

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Permainan futsal adalah permainan sepak bola yang saat ini banyak dikenal masyarakat. Kata futsal berasal dari bahasa Spanyol yaitu *futbol sala*, yang berarti sepak bola ruangan. Berdasarkan definisi ini, dapat diketahui bahwa futsal merupakan sepak bola yang dilakukan di dalam ruangan. Permainan futsal merupakan salah satu cabang olahraga pada kegiatan ekstra kurikuler di sekolah. Permainan ini sangat digemari oleh siswa terutama siswa laki-laki. Hal tersebut dikarenakan futsal mirip dengan permainan sepak bola yang bersifat ekonomis dan mudah dimainkan (Lhaksana, 2011, hlm. 5).

Menurut Saryono (2006) futsal diperkenalkan pada tahun 1930 oleh Juan Carlos Ceriani saat piala dunia yang digelar di Montevideo, Uruguay. Pada saat ini futsal adalah olahraga yang sangat digemari di dunia termasuk Indonesia. Permainan Futsal masuk ke Indonesia sekitar tahun 1998 – 1999, dan baru dikenal di masyarakat pada sekitar tahun 2000. Futsal adalah aktivitas permainan invasi yang dimainkan oleh lima vs lima pemain dalam durasi waktu tertentu yang dimainkan di lapangan futsal. Ukuran gawang dan bola relatif lebih kecil dari permainan sepak bola. Futsal juga mensyaratkan ketepatan gerak yang mana pemain dituntut untuk bergerak dan berlari ke segala arah sehingga bermain futsal sangat bermanfaat bagi ketahanan tubuh. Disamping itu futsal adalah permainan yang menyenangkan serta aman dimainkan dan pemenangnya adalah tim yang lebih banyak mencetak gol ke gawang tim lawannya.

Teknik dasar merupakan gerakan-gerakan dasar yang wajib dikuasai dengan baik oleh setiap pemain di semua cabang olahraga termasuk dalam cabang olahraga futsal (Erfandy, dalam Frayogha dkk, 2019, hlm. 921). Teknik-teknik dalam bermain futsal yaitu: 1. *Receiving* (menerima bola) menurut Bramasakti, (dalam Frayogha dkk, 2019, hlm 921) adalah teknik menerima bola menggunakan sol sepatu atau telapak sepatu. Teknik menerima bola merupakan bagian terpenting

dalam olahraga futsal, tanpa menerima bola dengan baik maka gerakan menggumpan dan menggiring bola juga tidak dapat dilakukan dengan baik, 2. *Shooting* (menendang bola ke gawang) menurut Safitri, (dalam Frayogha dkk, 2019, hlm. 921) teknik ini merupakan cara pemain untuk menciptakan gol.

Teknik *shooting* menurut Putra (2014) adalah langkah menendang bola yang dilakukan dengan keras dan akurat dan yang paling baik adalah dengan menggunakan punggung kaki. Langkah-langkah untuk melakukan *shooting* menurut Sugiyanto (1997), diantaranya (1) awalan sebelum *shooting*, (2) posisi kaki membentuk sudut 30 derajat di samping bola, (3) penempatan kaki tumpu sesaat setelah *shooting* adalah di samping hampir sejajar dengan bola, (4) saat akan melakukan *shooting*, kaki ayun menarik ke belakang dan dilanjutkan dengan gerakan melepas kaki ke arah depan, (5) pandangan mata sesaat melihat bola dan selanjutnya mengikuti arah target, (6) *follow through*. Pemain yang akan melakukan *shooting* dengan baik dan benar menjadi ancaman berbahaya bagi lawan-lawannya karena pemain bisa dengan mudah memasukan bola ke gawang musuhnya dan menghasilkan *point* untuk timnya (hlm. 17). *Shooting* terdiri dari bermacam-macam teknik, yaitu *shooting* menggunakan kaki bagian punggung kaki, *shooting* menggunakan kaki bagian dalam, dan *shooting* menggunakan ujung kaki. Semua macam-macam gerakan *shooting* sangat dibutuhkan untuk menciptakan gol (Lhaksana, 2011).

