

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Futsal merupakan olahraga permainan yang berkembang hampir lebih dari satu dekade di Indonesia dan mulai banyak diminati oleh masyarakat hampir dari setiap kalangan. Olahraga ini merupakan salah satu jenis dari permainan sepakbola yang dibedakan dengan gawang, lapangan, bola berukuran lebih kecil dan peraturan permainan dari sepakbola konvensional yang biasa dimainkan dilapangan *outdoor* yang luas dengan ukuran bola dan gawang lebih besar (Huang et al., 2013). Olahraga ini menggunakan media bola kecil dan dua gawang yang dibatasi oleh garis yang dimainkan oleh dua regu tiap regu sebanyak lima orang dalam satu tim termasuk 1 orang yang bertugas sebagai penjaga gawang. Futsal merupakan permainan sepakbola yang dimainkan didalam ruangan dengan ukuran lapangan yang lebih kecil sehingga olahraga ini menjadi permainan yang sangat cepat dan dinamis (Lhaksana, 2011).

Olahraga futsal telah disepakati secara internasional dan dalam naungan lembaga tertinggi sepakbola di dunia yaitu *FIFA (Federation Internasional Football Association)* dan lembaga tertinggi di Eropa *UEFA (Union of European football Association)*. Futsal merupakan salah satu olahraga didalam ruangan yang perkembangannya paling cepat di dunia (Cosmin & Mircea., 2014). Banyak atlet yang memilih untuk memainkan olahraga ini, karena dalam bermain futsal atlet mendapatkan keuntungan untuk mengembangkan keterampilan teknik (Dooley, 2018).

Perkembangan futsal kategori putri di Indonesia pada 10 tahun terakhir mengalami banyak perkembangan dan kemajuan dalam pencapaian prestasi. Pada *event Sea Games ke 29* pada tahun 2017 yang diselenggarakan di Malaysia. Tim nasional futsal putri Indonesia menempati peringkat 3 dan harus mengakui keunggulan tim Thailand sebagai juara dan setelah imbang melawan Vietnam dengan jumlah selisih gol sama namun tidak unggul pada *head to head* atau produktivitas gol karena tim Vietnam berhasil mencetak gol terlebih dahulu saat pertandingan terakhir melawan Indonesia.

Pada piala AFF pada tahun 2016 klub Jaya Kencana menjadi perwakilan Indonesia karena berhasil menjadi juara nasional di liga profesional futsal Indonesia sehingga berhak mewakili Indonesia pada kompetisi internasional antar klub se Asia Tenggara yang dilaksanakan di Thailand dan mendapatkan hasil yang memuaskan dengan meraih gelar juara pada kompetisi tersebut setelah berhasil mengalahkan beberapa klub asal Asia Tenggara dan di partai final mengalahkan tim tuan rumah Thailand dengan melewati babak tambahan waktu dan berakhir dengan babak adu penalti.

Prestasi yang diraih pada level internasional tersebut didukung oleh berjalannya kompetisi rutin seperti LFWI (liga futsal wanita Indonesia) dan berkembangnya pembinaan klub-klub futsal putri diseluruh kategori baik remaja hingga dewasa yang mulai menjamur disetiap regional dan kompetisi dilevel amatir dan profesional yang rutin dilaksanakan sejak tahun 2010 di Indonesia.

LFWI merupakan ajang bergengsi untuk meraih kesempatan pada level nasional dengan perwakilan setiap daerah yang dipertandingkan untuk meraih gelar juara tingkat nasional. Jaya Kencana merupakan klub futsal putri untuk pertama kalinya sebagai juara pada kompetisi LFWI. Kompetisi yang digelar dengan rutin tersebut membuat perkembangan futsal ditingkat universitas dan klub yang ada di Indonesia mulai untuk menyelenggarakan pembinaan latihan pada futsal putri. Hampir setiap perguruan tinggi diseluruh daerah memiliki tim yang aktif dan rutin mengikuti kompetisi setiap tahun. Universitas Negeri Jakarta merupakan salah satu klub futsal putri yang rutin mengikuti dan menyelenggarakan kejuaraan futsal baik antar perguruan tinggi dan antar klub di Indonesia.

