

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, sekaligus berfungsi sebagai sarana rekreasi, pendidikan, dan pencapaian prestasi. Dalam konteks prestasi, olahraga memiliki peran strategis karena mampu mengharumkan nama daerah, provinsi, nasional, bahkan internasional. Salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan memiliki kontribusi besar dalam dunia pendidikan dan prestasi adalah futsal. Perkembangan futsal di Indonesia menunjukkan peningkatan yang signifikan, baik dari sisi kuantitas peserta maupun kualitas kompetisi, khususnya di lingkungan sekolah menengah.

Futsal digemari oleh berbagai kalangan, termasuk pelajar, karena permainan ini relatif mudah dilakukan, tidak memerlukan lapangan yang luas, dan jumlah pemain lebih sedikit dibandingkan sepak bola lapangan besar. Selain itu, karakteristik permainan futsal yang cepat, dinamis, dan menuntut penguasaan teknik individu yang tinggi menjadikannya menarik sekaligus menantang. Futsal merupakan permainan sepak bola dalam ruangan yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing terdiri atas lima orang pemain termasuk penjaga gawang. Ukuran lapangan yang relatif kecil dan waktu bermain yang singkat menuntut pemain memiliki konsentrasi tinggi, kecepatan pengambilan keputusan, serta penguasaan teknik yang baik (FIFA, 2020). Dalam konteks pendidikan jasmani, futsal banyak dijadikan kegiatan ekstrakurikuler unggulan karena mampu mengembangkan keterampilan motorik, kerja sama tim, dan karakter sportif peserta didik (Hidayat & Rahman, 2022).

Untuk dapat bermain futsal secara efektif dan efisien, setiap pemain dituntut menguasai teknik-teknik dasar futsal, yaitu passing, dribbling, controlling, dan *Shooting*. Teknik-teknik tersebut saling berkaitan dan menjadi fondasi terbentuknya pola permainan yang baik. Prasetyo dan Widodo (2021) menyatakan bahwa penguasaan teknik dasar merupakan syarat utama bagi pemain dalam memahami strategi permainan dan beradaptasi terhadap dinamika pertandingan. Melalui

latihan teknik dasar yang terprogram dan berkelanjutan, pemain tidak hanya meningkatkan keterampilan individu, tetapi juga mengembangkan aspek disiplin, kerja sama, dan sportivitas.

Tujuan utama permainan futsal adalah mencetak gol ke gawang lawan dan mencegah terjadinya gol ke gawang sendiri. Oleh karena itu, kemampuan *Shooting* menjadi salah satu teknik dasar yang sangat menentukan kemenangan sebuah tim. Keberhasilan tim futsal sangat dipengaruhi oleh efektivitas *Shooting* para pemain dalam menyelesaikan peluang mencetak gol. Iskandar dan Fadillah (2020) menegaskan bahwa keterampilan *Shooting* merupakan indikator utama efektivitas serangan dalam permainan futsal. *Shooting* yang baik tidak hanya ditentukan oleh penguasaan teknik, tetapi juga didukung oleh kondisi fisik yang optimal agar tendangan menjadi kuat, cepat, dan akurat sehingga sulit diantisipasi oleh penjaga gawang lawan.

Shooting dalam futsal memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dengan sepak bola lapangan besar. Ruang permainan yang sempit dan tekanan lawan yang tinggi menuntut pemain mampu melakukan tembakan dalam waktu singkat dengan tingkat akurasi yang tinggi. Lees dan Nolan (2018) menjelaskan bahwa *Shooting* pada permainan dengan intensitas tinggi seperti futsal memerlukan koordinasi kompleks antara kekuatan otot tungkai, koordinasi mata kaki, serta ketepatan waktu kontak dengan bola. Dengan demikian, *Shooting* merupakan keterampilan kompleks yang melibatkan berbagai komponen fisik dan motorik secara terpadu.

