

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Olahraga pada saat ini merupakan hal penting bagi kelangsungan hidup manusia. Tidak hanya menjadi sebuah kebutuhan melainkan olahraga sudah menjadi gaya hidup (*life style*). Pada hakikatnya olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang terencana dan bertujuan dengan melibatkan otot besar, sistem rangka tubuh, persendian, pernafasan, dan lainnya. Seperti yang dikemukakan Giriwijoyo (2013, hal. 37) “Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya, sesuai dengan tujuannya melakukan olahraga.”

Menurut Tenang (2008, hal. 15) “Futsal adalah olahraga yang membentuk seorang pemain agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan pemain lawan”. Ada pula pengertian futsal menurut Sucipto (2015, hal. 1) “Futsal adalah permainan dua beregu, masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain, termasuk salah satunya penjaga gawang. Tujuan permainan futsal sama dengan permainan sepakbola, yaitu memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukkan.” Cabang olahraga permainan ini berada di bawah perlindungan *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) di seluruh dunia. Sementara itu di Indonesia dibawah perlindungan Asosiasi Futsal Indonesia (AFI).

Olahraga futsal sekarang ini semesta kin berkembang, dengan banyaknya kejuaraan yang dilaksanakan di berbagai daerah, lapangan futsal yang semakin menjamur, menjadikan olahraga futsal sebagai olahraga yang cukup di gemari oleh berbagai usia, bahkan oleh kaum wanita pun olahraga futsal cukup diminati, hal ini tentu terbukti dengan adanya *Women Futsal League* yang bergulir di Indonesia.

Anggi Abdurahman, 2018

PERBANDINGAN TENDANGAN DENGAN UJUNG KAKI DAN TENDANGAN DENGAN PUNGGUNG KAKI
TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN SHOOTING 10M CABANG OLAHRAGA FUTSAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Daya tarik permainan futsal adalah permainan yang cepat, dimana permainan ini dapat memicu luapan emosi dan menantang secara fisik maupun mental. Seorang pemain futsal harus mampu berlari beberapa mil dalam satu pertandingan, karena

harus mampu beradaptasi dengan perubahan permainan secara cepat. Maka kondisi fisik sangat diperlukan, diungkapkan oleh Bempa (1999, hal. 54) “*Physical training is one of the most, and in some cases the most, important ingredient in training to achieve high performance*”. Yang artinya “Persiapan fisik merupakan salah satu yang harus diperhatikan dan di pertimbangkan dari beberapa kasus penting sebagai unsur yang di perlukan dalam latihan untuk mencapai puncak penampilan”. Selain itu seorang pemain futsal harus mampu memahami taktik permainan individu, kelompok, dan beregu.

Kejadian – kejadian selama pertandingan berlangsung yang mempunyai unsur dramatis salah satunya adalah tendangan *second penalty*. Sebagian orang beranggapan bahwa tendangan *second penalty* secara sepintas terlihat mudah karena tendangan dilakukan dalam jarak 10 meter dan dilakukan secara langsung tanpa ada halangan hanya penjaga gawang. Tetapi pada kenyataannya cukup sering terjadi tendangan *second penalty* tersebut gagal menjadi gol. Kegagalan tendangan *second penalty* membuat pemain yang melakukannya menjadi bersalah dimana pelatih dan pendukungnya, apalagi kegagalan tersebut menyebabkan timnya mengalami kekalahan.

Dalam pencapaian prestasi ada tujuh faktor - faktor penunjang prestasi, dalam hal ini Satriya (2014, hal. 18) “menggolongkannya menjadi dua yaitu faktor eksternal diantaranya sistem, situasi kondisi kompetisi dan sarana prasarana latihan dan kompetisi. Selain itu ada pula faktor internal diantaranya fisik , teknik, taktik, psikis, dan konstitusi tubuh”. Keberhasilan dalam melakukan tendangan *second penalty* ditentukan oleh banyak faktor. Secara garis besar faktor yang mempengaruhi keberhasilan melakukan tendangan *second penalty* yaitu faktor fisik, teknik atau keterampilan, dan mental. Faktor fisik terutama adalah daya ledak tungkai, dan kekuatan tungkai. Untuk faktor teknik atau keterampilan adalah kemampuan pemain dalam melakukan tendangan secara baik, benar, dan tempat sasaran yang diinginkan.