Perkembangan olahraga futsal di level profesional dan amatir mulai berkembang diseluruh daerah setelah liga profesional futsal mulai bergulir. Mulai terselenggaranya kejuaraan nasional dan kejuaraan amatir tingkat jabodetabek menjadi dorongan setiap tim untuk mengembangkan pembinaan klub futsal untuk ikut meramaikan persaingan olahraga futsal Indonesia. Tim yang unggul dan terbaik dapat di promosikan menuju liga profesional dari masing-masing wilayah melalui kualifikasi liga nusantara Indonesia setiap tahunnya.

Netic merupakan klub futsal putri yang memiliki prestasi yang cukup stabil dilevel amatir dan nasional. Klub futsal putri berdomisili di Bogor ini di beberapa kejuaraan dilevel amatir dan nasional dapat bersaing dengan baik dengan pembinaan yang dilakukan oleh klub pun sangat baik. Atlet yang bermain di tim merupakan atlet binaan sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas di wilayah Bogor. Harus diakui bahwa beberapa atlet Netic ikut berkontribusi pada tim nasional futsal Indonesia dalam meraih gelar pada *event* internasional yang diikuti Indonesia sejak tahun 2013.

Dari beberapa hasil perolehan beberapa tahun mengikuti liga profesional prestasi yang dimiliki Netic tetap stabil tanpa pernah degradasi dan pernah meraih prestasi terbaik menjadi peringkat dua pada liga futsal tahun 2015, walaupun materi atlet yang didominasi oleh atlet berusia remaja dan tim mampu bertahan pada liga profesional hingga saat ini. Namun pencapaian produktivitas atlet setelah itu mulai menurun hingga tahun 2020 Netic tidak pernah berada pada posisi 3 besar.

Permasalahan yang terjadi pada produktivitas gol yang dilakukan tim Netic lebih sedikit dibandingkan tim lain sehingga harus mengakui keunggulan tim lawan. Pada liga musim 2020 hingga pekan ke 10 pencapaian gol yang dicetak oleh Netic hanya 23 gol sedangkan gol terbanyak dicetak oleh Pusaka FC sebanyak 57 gol. Hal tersebut membuat Netic berada pada posisi 5 dari 7 tim yang berikut serta pada liga futsal profesional. Netic mengalami kesulitan dalam mencetak gol pada masing-masing individu, dari beberapa percobaan *shooting* yang dilakukan banyak terjadi kegagalan dan tidak dapat dikonversikan menjadi gol.

Perkembangan olahraga futsal di level perguruan tinggi merupakan salah satu faktor pendukung untuk pertumbuhan futsal menjadi lebih pesat. Semakin banyaknya kompetisi yang berlangsung di level perguruan tinggi dapat berperan langsung untuk mengembangkan permainan futsal (The FA, 2018). Selain itu berkembangnya futsal di perguruan tinggi dapat membantu perkembangan futsal dalam pembinaan jangka panjang (FAI, 2008).

Klub futsal putri Universitas Negeri Jakarta merupakan salah satu klub yang rutin mengikuti kompetisi diberbagai *level* baik regional, nasional dan internasional. Futsal putri UNJ merupakan juara liga mahasiswa pada tingkat

regional Jakarta dan juara di tingkat nasional pada tahun 2019 (Bramantoro et al., 2019). LIMA merupakan badan penyelenggara olahraga nasional yang memiliki tujuan mahasiswa sebagai sarana kegiatan dan memiliki andil dalam mengembangkan industri olahraga Indonesia dalam hal menyelenggarakan *event* olahraga dan kegiatan sosial (Mahardono et al., 2013). Kemenangan tersebut merupakan sejarah bagi tim Universitas Negeri Jakarta pada *event* liga mahasiswa karena menjadi satu-satunya tim yang dapat mengalahkan tim juara LIMA selama lima musim. Sejak tahun 2014 tim futsal putri UNJ tidak pernah meraih kemenangan pada final ditingkat nasional dan selalu kalah dengan tim futsal putri Universitas Pendidikan Indonesia.

