

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA KAKI DAN KESEIMBANGAN DENGAN
KEMAMPUAN AKURASI SHOOTING PADA PEMAIN FUTSAL
L.A JUNIOR MUARA BUNGO**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



OLEH :

**MUHAMMAD ALFARIZI HIDAYATULLAH
NIM : 19086474**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

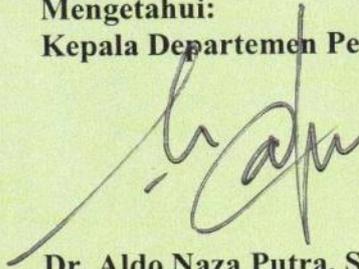
PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Hubungan Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan Dengan Akurasi *Shooting* Pada Pemain Futsal L.A Junior Muara Bungo
Nama : Muhammad Alfarizi Hidayatullah
NIM : 19086474
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

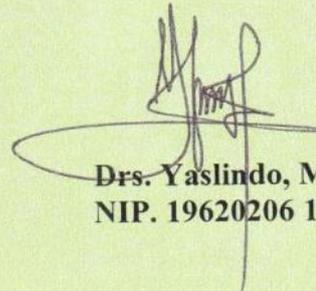
Padang, November 2023

Mengetahui:
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:
Pembimbing



Drs. Yaslindo, MS
NIP. 19620206 198602 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Muhammad Alfarizi Hidayatullah
NIM : 19086474

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

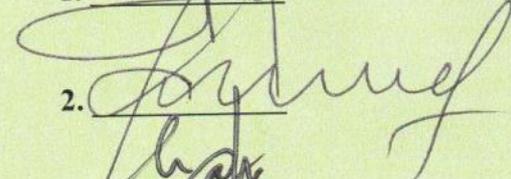
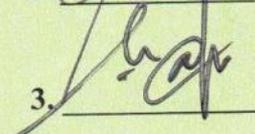
Hubungan Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan Dengan Akurasi *Shooting*
Pada Pemain Futsal L.A Junior Muara Bungo

Padang, November 2023

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Yaslindo, MS
2. Anggota : Drs. Yulifri, M.Pd
3. Anggota : Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Koordinasi Mata kaki Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Akurasi Shooting Pada Pemain Futsal L.A Junior Muara Bungo” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada keputakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, November 2023
Yang membuat pernyataan



Muhammad Alfarizi Hidayatullah
NIM : 19086474

ABSTRAK

Muhammad Alfarizi Hidayatullah (2023) : “Hubungan Koordinasi Mata kaki Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Akurasi Shooting Pada Pemain Futsal L.A Junior Muara Bungo”

Masalah dalam penelitian ini rendahnya kemampuan *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo. Rendahnya kemampuan *shooting* kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu kemampuan koordinasi mata kaki dan keseimbangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koordinasi mata-kaki dengan keseimbangan terhadap kemampuan *shooting*.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal L.A Junior Muara Bungo yang aktif mengikuti latihan sebanyak 28 orang. Penarikan sampel dilakukan secara *purposive sampling* sehingga sampel sebanyak 13 orang. Untuk memperoleh data koordinasi mata kaki dilakukan dengan *mitchell soccer test*, dan keseimbangan dengan *modified bass test* sedangkan tes kemampuan *shooting*, dilakukan dengan area sasaran Tes Keterampilan *Shooting*. Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis *product moment*.

Hasil analisis data penelitian ini diperoleh: 1) Terdapat hubungan signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *shooting*. 2) Terdapat hubungan signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan *shooting*. 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dan keseimbangan secara bersama-sama dengan kemampuan *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo.

Kata kunci: Koordinasi Mata kaki, Keseimbangan, Shooting.

ABSTRACT

Muhammad Alfarizi Hidayatullah (2023) “The Relationship between Ankle Coordination and Balance and Shooting Accuracy Ability in L.A. Junior Muara Bungo Futsal Players”

The problem in this research is the low shooting ability of L.A Junior Muara Bungo futsal players. Low shooting ability may be caused by several factors, namely the ability of eye-foot coordination and balance This study aims to determine the relationship between eye-foot coordination and balance on shooting ability.

This type of research is correlation research. The population in this study was 28 L.A junior Muara Bungo futsal players who actively participated in training. Sampling was carried out using purposive sampling so that the sample was 13 people. To obtain data, Mitchell soccer Test, ankle coordination and modified bass test, while shooting ability test. Data analysis and research hypothesis testing using product moment analysis techniques.

