

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia dan memiliki jumlah partisipan yang sangat besar dari berbagai kelompok usia dan jenis kelamin. Perkembangan sepak bola modern tidak hanya terjadi pada kategori putra, tetapi juga mengalami peningkatan yang signifikan pada sepak bola putri. Menurut Fédération Internationale de Football Association (FIFA), pertumbuhan jumlah pemain sepak bola putri, kompetisi, dan partisipasi masyarakat terhadap sepak bola wanita terus meningkat dalam beberapa tahun terakhir, menunjukkan bahwa olahraga ini semakin berkembang dan mendapatkan perhatian yang luas (FIFA, 2023).

Dalam permainan sepak bola, tujuan utama setiap tim adalah mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mencegah terjadinya gol ke gawang sendiri. Untuk mencapai tujuan tersebut, pemain dituntut memiliki kemampuan teknik, taktik, fisik, dan mental yang baik. Salah satu keterampilan teknik yang paling menentukan hasil pertandingan adalah kemampuan *shooting* atau menendang bola ke arah gawang. *Shooting* merupakan teknik dasar yang digunakan untuk mencetak gol dan menjadi indikator penting keberhasilan sebuah serangan. Menurut Sarmiento et al. (2021), efektivitas penyelesaian akhir (*finishing*) dan kemampuan *shooting* memiliki hubungan yang kuat dengan keberhasilan tim dalam pertandingan sepak bola.

Perkembangan ilmu pengetahuan olahraga menunjukkan bahwa kemampuan *shooting* tidak hanya dipengaruhi oleh penguasaan teknik semata, tetapi juga oleh penguasaan teknik semata, tetapi juga oleh berbagai komponen kondisi fisik yang mendukung pelaksanaannya. Dalam perspektif biomekanika olahraga, *shooting* merupakan gerakan kompleks yang melibatkan koordinasi berbagai segmen tubuh untuk menghasilkan gaya dan kecepatan bola yang optimal. Menurut Lees, Asai, Andersen, Nunome, dan Sterzing (2020), keberhasilan tendangan dalam sepak bola dipengaruhi oleh kombinasi faktor biomekanik seperti kecepatan ayunan tungkai, sudut sendi, posisi tubuh, serta kualitas kontak antara kaki dan bola.

Salah satu komponen kondisi fisik yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan *shooting* adalah kekuatan otot tungkai. Kekuatan otot tungkai berperan dalam menghasilkan gaya dorong yang diperlukan saat melakukan tendangan sehingga bola dapat melaju dengan kecepatan dan kekuatan yang tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Loturco et al. (2022) menunjukkan bahwa kekuatan otot ekstremitas bawah memiliki hubungan positif dengan performa tendangan pemain sepak bola, terutama dalam menghasilkan kecepatan bola yang lebih tinggi. Oleh karena itu, pengembangan kekuatan otot tungkai menjadi salah satu aspek penting dalam program latihan pemain sepak bola. Selain kekuatan otot tungkai, koordinasi mata dan kaki juga menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan *shooting*.

Koordinasi mata dan kaki merupakan kemampuan mengintegrasikan informasi visual dengan gerakan anggota tubuh secara tepat dan efisien.

Kemampuan ini memungkinkan pemain menentukan waktu, arah, dan titik perkenaan kaki terhadap bola sehingga menghasilkan tendangan yang akurat. Menurut Ceylan dan Günay (2021), koordinasi mata dan kaki yang baik dapat meningkatkan akurasi gerakan dalam berbagai keterampilan sepak bola, termasuk *passing* dan *shooting*. Pemain yang memiliki koordinasi tinggi cenderung mampu mengontrol gerakan dengan lebih baik sehingga peluang keberhasilan tendangan ke sasaran menjadi lebih besar.

Ketepatan *shooting* merupakan kemampuan pemain dalam mengarahkan bola ke target yang diinginkan dengan tingkat kesalahan yang minimal. Dalam pertandingan sepak bola modern, akurasi *shooting* menjadi faktor penting karena peluang mencetak gol sering kali terjadi dalam situasi yang terbatas dan berlangsung dalam waktu singkat. Menurut Slimani et al. (2023), pemain yang memiliki tingkat akurasi *shooting* yang tinggi akan lebih efektif dalam memanfaatkan peluang dan memberikan kontribusi signifikan terhadap keberhasilan tim. Oleh karena itu, ketepatan *shooting* perlu didukung oleh kondisi fisik dan koordinasi gerak yang baik. Pada sepak bola putri, kebutuhan terhadap kemampuan *shooting* yang akurat menjadi semakin penting seiring meningkatnya kualitas kompetisi dan tuntutan performa atlet. Setiap pemain dituntut mampu menghasilkan tendangan yang kuat sekaligus tepat sasaran.

Namun, pada kenyataannya masih banyak atlet yang mengalami kesulitan dalam melakukan *shooting* secara optimal. Berdasarkan hasil pengamatan awal pada atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta, ditemukan bahwa beberapa pemain masih menunjukkan tingkat ketepatan *shooting* yang kurang maksimal. Tendangan

yang dilakukan sering kali tidak mengarah tepat ke sasaran sehingga peluang mencetak gol menjadi berkurang. Kondisi tersebut diduga dipengaruhi oleh faktor fisik, khususnya kekuatan otot tungkai, serta kemampuan koordinasi mata dan kaki yang belum optimal.

