

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Faktor yang paling penting didalam proses meningkatkan standar dari sumber daya manusia yang ada di bumi adalah pendidikan. Maka dari itu, suatu pendidikan juga dapat dan memang dijadikan sebagai pendorong visi baru dalam membantu dalam global yang akan berkelanjutan. Perkembangan nasional dipengaruhi secara positif oleh pendidikan yang dijalankan dengan baik. Kerja keras diperlukan untuk mencapai tujuan pendidikan negara melalui penciptaan rencana yang sehat, serta melakukan pendekatan, dan memberikan strategi. Dalam sistem pendidikan nasional yang ada Indonesia diatur di dalam kurikulum. Praktek harus dimasukkan dalam rencana pelajaran sekolah dasar (UU No. 20, 2003, pada pasal 1 ayat 37 h). Secara teoritis, olahraga juga dianggap sebagai bagian dari komponen yang penting dari proses dalam pendidikan yang diberikan kepada anak. Oleh karena itu, mayoritas negara-negara demokratis memiliki tradisi yang kuat untuk mempromosikan nilai dari intrinsik yang terkait pada proses suatu pendidikan yang diajarkan pada anak. (Setya Mustafa & Dwiyoogo, 2020: 8)

Dalam pendidikan jasmani dan kesehatan fisik adalah salah satu proses dalam pendidikan yang juga menggunakan aktivitas fisik dan juga segi kesehatan guna mengetahui apa sebab dari perubahan holistik yang ada pada kualitas setiap individu, baik secara fisik, mental dan emosional. Pada pendidikan fisik termasuk dalam mata pelajaran yang ada di sekolah dimana

setiap individu dapat memiliki kesempatan guna bisa ikut serta dalam mempelajari keterampilan motorik dan memperoleh pengetahuan untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik. Pendidikan fisik terkait erat dalam pendidikan olahraga karena mampu memperlihatkan hasil yang menstimulasi masyarakat yang ada dari olahraga ke lingkungan belajar, termasuk dimensi elit, olahraga, eksklusif dan individualis. Oleh karena itu, bisa ditarik simpulan bahwasannya dalam pendidikan fisik adalah suatu bagian dalam proses pendidikan guna membantu mengembangkan keterampilan dengan melalui aktivitas olahraga untuk mencapai tujuan kesehatan dan pendidikan yang diharapkan, yang mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Oleh itu, guru PJOK mesti memahami matlamat pembentukan kesehatan pada jasmaninya, supaya proses pembelajaran pergerakan yang selaras dengan tujuan apa yang akan dicapai. (Setya Mustafa & Dwiyoogo, 2020: 422)

Sebagai tempat untuk menyalurkan potensi, kemampuan dan bakat anak didik, maka kegiatan ekstrakurikuler menjadi indikator penting untuk mencetak generasi yang berkarakter dan berkembang sesuai minat dan bakat peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bidang aktualisasi anak didik yang jarang dijumpai dalam pembelajaran sehari-hari, baik dalam kepemimpinan, olahraga, seni atau agama. Oleh karena itu, kegiatan ekstrakurikuler merupakan faktor penting dalam pembentukan kepribadian seorang siswa. Dalam hal kepemimpinan biasanya ada kegiatan pramuka dan paskibra. Di sana, para siswa berlatih agar menjadi pemimpin yang disiplin dan bertanggung jawab yang juga bisa memimpin teman-temannya. Kemudian dari segi agama

ada kegiatan kerohanian dan muhadharah, kemudian kegiatan ekstrakurikuler kesenian antara lain menyanyi, bermain musik dan melukis. Dan yang terakhir adalah kegiatan ekstrakurikuler yang berkaitan dengan olahraga, beberapa kegiatan ekstrakurikuler pilihan yang dapat dipilih siswa seperti futsal, basket, bulu tangkis dan olahraga lainnya. Kegiatan ini menjadi tempat bagi anak didik untuk mengeksplorasi potensinya di bidang keolahragaan dan mencetak atlet-atlet masa depan. (Afif M, et al,2022: 3)

Kegiatan ekstrakurikuler futsal tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan dan meningkatkan fisik pribadi, tetapi juga menjadi salah satu olahraga yang dapat menonjolkan atlet. Pertandingan futsal diadakan dari skala kecil hingga besar yaitu bertaraf internasional. Faktor fisik dan motivasi untuk berprestasi diketahui mendasari sebagian besar dalam prestasi olahraga, sehingga keberhasilan seorang atlet dalam mencapai prestasi puncak salah satunya meningkatkan kemampuan fisik dan motivasi prestasinya secara terus menerus dengan baik dan teratur.

