

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga telah menjadi gejala sosial yang telah tersebar di seluruh dunia. Olahraga telah menjadi sarana rekreasi, pendidikan, prestasi, dan kesehatan. Olahraga sebagai sarana rekreasi yaitu olahraga yang dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang atau senggang, dan dilakukan dengan penuh kegembiraan. Jadi segalanya dilakukan dengan santai dan tidak formal, baik itu tempat, sarana, maupun peraturannya. Hal ini terbukti dari kesadaran setiap orang di dunia untuk mau berolahraga. Bahkan olahraga juga sudah masuk mata pelajaran yang wajib di sekolah-sekolah yang ada di seluruh penjuru dunia.

Beragam ekstrakurikuler olahraga yang disediakan di sekolah-sekolah guna memenuhi kebutuhan siswa akan hal-hal tersebut. Begitu juga di SMPN 16 Pontianak juga menyediakan macam-macam ekstrakurikuler diantaranya adalah pabhama, tapak suci, *qiro'ah*, jurnalistik, KIR (Karya Ilmiah Remaja), PMR (Palang Merah Remaja), komputer, fotografi, nasyid, basket, voli, bulu tangkis, sepak bola, dan futsal.

Ekstrakurikuler yang ada mendorong siswa untuk memilih ekstrakurikuler yang dapat menunjang prestasi siswa dibidang non akademik. Berbagai macam-macam ekstrakurikuler yang tersedia diantaranya terdapat ekstrakurikuler yang termasuk non olahraga dan ekstrakurikuler olahraga. Ekstrakurikuler yang termasuk non olahraga diantaranya, *qiro'ah*, jurnalistik, KIR (Karya Ilmiah Remaja), PMR (Palang Merah Remaja), Seni tari traddisonal, komputer, fotografi, nasyid. Sedangkan ekstrakurikuler yang termasuk ekstrakurikuler olahraga adalah, basket, voli, bulu tangkis, sepak bola, dan futsal.

Salah satu ekstrakurikuler olahraga yang memiliki daya tarik dan cukup diminati siswa SMPN 16 Pontianak adalah ekstrakurikuler futsal. Daya tarik permainan futsal adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental. Permainan futsal terus mengalami perubahan dan perkembangan baik dari segi peraturan, teknologi, fasilitas yang menyangkut lancarnya jalan suatu pertandingan. Tidak kalah pentingnya sekarang ini terus dikembangkan dan ditingkatkan adalah

teknik, taktik dan strategi yang diterapkan para pemain maupun pelatih dalam menghadapi suatu pertandingan.

Semua itu ditujukan agar permainan futsal ini lebih indah dan menarik. Menjadi pemain futsal yang baik, harus mengetahui terlebih dahulu teknik dasar dalam permainan futsal. Karena teknik dasar dibutuhkan oleh para pemain.

Berdasarkan penuturan sang pelatih disertai dengan bukti bebrapa tropi/piala dengan ini menunjukan bahawa peserta ekstrakurikuler futsal di SMPN 16 Pontianak ini telah mengukir beberapa prstasi baik itu juara maupun *raner-up*. Namun beberapa tahun belakangan ini prestasi itu cenderung menrun disebabkan beberapa faktor diantaranya pandemi covid 19 yang menyebabkan tehambatnya jadwal latihan yang telah di susun sang pelatih.

Selain itu faktor kondisi fisik yang menurun dan penguasaan tekik dasar yang berkurang contohnya akurasi *passing*, *dribbling*, *control*, dan akurasi *shooting*, juga menjadi kendala dalam membuahkan prestasi yang baik. Maka dari itu, untuk mencapai target tersebut dibutuhkan usaha maksimal untuk mengembangkan kemampuan akurasi menebak bola(*shooting*) siswa dengan cara memberikan pemahaman tentang faktor yang mempengaruhi teknik menembak ke arah gawang lawan.

Menurut Yosan Pradika (2013 : 17), secara fisiologis dalam permainan futsal banyak hal yang dapat mempengaruhi hasil kerja dalam permainan tersebut. Contohnya pengaruh dari koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai. *Power* otot tungkai memiliki pengaruh terhadap akurasi tendangan ke- arah gawang siswa peserta ekstrakurikuler. Sedangkan koordinasi mata-kaki juga memiliki kaitan dengan kinerja otot tungkai. Penjelasan tersebut dapat diartikan bahwa Koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai berpengaruh dalam menunjang akurasi *shooting* pada siswa peserta ekstrakurikuler futsal SMPN 16 Pontianak. Berdasarkan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan kemampuan permainan futsal siswa peserta ekstrakurikuler futsal SMPN 16 Pontianak masih rendah. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan *shooting* sebagian besar para pemainnya. Hal ini mungkin dapat dikarenakan kondisi fisik para pemainnya yang masih rendah.

