

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Futsal merupakan satu dari sekian banyaknya jenis olahraga yang diminati oleh banyak kalangan di dunia. Secara resmi, badan sepak bola dunia FIFA menyebutkan futsal pertama kali dipopulerkan oleh Juan Carlos Ceriano dan dimainkan di Montevideo, Uruguay, tahun 1930 (Imansyah & Hananingsih, 2016). Juan Carlos memperkenalkan permainan futsal sebagai sebuah versi sepak bola yang dimainkan di dalam ruangan oleh dua tim. Masing-masing tim beranggotakan lima orang (satu penjaga gawang dan sisanya sebagai pemain), yang dimana peraturan tersebut telah disetujui oleh badan pengatur sepak bola dunia atau FIFA (Maulidin *et al.*, 2020). Keunikan futsal mencuri perhatian seluruh dunia Amerika Selatan, terutama Brazil hingga negara tersebut menjadi pusat futsal dunia. Tidak hanya di negara Amerika dan Eropa, futsal juga merambah hingga ke Indonesia. Diketahui, futsal masuk saat Indonesia mengalami krisis moneter, yakni di tahun 1998-1999. Namun eksistensinya baru diakui secara resmi di tahun 2022 saat Indonesia didaulat sebagai penyelenggara putaran final kejuaraan tingkat Asia di Jakarta.

Futsal merupakan sebuah olahraga bola besar (sepakbola) yang dimodifikasi baik dari segi ukuran lapangan maupun jumlah pemain (Rizki, 2021). Permainan futsal adalah permainan invasi yang dimainkan oleh lima lawan lima dengan durasi tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang, dan bola yang relatif kecil dari

permainan sepak bola. (Asrulla & Risnita, 2023).

Permainan futsal mensyaratkan kecepatan bergerak dengan menyenangkan serta aman dimainkan. Permainan ini juga memberikan manfaat bagi sistem ketahanan tubuh, karena sepanjang permainan, seorang pemain akan berlari ke segala arah penjuru lapangan, nyaris tanpa berhenti. Tidak heran jika permainan ini sering dimainkan oleh anak-anak hingga orang dewasa karena telah merebut hati para pecinta olahraga. Banyaknya klub olahraga futsal yang didirikan, begitu juga lapangan futsal yang tersedia hampir di setiap sudut kota menjadi salah satu tanda dari tingginya ketertarikan masyarakat khususnya para remaja terhadap permainan futsal. Selain itu, tanda lainnya adalah maraknya sekolah-sekolah yang menyediakan sarana pengembangan siswa di luar jam pelajaran formal melalui kegiatan ekstrakurikuler futsal. Hal tersebut menciptakan adanya kompetisi atau turnamen futsal antar pelajar dan antar klub futsal. Dengan ketersediaan fasilitas olahraga yang memadai tentunya para remaja dapat mengekspresikan diri mereka dalam berolahraga.

Permainan futsal memiliki tujuan untuk mencetak sebuah gol yang merupakan faktor penentu kemenangan salah satu tim (Sarifudin *et al.*, 2023). Tim yang lebih banyak mencetak gol ke gawang lawan dapat memenangkan permainan. Keberhasilan sebuah gol banyak berasal dari ketepatan *shooting* ke arah gawang lawan. Sehingga, *shooting* dapat dikatakan sebagai teknik dasar dalam permainan futsal yang harus dikuasai setiap pemain. *Shooting* atau teknik menembak merupakan keahlian yang sangat penting di dalam olahraga futsal. Namun, teknik lainnya seperti mengoper (*passing*) dan menggiring (*dribbling*) juga besar untuk

mengantarkan pemain memperoleh peluang besar dalam mencetak gol, hanya saja pemain tetap harus melakukan tendangan ke gawang lawan.