Pada tahun 2019 Tim UNJ dapat mengungguli tim dari universitas-universitas di Indonesia peserta liga mahasiswa. Namun dari hasil pertandingan selama tim UNJ mengikuti kompetisi tersebut, produktivitas atlet dalam melakukan *shooting* sangat sedikit terlihat dari hasil *finishing shooting* yang dilakukan atlet futsal putri tim mengalami kesulitan dalam melakukan *finishing shooting* (Budiawan et al., 2019).

Dari hasil evaluasi pertandingan yang dilakukan tim pelatih dalam menganalisis melalui data video, mendapatkan hasil data *attacking shooting* atlet UNJ melakukan 40 kali percobaan *shooting* di fase regional Jakarta dan hanya 12 *shooting* yang berhasil menjadi gol dari 3 pertandingan dengan persentase keberhasilan 33% pada fase regional Jakarta dan pada fase nasional terjadi 91 kali percobaan *shooting* hanya 9 hasil *shooting* yang berhasil menjadi gol dari 5 pertandingan dengan total keberhasilan 1,01%. Dengan total 21 gol dari dari total keseluruhan 8 pertandingan selama *event* liga mahasiswa futsal 2019 digelar baik difase regional dan nasional, dengan persentase keberhasilan 16% (Budiawan et al., 2019). Setelah 5 kali dikalahkan oleh tim UPI di kompetisi liga Mahasiswa pada tahun ke enam UNJ mampu mencapai puncak prestasi sebagai juara untuk pertama kalinya setelah mengalahkan tim UPI di babak semifinal dan mengalahkan tim UNY di babak final. Peluang gol yang diciptakan selama kompetisi liga mahasiswa berlangsung sangat banyak namun tidak mampu di konversikan menjadi gol oleh para atlet UNJ dengan maksimal walaupun berhasil menjadi juara.

Permasalahan yang terjadi di beberapa tahun terakhir pada futsal putri di Indonesia yaitu pada produktivitas gol. Hal tersebut berkaitan langsung dengan aspek keterampilan teknik *shooting* masing-masing individu. Dari permasalahan yang dialami tim nasional futsal pada *sea games 2017* yang kalah produktivitas gol, lalu klub jaya kencana yang harus menyelesaikan pertandingan dengan babak adu penalti atau *shooting* yang dilakukan pada jarak 6 meter dan klub Netic yang memiliki penurunan prestasi dan produktivitas gol yang kurang pada individu atlet sejak tahun 2015. Oleh karena itu keterampilan *shooting* merupakan aspek teknik yang mutlak untuk dikuasai oleh masing-masing individu atlet untuk membantu tim memenangkan pertandingan.

Dalam pencapaian prestasi terdapat empat aspek penting untuk dipersiapkan yaitu aspek teknik, fisik, taktik dan mental (Lubis, 2013). Hal tersebut dilakukan untuk mencapai prestasi tertinggi dan semaksimal mungkin. Prestasi olahraga merupakan hasil yang diperoleh atau dicapai oleh seorang atlet melalui aktivitas olahraga, hasil yang dimaksud terlihat dalam bentuk keterampilan secara teknik dan kemampuan fisik dan mental atlet saat berolahraga (Sari et al., 2018). Selain itu aktivitas fisik dapat meningkatkan kinerja otak dan menguntungkan pada struktur dan fungsi otak (Yusmawati et al., 2020). Sehingga aspek keterampilan teknik dan fisik menjadi faktor yang penting untuk pencapaian prestasi atlet dalam meraih tingkat prestasi setinggi-tingginya.