Faktor mental juga penting dalam menentukan keberhasilan tendangan *second penalty*, untuk tingkat pertandingan yang semakin tinggi dan merupakan penentuan dimana tim yang kalah akan tersingkir, maka tekanan terhadap pemain semakin

tinggi. Kondisi ini membuat pemain mau tidak mau harus meningkatkan kemampuannya dalam mengatur bola, baik dalam hal kontrol bola, pergerakan

membawa bola, dan menendang bola ke gawang lawan atau *Shooting* untuk mencetak gol sebanyak mungkin.

Shooting atau menembak adalah tendangan ke arah gawang untuk menciptakan gol. Teknik dasar futsal ini mempunyai ciri khas laju bola yang sangat cepat dan keras serta sulit diantisipasi oleh lawan atau penjaga gawang. Namun demikian teknik *Shooting* yang baik harus memadukan antara kekuatan dan akurasi tembakan. Tendangan kearah gawang atau *Shooting* menurut Sugiyanto (1997, hal. 17) yaitu

- (1) Ada awalan sebelum tendangan.
- (2) Posisi pemain membentuk sudut kurang lebih 30 derajat disamping bola.
- (3) Penempatan kaki tumpu sesaat setelah *Shooting* disamping hampir sejajar dengan bola.
- (4) Sesaat akan menendang, kaki ayun menarik ke belakang dan selanjutnya gerakan melepas ke depan.
- (5) Perkenaan bola adalah kaki punggung bagian dalam juga dapat menggunakan punggung kaki.
- (6) Pandangan mata sesaat *impact* melihat bola selanjutnya mengikuti arah sasaran.
- (7) Setelah melepas tendangan masih ada gerakan-gerakan lanjutan (*follow trough*) agar diperhatikan tidak putus.

Shooting dapat dilakukan dengan semua bagian kaki, terutama pada punggung kaki, sisi kaki bagian dalam, dan sisi kaki bagian luar. Adapula *Shooting* yang menggunakan ujung kaki / sepatu, karena dengan teknik ini bola akan melesat cukup kencang dan bola juga akan tetap bergerak lurus. Dalam melakukan teknik futsal *Shooting* ini, terutama *Shooting* menggunakan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar, prakteknya hampir sama dengan *passing*. Namun untuk *Shooting* diperlukan *power* / tenaga yang lebih ketika menendang bola.

Menurut Indra Gunawan (2009, hal. 32) menyatakan bahwa : "Menendang bola dengan punggung kaki digunakan untuk menembak bola ke gawang (*Shooting at the goal*). Teknik *Shooting* menggunakan punggung kaki menghasilkan laju bola yang cukup keras dan terarah. Menurut Sucipto, dkk. (2000, hal. 20) analisis gerak *Shooting* dengan punggung kaki adalah sebagai berikut

- (1) Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran dan lutut sedikit di tekuk.
- (2) Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke sasaran.
- (3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga

mengenai bola. (4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bola pergelangan kaki di tegangkan. (5) Gerak lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran. (6) Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran.

Shooting menggunakan ujung kaki / sepatu teknik menendang dengan bagian ujung jari kaki biasa kita sebut dengan istilah "concong" yaitu menendang menggunakan moncong atau ujung sepatu. Teknik ini jarang digunakan, biasanya dilakukan dalam kondisi berhadap-hadapan satu lawan satu (*one on one*) dengan penjaga gawang atau juga pada saat kondisi terjepit dalam tekanan lawan. Menurut Lhaksana (2011, hal. 35) teknik menendang dengan ujung kaki dilakukan dengan berbagai cara antara lain:

(1) Tempatkan kaki tumpu disamping bola dengan jari kaki lurus menghadap arah gawang, bukan kaki untuk menendang. (2) Posisi badan agak di condongkan ke depan apabila badan tidak dicondongkan kemungkinan besar perkenaan bola bagian bawah dan bola akan melambung tinggi. (3) Gunakan bagian ujung kaki untuk melakukan *Shooting*. Konsentrasikan pandangan ke arah bola tepat di tengah-tengah bola pada saat ujung kaki menyentuh bola. (4) Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat. (5) Teruskan dengan gerakan lanjutan, setelah sentuhan dengan bola dalam melakukan *Shooting* ayunan kaki jangan dihentikan.

