

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga futsal merupakan salah satu modifikasi olahraga sepak bola yang dimainkan di dalam ruangan. Jumlah pemain dalam olahraga futsal sebanyak lima orang salah satunya penjaga gawang. Peraturan permainannya hampir sama dengan sepak bola, tetapi ada beberapa peraturan yang berbeda, seperti bola yang keluar lapangan (*out*), maka permainan dimulai dengan tendangan ke dalam bukan lemparan ke dalam (*throw in*), tidak ada *off-side*, waktu permainan yang lebih pendek, dan pergantian pemain yang dilakukan secara bebas.

Dalam perkembangannya, olahraga futsal cukup digemari oleh berbagai kalangan masyarakat, baik laki-laki maupun perempuan. Namun pada umumnya olahraga futsal banyak dilakukan oleh masyarakat yang berada di daerah perkotaan. Hal ini berkaitan dengan semakin berkurangnya lahan atau lapangan terbuka, rutinitas pekerjaan yang menyita banyak waktu mulai dari pagi hari hingga sore hari sehingga tidak sedikit yang melakukan olahraga futsal pada malam hari, aktivitas untuk pemanfaatan waktu luang, sosialisasi dan berbagai tujuan lainnya.

Futsal sebagai olahraga prestasi menunjukkan perkembangan yang semakin baik, dengan banyaknya kompetisi futsal antar pelajar dan klub baik di daerah maupun di kota-kota besar di Indonesia. Kompetisi-kompetisi ini mendorong adanya keseriusan dalam pembinaan dan pengelolaan olahraga futsal itu sendiri.

Seperti olahraga prestasi lainnya, futsal menuntut pemainnya untuk memiliki kemampuan baik secara fisik, teknik, taktik, dan mental yang memadai. Apalagi lapangan futsal yang termasuk kecil dengan jumlah pemain yang sedikit pula, akan memaksa permainan futsal berlangsung secara dinamis dan cenderung atraktif, sehingga pergerakan pemainnya pun akan menggambarkan kecepatan, kelincahan, dan daya tahan yang prima.

Secara teknis, untuk dapat bermain futsal maka seorang pemain futsal harus dapat menguasai bola, menendang, dan menghentikan bola, menggiring bola, dan menyundul bola. Kemampuan teknis tersebut merupakan prasyarat agar permainan futsal dapat dimainkan dengan baik.

Menendang bola ke arah gawang (*shooting*) merupakan salah satu keterampilan gerak yang harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. Hal ini berkaitan dengan tujuan permainan futsal

yaitu memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan bola oleh lawan. *Shooting* merupakan upaya memasukkan bola ke gawang lawan dengan cara menendang bola baik dengan arah mendatar maupun melayang di udara, atau dengan kecepatan laju bola yang rendah maupun kecepatan laju bola yang tinggi.

Berdasarkan pengamatan di lapangan, sebuah gol tercipta dikarenakan oleh beberapa hal diantaranya bola masuk ke gawang akibat laju bola yang bergerak cepat dan tidak dapat diantisipasi oleh penjawa gawang, serta bola masuk ke gawang karena bola bergerak di luar jangkauan penjaga gawang atau penjaga gawang mengalami salah posisi atau termanipulasi oleh gerakan penendang bola (*shooter*).

Tendangan (*shooting*) ke arah gawang dengan cepat dan tepat relatif sulit. Tetapi suatu keterampilan akan dapat dikuasai dengan baik jika keterampilan tersebut dilatih secara berulang-ulang, sistematis, dan semakin lama semakin ditambah berat tugasnya.

Menendang bola ke arah gawang dapat dilakukan dengan kondisi bola diam dan bola bergerak. Menendang bola diam ke arah gawang dilakukan saat wasit memberikan hukuman atas pelanggaran yang dilakukan lawan, misalnya tendangan penalti dan tendangan bebas. Menendang bola bergerak ke arah gawang dilakukan saat seorang pemain mendapat operan bola dan langsung menendangnya ke arah gawang tanpa menghentikan bola terlebih dahulu, ataupun diawali dengan menggiring bola dan kemudian melanjutkan dengan menendangnya ke arah gawang. Dalam hal ini, penggunaan kedua cara menendang bola tersebut disesuaikan dengan kondisi di lapangan.