Dalam olahraga futsal yang dimainkan dengan tempo permainan tinggi dengan melakukan keterampilan teknik, taktik dan fisik melalui pergerakan memanipulasi bola dalam tekanan yang tinggi di lapangan yang kecil atlet dituntut untuk menguasai keterampilan teknik yang banyak untuk menjalankan permainan. Sehingga keterampilan gerak yang kompleks yang harus dikuasai atlet terutama keterampilan menendang ke arah gawang agar permainan dapat berjalan lebih dinamis dan cepat sehingga tujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya dapat tercapai.

Teknik *shooting* merupakan keterampilan yang menjadi penentu permainan yang harus dikuasai atlet untuk menciptakan peluang gol, tanpa melakukan percobaan *shooting* permainan ini tidak akan menjadi apa-apa karena hanya dengan *shooting* merupakan salah satu cara untuk memasukan bola atau



menciptakan gol ke arah gawang lawan dengan menggunakan kaki sebagai subjek geraknya (Nurwiyandi, 2019; Vilar et al., 2013). *Shooting* menjadi faktor penentu pemenang dalam permainan futsal (Atmojo & Bulqini, 2019). Teknik ini merupakan salah satu keterampilan yang digunakan dalam situasi menyerang yang bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Keterampilan *shooting* merupakan teknik dasar penentu seorang atlet futsal dapat memenangkan suatu pertandingan.

Dengan melakukan *shooting* atlet dapat membuka peluang untuk mencetak gol ke gawang lawan. Semua atlet disemua posisi termasuk penjaga gawang penting memiliki keterampilan *shooting* yang baik dikarenakan ukuran lapangan futsal yang kecil setiap atlet bisa melakukan tembakan dari mana saja. *Shooting* dilakukan dalam beberapa situasi menyerang seperti permainan terbuka (*open play*), *set piece* bola mati, *penalty kick*, adu penalti dan *power play*. *Shooting* dalam permainan futsal memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi disebabkan oleh kondisi lawan yang dekat, sehingga jika keterampilan *shooting* yang dilakukan tidak cepat bola akan mudah untuk direbut oleh lawan.

*Shooting* futsal dilakukan dengan sangat cepat seorang atlet futsal dengan mempertimbangkan banyak aspek seperti halnya arah dan laju bola dengan kecepatan tertentu begitu pula dengan posisi lawan yang ingin mencegat bola. Hal tersebut disebabkan oleh lapangan yang kecil sehingga lawan mudah dengan cepat untuk menutup ruang lawan untuk melakukan *shooting* (S. Anggoro et al., 2016). *Shooting* dalam olahraga futsal biasanya dilakukan dengan tembakan bola ke arah gawang menggunakan bagian kaki dan tubuh lain kecuali lengan dan tangan. *Shooting* merupakan salah satu aspek teknik dasar seorang atlet futsal (Cosmin & Mircea, 2014). Bagian tungkai dan kaki merupakan bagian terpenting bagi seorang atlet untuk melakukan *shooting*.

*Shooting* dengan kaki merupakan rangkaian gerakan satu kaki mengayun dari belakang ke arah bola dan satu kaki tumpu disamping bola dengan menggunakan kekuatan otot yang eksplosif ke arah gawang. Dengan penguasaan *shooting* yang baik maka seorang atlet dapat membuka peluang untuk mencetak gol sehingga dapat membantu tim untuk memenangkan pertandingan. *Shooting* merupakan aspek teknik dasar yang harus dimiliki atlet dalam melakukan

*finishing* (penyelesaian). Walaupun pertandingan berjalanimbang tanpa gol atau dengan jumlah gol sama babak adu *penalty* atau *shooting* jarak 6 meter menjadi penentu tim yang berhasil mencetak gol dengan selisih gol *penalty* paling banyak, tim berhak menjadi pemenang. Jika setiap peluang *shooting* kearah gawang dapat dikonversikan menjadi gol oleh atlet maka tim akan lebih mudah untuk memenangkan permainan tanpa melewati babak tambahan. Jika babak adu *penalty* tetap harus dijalankan maka seluruh atlet bertanggung jawab untuk menampilkan keterampilan *shooting* masing-masing individu dengan maksimal. Oleh karena itu keterampilan *shooting* menjadi aspek teknik yang penting untuk dimiliki setiap individu atlet.

