

Bab I

Pendahuluan

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu yang wajib di penuhi oleh setiap manusia, olahraga dapat berupa kegiatan fisik yang dilakukan untuk meningkatkan kebugaran fisik. Melihat dari tujuannya olahraga dibagi menjadi tiga yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan dilakukan di sekolah, olahraga rekreasi dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang dan olahraga prestasi dilakukan di club-club olahraga (Mardiansah et al., 2022).

Dalam (Undang-undang, 2005) Nomor 3 Pasal 21 Ayat 3 yang berbunyi: “Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi.” Berdasarkan undang-undang di atas, dapat disimpulkan bahwa pembinaan olahraga dapat dilakukan dalam beberapa tahap, dimulai dengan pengenalan cabang olahraga, pemantauan, dan pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi. Futsal harus diperkenalkan sedini mungkin agar menjadi dasar untuk meningkatkan prestasi di masa mendatang, karena prestasi diperoleh dari kesempurnaan teknik yang benar. Untuk menjadi pemain futsal yang baik, seorang pemain harus memiliki keterampilan teknik yang baik. Teknik merupakan bagian dari prestasi olahraga, dan

merupakan ciri khas cabang olahraga tertentu. Oleh karena itu, harus harus dipersiapkan sebaik mungkin.

Olahraga futsal adalah salah satu jenis olahraga yang sangat digemari di seluruh dunia dan merupakan salah satu jenis olahraga yang dapat dilatih. Hal ini sesuai dengan fakta bahwa permainan sepak bola semakin berkembang, dengan futsal menjadi olahraga dengan pengikut dan pendukung terbanyak di seluruh dunia. Salah satu teknik penting untuk menang dalam permainan futsal adalah shooting. Tendangan keras, terkontrol, cepat, dan tepat disebut shoot (Henjilito & Hidayat, 2023).

Shooting adalah upaya untuk memasukkan bola ke gawang lawan untuk mencetak poin, pemain harus berlatih untuk meningkatkan teknik shooting mereka. Ketika pemain berlatih, mereka dapat meningkatkan kemampuan teknik mereka dan melakukan tembakan yang tepat ke arah gawang. Power otot tungkai berasal dari kekuatan otot tungkai dan kecepatan kontraksi otot yang terdapat pada tungkai yang menghasilkan daya atau kekuatan sehingga penjaga gawang kesulitan untuk mengantisipasi bola yang dilepaskan saat melakukan tendangan ke gawang lawan. sementara koordinasi antara kaki dan mata adalah merupakan gerakan dinamis yang dihasilkan dari pandangan mata terhadap lingkungan, terutama pada bola saat melihat ke gawang lawan, kemudian memberikan respons melalui syaraf otot kaki untuk melakukan shooting dan mengarahkan bola (Hidayat & Henjilito, 2021). Kekuatan menembak merupakan unsur penting dalam olahraga futsal. Untuk mencapai kualitas

shooting yang baik memerlukan pelatihan fisik terprogram dan bimbingan seorang pelatih yang menunjukkan cara mengembangkan kekuatan kaki untuk melakukan shooting tepat sasaran dengan teknik yang benar. Otot merupakan alat gerak yang aktif karena dapat berkontraksi dan menggerakkan organ tertentu dalam tubuh(Saleh & Martiani, 2020).

Koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesulitan dengan cepat dan tepat. Gerakan atau keterampilan dari yang mudah hingga yang rumit diatur dan diperintahkan oleh sistem syaraf pusat, yang sudah disimpan didalam memori sebelumnya. Oleh karena itu, gerakan yang benar dan terkoordinasi juga memerlukan koordinasi sistem saraf, termasuk sistem saraf pusat, dan sistem saraf tepi, yang meliputi otot, tulang, dan persendian (Anam et al., 2018). Koordinasi pada dasarnya berarti susunan beberapa saraf pusat dan perifer, yang terjadi secara harmonis ketika gerakan otot yang bersesuaian digabungkan. Koordinasi adalah interaksi antara pusat saraf dan sistem muskuloskeletal dalam pengendalian dan pengendalian impuls serta kerja otot untuk melakukan gerakan. Koordinasi pergelangan kaki itu penting dan diperlukan untuk tembakan akurat untuk mencetak gol (Mardiansah et al., 2022).

