

HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI
MATA KAKI TERHADAP AKURASI *SHOOTING* PADA CABANG
OLAHRAGA FUTSAL ATLET KLUB SATELITE FUTSAL PADANG

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh :
Aris Mardiansah
17087007/2017

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Judul : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Akurasi *Shooting* Pada Cabang Olahraga Futsal Atlet Klub Satelite Futsal Padang

Nama : Aris Mardiansah

NIM/BP : 17087007/2017

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2021

Disetujui Oleh :
Pembimbing,



Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram
NIP. 19570101 198403 1 004

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga



Dr. Donie, S.Pd, M.Pd
NIP. 19720717 199803 1 004

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji

Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

**Judul : HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN
KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP AKURASI SHOOTING
PADA CABANG OLAHRAGA FUTSAL ATLET KLUB
SATELITE FUTSAL PADANG**

Nama : Aris Mardiansah

Nim/BP : 17087007/2017

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

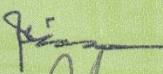
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2021

Tim penguji

Tanda Tangan

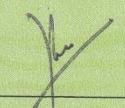
1. Ketua : Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram

1. 

2. Sekretaris : Dr. Ronni Yenes, M.Pd

2. 

3. Anggota : Ikhwanul Arifan, S.Pd., M.Pd

3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP AKURASI SHOOTING ATLET KLUB SATELITE FUTSAL PADANG", adalah asli hasil karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima saksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2021
Yang membuat pernyataan



Aris Mardiansah
NIM. 2017/17087007

ABSTRAK

Aris Mardiansah (2021) : Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Akurasi Shooting Pada Cabang Olahraga Futsal Atlet Klub Satelite Futsal Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang yang disebabkan oleh daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki yang mempengaruhi akurasi *shooting*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang.

Jenis penelitian ini adalah korelasional yang dilakukan dilapangan Family Futsal, Padang Timur, Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet klub Satelite Futsal Padang yang berjumlah 38 orang. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 18 orang. Pengambilan data daya ledak otot tungkai diambil menggunakan tes *standing broad jump*, data koordinasi mata kaki diambil menggunakan tes sepak sasaran dan data akurasi *shooting* diambil menggunakan tes kemampuan akurasi *shooting*. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment* dan korelasi ganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa data yang diperoleh terhadap Atlet Klub Satelite Futsal Padang yaitu 1) Daya ledak otot tungkai mempunyai hubungan secara signifikan terhadap akurasi *shooting*. 2) Koordinasi mata kaki mempunyai hubungan yang signifikan terhadap akurasi *shooting*. 3) Daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama mempunyai hubungan yang signifikan terhadap akurasi *shooting*.

Kata kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki, Akurasi Shooting

KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan segala puji dan syukur kepada Allah Yang Maha Kuasa atas segala rahmat dan karunia yang diberikan kepada kita semua. Berkat izin dari Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul: "**Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Akurasi Shooting Atlet Klub Satelite Futsal Padang**". Kemudian Syalawat beserta salam kita haturkan kepada Nabi Besar Muhammad Salallahi Wa'alaihiwassalam yang telah membawa umat manusia keluar dari zaman *jahilliah* hingga kepada zaman yang berilmu pengetahuan.

Skripsi ini dibuat untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan skripsi ini mungkin masih terdapat kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu penulis bersedia menerima kritik dan saran dari pembaca.

Dalam upaya penyusunan dan penulisan skripsi ini penulis mengucapkan banyak terimakasih atas segala bantuan dari berbagai pihak, terutama kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram, sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Ronni Yenes, M.Pd dan Bapak Ikhwanul Arifan, S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan sarannya kepada penulis sehingga skripsi ini selesai tepat pada waktunya.
3. Bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd sebagai ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan akademik yang optimal.
4. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik.

5. Seluruh staf pengajar Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
6. Kepada orang tua tercinta dan tersayang Ayah (Umar) dan Ibu (Martini) serta Bapak (Muhtar) dan Ibu (Jarwati) dan kembaran saya (Bima Sakti) yang memberikan dorongan baik moril, moral maupun materil serta do'a setiap waktu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil.
8. Rekan-rekan sekontrakkan Mabes ulak karang (Bima, Kevin, Alvan, Agil, Habib, Dandi, Arif, Galih, Panjul, Bang Bio, Adit, Ojik, Bang Robi) senasib dan seperjuangan yang telah menjadi penyemangat dan *support* sistem disaat lagi *down* serta membantu penelitian.
9. Kepada pengurus dan pelatih klub Satelite Futsal Padang yang telah memberikan bantuan fasilitas dalam melaksanakan penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini.
10. Kepada saudara Dendi Nofendri dan Aldo Rizaldi teman sekelas saya yang telah memberikan motivasi dan semangat dalam penulisan skripsi saya.
11. Serta kepada teman-teman senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu-persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, semoga Allah SWT memberikan balasan pahala.