The results of this research data analysis obtained: 1) There is a significant relationship between eye-foot coordination and shooting ability. 2) There is a significant relationship between balance and shooting ability. 3) There is a significant relationship between ankle coordination and balance together on the shooting ability of L.A Junior Muara Bungo futsal players.

Keywords : Ankle Coordination, Balance, Shooting

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Koordinasi Mata Kaki Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Akurasi Shooting Pada Pemain Futsal L.A Junior Muara Bungo”**. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan untuk junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umatnya ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan ini.

Penulisan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Pada penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak, dengan tulus dan segala kerendahan hati penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Genefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Aldo Naza Putra M.Pd, selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang,
4. Bapak Drs. Yaslindo, MS selaku pembimbing sekaligus penasehat akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran, dan kesabaran untuk membimbing peneliti selama dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Drs Yulifri M.Pd dan Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan saran, masukan, arahan, dan koreksi serta penyempurnaan dalam skripsi ini.
6. Teruntuk kepada orangtua, bapak Usman Syai, ibu Padilah dan adik M. Alfawazi yang telah memberikan dukungan baik material dan moril selama saya menempuh Pendidikan olahraga di Universitas Negeri Padang.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Pengurus Futsal L.A Junior Muara Bungo, pelatih, atlet dan seluruh staf yang telah bersedia memberikan izin untuk melakukan penelitian kepada penulis.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya. Peneliti sangat menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna. Maka dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Terakhir, saya juga mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan mahasiswa baik di deperetemen Pendidikan Olahraga maupun deperetemen lainnya, yang selalu memberikan masukan dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Padang, November 2023

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
B. Penelitian yang Relevan	21
C. Kerangka Berfikir	22
D. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	26
B. Waktu dan Tempat Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian	26
D. Instrumen Penelitian	27
E. Teknik Analisis Data	32

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data..... 34

B. Uji Hipotesis 37

C. Pembahasan..... 38

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 43

B. Saran 43

DAFTAR PUSTAKA45

LAMPIRAN47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir.....	24
Gambar 2. Skema Pelaksanaan <i>Mitchell Soccer Test</i>	27
Gambar 3. <i>Modified Bass Test</i>	29
Gambar 4. Area Sasaran Tes Keterampilan <i>Shooting</i>	30
Grafik 5. Histogram koordinasi mata kaki.....	35
Grafik 6. Histogram Keseimbangan.....	36
Grafik 7. Histogram Shooting	37

DAFTAR TABEL

1: Daftar Populasi & Sampel pemain futsal L.A Junior.	26
2. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki (X_1)	34
3. Distribusi Frekuensi Keseimbangan (X_2)	35
4. Distribusi Frekuensi <i>Shooting</i> (Y)	36

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Futsal merupakan salah satu jenis olahraga yang sangat digemari oleh banyak orang dipenjur dunia maupun di Indonesia pada saat ini. Permainan futsal dimainkan oleh lima orang dalam setiap timnya. Dalam olahraga futsal pemain harus memiliki teknik dasar yang mumpuni, seperti mengoper bola (*passing*), menerima bola (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring bola (*dribbling*), menendang bola ke arah gawang (*shooting*), menyundul bola (*heading*). Terutama ketika pemain ingin menendang bola ke gawang lawan (*shooting*), maka pemain hendaknya melakukan dengan baik dan benar, agar peluang gol dapat terjadi dan menambah poin terhadap tim. Sehingga pemain perlu menguasai teknik-teknik dasar dalam bermain futsal khususnya teknik dasar shooting agar dapat meningkatkan performa tendangan ke gawang lawan serta memperoleh peluang gol yang diinginkan. Teknik dasar *shooting* merupakan teknik yang harus dikuasai ketika pemain ingin melakukan tendangan ke gawang lawan, agar dapat mencetak gol dan menambah poin untuk tim.

Terdapat berbagai teknik dan gerakan yang bisa dilakukan pemain di lapangan, sehingga di dalam lapangan terdapat berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang sangat mendukung pemain dalam penguasaan bola untuk mencapai sebuah kemenangan. Permainan futsal didominasi oleh penguasaan bola *passing* cepat antar pemain dan kemampuan *shooting* yang bagus.

