

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga pada saat ini merupakan kebutuhan yang sangat diperlukan bagi setiap orang, olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan yang tersusun secara sistematis berisi suatu kegiatan atau tindakan yang dapat mendorong mengembangkan, dan melatih potensi dan jasmani seseorang sebagai individu atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan, dan prestasi puncak dalam rangka menciptakan manusia Indonesia yang lebih baik, lebih bertanggung jawab, lebih sehat, lebih kuat jiwa raga, kepribadian baik, dan berkualitas berdasarkan cita-cita Pancasila dan bangsa.

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer dan disenangi oleh sebagian besar lapisan masyarakat di seluruh penjuru dunia. Olahraga ini semakin disukai karena bisa dinikmati serta dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa baik itu laki-laki maupun wanita. Sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan yang sudah dimainkan sejak lama diberbagai negara. Permainan ini bertujuan untuk memenangkan pertandingan dengan cara memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola.

Upaya meningkatkan prestasi olahraga perlu memerhatikan beberapa aspek pendukung, mulai dari aspek psikologis, aspek fisik, dan teknik olahraga yang di tekuni. Aspek psikologis didapatkan dari motivasi berupa arahan pelatih, dukungan dari keluarga, dukungan orang terdekat, latihan mental yang diterapkan dan semangat untuk menang. Aspek fisik, bisa diperoleh dari latihan fisik yang terencana saat latihan untuk memperkuat otot-otot yang mendukung atlet untuk mencapai prestasi dari olahraga yang di tekuninya.

Teknik dasar yang harus mutlak di kuasai seorang pemain sepakbola adalah menendang bola (shooting), menghentikan (stopping), menggiring (dribbling), menyundul (heading), merampas (tacking), lemparan ke dalam (throw in), menjaga gawang (goalkeeping), dan mengoper bola (passing). Shooting merupakan usaha tendangan keras, terarah, cepat dan tepat ke gawang lawan dengan tujuan mencetak gol. Untuk melakukan teknik dasar shooting di perlukan komponen kondisi fisik lainnya seperti daya ledak otot tungkai, kekuatan, kecepatan, ketepatan dan koordinasi mata-kaki. Tepatnya dalam bermain sepakbola yaitu dengan menendang menggunakan salah satu kaki, baik kaki bagian dalam ataupun bagian luar dengan menggunakan beberapa teknik tertentu secara bersamaan dengan kekuatan dan ketepatan yang baik. Kemampuan kondisi fisik yang baik, dan koordinasi mata-kaki yang baik, syarat mutlak yang diperlukan pada setiap cabang olahraga sepakbola terutama pada teknik dasar shooting.

Kemampuan menendang ke gawang adalah cara untuk memasukkan bola ke gawang lawan, atau bisa dikatakan tujuan akhir dari permainan sepak bola adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Untuk menghasilkan shooting yang maksimal diperlukan kondisi fisik termasuk kekuatan otot tungkai. Kekuatan otot merupakan kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimum dalam waktu yang sangat cepat. Kekuatan otot tungkai diperlukan untuk menopang kaki sehingga memiliki kemampuan menendang bola dengan keras.

Beberapa penelitian studi studi hubungan power otot tungkai terhadap ketepatan shooting telah banyak dilakukan oleh para peneliti dari berbagai perguruan tinggi. Hasilnya, peneliti menemukan 37 judul penelitian yang membahas tentang hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting. Walaupun telah ditemukan banyak hasil penelitian tentang kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting baik dalam bentuk berkas data berupa jurnal dan skripsi yang telah dipublikasi di media internet tetapi belum ada penelitian

yang mengkaji hasil-hasil penelitian untuk dirangkum dan diuji kembali keefektifan dari hasil penelitian-penelitian tersebut. Kumpulan data hasil penelitian sebelumnya dapat dikuatkan dengan melakukan penelitian dan kajian terhadap penelitian yang telah dilakukan tersebut sehingga akan mendukung teori yang ada mengenai suatu topik/tema yang diteliti. Metode penelitian meta-analisis dapat digunakan untuk melakukan penelitian tersebut.

Menurut Retnawati, et.al (2018) Analisis meta merupakan salah satu bentuk penelitian, dengan menggunakan data penelitian-penelitian lain yang telah ada (data sekunder). Oleh karena itu analisis meta merupakan metode penelitian kuantitatif dengan cara menganalisis data kuantitatif dari hasil penelitian sebelumnya untuk menerima atau menolak hipotesis yang diajukan dalam penelitian-penelitian tersebut.

Meta-analisis merupakan suatu bentuk penelitian yang bersifat kuantitatif untuk mendapatkan informasi sebanyak mungkin dari data yang diperoleh, sehingga mendekati kekomprehensifan dengan menggunakan metode statistik dari beberapa hasil penelitian. Meta-analisis tidak hanya terfokus pada kesimpulan yang didapat pada berbagai studi, namun fokus pada data, seperti melakukan perhitungan pada besarnya ukuran efek, variabel-variabel, dan ukuran sampel.

Data dasar yang digunakan pada penelitian meta analisis adalah hasil-hasil penelitian yang sejenis untuk dikaji dan memperoleh kesimpulan Effect Size, yakni gabungan mengenai hubungan efek antara kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting dengan menggunakan statistika tertentu. Artinya, dengan menggunakan metode meta-analisis maka kita akan mengetahui seberapa besar hubungan antar variabel, memperoleh kesimpulan umum dari penelitian yang sejenis serta menemukan konsistensi dari penelitian yang memiliki permasalahan sejenis dengan menganalisis sebuah analisis.

Berdasarkan pada uraian masalah di atas, peneliti bermaksud untuk melakukan suatu penelitian “Meta-Analisis hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting sepakbola” dengan berpacu pada skripsi dan jurnal yang selaras.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah dalam penelitian antara lain:

1. terdapat banyak keanekaragaman hasil penelitian hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting.
2. Belum adanya penelitian meta-analisis terkait hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting

C. Pembatasan Masalah

Peneliti membatasi masalah pada meta-analisis hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting, dan data dasar yang digunakan yaitu berupa penelitian baik skripsi maupun jurnal tentang kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting yang telah dipublikasi dalam rentang 2012-2023.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting dan,
2. Apakah kekuatan otot tungkai memiliki hubungan besar terhadap ketepatan shooting.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui analisis mengenai hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian meta-analisis ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan dan gambaran tentang otot tungkai terhadap ketepatan shooting dan hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk menentukan peran otot tungkai dalam ketepatan shooting.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian meta-analisis ini dapat memberikan informasi bagi peneliti selanjutnya yang akan mengkaji hubungan kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan shooting.