Padang, Juli 2021

Penulis

Aris Mardiansah
NIM/BP. 17087007/2017

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|---------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR TABEL | vi |
| DAFTAR GAMBAR | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 7 |
| C. Pembatasan Masalah | 8 |
| D. Rumusan Masalah | 8 |
| E. Tujuan Penelitian | 8 |
| F. Manfaat Penelitian | 9 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | |
| A. Kajian Teori | 10 |
| 1. Olahraga Futsal | 10 |
| 2. Teknik Dasar Bermain Futsal | 12 |
| 3. <i>Shooting</i> dalam Futsal | 15 |
| 4. Ketepatan (akurasi) <i>Shooting</i> dalam Futsal | 18 |
| 5. Daya Ledak Otot Tungkai | 20 |
| 6. Koordinasi Mata Kaki | 24 |
| B. Penelitian Relevan | 28 |
| C. Kerangka Berpikir | 31 |
| D. Hipotesis Penelitian | 33 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian | 34 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 34 |
| C. Definisi Operasional Variabel Penelitian | 34 |
| D. Populasi dan Sampel Penelitian | 35 |

| | |
|---|----|
| E. Jenis dan Sumber Data | 36 |
| F. Instrumen Penelitian | 36 |
| G. Teknik Pengumpulan Data | 42 |
| H. Teknik Analisis Data | 42 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | |
| A. Deskripsi Data | 45 |
| 1. Daya Ledak Otot Tungkai | 45 |
| 2. Koordinasi Mata Kaki | 46 |
| 3. Akurasi <i>Shooting</i> | 48 |
| B. Pengujian Persyaratan Analisis Data | 49 |
| C. Uji Hipotesis | 50 |
| D. Pembahasan | 53 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | |
| A. Kesimpulan | 57 |
| B. Saran | 57 |
| DAFTAR PUSTAKA | 58 |
| LAMPIRAN | 66 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|---------|
| Tabel | |
| 1. Tabel 1. Hasil Pertandingan dan Akurasi <i>Shooting</i> Atlet Klub Satelite Futsal Padang tahun 2018-2019 | 6 |
| 2. Tabel 2. Jumlah Populasi Penelitian | 35 |
| 3. Tabel 3. Nama dan Usia Sampel | 36 |
| 4. Tabel 4. Norma Standarisasi untuk <i>Standing Broad Jump</i> | 38 |
| 5. Tabel 5. Norma Standarisasi untuk Sepak Sasaran | 40 |
| 6. Tabel 6. Norma Standarisasi untuk Akurasi <i>Shooting</i> | 42 |
| 7. Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Data Daya Ledak Otot Tungkai Atlet Satelite Futsal Padang | 45 |
| 8. Tabel 8. Distribusi Frekuensi Hasil Data Koordinasi Mata Kaki Atlet Satelite Futsal Padang | 47 |
| 9. Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> Atlet Satelite Futsal Padang | 48 |
| 10. Tabel 10. Rangkuman Uji Normalitas Data | 49 |
| 11. Tabel 11. Rangkuman Uji Signifikan Koefisien Korelasi antara Variabel Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Akurasi <i>Shooting</i> | 51 |
| 12. Tabel 12. Rangkuman Uji Signifikan Koefisien Korelasi antara Variabel Koordinasi Mata Kaki terhadap Akurasi <i>Shooting</i> | 52 |
| 13. Tabel 12. Rangkuman Uji Signifikan Koefisien Korelasi antara x_1 dan x_2 Secara Bersamaan terhadap y Atlet Satelite Futsal Padang | 52 |

DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|--|---------|
| Gambar | |
| 1. Gambar 1. Teknik <i>Shooting</i> dengan Punggung Kaki | 17 |
| 2. Gambar 2. Teknik <i>Shooting</i> dengan Ujung Kaki/Ujung Sepatu | 18 |
| 3. Gambar 3. Bentuk Latihan <i>Squad Jump</i> | 24 |
| 4. Gambar 4. Bentuk Latihan <i>One Foot In Each</i> | 28 |
| 5. Gambar 5. Kerangka Konseptual | 33 |
| 6. Gambar 6. Tes <i>Standing Broad Jump</i> | 37 |
| 7. Gambar 7. Tes Sepak Sasaran | 39 |
| 8. Gambar 8. Tes Akurasi <i>Shooting</i> Futsal | 41 |
| 9. Gambar 9. Histogram Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai Atlet Satelite Futsal Padang | 46 |
| 10. Gambar 10. Histogram Frekuensi Koordinasi Mata Kaki Atlet Satelite Futsal Padang | 47 |
| 11. Gambar 11. Histogram Frekuensi Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> Atlet Satelite Futsal Padang | 49 |
| 12. Gambar 12. Peneliti Memberikan Arahan Kepada Atlet untuk Pelaksanaan Tes Daya Ledak Otot Tungkai | 86 |
| 13. Gambar 13. Peneliti Memberikan Contoh Pelaksanaan Tes <i>Standing Broad Jump</i> | 86 |
| 14. Gambar 14. Testee pada saat melakukan tes <i>standing broad jump</i> | 87 |
| 15. Gambar 15. Peneliti Memberikan Arahan Kepada Atlet untuk Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata Kaki | 87 |
| 16. Gambar 16. Peneliti Memberikan Contoh Pelaksanaan Tes Sepak Sasaran | 88 |
| 17. Gambar 17. Testee Melaksanakan Tes Sepak Sasaran | 88 |
| 18. Gambar 18. Peneliti Memberikan Arahan Kepada Atlet untuk Pelaksanaan Tes Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> | 89 |
| 19. Gambar 19. Peneliti Memberikan Contoh Pelaksanaan Tes Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> | 89 |

| | |
|--|----|
| 20. Gambar 20. Testee Melaksanakan Tes Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> | 90 |
| 21. Gambar 21. Foto Bersama Pelatih dan Atlet Satelite Futsal Padang | 90 |

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran

| | |
|--|----|
| Lampiran 1. Rekap Data Penelitian Variabel Daya Ledak Otot Tungkai | 66 |
| Lampiran 2. Rekap Data Penelitian Variabel Koordinasi Mata Kaki | 67 |
| Lampiran 3. Rekap Data Penelitian Variabel Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> | 68 |
| Lampiran 4. Uji Normalitas Variabel Daya Ledak Otot Tungkai | 69 |
| Lampiran 5. Uji Normalitas Variabel Koordinasi Mata Kaki | 70 |
| Lampiran 6. Uji Normalitas Variabel Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> | 71 |
| Lampiran 7. Daftar Nilai Kritis L untuk Uji <i>Liliefors</i> | 72 |
| Lampiran 8. Persiapan Krisis Analisis Korelasi Sederhana dan Korelasi Ganda | 73 |
| Lampiran 9. Uji Hipotesis Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> | 74 |
| Lampiran 10. Uji Hipotesis Koordinasi Mata Kaki terhadap Kemampuan Akurasi <i>Shooting</i> | 76 |
| Lampiran 11. Uji Hipotesis Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki | 78 |
| Lampiran 12. Korelasi Ganda | 80 |
| Lampiran 13. Tabel dari Harga Kritik dari <i>Product Moment</i> | 81 |
| Lampiran 14. Daftar Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar dari 0 ke Z | 82 |
| Lampiran 15. Koefisien Determinasi | 83 |
| Lampiran 16. Surat Validitasi Alat untuk Penelitian | 84 |
| Lampiran 17. Daftar Hadir Atlet Klub Satelite Futsal Padang | 85 |
| Lampiran 18. Dokumentasi Penelitian | 86 |
| Lampiran 19. Surat Izin Penelitian dari Jurusan | 91 |
| Lampiran 20. Surat Bukti Balasan untuk Melaksanakan Penelitian di Klub Satelite Futsal Padang | 92 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga tidak terlepas dari kehidupan sehari-hari dan merupakan salah satu kebutuhan yang wajib dipenuhi oleh setiap manusia, olahraga dapat berupa kegiatan fisik (jasmani) yang dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran tubuh. Melakukan aktivitas fisik yang teratur dapat meningkatkan kesegaran jasmani yaitu kemampuan badan yang dapat berfungsi secara optimal dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Olahraga juga memberikan kontribusi positif bagi manusia yang dimana bisa menjalin silaturahmi bagi olahragawan maupun *non* olahragawan baik di Indonesia maupun diluar negeri dengan bukti nyata, seperti dari hal kecil yaitu turnamen antar kampung, pekan olahraga pelajar daerah (POPDA), pekan olahraga provinsi (PORPROV) dan pekan olahraga nasional (PON) dimana setiap kabupaten atau provinsi mengirimkan atletnya untuk bertanding disuatu daerah yang menyelenggarakan kejuaraan tersebut.