Seperti, tim futsal yang sudah profesional dapat menguasai bola dengan sangat baik, aliran bola cepat, *passing* akurat, *dribble* dengan baik, *shooting* dengan bagus, saling mendukung rekan satu tim, membuka ruang untuk pergerakan, kerja sama solid, dan juga *skill* individu yang dimiliki pemain membuat tim ini menjadi tim yang bagus.

Dalam permainan futsal yang dominan dilakukan adalah menendang yaitu mengoper dan menembak atau *shooting*. Teknik ini kelihatannya gampang, tetapi sebenarnya membutuhkan konsentrasi dan waktu yang tepat agar *shooting* yang dilakukan mengarah ke gawang atau menjadi sebuah gol. Seringkali orang melihat dalam pertandingan futsal, *shooting* adalah senjata ampuh untuk mencetak gol. Dalam futsal *shooting* dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan menggunakan punggung kaki, ujung kaki, kaki bagian dalam dan menggunakan tumit. Meskipun demikian, *shooting* dengan punggung kaki lebih efektif dan lebih banyak dilakukan oleh para pemain. Dalam permainan futsal yang dominan dilakukan adalah menendang yaitu mengoper dan menembak atau *shooting*. Teknik ini kelihatannya gampang, tetapi sebenarnya membutuhkan konsentrasi dan waktu yang tepat agar *shooting* yang dilakukan mengarah ke gawang atau menjadi sebuah gol. Seringkali orang melihat dalam pertandingan futsal, *shooting* adalah senjata ampuh untuk mencetak gol. Dalam futsal *shooting* dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan menggunakan punggung kaki, ujung kaki, kaki bagian dalam dan menggunakan tumit. Meskipun demikian, *shooting* dengan punggung kaki lebih efektif dan lebih banyak dilakukan oleh para pemain.

Hal itu dikarenakan untuk dapat melakukan *shooting* dengan baik, orang harus dapat melakukan gerakan yang kompleks. Untuk melakukan *shooting* dengan baik orang harus memiliki kemampuan fisik yang baik, oleh karena itu orang dituntut untuk dapat melakukan *shooting* dengan baik dalam keadaan dibawah tekanan permainan, ruang yang sempit, fisik yang lelah, dan waktu yang terbatas. Fisik merupakan dasar dari prestasi olahragawan, sebab teknik, taktik, dan mental akan dapat dikembangkan dengan baik jika memiliki kualitas fisik yang baik (Djoko Pekik 2002). Gerakan tersebut peneliti lihat dapat dilakukan jika pemain tersebut memiliki koordinasi, keseimbangan, dan *power* otot tungkai yang baik.

Faktor-faktor yang menyebabkan kurang maksimalnya akurasi *shooting* dalam permainan futsal ialah kurangnya kesadaran dari atlet tersebut untuk berlatih teknik dasar *shooting* bola ke gawang. Permainan futsal bukan hanya teknik dasar bermain futsal saja, tetapi masih ada unsur penting lainnya yaitu unsur kemampuan fisik yang terdiri atas kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, dan keseimbangan. Menurut (Komarudin 2005) kemampuan motorik yang menunjang terhadap pelaksanaan sepakbola sangatlah banyak, diantaranya koordinasi, kelincahan, kelentukan, kecepatan, dan keseimbangan.”

Untuk mencapai hasil yang maksimal dalam ketepatan melakukan *shooting*, latihan koordinasi sangat penting dan mutlak dimiliki seorang pemain futsal. Semakin baik koordinasi mata dan kaki, ketepatan *shooting* yang dihasilkan akan baik juga. Secara umum, hal itu dikarenakan koordinasi

sangat diperlukan dalam setiap bentuk gerakan dalam olahraga. Secara khusus, dalam permainan futsal seorang pemain dituntut untuk melakukan gerakan yang sangat kompleks. Gerakan yang sangat kompleks tersebut dapat dilakukan dengan baik jika seorang pemain memiliki koordinasi mata, tangan, kaki, dan seluruh bagian tubuh dengan baik.

Shooting dalam futsal menuntut orang harus memiliki keseimbangan yang baik. Hal itu dikarenakan dalam melakukan *shooting* orang hanya bertumpu pada satu kaki dan kaki lainnya mengayun untuk menendang bola dengan dibantu oleh tangan untuk menyeimbangkan tubuh.