Dalam satu pertandingan peluang *shooting* yang dilakukan oleh tim putri lebih banyak dari tim putra namun jumlah gol yang dicetak lebih sedikit tim putri dibandingkan futsal putra. Hal tersebut disebabkan oleh kemampuan atlet bervariasi dengan mempertimbangkan latar belakang terutama pada jenis kelamin yang akan mempengaruhi kebutuhan individu yang berbeda (Tangkudung, 2006). Perbedaan kemampuan atlet futsal putri dan putra terutama dalam aspek penguasaan teknik dan kemampuan penunjang seperti aspek fisik dan antropometri. Penguasaan teknik *shooting* tersebut sangat menentukan keberhasilan tim dalam menjuarai satu pertandingan atau kompetisi.

Keterampilan *shooting* yang dilakukan oleh atlet futsal sangatlah cepat dan dalam posisi tidak stabil karena dilakukan dengan tekanan lawan pada posisi satu kaki tumpu untuk menghasilkan laju bola yang cepat menuju gawang. Dalam melakukan *shooting* otot-otot tungkai dipaksa untuk melakukan kerja yang cepat dan kuat (eksplosif) untuk mempengaruhi pergerakan bola kearah gawang (Hidayat & Rusdiana, 2018). Dengan bobot bola yang berat otot-otot tungkai dominan bekerja lebih berat dalam melakukan *shooting*. Oleh karena itu faktor fisik menjadi aspek penting untuk menunjang keterampilan *shooting* pada olahraga futsal.

Permasalahan *shooting* yang terjadi pada atlet futsal putri terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hasil tersebut terutama pada komponen fisik. Komponen fisik baik secara aspek biomotor dan antropometri cukup penting dalam keterampilan *shooting*. *Shooting* merupakan bagian terpenting dalam

melakukan penyelesaian dan dapat menentukan hasil akhir suatu tim. Untuk melakukan penampilan *shooting* banyak otot yang berfungsi, otot-otot yang terdapat pada tungkai berperan penting dalam melakukan lompatan dan tendangan (DJ et al., 2016). Maka peneliti tertarik untuk meneliti faktor-faktor kemampuan fisik yang dapat mempengaruhi langsung terhadap keterampilan *shooting* pada atlet futsal putri (Mohammed et al., 2014). Untuk mendapatkan hasil *shooting* bola yang maksimal maka bola harus didorong dengan kemampuan daya ledak tungkai yang baik dan kemampuan mempertahankan posisi tubuh dengan baik saat melakukan *shooting* dan antropometri atlet.

Aspek keterampilan *shooting* sangat dipengaruhi oleh komponen penunjang seperti kemampuan kondisi fisik masing-masing atlet. Kemampuan kondisi fisik atlet futsal putri jelas berbeda dengan kondisi fisik atlet futsal putra. Hal tersebut disebabkan oleh perbedaan struktur dan fungsi otak, antropometri, fisiologi dan anatomi (Covassin et al., 2018). Keterampilan *shooting* futsal dominan dipengaruhi oleh beberapa aspek komponen *biomotor ability*, daya ledak terutama pada bagian otot-otot tungkai, kemampuan dan ukuran otot-otot atlet putra dan putri berbeda lalu kemampuan mempertahankan posisi tubuh dengan baik (Bretzin et al., 2017).