Daya ledak yaitu kemampuan sekelompok otot untuk mengatasi suatu beban berat dengan kekuatan dan kecepatan seluruh gerakan. Kekuatan ledakan harus menjadi faktor utama dalam berlatih semua jenis keterampilan gerakan dalam berbagai olahraga, seperti menembak futsal untuk menghasilkan kinerja maksimum dalam waktu singkat ini. Kita dapat melakukannya jika kita meningkatkan upaya dari satu elemen ke kekuatan ledakan, seperti: meningkatkan kekuatan, meningkatkan kecepatan,

meningkatkan keduanya secara bersamaan dengan melatih kekuatan dan kecepatannya secara teratur pada saat yang sama. (Lahinda, 2019: 90)

Panjang tungkai bagian tubuh seseorang, berdasarkan faktor genetik atau keturunan, mempengaruhi panjang paha. Roda panjang memberikan keuntungan yang relatif lebih baik daripada roda pendek dalam demonstrasi *kick-work*. Sebagai salah satu bagian gerakan bawah, pinggul memainkan peran penting dalam menentukan panjang tungkai serta mendukung gerakan ekstremitas atas tubuh dan mendefinisikan gerakan saat berjalan, berlari, melompat, dan memukul. (Mahardhika & Sutapa, 2021: 86)

Teknik *Shooting*, karena lapangan futsal, tentu saja berukuran lebih kecil dari lapangan sepak bola, maka pemain dapat mencetak banyak gol dengan menguasai teknik *shooting*. Tetapi teknik ini tidak mudah dicapai karena pemain harus memiliki beberapa keterampilan fisik untuk menembak dengan baik. Dalam melakukan *shooting* keseimbangan, kekuatan otot, dan koordinasi adalah komponen fisik yang paling penting. Pemain melakukan *shooting* tidak hanya dari satu posisi, tetapi juga dari berbagai posisi. Di futsal, ada tiga jenis teknik *shooting* yang berbeda: *shooting* dengan punggung kaki, *shooting* dengan kaki bagian dalam dan *shooting* menggunakan ujung kaki. Untuk menguasai dan melakukan *shooting* dari berbagai posisi, tentu saja, perlu memiliki keseimbangan yang baik. Karena di dalam olahraga futsal membutuhkan beberapa kontak fisik dengan lawan, oleh sebab itu pemain harus melakukan beberapa latihan khusus agar bisa mendapatkan hasil dan

tingkat koordinasi yang seimbang dan baik saat menembak. (Wijaya Kusuma, 2021: 9)

Sekolah merupakan tempat bagi seluruh peserta didik mendapatkan berbagai macam ilmu pengetahuan. Sekolah juga tempat bagi peserta didik mengembangkan pengetahuan, kemampuan serta keterampilan yang dimilikinya. Namun hal itu bisa terwujud jika adanya seorang fasilitator untuk mengarahkan serta membimbing para peserta didik yaitu seorang guru. Guru merupakan faktor penting bagi berjalannya pendidikan yang ada di dunia. Faktor pendukung atau latihan yang dapat meningkatkan prestasi olahraga, dengan demikian diharapkan atlet dapat mengabdikan diri sepenuhnya sebagai pelatih dan pembina olahraga yang selalu memberikan ilmunya kepada siswa. Mereka adalah generasi bangsa, dan mereka akan bangga dengan cita-cita nasional sebagai generasi penerus. Dalam suasana kegiatan olahraga yang semakin berkembang, setiap pembina olahraga harus berpikir, berusaha dan melaksanakan segala daya untuk mencapai keberhasilan prestasi olahraga di Indonesia.