Dalam permainan futsal banyak hal yang tidak terduga yang membuat permainan futsal lebih dramatis, terutama ketika dalam suatu pertandingan kekuatan taktik kedua tim sama imbang. Hal tersebut mengakibatkan kedua tim terpaksa harus beradu pinalti. Penendang pinalti berdiri berjarak 6 meter dan langsung berhadapan 1 vs 1 dengan kiper lawan, meski berhadapan langsung dengan kiper masih banyak orang yang beranggapan itu mudah. Pada pinalti, teknik dasar yang sangat berperan adalah tendangan (*shooting*). Penguasaan teknik dasar *shooting* yang baik akan memaksimalkan hasil dari tendangan yang dilakukan. Pemain dengan kemampuan yang baik dalam melakukan *shooting* ke gawang lawan tentunya dapat berkontribusi bagi tim, karena untuk menghasilkan gol atau angka dibutuhkan kemampuan *shooting* yang baik.

Gol yang dihasilkan tidak terlepas dari keberhasilan dalam melakukan tendangan (*shooting*). Kemampuan *shooting* yang baik dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor fisik, teknik atau keterampilan dan mental (Nur Hidayat *et al.*, 2024). Faktor-faktor tersebut berdampak positif bagi kemampuan *shooting* pemain. Jika salah satu faktor tersebut kurang atau terganggu maka pemain akan terhambat mengembangkan keterampilannya. Yunita (2022) faktor fisik terutama daya ledak tungkai, kekuatan tungkai, dan daya tahan fisik. Semakin baik *power* otot tungkai seorang pemain maka tendangan (*shooting*) yang dihasilkan akan semakin tepat, keras dan cepat. Untuk faktor teknik atau keterampilan adalah kemampuan seorang pemain dalam melakukan teknik tendangan secara baik, benar dan tepat sasaran

sesuai yang diharapkan. Terakhir, faktor mental juga sangat berperan penting dalam mencapai keberhasilan pemain dalam melakukan tendangan (*shooting*), konsentrasi yang baik dapat membuat pemain fokus untuk melakukan tendangan (*shooting*).

Konsentrasi secara umum diartikan sebagai peningkatan sebuah mental dalam kegiatan tertentu dengan rangsangan yang diberikan. Konsentrasi dalam psikologi yaitu memusatkan pikiran, perasaan, dan kemauan pada satu objek (Nusufi, 2016). Konsentrasi adalah kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimulus-stimulus baik yang bersifat internal maupun yang bersifat eksternal (M. Putra & Jannah, 2017). Stimulus internal merupakan perubahan yang terjadi dalam diri seseorang seperti cemas, lelah, dan sebagainya. Sedangkan stimulus eksternal adalah perubahan yang terjadi di luar diri seseorang seperti ejekan penonton, sorakan *supporter*, kesalahan keputusan wasit dan lain-lain. Semakin banyak pengaruh dari luar lapangan maupun dari dalam diri maka semakin dapat merusak konsentrasi pemain, kesalahan kecil maupun kesalahan fatal kemungkinan akan semakin terjadi. Misalnya seperti melencengnya tendangan pemain atau tidak mengarah ke gawang atau tidak tepat sasaran dan melambung keatas sehingga tidak dapat mencetak poin atau tidak menghasilkan gol. Oleh karena itu, pemain futsal harus bisa mengontrol dirinya agar tetap konsentrasi dari awal pertandingan sampai akhir pertandingan. Karena semakin tinggi tingkat konsentrasi pemain futsal maka akan semakin baik kualitas tendangan yang dihasilkan.

Kerasnya *shooting* yang dihasilkan oleh pemain dipengaruhi oleh faktor fisik seperti *power* otot tungkai. *Power* otot tungkai merupakan kemampuan otot atau

sekelompok otot tungkai dalam menghasilkan kekuatan maksimal dalam waktu sesingkat-singkatnya (Sarifudin *et al.*, 2023). *Power* otot tungkai adalah kemampuan otot untuk mengatasi beban dan tahanan dengan kecepatan kontraksi yang sangat tinggi, dimana *power* merupakan gabungan dari dua kemampuan yaitu kekuatan dan kecepatan yang dikerahkan secara maksimal dalam waktu sesingkat-singkatnya. Kekuatan merupakan komponen *biomotor* yang paling utama, karena dengan kekuatan dapat meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan.