Koordinasi mata dan kaki merupakan salah satu unsur kunci dalam permainan futsal, namun kekuatan otot, kekuatan tungkai, dan koordinasi itu sendiri merupakan salah satu bentuk faktor fisik yang paling penting dalam melakukan pukulan dan pukulan. Kita harus bisa menembak dari berbagai posisi, dan pemain harus bisa melakukannya tidak hanya dengan kekuatan

mereka, tapi dengan akurasi yang tinggi. Untuk menguasai teknik menembak dari berbagai lokasi dan posisi, pemain harus memiliki unsur berupa keseimbangan dan koordinasi yang baik. Olahraga futsal sendiri sangat sering melibatkan kontak fisik dengan pemain lain maupun lawan, sehingga mengharuskan pemainnya memiliki keseimbangan dan koordinasi yang baik saat melakukan tembakan (Anggita Ghina Putri Dana et al., 2023).

Dilihat dari beberapa pertandingan Futsal Desa Bindu terlihat rendahnya akurasi *shooting* para pemain. Terbukti dari beberapa hasil pertandingan, persentase shooting yang tidak tepat sasaran lebih banyak dibandingkan dengan shooting yang tepat sasaran. Para pemain melakukan beberapa kali percobaan shooting ke arah gawang, namun arah bola dari tendangan tersebut masih sering melebar ke kanan, kiri dan atas gawang atau terbentur pemain lawan serta ditangkap dengan mudah oleh kiper tim lawan.

Dari pengamatan peneliti dan informasi yang didapatkan dari pelatih Futsal Desa Bindu, pada beberapa hasil pertandingan peneliti melihat permainan Futsal Desa Bindu pada saat bertanding yaitu ketika pemain melakukan gerakan shooting, bola yang dihasilkan tidak begitu cepat sehingga mudah dibaca dan ditangkap oleh kiper tim lawan. Selanjutnya pemain juga sering melakukan kesalahan pada saat gerakan shooting yaitu perkenaan bola terhadap bagian kaki yang tidak tepat sehingga bola yang dihasilkan sering melebar ke kanan, kiri, atau ke atas gawang. Ketika melakukan serangan strategi yang diberikan oleh pelatih sering gagal yaitu

pada saat diberikan umpan *true pass*, umpan lambung dan umpan *back-pass* penyelesaiannya tidak maksimal karena bola sering melebar dan terbentur oleh lawan. Maka dari itu rendahnya akurasi shooting berdampak pada prestasi tim. Jadi berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “**Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Serta Koordinasi Antara Mata-Kaki Terhadap Hasil Akurasi Shooting Pada Pemain Futsal Desa Bindu**”.

1.2 Masalah Penelitian

1. Identifikasi Masalah

1. Kekuatan otot tungkai pemain belum baik, sehingga saat melakukan gerakan shooting, bola yang dihasilkan tidak begitu cepat sehingga mudah dibaca dan ditangkap oleh kiper tim lawan.
2. Koordinasi mata dan kaki pemain belum maksimal sehingga ketepatan dalam melakukan shooting belum baik.

1.2.1 Pembatasan Lingkup Masalah

Agar tidak terlalu luas maka perlu adanya pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu hubungan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap hasil akurasi *shooting* pemain futsal desa bindu.

1.2.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, rumusan penelitian ini adalah: Bagaimanakah hubungan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap hasil akurasi shooting pemain futsal Desa Bindu?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap hasil akurasi shooting pemain futsal Desa Bindu.

1.4 Manfaat Penelitian

Setiap permasalahan yang diteliti, diharapkan dapat memberikan dan memperoleh hasil yang positif dalam upaya pembangunan dan peningkatan prestasi, khususya pada cabang olahraga futsal. Adapun manfaat penelitian ini adalah:

- a. Pemain: untuk meningkatkan kemampuan shooting dalam permaian futsal pemain Desa Bindu.
- b. Pelatih: Hasil penelitian dapat meningkatkan kualitas latihan pemain futsal Desa Bindu.
- c. Club Desa Bindu: diharapkan dapat meningkatkan prestasi di tingkat kabupaten OKU.