Olahraga masyarakat tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kebugaran jasmani tetapi juga ada olahraga prestasi. Olahraga prestasi juga sebagai penunjang bagi atlet untuk mengapresiasi bakat dan keahlian yang dimiliki serta menunjang pembangunan di bidang olahraga. Maka dari itu olahraga prestasi sangat berperan penting dalam melakukan pembangunan di bidang olahraga karena tanpa adanya prestasi tidak mungkin ada yang memperhatikan olahraga dan hanya dianggap sebelah mata atau di remehkan. Dalam Undang-Undang RI Nomor 3 tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 yang menyatakan bahwa :

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

(Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional RI No. 3, 2005: 16).

Dalam pencapaian prestasi yang luar biasa di dalam futsal dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa teknik, taktik, mental dan fisik. Sedangkan faktor eksternal yaitu pengaruh yang timbul dari atlet itu sendiri seperti pergaulan, gizi, psikolog, orang tua atau keluarga, pelatih, sarana dan prasarana serta program latihan yang diterima. Menurut Syafruddin, (2011: 53) “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Futsal adalah permainan sepakbola dalam ruangan, permainan ini dilakukan oleh lima pemain disetiap tim, lapangannya lebih kecil dibandingkan ukuran yang digunakan dalam sepakbola. Sedangkan dalam peraturan FIFA agar permainan ini berjalan dengan *fair play* dan juga untuk menghindari cidera maka dari itu peraturannya sangat ketat, yaitu pemain dilarang melakukan *tackling* dan *sliding* keras.

Futsal yang ada di Indonesia sejauh ini berkembang sangat pesat pada tahun 2010 indonesia bisa menyelenggarakan futsal se-Asia di Jakarta. Pada saat itu lahirlah tim nasional Indonesia pertama kali dalam ajang tersebut, seiring dengan perkembangan zaman dan perkembangan olahraga yang semakin pesat. Olahraga futsal dapat diterima oleh masyarakat secara luas yang ada di seluruh Indonesia, bahkan banyak berdiri komunitas futsal atau klub futsal, selain itu banyak juga orang-orang kantoran, karyawan dan perkumpulan masyarakat membuat jadwal *fun* futsal untuk menjalin silaturahmi dan menjaga kebugaran tubuh.

Dengan adanya olahraga futsal, diharapakan para pemain tersebut dapat mengasah kemampuan bermain futsalnya. Menurut Andri (2009: 22), teknik – teknik dasar dalam bermainan futsal ada beberapa macam, yaitu diantaranya *receiving* (menerima bola), *shooting* (menendang bola ke

gawang), *passing* (mengumpan), *chipping* (mengumpan lambung), heading (menyundul bola), dan *dribbling* (menggiring bola).

Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan, suatu regu akan dinyatakan menang apabila regu dapat memasukan bola terbanyak ke gawang lawan dan apabila sama dinyatakan seri atau draw, Anas (2018: 3). Berbagai teknik dan gerakan yang bisa dilakukan pemain di dalam lapangan, terdapat berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki pemain sangat mendukung dalam penguasaan bola untuk mencapai sebuah kemenangan. Permainan futsal didominasi oleh penguasaan bola, *passing* cepat antar pemain dan kemampuan *shooting* yang bagus contohnya pada tim futsal yang sudah profesional seperti tim futsal dapat menguasai bola dengan baik, aliran bola cepat *passing* yang bagus, *dribble* yang baik, *shooting* yang akurat, saling mendukung rekan satu tim, membuka ruang untuk pergerakan, kerjasama yang solid dan juga skill individu yang dimiliki pemain membuat tim menjadi solid. Berdasarkan pengamatan penulis pada beberapa pertandingan liga futsal profesional, ketepatan atau akurasi *shooting* yang mempunyai *power* sangat berpengaruh untuk sebuah tim untuk mencetak gol ke gawang lawan dan merubah point.

