

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga dan Pendidikan jasmani merupakan komponen yang tidak dapat dipisahkan, karena secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam melaksanakan pengajaran untuk pendidikan jasmani belum efektif seperti yang diharapkan. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru keseluruhan. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan siswa, isi dan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis.

Pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik dan membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dijalani dan melakukan pola hidup sehat di sepanjang hayatnya, tujuan ini akan dicapai melalui penyediaan pengalaman langsung dan nyata berupa aktivitas jasmani (Rusli Lutan, dalam Aulia W.C, 2020:1). Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual dan kognitif.

Berdasarkan dengan hal di atas, salah satu tujuan dari pendidikan jasmani pada lembaga pendidikan diantaranya adalah meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang diberikan melalui cabang-

cabang olahraga yang sudah memasyarakat di lingkungan disuatu lembaga pendidikan atau sekolah yang bersangkutan. Pada kenyataannya masyarakat sangat banyak mengharapkan peningkatan kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan cabang olahraga, sehingga alokasi waktu yang tersedia dan sarana pada satu sekolah dapat diefektifkan penggunaan dan tujuan yang diinginkan dapat tercapai secara maksimal. Salah satu cabang olahraga tersebut ialah sepak bola.

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat banyak, ini terlihat dari setiap adanya pertandingan sepakbola baik di tingkat nasional dan internasional penonton selalu berdatangan menuju tempat pertandingan untuk menikmati olahraga sepakbola ini. Permainan sepakbola ini dalam perkembangannya telah dapat diterima dan digemari oleh masyarakat, ini terjadi karena permainan sepakbola merupakan olahraga permainan sangat menarik.

Sepak bola merupakan olahraga permainan beregu atau tim, untuk menjadikan kesebelasan yang tangguh, kuat dan bagus adalah dengan cara setiap pemain harus dapat menyuguhkan permainan yang kompak, artinya permainan yang mempunyai kerjasama tim yang bagus, sehingga diperlukan pemain yang menguasai teknik dasar bermain Sepak bola yang baik dan terampil (O.C Kaligis (dalam Saimin, 2016:4).

Olahraga yang satu ini merupakan salah satu olahraga favorit bagi masyarakat atas dan bagi masyarakat bawah, dikarenakan olahraga sepakbola ini dapat dimainkan dimana saja dan tidak harus membutuhkan dana yang sangat besar. Sepakbola dapat dilakukan di depan rumah yang mempunyai pekarangan, di jalan raya, dan dimana saja. Dalam permainan sepak bola ada beberapa teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola antara lain teknik dasar *dribbling, passing, controlling, heading dan shooting*.

Dari beberapa teknik dasar yang ada diatas teknik shooting merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain sepak bola. Shooting merupakan salah satu teknik yang selalu digunakan untuk mencetak gol dan melakukan penekanan ke jantung pertahanan lawan. Shooting adalah satu

upaya yang digunakan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan. Kemampuan setiap pemain dalam melakukan shooting harus selalu ditingkatkan guna untuk menghasilkan gol demi gol untuk setiap pertandingan. Untuk mendapatkan kualitas shooting yang baik sangat membutuhkan latihan yang terprogram dan dengan bimbingan pelatih untuk mengarahkan bagian mana kaki yang dilakukan untuk melakukan shooting yang terarah. Maka dari itu dalam permainan sepak bola kemampuan shooting yang baik sangat dibutuhkan dalam permainan sepakbola.

Dalam permainan sepak bola khususnya pada teknik dasar shooting sangat dipengaruhi oleh beberapa aspek dalam penelitian ini, penulis mengambil salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola sebagai kajian penelitian, yaitu shooting dalam permainan sepak bola, karena tehnik dasar shooting merupakan unsur yang penting dalam permainan sepak bola seperti diungkapkan Justinus Lhaksana (dalam Saimin, 2016:5) : Shooting dilakukan ketika hendak mencetak gol, dimana tendangan dilakukan dengan keras“. Senada juga diungkapkan oleh Soekatamsi (dalam Saimin, 2016:5) bahwa :

Menendang (*shooting*) adalah teknik dasar yang paling dominan dalam permainan sepak bola dari beberapa teknik dasar yang ada, dikarenakan kemampuan menendang bola dengan baik dan benar dapat dipergunakan untuk tujuan memberi operan kepada teman, menembak bola ke arah mulut gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan, membersihkan atau menyapu bola di daerah pertahanan (belakang) langsung ke depan (biasa dilakukan oleh para pemain belakang untuk mematahkan serangan lawan), dan untuk melakukan bermacam-macam tendangan khusus, yaitu tendangan bebas, tendangan sudut dan tendangan hukuman atau penalty.

