

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan sebuah kegiatan bertemunya sesama pemain yang hobi pada bidang olahraga tertentu dengan latar belakang berbeda dalam satu lapangan. Olahraga juga termasuk bidang ilmu yang mendidik seseorang untuk berprestasi maupun berkreasi. Olahraga tidak hanya untuk bermain saja tetapi olahraga juga mempunyai tujuan yang sama dengan pembangunan nasional yang tercantum dalam UU no. 3 Tahun 2005 pasal 4 tujuan keolahragaan Nasional yaitu: “Memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan Nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Berdasarkan penjelasan UU No.3 Tahun 2005 pasal 4 bahwa diantara tujuan keolahragaan Nasional juga dapat meningkatkan bidang prestasi dalam olahraga. Olahraga pendidikan sebagai salah satu lingkup kegiatan keolahragaan tidak lepas dari upaya pengembangan dan peningkatan kualitas dalam pelaksanaannya. Hal ini terkait dengan UU Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional pasal 25 ayat (1) yang menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dan diarahkan sebagai satu kesatuan yang sistematis dan berkesinambungan dengan sistem pendidikan Nasional. Lebih lanjut dinyatakan dalam peraturan pemerintah Nomor 16 tahun 2007 tentang penyelenggaraan keolahragaan

pasal 25 ayat (1) menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan bertujuan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani serta pengembangan minat dan bakat olahraga.

Berdasarkan pernyataan tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan adalah untuk memberi kebebasan terhadap perorangan untuk memilih dan mengembangkan bakat yang dimilikinya. Salah satu cabang olahraga yang sangat berpengaruh untuk mengharumkan nama bangsa yaitu sepakbola. Sepakbola merupakan sebuah cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat di Desa Talikumain, baik remaja maupun dewasa.

Sepakbola merupakan sebuah cabang olahraga Tim yang dimainkan oleh pemuda Desa Talikumain hampir setiap sorenya. Tujuan utama dari permainan sepakbola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan tetapi harus tetap mempertahankan gawang sendiri agar tidak kebobolan lebih dari gawang lawan. Sepakbola tidak hanya permainan saja, tetapi mempunyai nilai-nilai keindahan yang bisa menghibur pemain dan penontonnya seperti: skill, bakat, kreatifitas dalam bermain, kekuatan individu, pertandingan yang dramatis serta memiliki nilai moral yang mendidik *sportivitas* antar pemain sampai ke penontonnya.

Untuk dapat melakukan permainan sepakbola banyak faktor yang mendukung seperti: teknik, taktik/strategi dan mental. Adapun faktor lain yang sangat dibutuhkan dalam permainan sepakbola adalah kondisi fisik, karena kondisi fisik sangat berpengaruh terhadap hasil kerja, kepercayaan

diri, dan mental pemain. Selain kondisi fisik, teknik dasar dalam permainan sepakbola juga sangat berpengaruh terhadap hasil permainan sepak bola. Teknik dasar dalam sepakbola meliputi: menahan bola (*mengontrol*), menendang bola (*shooting*), *pasing* bola, menyundul bola (*heading*), dan menggiring bola (*dribbling*).

Dalam permainan sepakbola seseorang memiliki beberapa teknik bermain, salah satunya yaitu teknik *shooting*. *Shooting* adalah sebuah upaya yang dilakukan pemain untuk mencetak gol ke gawang lawan dengan maksud untuk memenangkan pertandingan. Adapun cara untuk melakukan teknik *shooting* adalah sebagai berikut: kaki kiri atau kaki yang tidak melakukan tendangan diposisikan disebelah kiri bola dengan maksud untuk melakukan kuda-kuda kaki agar keseimbangan tubuh terjaga pada saat melakukan *shooting*, kemudian kaki yang diposisikan disebelah kiri bola tersebut agak ditekukkan untuk menjaga keseimbangan agar mudah untuk mengarahkan bola pada saat ditendang. Kaki yang terkuat digunakan untuk melakukan *shooting* tersebut di luruskan sejajar dengan kaki kiri disaat melakukan tendangan agar bola yang dihasilkan melaju dengan cepat dan akurasi yang tepat, adapun bagian kaki yang sering digunakan untuk melakukan *shooting* adalah bagian kura-kura kaki karena bagian ini sangat keras sehingga bola yang ditendang akan menghasilkan kekuatan yang kuat pula.