Latihan tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam digunakan untuk melakukan tendangan jarak dekat. Meski biasanya tidak membutuhkan tenaga yang besar untuk dapat melakukan tendangan tersebut, namun untuk melakukannya harus tetap hati-hati agar tidak melenceng. Ayunkan kaki dari depan ke belakang dan pastikan bola berada di tengah kaki bagian dalam agar tendangan tepat sasaran (Sukatamsi, 1984, hlm. 101).

Latihan tendangan dengan menggunakan punggung kaki menjadi salah satu cara yang kerap digunakan oleh seorang pemain untuk menghasilkan tendangan yang terarah dan kencang. Untuk dapat melakukan tendangan itu secara maksimal, tubuh harus berada di belakang bola dengan kaki yang sejajar dengan bola. Lalu, tarik kaki yang digunakan dan ayun kan sekuat tenaga sambil mencondongkan

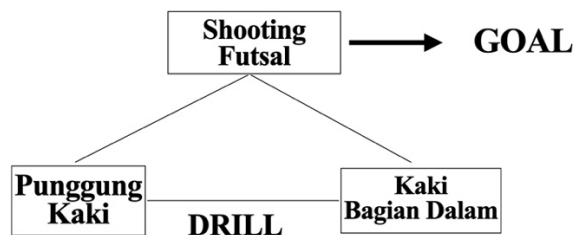
**Rexi Rizkia Syofyan, 2022**

**PENERAPAN METODE LATIHAN DRILL SHOOTING DENGAN MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI DAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN SHOOTING FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

badan ke depan agar mendapatkan tendangan yang maksimal. Arahkan bola ke tempat yang kita inginkan dan lakukan dengan sekeras-kerasnya.

Latihan tendangan dengan menggunakan ujung kaki dapat dilakukan dengan cara posisi badan harus berada di belakang bola dan letakan bagian depan kaki tepat di belakang bola dengan lurus. Setelah itu, ayunkan kaki ke belakang lalu tendang bola menggunakan ujung kaki di bagian tengah sembari menahan kaki agar tidak mengikuti gerak bola yang maju ke depan. Teknik yang satu ini biasa dilakukan ketika keadaan kepepet saja, meski begitu tendangan yang satu ini tetap mampu menghasilkan tendangan yang keras dan dapat menyulitkan lawan untuk menahannya. Rangkuman ini dapat dilihat pada gambar 1.1.



**Gambar 1.1** Rangkuman latar belakang

Dalam ilmu biomekanika, unsur yang terkait dengan gerakan *shooting* adalah kekuatan, kecepatan, gaya, sistem energi dan hormonal. Kekuatan terbesar dapat dihasilkan oleh gaya terkuat pada *ankle* yang dihasilkan saat tendangan punggung kaki. Sementara itu menendang bola menggunakan kaki bagian dalam mempunyai tujuan untuk mengoper atau menembak bola ke arah gawang karena dapat mengarahkan laju bola sesuai dengan yang diinginkan (Ismail dkk, 2010).

Jika suatu tim ingin mencetak *point* atau gol, dibutuhkan banyak *shooting* ke gawang lawan maka *shooting* yang baik dibutuhkan pada saat pertandingan. Kemampuan dari setiap pemain untuk menjadikan sebuah peluang menjadi gol sangat dibutuhkan dalam sebuah tim. Khusus buat pemain menyerang atau pemain depan harus memiliki naluri mencetak gol dan akurasi *shooting* yang lebih tinggi diatas rata-rata (Romadhon, 2017).