Sebelum penelitian ini, peneliti melakukan observasi terhadap siswa Ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta. Selama observasi berlangsung peneliti melihat bahwa melakukan *shooting* dengan tepat seringkali menjadi tantangan bagi siswa. Kurangnya ketepatan *shooting* seringkali mengakibatkan bola melambung tinggi atau melebar dari sasaran. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor konsentrasi dan *power* pada otot tungkai saat menendang, sehingga tendangan tidak tepat sasaran. Sedangkan untuk menghadapi suatu pertandingan diperlukan konsentrasi dan *power* otot tungkai yang cukup sehingga menghasilkan tendangan yang maksimal, yaitu tepat pada sasaran.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis bermaksud melakukan penelitian dengan judul “**Hubungan Konsentrasi dan *Power* Otot Tungkai Dengan Ketepatan *Shooting* Futsal Pada Siswa SMAN 50 Jakarta**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah yang akan diteliti adalah analisa hubungan antara konsentrasi dan *power* otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* futsal siswa ekstrakurikuler SMA Negeri

50 Jakarta. Sehingga dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian sebagai berikut :

1. Hubungan antara konsentrasi dengan ketepatan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta.
2. Hubungan antara *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta.
3. Hubungan antara konsentrasi dan *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta.
4. Tantangan dalam ketepatan *shooting* futsal.
5. Kurangnya pemahaman tentang faktor yang mempengaruhi ketepatan *shooting*.
6. Rendahnya tingkat akurasi *shooting* siswa SMAN 50 Jakarta.
7. Adanya kesalahan *shooting* yang berulang, sehingga menunjukkan kebutuhan untuk perbaikan dan peningkatan dalam latihan.
8. Kurangnya konsentrasi siswa SMAN 50 Jakarta yang diakibatkan oleh stimulus internal dan eksternal.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, penelitian ini perlu diberikan batasan-batasan agar terhindar dari meluasnya masalah penelitian dan penafsiran yang berbeda-beda sehingga ruang lingkup penelitian ini jelas dan dapat di kontrol. Pada masalah ini peneliti bermaksud untuk melihat seberapa besar hubungan antara konsentrasi dan *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* futsal siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 50 Jakarta.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, dan pembatasan masalah seperti yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana hubungan konsentrasi dengan ketepatan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta?
2. Bagaimana hubungan *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta?
3. Bagaimana hubungan konsentrasi dan *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta?

#### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Ada beberapa kegunaan dari hasil penelitian ini yang diharapkan dapat memberi manfaat yaitu :

1. Sebagai jawaban peneliti untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara konsentrasi dan *power* otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* futsal siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh pembaca sebagai bahan untuk memperluas wawasan dan sarana informasi mengenai hubungan antara konsentrasi dan *power* otot tungkai dengan ketepatan *shooting* futsal siswa ekstrakurikuler SMAN 50 Jakarta.
3. Bagi pelatih dapat digunakan sebagai refleksi dan sumber referensi saat memberikan rencana pelaksanaan pelatihan sehingga program latihan dapat terlaksana dengan baik.

4. Agar siswa dapat meningkatkan kemampuan *shooting* dan terus belajar mengembangkan *skill* khususnya *shooting* dalam futsal, baik melalui latihan fisik maupun latihan mental.
5. Penelitian ini dapat memberikan wawasan tambahan mengenai pentingnya aspek fisik dan mental dalam olahraga futsal, serta bagaimana kedua faktor tersebut saling mendukung untuk mencapai performa optimal dalam *shooting*.
6. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan program ekstrakurikuler futsal di SMAN 50 Jakarta, dengan mengintegrasikan latihan konsentrasi dan *power* otot tungkai dalam program latihan mereka.
7. Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lainnya untuk menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang berpengaruh terhadap performa dalam olahraga futsal, bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini bisa digunakan untuk merancang program pembinaan dan pengembangan olahraga futsal yang lebih terstruktur dan efisien, dengan memperhatikan faktor konsentrasi dan kekuatan otot dalam meningkatkan kemampuan *shooting* siswa.