Desa Talikumain merupakan salah satu Desa tertua dikecamatan Tambusai yang diresmikan pada tahun 1970 oleh Pemerintah Kabupaten Kampar pada saat itu, dahulunya Desa Talikumain dinamakan dengan Desa Kampung Baru karena dikategorikan masih Desa baru yang mekar. Tetapi

pada tahun 1988 Desa Kampung Baru berganti nama menjadi Desa Talikumain hingga saat ini. Adapun kegiatan olahraga yang masih aktif pada saat ini yaitu sepakbola dan futsal, namun cabang olahraga yang berprestasi adalah cabang olahraga sepakbola, yang berdiri pada tahun 1990 hingga saat ini walaupun tidak aktif beberapa bulan.

Pada awal berdirinya *Club* sepakbola Desa Talikumain memiliki pemain-pemain yang cukup diperhitungkan di Kabupaten Rokan Hulu, dimana mereka sudah memiliki bakat dan kemampuan dalam bermain sepakbola. Dilihat dari beberapa penghargaan piala yang sudah pernah diraih *Club* Laskar Patih Harimau Rokan tersebut diantaranya: piala 17 Agustus pada tahun 1991-1996, piala open turnamen Desa Mondang Kumango pada tahun 1997, piala turnamen antar Desa sekecamatan Tambusai pada tahun 1999-2002, dan dilanjut lagi piala 17 Agustus pada tahun 2003 sampai 2006. Dari tahun 2007 sampai saat ini *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain mengalami penurunan prestasi, dan hanya mampu menjadi juara dua (2) di turnamen sekecamatan Tambusai pada bulan Agustus 2017.

Berdasarkan observasi pengamatan yang peneliti lakukan pada tanggal 24-28 Juni 2018 pada *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain menurunnya prestasi tersebut disebabkan adanya beberapa masalah dalam melakukan *shooting* diantaranya yaitu: peserta kurang mengambil langkah awalan untuk melakukan *shooting*, langkah peserta pada saat *shooting* sangat terdesak sehingga bola yang ditendang peserta tersebut sangat pelan dan mudah dibaca arahnya oleh penjaga gawang lawan. Ditambah lagi faktor kondisi fisik seperti koordinasi-mata kaki yang mana pada saat menendang

bola banyak yang tidak mengarah ke gawang dan kecepatan pemain yang masih kurang seperti pada saat merebut dan menggiring bola bahkan pada saat *shooting* ke gawang pemain tidak mempunyai kecepatan untuk menambah *power* tendangan sehingga bola yang ditendang tidak keras mengarah ke gawang. Termasuk juga faktor kurangnya keseimbangan tubuh sehingga pada saat menendang bola pemain sering kehilangan keseimbangan. Peneliti juga melihat selain teknik *shooting* adalah beberapa faktor yang mempengaruhi dalam permainan sepakbola pada *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain diantaranya yaitu faktor internal dan eksternal.

Faktor internal diantaranya: kurangnya daya tahan tubuh pada saat bermain, kurangnya keseimbangan pada saat *shooting*, kurangnya kekuatan, ketepatan dan koordinasi yang baik, sehingga bola yang ditendang tidak bisa diarahkan dengan sempurna, kurangnya daya ledak otot tungkai sehingga bola yang ditendang tidak terbilang keras, kurangnya stamina pemain, kurangnya kecepatan pemain depan untuk mengejar bola sehingga bola yang diumpan sangat mudah diamankan oleh pemain belakang lawan. serta kurangnya motivasi dan minat dari dalam diri peserta untuk tetap ikut berlatih sepakbola.