Untuk mendapatkan hasil *shooting* yang membuat persentase point meningkat, maka dibutuhkan latihan ketepatan *shooting*, yang dapat membawa tim memperoleh kemenangan dalam pertandingan. Maksud ketepatan ini adalah

**Rexi Rizkia Syofyan, 2022**

**PENERAPAN METODE LATIHAN DRILL SHOOTING DENGAN MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI DAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN SHOOTING FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

ketepatan dalam arah *shooting*. Pengertian ketepatan atau *accuracy* dalam konteks olahraga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran yang dituju. Sasaran dapat berupa jarak atau mungkin objek langsung yang dikenai (Anam, dalam Frayogha, 2019, hlm. 922). Ketepatan berhubungan dengan keinginan seseorang untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu (Romadhon, 2017). Ketepatan *shooting* dalam futsal menurut Romadhon (2017) adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan *shooting* ke gawang lawan dengan arah yang tepat. Ketepatan *shooting* sangat perlu dalam futsal, karena dengan *shooting* yang tepat ke arah gawang dapat menghasilkan gol dan menjadi keuntungan untuk tim.

Selain ketepatan shooting, pemain juga dituntut untuk mempunyai kecepatan yang baik dalam shooting agar bisa meraih kemenangan. Menurut Ismaryati (dalam Adi dkk, 2019, hlm. 13) mengatakan bahwa kecepatan adalah kemampuan bergerak dengan kemungkinan kecepatan tercepat. Kecepatan merupakan gabungan dari tiga elemen, yakni waktu reaksi, frekuensi gerakan per unit waktu dan kecepatan menempuh suatu jarak. Sedangkan menurut (Movriza, 2015) kecepatan adalah kemampuan tubuh mengarahkan semua sistemnya dalam melawan beban, jarak, dan waktu yang menghasilkan kerja mekanik. Ada beberapa macam kecepatan, menurut Nosseck (1982, hlm. 277), terdapat 4 macam kecepatan yaitu : (1) kecepatan sprint, (2) kecepatan reaksi, (3) kecepatan gerak, (4) daya tahan kecepatan. Faktor yang mempengaruhi hasil *shooting* diantaranya adalah kecepatan lari. Menurut (Suharno, 2002, hlm. 7) semakin cepat seorang pemain berlari mengindikasikan bahwa ia akan semakin dapat mencetak hasil tendangan lebih cepat dan tidak dapat dihentikan penjaga gawang sehingga akan meningkatkan kemampuan dalam mencetak gol.

Selain dari unsur teknik, unsur mental juga sangat mempengaruhi dalam melakukan akurasi *shooting* dengan baik. Mental merupakan suatu hal yang perlu mendapat perhatian dalam pembinaan olahraga, karena mental berfungsi sebagai penggerak, pendorong dan pemantap bagi atlet untuk kemampuan fisik dan *skill* dalam mencapai suatu prestasi yaang sangat prima (Suharno, 1993). Menurut (Ashidqie, 2019) mengungkapkan kepercayaan diri dapat memberikan kemampuan

**Rexi Rizkia Syofyan, 2022**

**PENERAPAN METODE LATIHAN DRILL SHOOTING DENGAN MENGGUNAKAN  
PUNGGUNG KAKI DAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN  
SHOOTING FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

menendang yang baik dan gerak yang lebih cepat. Penguasaan teknik yang sempurna belum menjadi jaminan penampilan atlet akan prima tanpa didukung oleh mental yang baik. Diperkirakan 80 % penampilan saat awal dan menjelang akhir pertandingan ditentukan oleh aspek psikologis, Dharma (2002, hlm.79). Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa mental dapat mempengaruhi akurasi *shooting* bagi pemain.