Teknik dasar *shooting* dalam permainan sepak bola adalah suatu usaha untuk memindahkan bola dari satu titik ke titik lain dengan menggunakan kaki. Untuk menghasilkan kemampuan *shooting* yang baik, selain dibutuhkan penguasaan teknik yang baik juga kemampuan fisik yang baik ikut berperan karena hasil tendangan yang baik, selain didapatkan dari penguasaan teknik yang baik, juga karena pengaruh kondisi fisik yang baik pula.

Diharapkan Karena amat pentingnya teknik dasarnya *shooting* maka perlu pembelajaran lebih dengan baik karena dalam permainan sepak bola yang sering menghasilkan kemenangan adalah *shooting* karena permainan sepak bola luas untuk dapat mencetak gol seorang pemain harus bisa menguasai dan memiliki tendangan kegawang yang keras dan akurat maka *shooting* adalah salah satu teknik dasar sepak bola yang sangat penting, di pergunakan dengan lebih efektif dan efisiennya teknik dasar shooting diharapkan dapat meningkatkan kualitas sebuah permainan sepak bola.

Shooting dalam permainan sepakbola adalah salah satu teknik dalam permainan sepakbola. Suparno (2018:3) menyatakan shooting adalah menendang bola dengan kaki sekuat tenaga baik dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki. Kemampuan shooting dalam sepakbola dapat dipengaruhi oleh kekuatan otot tungkai. Kekuatan adalah salah satu komponen kondisi fisik yang sangat mempengaruhi kemampuan atlet dalam melakukan setiap aktivitas yang membutuhkan kekuatan. Kekuatan adalah salah satu komponen dalam olahraga yang di pergunakan dalam permainan sepakbola. Maka dari itu kekuatan tungkai dapat mempengaruhi kemampuan shooting pada permainan sepakbola. Kekuatan tungkai merupakan salah satu faktor dalam menciptakan suatu permainan yang baik sesuai dengan peraturan yang ada. Maka dapat disimpulkan bahwa kekuatan tungkai sangat mempengaruhi keterampilan shooting dalam permainan sepakbola.

Dari hasil pengamatan yang saya lakukan ada beberapa masalah pada siswa pada saat latihan dan bertanding seperti banyak siswa yang tidak memiliki kemampuan shooting yang baik ini terlihat dari tendangannya tidak keras dan mudah dijangkau oleh penjaga gawang, tendangan yang kurang akurat, kurangnya kekuatan dalam melakukan tendangan sehingga hasilnya kurang baik, kurangnya koordinasi sehingga kurang tepat tendangan yang dilakukan, kekuatan tendangan yang sangat jauh dari ukuran badan pelakunya, tendangan siswa yang lemah sehingga mudah di tangkap oleh penjaga gawang lawan, banyak siswa yang kurang mengetahui teknik tendangan yang baik sehingga hasilnya kurang maksimal.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis ingin melakukan penelitian dengan judul “hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum?”. Adapun sub-sub masalah yang sesuai dengan rumusan masalah penelitian di atas adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana *power* otot tungkai pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum?
2. Bagaimana kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum?
3. Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum. Adapun tujuan khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian di atas untuk mengetahui :

1. *Power* otot tungkai pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum.
2. Kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum.
3. Hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum.

D. Manfaat Penelitian

Data dan informasi yang diperoleh dari hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat baik bersifat teoritis maupun praktis. Maka dari itu penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini mempunyai dua manfaat yakni manfaat teoritik dan manfaat praktis. Manfaat teoritik yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah sebagai bahan informasi atau pengetahuan tentang hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, yaitu:

a. Bagi Guru

Untuk mendeskripsikan hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum.

b. Bagi Siswa

Manfaat bagi siswa adalah agar siswa mampu memahami dan mengetahui *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler.

c. Bagi Peneliti

Peneliti dapat memahami tentang motivasi belajar siswa serta mengetahui hasil analisis data masing-masing hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa putra ekstrakurikuler SMPI Mambaul Ulum.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Merumuskan variabel penelitian yang digunakan beserta aspek dan indikator penelitian. “Variabel yang diselidiki merupakan variabel-variabel penelitian yang dijadikan fokus utama untuk menjawab permasalahan yang dihadapi. Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik

perhatian suatu penelitian” Arikunto (2013:161). Sedangkan menurut Sugiyono (2016:61) menyatakan bahwa “variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”.