Permasalahan tersebut perlu mendapatkan perhatian karena kemampuan *shooting* merupakan salah satu indikator penting dalam keberhasilan permainan sepak bola. Kekuatan otot tungkai yang baik memungkinkan pemain menghasilkan tendangan yang kuat, sedangkan koordinasi mata dan kaki yang baik membantu pemain mengarahkan bola secara tepat menuju sasaran. Dengan demikian, kedua komponen tersebut diduga memiliki hubungan yang signifikan terhadap ketepatan *shooting* atlet sepak bola putri. Berdasarkan uraian tersebut, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* pada atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan *shooting* sehingga dapat menjadi dasar dalam penyusunan program latihan yang lebih efektif untuk meningkatkan prestasi atlet sepak bola putri.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut peneliti menguraikan berbagai identifikasi masalah diantaranya:

1. Ketepatan *shooting* atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta masih belum optimal, yang ditunjukkan dengan masih sering terjadinya tendangan yang tidak tepat sasaran saat latihan maupun pertandingan.

2. Kekuatan otot tungkai atlet belum diketahui tingkat kontribusinya terhadap ketepatan *shooting*, sehingga perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel tersebut.
3. Koordinasi mata dan kaki atlet diduga belum berkembang secara maksimal, sehingga dapat memengaruhi kemampuan pemain dalam mengarahkan bola secara akurat ke sasaran.
4. Masih terdapat perbedaan kemampuan *shooting* antar atlet, yang diduga dipengaruhi oleh variasi tingkat kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki yang dimiliki masing - masing pemain.
5. Belum diketahui secara pasti hubungan antara kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* pada atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta sehingga diperlukan penelitian untuk memperoleh data dan informasi ilmiah mengenai hubungan tersebut.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut :

1. Penelitian hanya dilakukan pada atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta yang menjadi subjek penelitian.
2. Variabel bebas dalam penelitian ini dibatasi pada kekuatan otot tungkai (X_1) dan koordinasi mata dan kaki (X_2).
3. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah ketepatan *shooting* (Y) pada permainan sepak bola.

4. Penelitian hanya mengkaji hubungan antara kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dengan ketepatan *shooting*, tanpa memberikan perlakuan atau program latihan tertentu kepada subjek penelitian.
5. Pengukuran ketepatan *shooting* dilakukan melalui tes *shooting* ke sasaran yang telah ditentukan sesuai instrumen penelitian, sedangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi ketepatan *shooting* seperti motivasi, pengalaman bermain, kondisi psikologis, strategi permainan, dan faktor lingkungan tidak dibahas dalam penelitian ini.
6. Penelitian difokuskan pada kemampuan teknik *shooting* menggunakan kaki dominan yang dimiliki atlet saat pelaksanaan tes penelitian.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah diidentifikasi dan pembatasan masalah yang ditemukan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* pada atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta?
2. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* pada atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta?
3. Apakah terdapat hubungan secara bersama-sama antara kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* pada atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta?

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memperkaya kajian ilmiah dalam bidang pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan hubungan kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan penelitian sejenis di masa mendatang.

2. Secara Praktis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak yang terlibat dalam pembinaan dan pengembangan olahraga sepak bola :

1. Bagi atlet sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta, hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki dalam menunjang ketepatan *shooting* sehingga dapat menjadi motivasi untuk meningkatkan komponen fisik yang mendukung performa permainan.
2. Bagi pelatih, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun dan mengembangkan program latihan yang lebih efektif, khususnya latihan yang berfokus pada peningkatan kekuatan otot tungkai, koordinasi mata dan kaki, dan kemampuan *shooting* atlet.
3. Bagi klub sepak bola Putri Jaya Putra Jakarta, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan sumber informasi dalam upaya meningkatkan kualitas pembinaan serta prestasi atlet. Selain itu, bagi institusi pendidikan dan mahasiswa di bidang keolahragaan, penelitian ini dapat menjadi referensi

ilmiah yang dapat digunakan sebagai sumber belajar dan bahan kajian terkait faktor-faktor yang memengaruhi ketepatan *shooting* dalam sepak bola.

4. Bagi peneliti sendiri, penelitian ini dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dalam melakukan penelitian ilmiah, sedangkan bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan bahan perbandingan untuk mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan keterampilan teknik maupun kondisi fisik dalam olahraga sepak bola.

F. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap ketepatan *shooting* pada Atlet Sepak Bola Putri Jaya Putra Jakarta.
2. Mengetahui hubungan antara koordinasi mata dan kaki terhadap ketepatan *shooting* pada Atlet Sepak Bola Putri Jaya Putra Jakarta.
3. Mengetahui hubungan antara kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata dan kaki secara bersama - sama terhadap ketepatan *shooting* pada Atlet Sepak Bola Putri Jaya Putra Jakarta.