Perbedaan komposisi dan bentuk tubuh atlet futsal putri sangat menarik dan unik tidak hanya atlet yang terlihat ideal namun dari beberapa pengamatan langsung dalam kompetisi yang telah rutin diselenggarakan terlihat atlet futsal putri di Bogor yang berbadan besar dan berbadan kurus namun dapat melakukan *shooting* dengan baik. Banyak penelitian yang telah mendapatkan hasil BMI yang tinggi dengan persentasi lemak yang lebih tinggi menjadi faktor pembatas dalam melakukan keterampilan atlet dalam beberapa cabang olahraga. Dengan melihat indeks masa tubuh seorang atlet dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* secara langsung dan tidak langsung, semakin besar tubuh dan semakin berat aktivitas atlet maka energi yang dikeluarkan semakin banyak maka energi yang dibutuhkan untuk melakukan gerakan yang eksplosif dapat terpenuhi (Yustika, 2018).

Dengan melihat berat badan atlet yang baik, kurang atau berlebih melalui BMI (*body mass index*) dapat mempengaruhi secara langsung dan tidak langsung pengaruhnya terhadap kemampuan *shooting* (Balbasi et al., 2016). BMI dapat



dilihat dengan membandingkan berat badan dan tinggi badan seorang atlet. Hal tersebut dapat memberi gambaran status gizi seorang atlet berada dikategori kurus, sehat atau obesitas dengan melihat status BMI digunakan dalam pencarian bakat di Indonesia hampir disemua cabang olahraga dan disetiap *level* atlet (Wibowo & Hakim, 2020). Hal tersebut dikarenakan cara yang digunakan untuk mendapatkan data dengan melakukan tes dan pengukuran BMI yang mudah dan murah hanya memerlukan peralatan yang sederhana (Afdali et al., 2018).

Dalam melakukan *shooting* otot-otot tungkai dipaksa untuk melakukan kerja yang cepat dan kuat (eksplosif) untuk mempengaruhi pergerakan bola kearah gawang (Hidayat & Rusdiana, 2018). Daya ledak otot tungkai atau *leg power* merupakan salah satu aspek dalam melakukan keterampilan *shooting* (Agusti, 2016). Selain itu bobot bola yang cukup berat sehingga force yang diberikan oleh tungkai harus kuat dan dengan kecepatan yang tinggi untuk menghasilkan laju bola yang lebih cepat.

Dari beberapa penelitian sebelumnya faktor BMI, keseimbangan dan daya ledak sudah diterapkan di beberapa cabang olahraga khususnya futsal. Daya ledak merupakan salah satu komponen fisik yang penting dalam mempengaruhi hasil *shooting*, selain itu komponen keseimbangan pun menjadi salah satu aspek yang penting dalam menentukan atlet saat melakukan *shooting* terlihat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nazala pada tahun 2016 pada tim futsal putri Universitas Negeri Yogyakarta menjelaskan bahwa keseimbangan dan *power* otot tungkai pada olahraga futsal penting karena mempengaruhi kemampuan *shooting*. Selain itu, dalam kemampuan *shooting* futsal peran daya ledak, keseimbangan dan kepercayaan diri berpengaruh langsung terhadap *shooting* (Agustiawan, 2018).

Pada penelitian yang dilaksanakan oleh Rosita pada tahun 2019 menjelaskan bahwa terdapat pengaruh langsung dari kesimbangan, kekuatan otot tungkai dan koordinasi terhadap ketepatan *shooting* pada futsal putra Universitas Negeri Jakarta. Oolstenhulme pada tahun 2004 melakukan uji coba pada atlet basket wanita di perguruan tinggi *National Collegiate Athletic Association* (NCAA) *Division I women basketball players* di Utah, Amerika Serikat dari penelitiannya Ia menjelaskan bahwa *power* merupakan hal paling penting dalam menunjang kemampuan *shooting* atletnya, seperti kita ketahui basket memiliki karakteristik

dan tujuan permainan yang sama dengan olahraga futsal untuk mencetak point sebanyak-banyak melebihi tim lawan untuk memenangkan pertandingan.

