

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan Jasmani sering kali terkalahkan oleh pendidikan akademis lainnya, padahal aspek kesehatan jasmani merupakan aspek penting guna mendukung pendidikan akademis di sekolah. Sebagaimana diketahui bersama bahwa di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat (*men sana in corpore sano*), implikasinya jika tubuh dan pikiran sehat maka siswa pun mudah menyerap pelajaran yang disampaikan oleh guru. Proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani ini memang telah dirancang secara sistematis guna mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional (Depdiknas, 1995:30).

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan yang mempunyai tujuan untuk membentuk manusia Indonesia secara keseluruhan serta meningkatkan kebugaran jasmani para peserta didik. Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) yang diajarkan di sekolah, memiliki peran sangat penting yaitu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis. Aktivitas olahraga semakin menjadi kebutuhan bagi semua masyarakat. Hal ini terlihat pada maraknya olahraga yang dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuh sampai dengan kebutuhan prestasi khususnya pada dunia *futsal*. Hal ini dikarenakan futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan

masyarakat di Indonesia, baik di kota, di desa maupun sampai ke pelosok tanah air, dari anak-anak, pemuda dan orang tua, pria maupun wanita. Bagi anak-anak untuk bermain *futsal* biasa dilaksanakan dengan permainan sederhana yang dilakukan oleh beberapa orang anak saja, dengan mempergunakan tempat seperti: lapangan olahraga di sekolah, halaman sekolah, halaman rumah, sawah yang sedang kering tidak ditanami, lorong-lorong, semuanya asal tidak mengganggu dan membahayakan.

Menurut Lhaksana, (2011: 5) futsal (*futbol sala*) dalam bahasa Spanyol berarti sepakbola dalam ruangan merupakan permainan sepakbola yang dilakukan di dalam ruangan. Permainan ini sendiri dilakukan oleh lima pemain setiap tim berbeda sepakbola konvensional yang pemainnya berjumlah sebelas orang setiap tim. Selain lima pemain utama, setiap regu juga diizinkan memiliki pemain cadangan. Tidak seperti permainan sepakbola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi garis, bukan net atau papan.

Daya tarik permainan *Futsal* adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental harus melakukan gerakan yang terampil di bawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, ada syarat yang mutlak banyak tim yang berhasil diakhir pertandingan karena kekuatan tim lawan sudah terkuras habis pasti setiap kegiatan kebugaran untuk setiap pemain merupakan latihan yang sebanyak mungkin berinteraksi dengan bola jangan hanya menyuruh pemain berdiri, tetapi berikanlah mereka memainkan dan menggiring bola selama mungkin.

Olahraga *futsal* merupakan olahraga *futsal* mini yang dilakukan dalam ruangan dengan panjang lapangan 38-42 meter dan lebar 15-25 meter. Dimainkan oleh 5

pemain termasuk penjaga gawang. *Futsal* adalah permainan hamper sama dengan sepakbola, dimana dua tim memainkan dan memperebutkan bola diantara para pemain dengan tujuan dapat memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kemasukan bola.( Hatta 2003: 9).

Permainan *futsal* terus mengalami perubahan dan perkembangan baik dari segi peraturan, teknologi, fasilitas yang menyangkut lancarnya jalan suatu pertandingan. Yang 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* yaitu teknik *foundation* atau teknik dasar layaknya seseorang membangun rumah semakin kuat pondasinya maka semakin besar gaya berpariasi pula ukuran dan bentuk bangunan yang dapat didirikan jadi keterampilan dasar seperti itu di butuhkan oleh para pemain.

Di dalam permainan futsal ada beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai oleh pemain futsal. Berikut teknik-teknik dasar yang harus dikuasai dengan keahlian khusus oleh setiap pemain futsal *control* bola, *passing/pengumpan*, *Dribling/Menggiring*, *menendang keras/ Shooting*, kecepatan dan fisik . Teknik dasar ini merupakan suatu pondasi dalam bermain *futsal*, semakin bagus pondasi kita semakin bagus juga skill yang kita pertunjukkan dalam bermain *futsal*.

Selain menguasai teknik dasar dalam bermain *futsal* yang baik tentu diiringi juga dengan kondisi fisik yang bagus, Peranan kondisi fisik dalam melakukan suatu

keterampilan olahraga sangat penting sekali. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Harsono (1998). Kondisi fisik baik maka akan terjadi : 1). Peningkatan kemampuan sistim sirkulasi dan kerja jantung 2). Peningkatan kekuatan, daya tahan, dan kemampuan kondisi fisik lainnya 3). Ekonomis gerakan yang lebih pada tujuan latihan 4). Pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan 5) Respon yang cepat dari organisme tubuh. Sejauh ini peran pelatih yang menerapkan metode yang diajarkannya kepada siswa tidak terfokus kepada power otot tungkai siswa jadi siswa kelemahan dalam melakukan *shooting*.