Dalam melakukan tendangan ke arah gawang, membutuhkan keseimbangan tubuh dan power tungkai, karena dengan keseimbangan maka kontrol terhadap bola akan semakin baik, sedangkan power tungkai dibutuhkan agar laju bola ke arah sasaran menjadi keras atau cepat.

Ditinjau dari teknik gerakannya, tendangan ke arah gawang dominan membutuhkan keseimbangan tubuh saat melakukan tendangan. Dalam hal ini tubuh hanya bertumpu pada satu kaki, sedangkan kaki yang lain merupakan kaki ayun yang digunakan untuk menendang bola. Sedangkan ditinjau dari faktor fisik, dibutuhkan power tungkai yang memadai untuk dapat menendang bola dengan keras dan tepat ke arah sasaran. Namun demikian hubungan kedua faktor tersebut terhadap hasil tendangan belum terbukti secara ilmiah, sehingga perlu dilakukan penelitian mengenai hal tersebut.

Secara teoritis, untuk mencapai tendangan, maka tungkai sebagai subjek gerak harus dapat bergerak dengan cepat dan kuat khususnya untuk menendang bola ke arah gawang yang dijaga oleh penjaga gawang. Secara mekanik, kecepatan gerak ditentukan oleh force (gaya), dan waktu tempuh. Hal ini berarti tendangan harus dilakukan dengan gaya yang besar, dan waktu tempuh yang singkat.

Pada saat melakukan tendangan, untuk mencapai jarak horizontal yang sejauh-jauhnya, maka harus mengacu pada penjelasan Hidayat (1990: hlm 57) bahwa:

Besarnya impuls = $K \times t$. Impuls yang besar mengakibatkan momentum yang dihasilkan juga besar.” K = kekuatan dan t = waktu. Hal ini berarti apabila tendangan dilakukan dengan dukungan power yang besar dan dilakukan dalam waktu yang cepat, maka akan menimbulkan impuls dan momentum yang besar sehingga efek tendangan pun akan besar pula. Artinya bola sebagai objek tendangan akan bergerak dengan cepat menuju sasaran.

Tentang power ini oleh Harsono (1988: hlm 200) dijelaskan bahwa:

Power adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatannya maksimal dalam waktu yang sangat cepat.” Oleh karena itu dalam gerakan menendang bola ke arah gawang dibutuhkan power tungkai yang besar, karena pada saat sikap awalan dan saat menendang bola dituntut kemampuan otot tungkai untuk bergerak secara eksplosif sehingga impuls dan momentum yang besar dapat tercapai.

Ketepatan atau akurasi menurut Poerwadarminta (1984: hlm 1055) adalah “Ketelitian, kejituan, betul atau lurus (arahnya), kena benar (kepada sasarannya, tujuannya)”. Oleh karena itu, ketepatan dapat diartikan sebagai keadaan yang menggambarkan kesesuaian antara usaha yang dilakukan dengan sasaran atau tujuan. Berkenaan dengan menendang bola ke arah gawang dalam permainan futsal, maka yang dimaksud dengan ketepatan hasil tendangan adalah kesesuaian antara arah gerak bola dengan sasaran yang diinginkan.

Dalam melakukan teknik tendangan terhadap bola, kaki ayun bergerak ke belakang sebagai awalan. Pada saat melakukan gerakan menendang ke depan saat mengenai bola dapat terjadi gerakan yang efisien dan gerakan tidak efisien. Oleh karena itu dalam melakukan awalan kaki ayun ke belakang maupun gerakan menendang bola harus memenuhi beberapa kriteria gerak yang efisien sebagaimana dijelaskan oleh Hidayat (1993: hlm 1) yang tertera dalam halaman 4:

Gerak itu efisien bila:

- a. Kelompok otot yang besar bekerja lebih dahulu
- b. Melakukan kegiatan/tugas dengan penuh gairah
- c. Mengeluarkan tenaga secara intelegen, artinya dilakukan dengan ekonomis dan otomatis.