Untuk meningkatkan akurasi *shooting* diperlukan sebuah metode latihan yang mendukung terhadap peningkatan ketepatan dan kecepatan *shooting*. Metode latihan menurut Sudjana dalam (Wardana, 2017) mengungkapkan bahwasannya “metode latihan pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu keterampilan dari apa yang dipelajari”. Keterampilan suatu teknik akan dapat diperoleh melalui latihan yang dilakukan secara berulang agar lebih meningkatkan keahlian pemain tersebut. Sagala dalam (Majid & Roesdiyanto, 2018), mengungkapkan “metode latihan atau metode *training* adalah suatu cara mengajar atau melatih yang baik untuk menanamkan kebiasaan tertentu”. Dengan demikian kemampuan *shooting* dapat meningkat secara maksimal bila dilatih secara terus menerus. Sampai saat ini latihan membuahkan hasil yang sangat efektif dalam upaya meningkatkan keterampilan *shooting* (Sugiarto dkk, 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Abdurahman (2017, hlm. i) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kecepatan dan ketepatan tendangan 10 meter menggunakan ujung kaki dan menggunakan punggung kaki pada anggota UKM futsal putra yang mengikuti Liga Bandung. Namun tendangan dengan ujung kaki dan tendangan dengan punggung kaki 10 meter dalam futsal akan efektif jika sering dilakukan dalam latihan.

Berdasarkan dari uraian latar belakang yang sudah dipaparkan, maka penulis berkeinginan untuk membuat sebuah penelitian tentang apakah terdapat perbedaan dalam penerapan sikap tendangan dengan menggunakan punggung kaki dan kaki bagian dalam terhadap kecepatan dan ketepatan *shooting* dalam futsal. Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “Penerapan Metode Latihan *Drill Shooting* Dengan Menggunakan

**Rexi Rizkia Syofyan, 2022**

**PENERAPAN METODE LATIHAN DRILL SHOOTING DENGAN MENGGUNAKAN  
PUNGGUNG KAKI DAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN  
SHOOTING FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

Punggung Kaki Dan Kaki Bagian Dalam Terhadap Kecepatan Dan Ketepatan *Shooting* Futsal”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan penerapan metode latihan *drill shooting* menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap kecepatan *shooting* futsal pada pemain Atlet Futsal Akademi Bassura Muda U-16 Jakarta?
2. Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan penerapan metode latihan *drill shooting* menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap ketepatan *shooting* futsal pada pemain Atlet Futsal Akademi Bassura Muda U-16 Jakarta?
3. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara penerapan metode latihan *drill shooting* menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap kecepatan dan ketepatan *shooting* futsal pada pemain Atlet Futsal Akademi Bassura Muda U-16 Jakarta?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara penerapan metode latihan *drill shooting* menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap kecepatan *shooting* futsal pada pemain Atlet Futsal Akademi Bassura Muda U-16 Jakarta.
2. Mengetahui perbedaan pengaruh yang signifikan antara penerapan metode latihan *drill shooting* menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap ketepatan *shooting* futsal pada pemain Atlet Futsal Akademi Bassura Muda U-16 Jakarta.
3. Mengetahui perbedaan yang signifikan antara penerapan metode latihan *drill shooting* menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap

**Rexi Rizkia Syofyan, 2022**

**PENERAPAN METODE LATIHAN DRILL SHOOTING DENGAN MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI DAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN SHOOTING FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

gabungan kecepatan dan ketepatan *shooting* futsal pada pemain Atlet Futsal Akademi Bassura Muda U-16 Jakarta.

#### 1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi kemajuan olahraga khususnya cabang olahraga futsal serta :

##### 1. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai perbedaan penerapan sikap tendangan menggunakan kaki punggung kaki dan kaki bagian dalam terhadap kecepatan dan ketepatan *shooting* futsal.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Untuk Peneliti

Penelitian ini dapat menjawab perbedaan perbedaan penerapan sikap tendangan menggunakan kaki punggung kaki dan kaki bagian dalam terhadap kecepatan dan ketepatan *shooting* futsal.

###### b. Untuk Pelatih

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman bagi pelatih pentingnya penerapan sikap tendangan menggunakan punggung kaki dan kaki bagian dalam terhadap kecepatan dan ketepatan *shooting* futsal.