Daya ledak otot tungkai adalah kemampuan otot seseorang dalam mengatasi beban dengan kecepatan yang tinggi. Daya ledak otot tungkai adalah suatu kemampuan otot tungkai untuk melakukan aktivitas secara cepat dan kuat untuk menghasilkan tenaga agar dapat mengatasi beban yang diberikan, Dewi (2018: 2). Untuk menghasilkan tendangan yang keras dibutuhkan daya ledak otot tungkai yang kuat, maka dari itu daya ledak otot tungkai sangat berpengaruh dalam melakukan *shooting* yang memiliki akurasi yang baik. Di dalam olahraga futsal *shooting* sangat dibutuhkan karena ukuran lapangan yang lebih kecil dibandingkan lapangan sepakbola, oleh karena itu sangat sering pemain melakukan *shooting* baik itu dari area kotak pinalti, area sisi lapangan maupun dari

tengah lapangan. Tidak menutup kemungkinan pemain mencetak gol melalui *shooting* dari sisi manapun apa lagi jika pemain tersebut mempunyai akurasi *shooting* yang sangat akurat dan di dukung dengan otot tungkai yang kuat. Dari penjelasan di atas, daya ledak otot tungkai adalah kemampuan otot seseorang dalam melakukan gerakan dengan kuat dan cepat dengan kontraksi tinggi.

Koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang dalam merangkai antara gerak mata ketika menerima rangsangan dengan gerakan kaki yang menjadikan suatu tujuan sehingga menghasilkan gerakan yang terkoordinasi, efektif dan efisien. Menurut Kiram Y. (1994: 12), “koordinasi merupakan hubungan timbal balik antara pusat susunan syaraf dengan alat gerak dalam mengatur dan mengendalikan impuls dan kerja otot untuk pelaksanaan suatu gerakan”. Untuk kondisi fisik sangat berperan penting dalam mengintegrasikan setiap gerakan olahraga terutama olahraga futsal. Pemain yang memiliki koordinasi yang baik tentu akan mudah melakukan rangkaian gerakan futsal yang ingin dilakukan. Dalam olahraga futsal kemampuan koordinasi terjadi ketika mengatur peran aktif mata dan kaki dalam melakukan rangkaian gerakan teknik diantaranya dalam melakukan tendangan *shooting*. Koordinasi merupakan salah satu hal yang sangat penting dalam olahraga futsal dengan adanya koordinasi akan terlihat teknik-teknik yang bagus salah satunya adalah koordinasi mata kaki. Dapat disimpulkan dari pendapat di atas koordinasi mata kaki yaitu segenap kemampuan seseorang dalam merangkai suatu gerakan mata dan kaki yang berkordinasi serta menghasilkan gerakan yang tersusun secara efektif dan efisien.

Shooting adalah tendangan ke arah gawang yang untuk menciptakan gol. *Shooting* mempunyai ciri khas laju bola yang sangat cepat dan keras serta sulit diantisipasi oleh penjaga gawang. Namun demikian *shooting* yang baik harus memadukan antara kekuatan otot tungkai dan akurasi tembakan. *Shooting* dapat dilakukan dengan semua bagian kaki, terutama pada punggung kaki, sisi kaki bagian dalam, sisi

kaki bagian luar dan ujung kaki. Dalam permainan futsal teknik *shooting* merupakan teknik yang kompleks dalam pelaksanaannya. Dibutuhkan komponen fisik berupa kekuatan kaki yang baik. Hal tersebut dapat diperoleh dari latihan fisik yang cukup dan belajar teknik secara perlahan dan bertahap, Hanafi (2015: 192).

Berdasarkan penjelasan di atas, *shooting* adalah salah satu bagian teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain untuk dapat bermain futsal dengan performa puncak dan mencapai prestasi yang tinggi. Hal ini dikarenakan pada saat pertandingan berlangsung pemain dituntut untuk menguasai bola dengan gerakan yang sangat cepat dan lincah karena pemain memiliki waktu dan ruangan yang terbatas untuk melakukan *shooting* ke arah gawang yang bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya. Oleh sebab itu dibutuhkan teknik yang benar dan *power* yang keras untuk melakukan *shooting* agar tembakan yang dihasilkan akurat dan sulit ditangkap oleh kiper lawan.