Lebih lanjut Hidayat (1990: hlm 13) menyatakan, “Pada setiap teknik gerak yang efisien, selalu diupayakan agar keuntungan mekanisnya besar ...” Hal ini berarti dalam melakukan ayunan kaki ke belakang maupun ayunan kaki ke depan tidak dengan pengeluaran energi yang besar, melainkan melalui energi yang kecil dapat menghasilkan benturan/impact yang keras dan tepat. Hal ini dapat diperoleh dengan penguasaan teknik tendangan yang sempurna.

Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut di atas, maka diduga power tungkai dan keseimbangan badan turut menentukan hasil tendangan ke arah gawang dalam permainan futsal. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian sebagai pembuktian secara ilmiah mengenai kontribusi power tungkai dan keseimbangan dinamis terhadap hasil dribble-shot pada permainan futsal.

B. Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah power tungkai memberikan kontribusi yang positif terhadap hasil *dribble-shot* dalam permainan futsal?
2. Apakah keseimbangan dinamis memberikan kontribusi yang positif terhadap hasil *dribble-shot* dalam permainan futsal?
3. Apakah power tungkai dan keseimbangan dinamis secara bersama-sama memberikan kontribusi yang positif dan terhadap hasil *dribble-shot* dalam permainan futsal?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ingin mengetahui kontribusi power tungkai terhadap hasil *dribble-shot* dalam permainan futsal.
2. Ingin mengetahui kontribusi keseimbangan dinamis terhadap hasil *dribble-shot* dalam permainan futsal.
3. Ingin mengetahui kontribusi power tungkai dan keseimbangan dinamis secara bersama-sama terhadap hasil *dribble-shot* dalam permainan futsal.

D. Manfaat Penelitian

Penulis berharap hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai berikut:

1. Secara teoritis dapat dijadikan sumbangan informasi dan keilmuan yang berarti bagi lembaga yang berkompeten mengenai pentingnya kondisi fisik atlet, khususnya atlet futsal yang dalam hal ini adalah kontribusi power tungkai dan keseimbangan dinamis terhadap hasil dribble-shot dalam permainan futsal.

2. Secara praktis dapat menjadi acuan bagi atlet, pelatih, serta pembina olahraga futsal mengenai pentingnya power tungkai dan keseimbangan dinamis terhadap hasil dribble-shot dalam permainan futsal.

E. Pembatasan Penelitian

Pembatasan penelitian sangat diperlukan dalam setiap penelitian agar masalah yang diteliti lebih terarah. Mengenai pembatasan masalah penelitian dijelaskan oleh Surakhmad (1998: hal 36) sebagai berikut:

Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahannya: tenaga, kecekatan, waktu, biaya, dan lain sebagainya yang timbul dari rencana tersebut.

Berdasarkan pada penjelasan di atas, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah power tungkai dan keseimbangan dinamis.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil *dribble-shot* dalam permainan futsal.
3. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMK Pakusarakan Cikampek yang mengikuti ekstra kurikuler futsal sebanyak 20 orang.

F. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi ini berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam skripsi. Bab I menjelaskan tentang latar belakang penulisan, masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, pembatasan penelitian, metode penelitian, dan Struktur organisasi Skripsi. Bab II menjelaskan tentang kajian pustaka dan juga memuat bahasan tentang kerangka pemikiran serta hipotesis. Bab III menjelaskan mengenai metode penelitian skripsi yang substansinya adalah lokasi penelitian, populasi, sampel, langkah-langkah penelitian, desain penelitian, instrumen penelitian, prosedur pengambilan data, serta prosedur pengolahan dan analisis data. Bab IV menjelaskan tentang hasil pengolahan dan analisis data, serta diskusi penemuan. Bab V berisi kesimpulan dan Saran.