Dari berbagai komponen fisik yang berperan dalam keterampilan *Shooting*, *power* otot tungkai dan koordinasi mata kaki merupakan faktor yang sangat penting. *Power* otot tungkai adalah kemampuan mengombinasikan kekuatan dan kecepatan kontraksi otot untuk menghasilkan gerakan eksplosif (Harsono, 2018). Dalam futsal, *power* otot tungkai sangat berpengaruh terhadap kecepatan dan kekuatan laju bola hasil tendangan. Tanpa *power* yang memadai, *Shooting* yang dilakukan cenderung lemah dan mudah diantisipasi oleh penjaga gawang. Situasi permainan yang cepat dan dinamis mengharuskan pemain mengeksekusi *Shooting* dengan

tenaga besar dalam waktu singkat, sehingga power otot tungkai menjadi komponen biomotorik yang sangat menentukan.

Selain *power* otot tungkai, koordinasi mata kaki juga berperan penting dalam menentukan kualitas *Shooting*. Koordinasi mata kaki merupakan kemampuan mengintegrasikan penglihatan dengan gerakan kaki secara tepat dan terkontrol. Dalam *Shooting* futsal, koordinasi mata kaki diperlukan untuk menentukan waktu yang tepat saat menendang bola, mengarahkan bola ke sasaran, serta menyesuaikan kekuatan tendangan dengan posisi tubuh dan bola. Koordinasi yang baik memungkinkan pemain menghasilkan *Shooting* yang akurat meskipun berada dalam tekanan lawan atau ruang yang terbatas.

Kedua komponen tersebut, yaitu power otot tungkai dan koordinasi mata–kaki, saling berhubungan secara fungsional. Power otot tungkai memberikan dorongan tenaga pada tendangan, sementara koordinasi mata kaki memastikan tendangan tersebut tepat sasaran. Kombinasi keduanya menjadi dasar terciptanya *Shooting* yang efektif dalam permainan futsal. Namun, pada kenyataannya, program latihan futsal di tingkat sekolah sering kali lebih menekankan pada penguasaan teknik dasar tanpa disertai pengembangan kondisi fisik spesifik yang menunjang keterampilan *Shooting*. Akibatnya, kemampuan *Shooting* pemain tidak berkembang secara optimal.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memandang perlu dilakukan penelitian mengenai kontribusi power otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap hasil *Shooting* dalam permainan futsal. Penelitian ini dilaksanakan pada Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong, mengingat tim tersebut memiliki prestasi yang sangat baik di tingkat daerah, provinsi, hingga nasional, dengan pencapaian sebagai juara nasional tingkat SMK pada tahun 2025. Prestasi tersebut menunjukkan bahwa tim futsal SMK Negeri Bantarkalong memiliki kemampuan teknik yang baik, khususnya dalam hal *Shooting*, sehingga menarik untuk diteliti dari sisi komponen fisik yang mendukungnya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat kontribusi power otot tungkai terhadap hasil *Shooting* dalam permainan futsal pada Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong?
- b. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata–kaki terhadap hasil *Shooting* dalam permainan futsal pada Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong?
- c. Apakah terdapat kontribusi power otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap hasil *Shooting* dalam permainan futsal pada Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong?

1.3 Definisi Oprasional

Agar penelitian memiliki batasan yang jelas dan variabel dapat diukur secara objektif, maka diperlukan definisi operasional untuk setiap variabel. Definisi operasional berikut menjelaskan konsep, indikator, dan cara pengukuran masingmasing variabel dalam penelitian.