Rendahnya kemampuan siswa putra SMP Negeri 7 Muaro Jambi dalam melakukan *shooting* dalam bermain *futsal* karena siswa masih kurang mengerti dan kurang mendapat pengarahan yang spesifik dalam teori maupun praktek di lapangan mengenai teknik bermain *futsal* karena kurangnya kekuatan otot tungkai dan kurang percaya diri. Kemampuan *shooting* pada permainan futsal merupakan dasar dalam permainan *futsal*. Kemampuan *shooting* yang masih lemah, karna pengaruh kurangnya latihan Daya Tahan Otot Tungkai, karena latihan ini merupakan salah satu latihan dasar untuk dapat mencapai kemampuan *shooting Futsal*. Apabila men *shooting* bola dilakukan dengan teknik yang benar ditambah dengan latihan Daya Tahan Otot Tungkai maka siswa dapat mencapai kemampuan *shooting* dalam bermain *futsal*.

Tujuan latihan daya ledak otot tungkai untuk meningkatkan kemampuan *shooting* yang sudah dipelajari serta menjadi suatu model latihan yang dapat berguna diterapkan nantinya.

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti terhadap pemain *futsal* putra SMP Negeri 7 Muaro Jambi saat PLP, di mana peneliti menemukan permasalahan yaitu penulis melihat dan mengamati masih banyak pemain *futsal* putra SMP Negeri 7 Muaro Jambi yang melakukan *shooting futsal* yang belum sempurna. *shooting*. Dan salah satu cara yang dirasa efektif untuk kemampuan *Shooting* adalah dengan program latihan yang tepat.

Hasil dari observasi dan studi dokumentasi di peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 7 Muaro Jambi, peneliti mendapatkan informasi bahwa yg melati ekstakulikuler futsal tidak memiliki lisensi melatih,selaku pelatih ekstrakurikuler bahwa kagiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan kadang masih berjalan kurang rutin. Kegiatan yang hanya dilakukan 1 kali dalam satu Minggu tentu belum bisa meningkatkan kemampuan teknik bermain dasar futsal dengan baik, salah satunya dalam *Shooting*. Pernyataan tersebut terbukti dengan buruknya prestasi futsal peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 7 Muaro Jambi di setiap perlombaan.

Maka peneliti membuat judul “Hubungan Kekutan Otot Tungkai Terhadap Ketepatan *Shooting* Dalam Premainan Futsal Ekstakulikuler SMP Negeri 7 Muaro Jambi ”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, terdapat beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 7 Muaro Jambi materi

latihan futsal dalam 1 semester masih sangat terbatas, sehingga jarang menerapkan latihan *shooting* yang menyebabkan kemampuannya masih kurang.

2. Di SMP Negeri 7 Muaro Jambi masih ada beberapa siswa yang belum baik dalam melakukan *shooting*, dikarenakan masih kurangnya kesadaran siswa untuk belajar tentang teknik menembak bola ke gawang.
3. Belum diketahuinya hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan tendangan *sooting* pada permainan futsal siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi
4. Peserta ekstrakurikuler belum bisa memberikan hasil yang maksimal ketika latihan dan bertanding.

### **1.3. Batasan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, dan mengingat terbatasnya kemampuan, waktu dan biaya, serta agar tidak menyimpang dari masalah yang telah diidentifikasi maka penelitian ini difokuskan pada pokok permasalahan yaitu hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal ekstrakurikuler smp negeri 7 muaro jambi.

### **1.4. Definisi Operasional**

Untuk tidak terjadinya salah pengertian mengenai istilah-istilah dalam variabel yang terkandung, maka penulis menganggap perlu untuk menjelaskan istilah-istilah yang berhubungan dengan penelitian adapun istilah-istilah tersebut adalah :

1. Ketepatan *Shooting* adalah seberapa seberapa besar akurasi tendangan yang dilakukan oleh siswa dalam menendang bola .

2. Kekuatan otot adalah komponen yang sangat penting untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan.
3. Ekstrakurikuler adalah pembinaan siswa yang dilakukan diluar jam pelajaran untuk membantu memperluas pengetahuan dan mengembangkan aspek-aspek tertentu dari yang ditemukan dikurikulum yang sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat siswa.

### **1.5. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan inti dari permasalahan yang ada dalam penelitian ini. Adapun rumusan masalah yang dapat diajukan dalam penelitian ini sebagai berikut: “Adakah hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* pada permainan futsal untuk siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi ?”

### **1.6. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: Ada tidaknya hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan ketepatan *shooting* pada permainan futsal untuk siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi.

### **Manfaat Penelitian**

#### **1. Secara Teoretis**

- a. Bagi Sekolah, Guru Pendidikan Jasmani dan Pelatih Ekstrakurikuler dapat dipakai sebagai bahan kajian dalam pengembangan dan meningkatkan keterampilan futsal khususnya dalam ketepatan *shooting*.

b. Bagi Siswa

Sebagai penambah ilmu atau wawasan dalam bidang permainan futsal.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Menjadi referensi untuk pengembangan ilmu keolahragaan kedepannya, khususnya dalam bidang futsal.

## **2. Secara Praktis**

a. Guru dan pelatih digunakan sebagai bahan perbandingan terhadap faktor-faktor yang berkaitan dengan peningkatan kemampuan ketepatan *shooting* pada permainan futsal.

b. Bagi siswa sebagai acuan untuk meningkatkan keterampilan futsal khususnya dalam kekuatan, koordinasi dan ketepatan *shooting*.

c. Bagi peneliti selanjutnya menjadi referensi untuk pengembangan ilmu keolahragaan kedepannya, khususnya dalam bidang futsal.