Kemudian Aras pada tahun 2018 telah melakukan penelitian pada atlet futsal di Turki dan mendapatkan hasil bahwa keseimbangan merupakan aspek yang penting dalam olahraga tim. Selain itu, peneliti ingin melihat *body mass index* pada penelitian yang akan dilakukan sebagai *variable intervening* dengan mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Kooshaki pada tahun 2006 mereka melakukan penelitian dengan membuat profil *body mass index* pada atlet elit futsal wanita iran. Selain itu, di Malaysia tahun Sulaiman pada tahun 2011 membuat *body composition* dengan mengukur *body mass index* pada atlet futsal putra berdasarkan posisi bermain yaitu *goal keeper* (penjaga gawang), *ala* (samping), *pivot* (depan), dan *anchor* (belakang). Gurkan pada tahun 2012 menemukan hasil positif yang signifikan pada elit atlet futsal dengan melihat berat dan tinggi badan atlet tersebut dan membandingkannya dengan non atlet.

Penurunan prestasi yang terjadi pada tim Netic beberapa tahun terakhir pada liga futsal professional setelah meraih peringkat dua pada tahun 2015 dengan menurunnya tingkat produktivitas gol pada individu atlet yang belum mampu mengkonversikan peluang *shooting* menjadi gol. Dengan materi atlet yang didominasi oleh usia remaja yang mulai mengembangkan keterampilan baik secara teknik dan fisik pada cabang olahraga futsal yang berasal dari sekolah menengah atas klub futsal asal bogor ini namun berhasil mempertahankan posisinya di liga professional dan tidak pernah masuk zona degradasi hingga tahun 2020. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh *body mass index*, keseimbangan dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* pada futsal putri Netic.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Aspek teknik dan fisik merupakan komponen untuk pencapaian puncak prestasi atlet.

2. *Shooting* merupakan teknik dasar penentu dalam permainan futsal untuk mencapai kemenangan dalam permainan futsal.
3. Komponen fisik keseimbangan dan daya ledak otot tungkai dapat berpengaruh dalam penguasaan teknik dasar *shooting* futsal.
4. Aspek antropometri dapat menjadi aspek yang berpengaruh dalam penguasaan teknik dan kemampuan fisik atlet futsal.

### C. Pembatasan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah agar tidak terjadi interpretasi yang terlalu luas maka peneliti hanya membatasi penelitian yaitu pada pengaruh *body mass index*, keseimbangan dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* pada atlet futsal putri Netic.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan penelitian maka permasalahan dapat dirumuskan menjadi:

1. Apakah terdapat pengaruh *body mass index* terhadap daya ledak otot tungkai atlet futsal putri Netic?
2. Apakah terdapat pengaruh keseimbangan dinamis terhadap daya ledak otot tungkai atlet futsal putri Netic?
3. Apakah terdapat pengaruh *body mass index* terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic?
4. Apakah terdapat pengaruh keseimbangan dinamis terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic?
5. Apakah terdapat pengaruh daya ledak terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic?
6. Apakah terdapat pengaruh *body mass index* melalui daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic?
7. Apakah terdapat pengaruh keseimbangan dinamis melalui daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic?

### E. Tujuan Penelitian

Penelitian yang akan dilaksanakan memiliki tujuan yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh *body mass index* terhadap daya ledak otot tungkai atlet futsal putri Netic.
2. Untuk mengetahui pengaruh keseimbangan dinamis terhadap daya ledak otot tungkai atlet futsal putri Netic.
3. Untuk mengetahui pengaruh *body mass index* terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic.
4. Untuk mengetahui pengaruh keseimbangan dinamis terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic.
5. Untuk mengetahui pengaruh daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic.
6. Untuk mengetahui pengaruh *body mass index* melalui daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic.
7. Untuk mengetahui pengaruh keseimbangan dinamis melalui daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* atlet futsal putri Netic.