Faktor eksternal diantaranya: kurangnya sarana dan prasarana latihan, dimana faktor keberhasilan seorang pemain sepakbola sangat dipengaruhi oleh sarana dan prasarana sepakbola tersebut, tidak terlaksananya program latihan, kurangnya dukungan dari pemerintah setempat, manajemen club yang tidak jelas, dan kurangnya donatur yang berminat untuk menjadi sponsor club, sehingga club tidak dapat mengontrak pelatih yang bagus.

1.2 Identifikasi Masalah.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka masalah dalam penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurangnya sarana dan prasarana latihan, dimana faktor keberhasilan seorang pemain sepakbola sangat dipengaruhi oleh sarana dan prasarana sepakbola tersebut.
2. Tidak terlaksananya program latihan.
3. Kurangnya dukungan dari pemerintah setempat.
4. Manajemen club yang tidak jelas.
5. Kurangnya donatur yang berminat untuk menjadi *sponsor club*, sehingga *club* tidak dapat mengontrak pelatih yang bagus.
6. Kurangnya daya tahan tubuh pada saat bermain.
7. Kurangnya kekuatan, ketepatan dan koordinasi pada saat *shooting* sehingga bola yang ditendang tidak bisa diarahkan dengan baik.
8. Kurangnya stamina pemain, sehingga pemain menjadi cepat kelelahan.
9. Kurangnya daya ledak otot tungkai sehingga bola yang ditendang tidak terbilang keras.
10. Kurangnya keseimbangan pemain, sehingga pada saat melakukan *shooting* pemain sering kehilangan akurasi.
11. Kurangnya kecepatan pemain depan untuk mengejar bola sehingga bola yang diumpun sangat mudah diamankan oleh pemain belakang lawan.
12. Kurangnya motivasi dan minat dari dalam diri peserta untuk tetap ikut berlatih sepakbola.

1.3 Pembatasan Masalah.

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, dan lebih fokus pada satu pokok pembahasan saja maka perlunya pembatasan masalah sehingga ruang lingkup menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah diatas, dan mengingat keterbatasan tenaga, biaya, pengalaman dan waktu peneliti, maka masalah yang akan dibahas pada penelitian ini dibatasi pada: Hubungan Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan statis sebagai variabel bebas dan Akurasi *Shooting* sebagai variabel terikat.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian pembatasan masalah diatas, maka rumusan masalah yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dengan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan statis dengan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata kaki dan keseimbangan statis secara bersama-sama dengan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan koordinasi mata kaki dengan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain.
2. Untuk mengetahui hubungan keseimbangan statis dengan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain.
3. Untuk mengetahui hubungan koordinasi mata kaki dan keseimbangan statis dengan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola di *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi dan dapat memberikan manfaat, yaitu:

1. Bagi penulis, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Universitas Pasir Pengaraian dan untuk memperoleh gelar sarjana (S1).
2. Bagi pemain dan pelatih, sebagai salah satu sumber referensi untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan pemain khususnya di cabang sepakbola.
3. Bagi *club*, melihat potensi-potensi yang dimiliki pemain khususnya pada cabang sepakbola.
4. Bagi perpustakaan, sebagai tambahan referensi di bidang olahraga. Sehingga bermanfaat bagi peneliti-peneliti berikutnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Kajian Teori