Di daerah Sumatera Barat khususnya Kota Padang terdapat berbagai klub futsal yang mengikuti kejuaran Liga Nusantara atau kejuaraan-kejuaraan yang di adakan oleh Assosiasi Futsal Sumatera Barat. Jadi futsal di Kota Padang berkembang dengan pesat, karena banyak wadah atau klub yang membina atlet dengan kegiatan latihan rutin setiap minggunya baik itu 2 sampai 3 kali dalam seminggu tergantung manajemen klub masing-masing.

Klub Satelite Futsal Padang merupakan salah satu klub futsal yang berada di Kota Padang, Sumatera Barat. Klub ini bertujuan untuk menciptakan pemain atau atlet profesional dengan rata-rata pemainnya menempuh pendidikan seperti sekolah menengah atas (SMA/SMK/MAN) atau kuliah di perguruan tinggi. Klub Satelite Futsal Padang telah berpartisipasi dalam ajang kejuaraan Liga Nusantara sejak tahun 2015 hingga saat ini, namun belum mendapatkan prestasi yang bagus dalam kejuaraan Liga Nusantara tersebut. Di dalam klub Satelite Futsal Padang tersebut selama pengamatan penulis sebagai pemain Satelite Futsal Padang

terdapat masalah rendahnya akurasi *shooting* para pemain, dapat dilihat pada tabel dibawah ini. Berikut beberapa pertandingan yang pernah diikuti klub Satelite Futsal Padang pada tahun 2018 – 2019 :

Tabel 1. Hasil Pertandingan dan Akurasi *Shooting* Atlet Klub Satelite Futsal Padang tahun 2018 – 2019

| No | Jadwal Tim Bertanding | Hasil Akhir | Hari/Tanggal | Shooting para pemain | |
|----|---|-------------|------------------------------------|----------------------|---------------------|
| | | | | Sesuai Target | Tidak Sesuai Target |
| 1 | Satelite Futsal VS IKASMA PADANG | 1-1 | Minggu, 22 Juli 2018. 14:30 WIB | 1 | 5 |
| 2 | Satelite Futsal VS PST IIUM M. Malaysia | 2-7 | Senin, 23 Juli 2018. 10:00 WIB | 2 | 6 |
| 3 | Satelite Futsal VS Real Wahid Riau | 2-3 | Selasa, 24 Juli 2018. 17.30 WIB | 2 | 8 |
| 4 | PSR FC VS SATELITE FC | 3-6 | Senin, 19 Agustus 2019. 10.30 WIB | 8 | 10 |
| 5 | SATELITE FC VS ADRENALINE FC | 3-3 | Selasa, 20 Agustus 2019. 10.30 WIB | 4 | 7 |
| 6 | FUTSAL KOTA BUKITTINGGI VS SATELITE FC | 4-1 | Selasa, 20 Agustus 2019. 19.30 WIB | 2 | 5 |
| 7 | SATELITE FC VS JORDUS FC | 6-1 | Rabu, 21 Agustus 2019. 10.30 WIB | 8 | 4 |
| 8 | SATELITE FC VS TUAH SAKATO | 3-8 | Jum'at, 23 Agustus 2019. 17.00 WIB | 4 | 6 |

Dilihat dari beberapa pertandingan klub Satelite Futsal Padang dari tahun 2018-2019 terlihat rendahnya akurasi *shooting* para pemain. Terbukti dari beberapa hasil pertandingan, persentase *shooting* yang tidak tepat sasaran lebih banyak dibandingkan dengan *shooting* yang tepat sasaran. Para pemain melakukan beberapa kali percobaan *shooting* ke arah gawang, namun arah bola dari tendangan tersebut masih sering melebar ke kanan, kiri dan atas gawang, terbentur pemain lawan serta ditangkap dengan mudah oleh kiper tim lawan.

Dari pengamatan penulis dan informasi yang didapatkan dari pelatih klub Satelite Futsal Padang, pada beberapa hasil pertandingan dan akurasi *shooting* pada tahun 2018-2019 ketika bertanding penulis melihat permainan klub Satelite Futsal Padang pada saat bertanding yaitu ketika pemain melakukan gerakan *shooting*, bola yang dihasilkan tidak begitu cepat sehingga mudah dibaca dan ditangkap oleh kiper tim lawan. Selanjutnya pemain juga sering melakukan kesalahan pada saat gerakan *shooting* yaitu perkenaan bola terhadap bagian kaki yang tidak tepat sehingga bola yang dihasilkan sering melebar ke kanan, kiri, atau ke atas gawang. Ketika melakukan serangan strategi yang diberikan oleh pelatih sering gagal yaitu pada saat diberikan umpan *true pass*, umpan lambung dan umpan *back-pass* penyelesaiannya tidak maksimal karena bola sering melebar dan terbentur oleh lawan. Maka dari itu rendahnya akurasi *shooting* berdampak pada prestasi tim. Jadi berdasarkan permasalahan di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* atlet Satelite Futsal Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas banyak faktor yang mempengaruhi akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang. Dapat diidentifikasi masalah di atas sebagai berikut :