Permasalahan yang terlihat dari hasil observasi, ada beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola peserta ekstrakurikuler futsal SMPN

16 Pontianak salah satunya adalah koordinasi mata-kaki, kemampuan mengkoordinasi mata-kaki ketika menembak bola ke arah gawang lawan pada peserta ekstrakurikuler futsal SMPN 16 Pontianak masih cenderung tak terarah dan belum dapat menepatkan bola dengan baik hingga tak terjangkau oleh penjaga gawang. Koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan (Rusli Lutan, 2000: 77). Koordinasi diperlukan hampir disemua cabang olahraga termasuk cabang olahraga futsal. Bentuk latihan koordinasi yang diberikan kepada anak usia sekolah menengah didasarkan pada tahap gerak dasar yang menyenangkan. Koordinasi yang diperlukan setiap pemain dalam bermain futsal adalah koordinasi antara mata-kaki, karena mata adalah pusat dimana pandangan untuk melihat kondisi di sekitar lapangan serta peranan kaki sebagai pengolah bola. Maka dari sinilah, latihan yang dapat diberikan misalnya variasi langkah kaki yang dipadukan dengan arah pandangan mata agar bisa dengan mudah menyelaraskan antara pandangan mata dan gerakan kaki permainan futsal yang didominasi dalam penggunaan kaki membuat peranan *power* otot tungkai sangat penting.

Power atau sering pula di sebut dengan daya eksplosif adalah suatu kemampuan gerak yang sangat penting untuk menunjang aktivitas pada setiap cabang olahraga. Kemampuan *power*/daya eksplosif ini akan menentukan hasil gerak yang baik. (Widiastuti, 2015: 107)

Power adalah salah satu unsur kondisi fisik yang dibutuhkan untuk hampir semua cabang olahraga termasuk didalamnya permainan sepak bola. Hal ini dapat dipahami karena daya ledak tersebut mengandung unsur gerak eksplosif, sedangkan gerakan ini dibutuhkan dalam aktivitas olahraga berprestasi (Wafan, 2007 : 7).

Menurut Suharjana (2013: 144), power adalah hasil kali dari kekuatan dan kecepatan. Daya ledak digunakan dalam berbagai cabangcabang olahraga seperti: sepak bola, bola basket, bola voli, anggar, dayung, lompat tinggi, lempar lembing dan cabang olahraga lainnya. Dengan demikian daya ledak dipengaruhi oleh kekuatan dan kecepatan, baik kecepatan rangsangan maupun kecepatan kontraksi otot.

Sehubungan dengan rendahnya kemampuan akurasi *shooting* pada ekstrakurikuler di SMPN 16 Pontianak dan terdapat beberapa faktor yang

mempengaruhi akurasi shooting seorang atlet untuk membuktikan faktor-faktor tersebut maka penulis ingin melakukan penelitian tentang hubungan Koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai terhadap akurasi *shooting* pada peserta ekstrakurikuler SMPN 16 Pontianak.

B. Rumusan Masalah

1. Masalah umum

Masalah umum dalam penelitian ini adalah, “Seberapa signifikan hubungan koordinasi mata-kaki dan power otot tungkai dengan akurasi shooting pada peserta ekstrakurikuler futsal SMPN 16 Pontianak ”. sedangkan sub masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata-kaki dengan akurasi *shooting*
- b. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan akurasi *shooting*
- c. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata-kaki dan *Power* otot tungkai dengan akurasi *shooting*

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah, “ Untuk mengetahui seberapa signifikan hubungan antara koordinasi mata-kaki dan power otot tungkai dengan akurasi shooting pada peserta ekstrakurikuler SMPN 16 Pontianak”.

- a. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan akurasi *shooting*
- b. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan akurasi *shooting*
- c. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai dengan akurasi *shooting*

D. Manfaat Penelitian

Adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara Teoritis

Manfaat dilakukan penelitian ini adalah dapat dijadikan sebagai masukan untuk meningkatkan program latihan ekstrakurikuler futsal di SMPN 16 Pontianak.