- a. Power otot tungkai adalah kemampuan otot-otot tungkai untuk mengeluarkan gaya secara eksplosif dalam waktu yang sangat cepat. Power merupakan hasil kombinasi antara kekuatan (strength) dan kecepatan (speed). Power otot tungkai dalam penelitian ini adalah kemampuan peserta untuk menghasilkan daya ledak tungkai dalam melakukan tolakan atau lompatan. Power otot tungkai diukur menggunakan tes Standing Broad Jump Hasil pengukuran berupa tinggi lompatan (cm) atau jarak lompatan (cm). Semakin besar nilai lompatan, semakin tinggi power otot tungkai peserta.
- b. Koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan penglihatan dengan gerakan kaki secara tepat, cepat, dan terkontrol untuk melakukan suatu gerakan motorik. Koordinasi mata–kaki merupakan kemampuan penting dalam permainan futsal, terutama dalam menentukan waktu kontak kaki dengan bola, arah tendangan, serta akurasi gerakan. Dalam penelitian ini, koordinasi mata–kaki diartikan sebagai kemampuan peserta dalam menyelaraskan pengamatan visual dengan gerakan kaki saat melakukan

sentuhan dan tendangan terhadap bola. Koordinasi mata–kaki diukur menggunakan tes koordinasi mata–kaki dengan menendang bola ke sasaran (target) sesuai dengan instrumen yang telah ditetapkan. Hasil pengukuran dinyatakan dalam skor yang diperoleh dari jumlah keberhasilan mengenai target yang ditentukan. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin baik koordinasi mata–kaki peserta.

- c. Hasil *Shooting* adalah kemampuan pemain dalam melakukan tendangan ke arah gawang dengan kekuatan, akurasi, dan ketepatan waktu untuk menghasilkan gol. Hasil *Shooting* dalam penelitian ini adalah jumlah keberhasilan tendangan ke arah target sesuai instrumen tes yang digunakan. Hasil *Shooting* diukur dengan Tes *Shooting* ke Gawang menggunakan target yang dibagi dalam beberapa zona bernilai angka.
- d. Permainan futsal adalah cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan di dalam ruangan oleh dua tim, masing-masing terdiri atas lima orang pemain termasuk penjaga gawang. Permainan futsal menekankan pada kecepatan permainan, penguasaan teknik dasar, kerja sama tim, serta pengambilan keputusan yang cepat dalam ruang permainan yang relatif sempit. Dalam konteks penelitian ini, permainan futsal diartikan sebagai aktivitas permainan yang dilakukan oleh Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong sesuai dengan peraturan resmi futsal yang berlaku. Permainan futsal menjadi konteks pelaksanaan variabel power otot tungkai, koordinasi mata–kaki, dan hasil *Shooting*, di mana seluruh pengukuran keterampilan dilakukan berdasarkan situasi dan karakteristik permainan futsal.

1.4 Tujuan Masalah

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Untuk mengetahui kontribusi power otot tungkai terhadap hasil *Shooting* dalam permainan futsal pada Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong.
- b. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata–kaki terhadap hasil *Shooting* dalam permainan futsal pada Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong.

- c. Untuk mengetahui kontribusi power otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap hasil *Shooting* dalam permainan futsal pada Tim Futsal SMK Negeri Bantarkalong.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

a. Manfaat Teoretis

Menambah khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya dalam cabang olahraga futsal. Memberikan dasar teoritis tentang pentingnya komponen fisik power otot tungkai, dan koordinasi mata kaki terhadap hasil *Shooting*. Memberikan kontribusi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang membahas keterkaitan antara kondisi fisik dengan keterampilan teknik dasar futsal.

b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi pelatih futsal: Sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program latihan yang lebih berfokus pada peningkatan komponen fisik yang berkontribusi terhadap *Shooting*.
- 2) Bagi pemain futsal: Memberikan pemahaman bahwa kemampuan *Shooting* bukan hanya pada teknik, tetapi juga pada kondisi fisik seperti power otot tungkai, koordinasi mata kaki dan fleksibilitas otot tungkai terhadap hasil shooting.
- 3) Bagi sekolah atau lembaga pendidikan: Sebagai masukan untuk mengembangkan kurikulum ekstrakurikuler futsal agar lebih efektif dalam pembinaan keterampilan bermain.
- 4) Bagi peneliti selanjutnya: Menjadi referensi atau acuan dalam melakukan penelitian lanjutan yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan bermain futsal.