1. Akurasi *shooting*.
2. Kondisi fisik.

3. Daya ledak otot tungkai.
4. Koordinasi mata kaki.
5. Pandangan pemain.
6. Perkenaan kaki pada bola.
7. Kelentukan.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, ternyata terlalu banyak faktor-faktor yang mempengaruhi akurasi *shooting*. Mengingat waktu, dana dan keterbatasan penulis, maka dalam penelitian ini penulis membatasi masalah yaitu sebagai berikut :

1. Daya ledak otot tungkai.
2. Koordinasi mata kaki.
3. Akurasi *shooting*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka penulis merumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang ?
2. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang ?
3. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Daya ledak otot tungkai atlet klub Satelite Futsal Padang.
2. Koordinasi mata kaki atlet klub Satelite Futsal Padang.
3. Hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan berguna untuk :

1. Sebagai syarat untuk penulis mendapat gelar Strata Satu (S1) Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
2. Untuk pelatih dan pengurus serta pemain Satelite Futsal Padang sebagai bahan pertimbangan atau evaluasi dalam meningkatkan akurasi *shooting*.
3. Sebagai bahan bacaan mahasiswa pada perpustakaan baik di Fakultas Ilmu Keolahragaan maupun Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.
4. Penulis berikutnya sebagai bahan acuan untuk meneliti lebih lanjut berhubungan dengan variable-variabel lain yang mempengaruhi akurasi *shooting*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan di atas, maka diperoleh kesimpulan dari penelitian ini :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap akurasi *shooting* atlet klub Satelite Futsal Padang.

B. Saran

Dari kesimpulan di atas maka penulis dapat memberikan sedikit saran sebagai berikut :

1. Kepada pelatih klub Satelite Futsal Padang, disarankan untuk membuat program latihan yang berkaitan dengan daya ledak otot tungkai, koordinasi mata kaki, dan akurasi *shooting*, serta diberikan berbagai varasi baik menggunakan bola atau tidak menggunakan bola gunanya untuk meningkatkan akurasi *shooting* para atlet.
2. Kepada pelatih klub Satelite Futsal Padang disarankan untuk lebih banyak latihan menggunakan bola agar atlet lebih tenang dalam menghadapi situasi saat memegang atau menguasai bola.
3. Kepada atlet klub Satelite Futsal Padang disarankan untuk mengikuti latihan secara serius dan menambah porsi latihan di luar jam latihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, S. (2018). Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga* , 81-81.
- Aminudin, A. S. (2020). Contribution Leg Muscle Strength, Dynamic Balance and Hip Joint Flexibility to the Accuracy of Football Shooting. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(2)., Volume 3, No 2., e-ISSN: 2655-1470., p-ISSN: 2655-2647., DOI: <https://doi.org/10.33258/birle.v3i2.985.>, 912-918.
- Anam, K. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, Volume 3. Nomor 2. Edisi Desember 2013. ISSN: 2088-6802., <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki> , 79-88.
- Anas, M. R. (2018). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai, dan Kekuatan Otot Perut dengan Ketepatan Shooting ke Gawang dalam Permainan Futsal GL Fc Kota Blitar. *Jurnal Universitas Nusatara PGRI Kediri Vol 02, No 07. ISSN: 2599-3011.* <http://simki.unpkediri.ac.id> , 1-9.
- Andri, I. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Andryani, P. D. (2014). Pengaruh Pelatihan Side Jump Sprint dengan Rasio Kerja: Istirahat 1:3 dan 1:5 Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmu Keolahraga Undiksha*, 2(1)., Volume I. , 1-9.
- Ansori, M. (2011). Pengertian Squat Jump. *Jurnal Kesehatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Unesa*, Vol. 3, No. 1. , 158-164.
- Apri, B. &. (2017). *Buku Ajar Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Arikunto, S. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Aryadie Adnan, d. (2016). *Statistik Terapan*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.