Teknik dasar pemain masih perlu banyak latihan lagi, karena banyak yang masih kurang dalam penguasaan teknik dasar misalnya *control*, *passing*, dan *shooting*. Seperti saat melakukan *control* bola, mengumpan kepada teman, dan melakukan tembakan ke arah gawang. Banyak faktor yang menyebabkan hal ini terjadi diantaranya masih kurang perhatian. Penyebabnya adalah pelatih terlalu monoton dalam memberikan pembelajaran pada teknik dasar dan tidak adanya pelatih yang berpengalaman dan berlisensi untuk melatih pemain agar mendapatkan hasil yang maksimal. Selama ini pemain dilatih oleh seorang mahasiswa yang memiliki latar belakang olahraga yang belum memiliki lisensi kepelatihan yang hanya mengandalkan pengetahuan yang didapat dari kampus. Pelatih juga belum pernah melakukan tes-tes untuk mengetahui seberapa tingkat kemampuan pemain dalam menguasai permainan futsal.

Futsal diminati mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, selain karena mudah untuk menemukan lapangan futsal, olahraga futsal juga

diminati karena mudah untuk dilakukan dan dapat dilakukan bersama dengan teman-teman. Karena diminati oleh banyak masyarakat, tak jarang masyarakat membentuk tim futsal dengan teman-teman yang sering bermain futsal bersama. Salah satunya pemuda-pemuda dari Kabupaten Bungo yang membentuk tim Futsal L.A Junior dengan pelatih dan rutin berolahraga futsal, memiliki jadwal latihan pada hari Minggu, pukul 18.00-20.00. Tempat latihan di lapangan Gama Futsal yang terletak di BTN Lintas asri, Kec. Bungo dani, Kab. Bungo Provinsi Jambi. Tim Futsal L.A Junior ini terbentuk dari pemuda-pemuda Bungo yang ingin menyalurkan hobi dan menambah prestasinya di bidang olahraga futsal. Karena itu tim Futsal L.A Junior cukup sering mengikuti kompetisi futsal amatir, baik itu kompetisi antar pelajar maupun kompetisi umum.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin mengetahui hubungan koordinasi dan keseimbangan dengan kemampuan *shooting* dalam olahraga futsal. Adapun judul penelitian tersebut adalah “Hubungan Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan dengan Kemampuan akurasi *Shooting* pada pemain futsal L.A Junior Muara Bungo.”

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang tersebut maka identifikasi masalah yang dapat diambil sebagai berikut.

1. Koordinasi mata kaki pemain futsal L.A Junior belum baik terhadap kemampuan akurasi *shooting*.
2. Keseimbangan statis pemain futsal L.A Junior masih kurang baik saat

melakukan *shooting*.

3. Akurasi *shooting* pemain futsal L.A Junior yang masih kurang akurat dan kurang maksimal, sehingga tidak tepat sasaran dan tidak terarah

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka penelitian ini perlu ada batasan masalah agar pembahasan dapat lebih fokus dan ruang lingkup penelitian menjadi lebih jelas. Dengan mempertimbangkan keterbatasan yang dimiliki penulis, masalah dalam penelitian ini dibatasi hanya mencari hubungan koordinasi (X_1) dan keseimbangan (X_2) dengan kemampuan akurasi *shooting* (y) pemain futsal L.A Junior Muara Bungo.

D. Rumusan Masalah

Atas dasar batasan masalah yang telah diuraikan di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah hubungan koordinasi dengan kemampuan akurasi *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo?
2. Adakah hubungan keseimbangan dengan kemampuan akurasi *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo?
3. Adakah hubungan koordinasi dan keseimbangan dengan kemampuan akurasi *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan koordinasi dengan kemampuan akurasi *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo.

2. Untuk mengetahui hubungan keseimbangan dengan kemampuan akurasi *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo.
3. Untuk mengetahui hubungan koordinasi dan keseimbangan dengan kemampuan akurasi *shooting* pemain futsal L.A Junior Muara Bungo.

F. Manfaat Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini diharapkan memberi manfaat yakni sebagai berikut:

1. Peneliti sebagai salah satu persyaratan mendapat gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd), di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Para pelatih sebagai masukan untuk meningkatkan program latihan koordinasi dan keseimbangan yang sangat berpengaruh dalam menunjang akurasi *shooting* pemain futsal.
3. Pemain sebagai pengetahuan tentang pentingnya latihan koordinasi dan keseimbangan yang sangat berpengaruh dalam menunjang akurasi *shooting* pemain futsal.
4. Mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang ingin mengadakan penelitian di masa yang akan datang.
5. Perpustakaan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.