2. Secara Praktis

a. Bagi Sekolah

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk pembinaan latihan.

b. Bagi Guru

Dapat mengetahui seberapa besar bakat yang dimiliki siswanya. Dapat dijadikan pedoman untuk melatih dan mengevaluasi siswa.

c. Bagi Pelatih

Dapat dijadikan acuan penyusunan program latihan yang sesuai dengan kemampuan siswa.

d. Bagi Pemain Futsal SMPN 16 Pontianak

- 1) Agar setiap pemain dapat mengetahui kemampuan yang ada dalam dirinya, guna pengembangan lebih lanjut permainannya.
- 2) Agar setiap pemain dapat mencari cara yang lebih baik untuk meningkatkan prestasi dalam bermain futsal.
- 3) Agar setiap pemain dapat memahami bahwa setiap kelemahan yang dimilikinya bukan kemampuan atau kelemahan yang tidak dapat diperbaiki.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2014:60)

Secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau obyek dengan obyek yang lain (Hatch dan Fahardy, 1981). Hamid Darmadi (2011:21),

mengatakan bahwa Variabel adalah suatu atribut, aspek dari manusia, gejala objek yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya, Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa variable merupakan segala sesuatu yang berada atau ada pada diri seseorang atau objek peneliti yang memiliki perbedaan di antara objek-objek tersebut.

a. Variabel bebas

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel berikutnya. Menurut (Sugiyono, 2014:61) “bahwa variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat”. variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas juga bisa di sebut variabel oksogen. (Nikmatur Ridha,2017:05). Menurut (Haqul,1989: 51) variabel independen (mepengaruhi) ialah variabel yang berperan memberi pengaruh pada variabel lain. Adapun yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah koordinasi mata-kaki dan *power* otot tungkai.

b. Variabel terikat

Variabel terikat adalah variabel yang muncul karena adanya variabel bebas. (Sugiyono, 2014:61), Mengemukakan “bahwa variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas”. Variabel dependen disebut juga variabel output,kriteria, konsekuen. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat,karena adanya variabel bebas. Variabel terikat juga disebut variabel indogen. (Nikmatur Ridha,2017:05). Menurut (Haqul,1989:51) variabel dependen (Dipengaruhi) ialah variabel yang dijadikan sebagai faktor yang dipengaruhi oleh sebuah atau sjumlah variabel lainnya. Untuk variabel terikat dalam penelitian ini adalah akursi *shooting* dalam permianan futsal

2. Definisi Oprasional

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Keakuratan tendangan kearah gawang yang dimiliki siswa SMPN 16 Pontianak dalam futsal yang diukur dengan menjumlahkan skor yang diperoleh dari unsur-

unsur yang ada dalam tes Nurhasan, keakuratan tendangan menggunakan punggung kaki dan ujung kaki. Adapun variabel yang terlibat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

a. Koordinasi mata-kaki

Koordinasi merupakan kemampuan untuk melakukan tugas gerak secara tepat dan halus menggunakan gerak tubuh dan indra menurut (Fahey,*et al.*,2015) dalam (A. Narlan & Dicky Tri Juniar,2020 :111). Sejalan dengan pendapat Broer dan Zernick (Harsono,2018) mengenai beberapa gerakan koordinasi yaitu kemampuan untuk mengkombinasikan beberapa gerakan yang tanpa ketegangan, dengan urutan yang benar, dan memerlukan gerakan yang kompleks secara mulus tanpa pengeluaran energi yang berlebih.

Koordinasi mata-kaki adalah koordinasi mata dan kaki menjadi hal mutlak dalam permainan sepakbola. Ketika pemain mengumpan bola, mata adalah pusat dimana pandangan atau arah untuk mengetahui kondisi sekitar sedangkan kaki berperan sebagai pengolah bola saat melakukan permainan di lapangan. kemampuan koordinasi mata-kaki ini dapat diketahui melalui *soccer dribble tes*.

b. *power* Otot Tungkai

power otot tungkai adalah kemampuan otot untuk mengatasi beban tahanan dengan kecepatan kontraksi yang sangat tinggi, dimana *power* adalah gabungan antara kekuatan dan kecepatan, kekuatan dan kecepatan diarahkan maksimum dalam waktu yang sangat cepat dan singkat. *Power* merupakan kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat. Dalam *power* terdapat dua unsur kondisi fisik yang harus menunjang, yaitu kekuatan dan kecepatan, karena saat seseorang melakukan gerakan yang kuat dan cepat maka akan memunculkan *power* (daya ledak) yang baik. Hampir semua cabang olahraga memerlukan *power*, olah karena itu penting sekali komponen *power* ini diperhatikan. (A.Narlan & Dicky Tri. J)

Tes ini menggunakan tes *satanding long jump*

c. Akurasi *shooting* Futsal

Akurasi shooting yang dimaksud adalah kemampuan seseorang menendang bola sekuat-kkuatnya ke arah target dengan akurat. Untuk mengetahui kemampuan ketepatan menembak bola ke arah gawang menggunakan instrument tes menembak ke gawang bertarget. Yaitu dengan membagi 5 bagian gawang futsal yang memiliki lebar 3m dan tinggi 2m, dan dengan jarak tembak 6 m. Setiap teste melakukan sebanyak 3 kali tembakan kemudian skor di rata-rata.