### F. State of The Art

Penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti yaitu dengan menguji coba komponen *body mass index*, keseimbangan dan daya ledak dengan aspek teknik yang sebelumnya diterapkan pada atlet futsal putra. Dengan menggunakan metode asosiatif dengan teknik survei menggunakan analisis jalur untuk melihat pengaruh langsung dan pengaruh tidak langsung dari komponen *body mass index*, keseimbangan dinamis dan daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* pada cabang olahraga futsal dengan subjek penelitian pada atlet futsal putri Netic bogor.

Pada penelitian yang akan dilakukan berbeda dari penelitian sebelumnya yang menggabungkan beberapa aspek fisik dan keterampilan saja. Peneliti tertarik menggunakan yang berbeda dengan menggunakan antropometrik *body mass index* terhadap keterampilan *shooting* pada olahraga futsal. Dengan melihat pengaruh masing masing variabel dengan *body mass index* salah satu sebagai tolak ukur atlet futsal dalam tingkat kesehatan tubuh dan dapat terlihat apakah atlet futsal



putri memiliki tubuh yang ideal atau bahkan obesitas dengan cara pengukuran yang mudah dan murah. Hal tersebut disebabkan perbedaan keterampilan antara atlet putra dan putri, perbedaan kemampuan fisik antara atlet putra dan putri, lalu perbedaan antropometri atlet putra dan putri. Namun perkembangan futsal putri Indonesia dan Internasional sudah mampu bersaing secara global dengan prestasi-prestasi terbaik untuk Indonesia.

Pada penelitian yang akan dilaksanakan peneliti melakukan pembaruan instrumen tes yang dirancang oleh tim peneliti. Pada komponen keseimbangan menggunakan *modified an balance test* yang dirancang menyesuaikan dengan gerakan pada permainan futsal dan diadaptasi dari *dynamic balance bass test*. Pada pembaruan tes yang akan diuji coba gerak keseimbangan dinamis diikuti dengan ayunan kaki lalu lompatan kedepan kearah ayunan kaki yang dilakukan bergantian menggunakan kaki kanan dan kaki kiri. Selain itu pembaruan tes yang dirancang oleh peneliti yaitu *fifth circle an shooting test*. Tes ini digunakan untuk mengukur hasil *shooting* yang dilakukan dari 5 titik dan 5 sudut yang berbeda dengan jarak *circle* lapangan futsal sejauh 6 meter. Pembaruan tersebut dilatarbelakangi karena *shooting* pada permainan futsal yang sebenarnya bisa dari arah dan sudut yang berbeda-beda kearah target yang diadaptasi dari *shooting Bobby Charlton test*. Pembaruan tes dirancang oleh tim peneliti bersama-sama dengan mempertimbangkan kesesuaian karakteristik keterampilan futsal yang dinamis dengan melalui uji validitas dan reliabilitas instrumen.

#### **G. Road Map Penelitian**

Penelitian yang akan dilaksanakan diawali dengan melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing dan ahli di bidangnya dalam penyusunan proposal Setelah mendapat persetujuan peneliti melakukan legalitas untuk melakukan uji coba instrumen pada salah satu klub futsal putri yang dipilih sesuai dengan karakteristik atlet futsal putri yang akan dijadikan sampel penelitian. Setelah validasi dilakukan maka peneliti memulai untuk melakukan penelitian dengan mengumpulkan data dari populasi atlet futsal putri Netic dengan melakukan pengukuran sesuai dengan kebutuhan data yang diperlukan pada atlet yang aktif berlatih futsal di klub.. Setelah data diperoleh peneliti melakukan pengolahan data



dengan statistik untuk melihat hasil penelitian dan melakukan pembahasan dari data yang telah diperoleh lalu melakukan publikasi.

Tabel 1.1 Perjalanan Penelitian tahun 2020

	Bulan		
	Agustus s.d. November	Desember	Januari
Alur Kegiatan	Penyusunan proposal	Pengolahan Data	
	Pengumpulan Data	Analisis Data	Publikasi
	Uji Coba Instrumen dan penelitian	Pembahasan dan penarikan kesimpulan	