###### c. Untuk Atlet

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi pemain, sehingga mampu menghasilkan *shooting* terbaik nya ketika bermain futsal.

#### 1.5 Struktur Organisasi

Penelitian ini ditulis dalam bentuk laporan penelitian yang terdiri dari lima bab yaitu pendahuluan, kajian teoritis, metodologi penelitian, temuan dan pembahasan, simpulan, implikasi dan rekomendasi. Adapun rincian tentang penulisan tersebut adalah sebagai berikut: **Bab I Pendahuluan**, terdiri dari latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan, manfaat penelitian dan struktur organisasi laporan skripsi ini. Pada bagian latar belakang, peneliti akan memaparkan mengenai arti penting penelitian ini dilakukan. Rumusan masalah pada penelitian ini merupakan pertanyaan-pertanyaan penelitian yang akan dijawab

**Rexi Rizkia Syofyan, 2022**

**PENERAPAN METODE LATIHAN DRILL SHOOTING DENGAN MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI DAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KECEPATAN DAN KETEPATAN SHOOTING FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

melalui penelitian ini. Tujuan penelitian merupakan jawaban dari permasalahan penelitian yang telah dirumuskan dalam masalah penelitian. Manfaat penelitian merupakan kontribusi dari hasil penelitian yang diperoleh untuk dapat bermanfaat bagi peneliti, pelatih, atlet, mahasiswa kepelatihan, dan masyarakat luas. Selain itu, peneliti akan menjelaskan struktur organisasi dalam penyusunan skripsi dengan memberikan gambaran kandungan setiap bab, urutan penulisannya, serta keterkaitan antar satu bab dengan bab lainnya dalam membentuk sebuah kerangka dalam skripsi ini.

**Bab II Kajian pustaka**, dalam penelitian ini akan menjelaskan teori-teori yang terkait dengan penelitian ini, diantaranya kajian teori tentang futsal dan *shooting*. **Bab III Metode Penelitian**, pada bagian ini akan menyajikan bagaimana prosedur penelitian ini dilakukan. Pada bab ini, peneliti akan menjelaskan mengenai metode penelitian yang digunakan, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini seperti *pretest-posttest* dari dua kelompok yang diteliti dengan sampel penelitian ini yaitu pemain futsal yang tergabung dalam Atlet Futsal Akademi Bassuran Muda U-16 Jakarta. Adapun instrumen yang digunakan adalah tes menendang bola kesarasan (Kirkendal, dalam Ariston, 2013, hlm. 8) dengan tujuan untuk mengukur kecepatan dan ketepatan *shooting* ke arah gawang dalam permainan sepakbola. Alat yang digunakan adalah bola, gawang, kamera, tali, meteran, lapangan bola dan alat tulis serta formulir tes. Analisis dan pengolahan data juga dijelaskan pada bab ini sebagai prosedur atau langkah-langkah untuk mengintrepetasikan hasil penelitian. Metode Penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Metode eksperimen bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan antara shooting menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap kecepatan dan ketepatan shooting bola ke arah gawang.

**Bab IV Temuan dan Pembahasan** akan menjelaskan temuan dari hasil pengolahan data dan membahas temuan berdasarkan teori yang tercantum di dalam bab II. Pada bab ini peneliti akan mengungkapkan temuan mengenai perbedaan antara shooting menggunakan punggung kaki dengan kaki bagian dalam terhadap

kecepatan dan ketepatan shooting bola ke arah gawang. Semua hasil temuan akan dibahas dalam pembahasan untuk menjawab rumusan masalah.

**Bab V Kesimpulan, Implikasi, dan Rekomendasi**, akan menjelaskan mengenai kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi berdasar hasil-hasil temuan dan pembahasan penelitian. Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan, peneliti akan menarik kesimpulan serta menjelaskan mengenai implikasi dan rekomendasi dari hasil penelitian ini. BAB II

