandingan resmi maupun uji coba.

Berdasarkan fenomena tersebut memperlihatkan bahwa prestasi Unsil United baik ketika meraih juara 3 Soedirman *National Competition* 2023 maupun

ketika memenangkan berbagai uji coba seperti menghadapi Majenang *Soccer Club* (skor 4–1), Hippo Kabupaten Tasikmalaya, dan PSGC Ciamis tidak hanya dipengaruhi oleh taktik permainan atau keterampilan teknis. Lebih dari itu, keberhasilan tim sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik khususnya koordinasi gerak dan kapasitas daya otot, yang berperan langsung dalam efektivitas penyelesaian akhir.

Pengamatan tersebut sejalan dengan berbagai penelitian yang menekankan pentingnya koordinasi dan *power* otot tungkai dalam mendukung kemampuan *shooting*. Misalnya, penelitian oleh Amir Supriadi, et al. (2021, p. 3) yang berjudul “Hubungan Koordinasi Mata-kaki dan *Power* Otot Tungkai dengan Keberhasilan *Shooting* pada Mahasiswa Penjas” yang menunjukkan bahwa kedua aspek kondisi fisik tersebut merupakan faktor penting dalam keberhasilan *shooting*.

Penelitian ini memiliki kebaruan karena mengkaji hubungan antara koordinasi mata kaki dan *power* otot tungkai secara simultan dengan keberhasilan *shooting* pada pemain sepak bola Unsil United, sebuah populasi yang jarang menjadi fokus penelitian di banding atlet profesional atau pun pelajar umum. Penggabungan kedua variabel dan motorik tersebut memberikan perspektif baru dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *shooting*, karena sebagian besar penelitian sebelumnya hanya meninjau salah satu variabel secara terpisah.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa belum ada data yang melakukan penelitian tentang adakah hubungan koordinasi mata kaki atlet dan *power* otot tungkai dengan keberhasilan *shooting* khususnya pada UKM sepak bola Unsil United. Melihat fenomena tersebut dan pentingnya dua komponen kondisi fisik tersebut dalam mendukung kualitas *shooting*, penulis merasa tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai hubungan koordinasi mata kaki dan *power* otot tungkai terhadap keberhasilan *shooting* dalam permainan sepak bola, khususnya pada pemain UKM Unsil United.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan keberhasilan *shooting* sepak bola?
- b. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan keberhasilan *shooting* sepak bola?
- c. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai secara bersama-sama dengan keberhasilan *shooting* sepak bola?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari dari salah penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan, maka perlu adanya penjelasan secara operasional terhadap istilah yang digunakan, istilah-istilah tersebut adalah:

- a. Hubungan merupakan sesuatu yang terjadi apabila dua orang atau hal atau keadaan saling mempengaruhi dan saling bergantung antara satu dengan yang lainnya. Menurut Tams Jayakusuma (2016, p. 250) hubungan adalah suatu kegiatan tertentu yang membawa akibat kepada kegiatan yang lain. Selain itu, pada penelitian ini hubungan dapat juga dikatakan sebagai suatu proses, cara atau arahan yang menentukan atau menggambarkan suatu obyek tertentu yang membawa dampak atau pengaruh terhadap obyek lainnya. Konsentrasi adalah kegiatan berupa pemusatan pikiran pada suatu objek tanpa memperdulikan hal lain yang tidak ada hubungannya dan konsentrasi dilakukan secara sadar oleh individu (ema waliyanti et al, 2016,p. 4).
- b. Koordinasi mata kaki merupakan kemampuan biomotor yang sangat kompleks berkaitan dengan kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan. Selain itu juga, termasuk dalam perpaduan perilaku dari dua atau lebih persendian yang satu sama lain nya berkaitan dalam menghasilkan keterampilan gerak. (Ngatman, 2017).

- c. Menurut Rosemi (2017, p. 6) *power* merupakan gabungan beberapa unsur fisik yaitu unsur kekuatan dan unsur kecepatan, artinya kemampuan *power* otot dapat di lihat dari hasil suatu untuk kerja yang dilakukan dengan menggunakan kekuatan dan kecepatan. Selanjutnya menurut Harsono (2016, p. 24) *power* adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang amat singkat.
- d. *Shooting* merupakan gerakan menendang bola ke arah gawang perkenaan bagian kaki dengan tujuan mencetak gol (Mora, Firlando & Salman, 2021, p. 96). Laju bola yang keras dan cepat menambah peluang terciptanya gol serta beberapa variasi *shooting* dapat mengecoh pergerakan kiper.
- e. Sepak bola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki yang dilakukan dengan tangkas, sigap, cepat, dan baik dalam mengontrol bola dengan tujuan untuk mencetak gol atau skor sebanyak mungkin sesuai aturan yang ditetapkan dalam waktu dua kali 45 menit. Permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh sebelas orang setiap regunya, permainan ini sangat dominan menggunakan kaki dalam memainkannya (Sarifudin et al., 2023, p. 105).

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sesuai dengan permasalahan yang ada, untuk mengetahui:

- a. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan keberhasilan *shooting* sepak bola.
- b. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan keberhasilan *shooting* sepak bola.
- c. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara kordinasi mata kaki dan *power* otot tungkai secara bersama-sama dengan keberhasilan *shooting* sepak bola.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoretis

- 1) Memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya di bidang sepak bola, dengan mengkaji hubungan koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai dengan keberhasilan *shooting*.
- 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan atau referensi bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada pengaruh faktor-faktor motorik terhadap penguasaan teknik dasar dalam permainan sepak bola.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Pelatih Sepak Bola Unsil United

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan dasar pertimbangan dalam merancang program latihan yang lebih sistematis, khususnya yang bertujuan meningkatkan koordinasi dan *power* otot tungkai guna menunjang keberhasilan *shooting* pemain.

2) Bagi Atlet atau Pemain Sepak Bola

Penelitian ini memberikan pemahaman bahwa kemampuan koordinasi antara mata dan kaki serta *power* otot tungkai merupakan komponen penting dalam menunjang keberhasilan *shooting*, sehingga pemain dapat meningkatkan performa melalui latihan yang tepat secara fisik dan teknik.

3) Bagi Lembaga Pendidikan dan Pembina Olahraga

Temuan dalam penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan acuan dalam penyusunan kurikulum pendidikan olahraga atau dalam pengembangan sistem pembinaan sepak bola, baik di lingkungan perguruan tinggi maupun di tingkat pendidikan lainnya.