Teknik menendang sering digunakan dalam berbagai situasi biasanya saat pemain menggiring bola lalu dilanjutkan dengan teknik menendang, saat melakukan tendangan bola mati misalnya tendangan sudut, tendangan bebas, tendangan penalti, dan tendangan *second penalty*. Hanya dalam penelitian ini penulis membatasi pada aspek teknik atau keterampilan saja yaitu menendang dengan punggung kaki dan menendang dengan ujung kaki. Oleh karena itu penulis tertarik mengadakan penelitian dengan judul **"Perbandingan Tendangan Dengan Ujung Kaki dan Tendangan Dengan Punggung Kaki Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Shooting 10m Cabang Olahraga Futsal"**.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian dan identifikasi masalah penelitian yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut : “Bagaimana Perbandingan Tendangan dengan Ujung Kaki dan Tendangan dengan Punggung Kaki Terhadap Kecepatan dan Ketepatan *Shooting* 10M Cabang Olahraga Futsal ?”

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian harus didasarkan pada tujuan yang hendak di capai. berdasarkan masalah penelitian di atas tujuan dari penelitian ini adalah untuk : “Mengetahui Perbandingan Tendangan dengan Ujung Kaki dan Tendangan dengan Punggung Kaki Terhadap Kecepatan dan Ketepatan *Shooting* 10M Cabang Olahraga Futsal”.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang di harapkan penulis dalam penelitian ini adalah manfaat secara teoritis dan secara praktis, yang di paparkan sebagai berikut :

1. Secara teoritis dapat dijadikan sumbangan informasi dan keilmuan yang berarti atau bahan referensi dan rujukan bagi atlet, pelatih, dan pembina. Serta untuk memperoleh pemahaman dan pengetahuan secara teoritis mengenai teknik dasar permainan futsal yang sangat berpengaruh dalam pertandingan.
2. Secara praktis dapat menjadi acuan untuk memberikan informasi kepada pelatih dan masyarakat bagaimana Perbandingan Tendangan Ujung Kaki dan Tendangan dengan Punggung Kaki Terhadap Kecepatan dan Ketepatan *Shooting* 10M Cabang Olahraga Futsal.

E. Batasan Penelitian

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”.

Agar lebih terarah dan terfokus dalam melakukan penelitian, maka dalam penelitian ini penulis melakukan pembatasan masalah, untuk menjaga ruang lingkup penelitian tidak terlalu luas dan permasalahan penelitian ini jelas. Penelitian ini di batasi pada hal – hal berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Tendangan dengan Punggung Kaki dan Tendangan dengan Ujung Kaki.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Kecepatan dan Ketepatan *Shooting* 10M Cabang Olahraga Futsal.
3. Instrumen
Test *Shooting* 10 meter untuk mengukur kecepatan.
Test *Shooting* 10 meter untuk mengukur ketepatan.

F. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan laporan penelitian (Skripsi) yang akan disusun adalah sebagai berikut:

Bagian awal, berisi tentang halaman judul, pernyataan keaslian tulisan, halaman pengesahan, motto dan persembahan, prakata, abstrak, daftar isi, daftar tabel, dan daftar lampiran. Bab I berisi uraian pendahuluan dan merupakan bagian awal dari skripsi, pada bab I dikemukakan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian, dan sistematika skripsi.

Bab II landasan teori, kajian pustaka, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian. Kajian pustaka mempunyai peran yang sangat penting. Bab ini membahas teori yang melandasi permasalahan skripsi yang merupakan kerangka teoritis yang diterapkan dalam skripsi, serta posisi teoritik penelitian.

Bab III berisi tentang metode penelitian, bab ini berisi penjabaran rinci mengenai metode penelitian yang digunakan, termasuk komponen seperti lokasi penelitian,

subjek penelitian, desain penelitian, instrument penelitian, dan prosedur penelitian, serta teknik analisis data.

Bab IV berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan, bab ini mengemukakan tentang hasil penelitian dan pembahasan penelitian terdiri dari dua hal utama, yakni pengelolaan atau analisis data untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pernyataan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis penelitian.

Bab V berisi kesimpulan dan saran, bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran menyajikan penafsiran dan pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian. Ada dua alternatif cara penulisan yakni dengan cara butir demi butir, atau dengan cara uraian padat. Bagian akhir, berisi daftar pustaka yang memuat semua sumber tertulis (buku, artikel jurnal, dokumen resmi, atau sumber-sumber lain dari internet). Serta lampiran-lampiran yang mendukung berisi semua dokumen yang digunakan dalam penelitian dan penulisan hasil-hasilnya menjadi satu karya tulis ilmiah.