SMP Negeri 4 Samarinda adalah wadah pendidikan yang berada di kota Tepian Samarinda yang berlokasi di Jalan.Ir.H.Juanda RT.17 No.14 , Air Putih, Kecamatan Samarinda Ulu, Provinsi Kalimantan Timur. SMP Negeri 4 samarinda memiliki Nilai Akreditasi Sekolah A, dengan jumlah rombongan belajar (rombel) 32 kelas dengan jumlah siswa kurang lebih 1022 orang. SMP Negeri 4 Samarinda memiliki kurang lebih 20 ekstrakurikuler baik olahraga maupun non olahraga, yang bertujuan memberikan tempat kepada anak didik

agar dapat mengembangkan bakat dan minat serta keterampilan dan kepribadiannya tersebut diluar dari pendidikan yang berada dikurikulum belajar sekolah sesuai dengan Kemendikbud Republik Indonesia tahun 2013 mengenai Implementasi Kurikulum.

Selagi menengok kendala yang ada di lapangan yang nantinya melatar belakangi penggalian data ini, pada saat dilakukannya kegiatan observasi oleh peneliti pada SMP Negeri 4 Samarinda dengan pelatih ekstrakurikuler futsal, bapak Kusuma Widodo pada 25 januari 2023. Terdapat aspek yang dapat menarik suatu perhatian diantaranya: ketika melakukan *shooting* siswa ekstrakurikuler belum melakukannya dengan maksimal, teknik *shooting* belum baik seperti saat melakukan persiapan posisi kaki belum siap, sehingga hasil *shooting* tidak sempurna. Selain itu ayunan kaki saat pengenaan dengan bola juga kurang maksimal, sehingga *shooting* yang dilakukan masih belum maksimal.

Pada uraian permasalahan yang diuraikan oleh peneliti guna dapat mengetahui Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Panjang Tungkai Dengan Hasil *Shooting* Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 4 Samarinda.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum diketahui upaya untuk meningkatkan daya ledak saat melakukan *shooting*.

2. Dalam melakukan *shooting* siswa belum melakukannya dengan maksimal.
3. Belum diketahui faktor hubungan daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai pada hasil *shooting*.
4. Belum diketahui apakah ada hubungan antara *power* dan panjang tungkai terhadap *shooting*.
5. Belum diketahui metode latihan yang efisien untuk menaikkan kemampuan *shooting*.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan pada hasil yang telah dipaparkan pada halaman latar belakang serta ditemukan identifikasi masalah sesuai dari penjelasan diatas, maka peneliti membatasi permasalahan terkait “Hubungan daya ledak otot tungkai, panjang tungkai dengan *shooting* ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 4 Samarinda”.

D. Rumusan Masalah

Dengan memperhatikan batasan masalah yang di uraikan diatas oleh sebab itu studi ini meneliti topik-topik berikut:

1. Sejauh mana hubungan daya ledak otot tungkai terhadap hasil shooting siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda.
2. Sejauh mana hubungan panjang tungkai terhadap hasil *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda.

3. Sejauh mana hubungan daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai terhadap hasil *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda.

E. Tujuan Penelitian

Seusai dengan perumusan masalah penelitian ini , maka peneliti memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui sejauh mana hubungan daya ledak otot tungkai terhadap hasil *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda.
2. Untuk mengetahui sejauh mana hubungan panjang tungkai terhadap hasil *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda.
3. Untuk mengetahui sejauh mana hubungan daya ledak otot tungkai dan panjang tungkai terhadap hasil *shooting* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda.

F. Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat yang diharapkan peneliti, dalam melakukan penelitian ini adalah, antara lain:

1. Secara teoritis, Temuan ini mampu menumbuhkan motivasi dalam diri siswa sehingga ekstrakurikuler futsal melahirkan atlet yang berkualitas dan berprestasi sehingga bisa membawa nama baik sekolah itu sendiri melalui olahraga futsal.

2. Secara praktis:

- a. Hasil penelitian ini sebagai upaya pengembangan kualitas pemain di ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 4 Samarinda
- b. Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan pengetahuan kepada siswa untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai terhadap *shooting* dalam futsal.
- c. Hasil dari penelitian ini bisa memberi pengetahuan kepada siswa agar mendapati hubungan panjang tungkai terhadap *shooting* dalam futsal.
- d. Hasil penelitian ini dapat menjadikan kajian hingga motivasi kepada siswa untuk melakukan latihan latihan guna meningkatkan kualitas *shooting* dalam bermain.
- e. Hasil penelitian ini bertujuan untuk membantu meningkatkan ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 4 Samarinda.