Selanjutnya menurut Zulfadrial (2012:13) menyatakan bahwa “variabel adalah suatu atribut atau sifat atau objek yang mempunyai variasi antara satu orang dengan orang lain. Hamid (2013:19), mengatakan bahwa “variabel adalah gejala-gejala yang menunjukkan variasi, baik dalam jenis maupun tingkatannya”. Kemudian menurut Kerlinger dalam Sugiyono (2017:3) menyatakan bahwa variabel adalah konstruk (constructs) atau sifat yang akan dipelajari. Diberikan contoh misalnya, tingkat aspirasi, penghasilan, pendidikan, status sosial, jenis kelamin, golongan gaji, produktivitas kerja, dan lain-lain. Di bagian lain Kerlinger menyatakan bahwa variabel dapat dikatakan sebagai suatu sifat yang diambil dari suatu nilai yang berbeda (*different values*). Dengan demikian variabel itu merupakan suatu yang bervariasi. Selanjutnya Kidder dalam Sugiyono (2017:3) menyatakan bahwa variabel adalah suatu kualitas (*qualities*) dimana peneliti mempelajari dan menarik simpulan darinya.

Berdasarkan dari pengertian di atas, maka dapat penulis simpulkan bahwa “variabel merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut. Berikut adalah variabel yang digunakan dalam penelitian:

a. Variabel Bebas

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi topik dalam penelitian yang akan dilihat pengaruh dan hubungannya dalam sebuah penelitian. Darmadi (2013:21) “variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab munculnya variabel terikat”. Sedangkan menurut Zulfadrial (2012:13) “variabel bebas adalah variabel yang mengandung gejala atau faktor-faktor yang menentukan atau mempengaruhi ada atau

munculnya variabel yang lain yang disebut variabel terikat”. Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel bebas adalah variabel yang memberikan pengaruh dan menjadi penyebab munculnya variabel lain. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *power* otot tungkai.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang memiliki hubungan dengan topik yang akan diteliti sehingga terdapat hubungan dan pengaruh dalam penelitian tersebut. Darmadi (2013:21) “variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas”. Zuldafrial (2012:13) “variabel terikat adalah variabel yang ada atau munculnya ditentukan atau dipengaruhi oleh variabel bebas”. Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan *shooting* dalam permainan sepak bola.

2. Definisi Operasional

Menjelaskan definisi operasional variabel dalam penelitian merupakan hal yang sangat penting guna menghindari penyimpangan atau kesalah pahaman pada saat pengumpulan data. Penyimpangan muncul dalam bentuk "bias".

Penyimpangan dapat disebabkan oleh pemilihan/penggunaan instrumen (alat pengumpul data) yang kurang tepat atau susunan pertanyaan yang tidak konsisten. Namun, bukan berarti bahwa semua variabel perlu diberikan definisi operasional Variabel yang sudah jelas, mempunyai pengertian dan interpretasi yang sama.

Tentang caranya menyusun definisi operasional itu bermacam-macam sekali. Namun, untuk memudahkan pembicaraan, cara yang bermacam-macam itu dapat dikelompokkan menjadi tiga macam, yaitu (a) yang menekankan kegiatan (operation) apa yang perlu dilakukan, (b) yang menekankan bagaimana kegiatan (operation) itu dilakukan, dan (c) yang

menekankan sifat-sifat statis hal yang didefinisikan. Berdasarkan pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa definisi operasional adalah Adalah uraian tentang batasan variabel yang dimaksud, atau tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini antara lain:

a. *Power*

Power adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang amat singkat.

b. Otot Tungkai

Otot tungkai adalah gabungan dari kekuatan otot tungkai paha atas dan otot tungkai bawah saat berkontraksi hingga relaksasi 9 yang diperlukan dalam melakukan shooting secepat mungkin.

c. *Shooting* dalam permainan sepak bola

Shooting adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan memasukan bola ke dalam gawang. Teknik dasar menendang bola dengan kaki kura-kura penuh biasa digunakan para pemain sepakbola dengan tujuan untuk memasukan bola ke dalam tiang gawang.