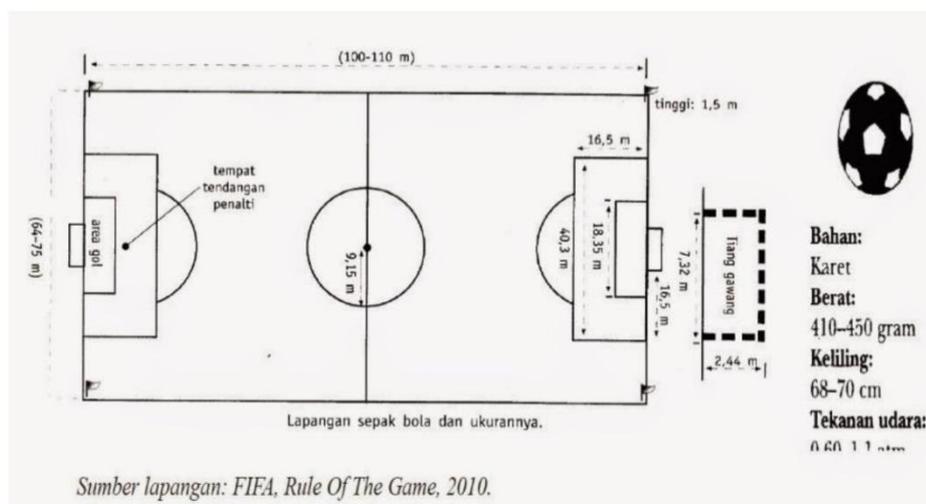
2.1.1 Hakikat SepakBola

Badan sepakbola dunia FIFA secara resmi menyatakan bahwa sepakbola lahir dari daratan China yang disebut dengan *Tsu Chu* pada abad ke-2 sampai dengan abad ke-3 SM. Pendapat FIFA ini dibuktikan dengan adanya dokumen militer yang menyebutkan bahwa, pada tahun 206 SM, pada masa pemerintahan Dinasti Tsin dan Han, masyarakat China telah memainkan permainan bola *Tsu Chu* yang mirip dengan permainan sepakbola sekarang. *Tsu* sendiri artinya menerjang bola dengan kaki. Sedangkan *chu*, berarti bola dari kulit dan ada isinya (Sutanto, 2016: 172).

Permainan *Tsu Chu* pada saat itu dilakukan dengan aturan menendang dan menggiring bola yang terbuat dari kulit binatang dan memasukkannya ke sebuah jaring yang dibentangkan di antara dua tiang. Adapun titik tolak perkembangan sepakbola modern itu sendiri terjadi di Inggris, sepakbola mulai memasuki lingkungan Universitas dan Sekolah. Hingga pada tahun 1863 di Freemasons Tavern, 11 sekolah dan *club* berkumpul untuk merumuskan aturan baku permainan tersebut. Inilah momen penting lahirnya sepakbola modern dan pada tahun 1904 organisasi tertinggi sepakbola dunia (FIFA) dibentuk (Sutanto, 2016: 172).

Adapun induk organisasi sepakbola di Indonesia adalah PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia). PSSI bertugas mengatur kegiatan olahraga sepakbola di Indonesia. PSSI berdirinya pada tanggal 19 April 1930 dengan nama awal Persatuan Sepak Raga Seluruh Indonesia. Ketua umum pertamanya adalah Ir. Soeratin Sosrosoegondo. PSSI bergabung dengan FIFA pada tahun 1952, kemudian dengan AFC pada tahun 1954. PSSI menggelar kompetisi Liga Indonesia setiap tahunnya, dan sejak tahun 2005 diadakan pula Piala Indonesia (Sutanto, 2016: 192).

Sepakbola merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan, masing-masing terdiri tidak lebih dari sebelas pemain, seorang diantaranya sebagai penjaga gawang. Permainan dilakukan di atas lapangan rata berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 100-110 meter dan lebar 64-78 meter. Di kedua ujung lapangan terdapat gawang, yang masing-masing berukuran panjang 7,32 meter dan tinggi 2,44 meter (Adi, 2017: 56).



Gambar 1. Lapangan sepakbola

Menurut Danurwindo (2017: 5) sepakbola adalah mencari sebuah kemenangan dengan cara mencetak gol lebih banyak dari pada kebobolan, dimana menurut FIFA *Laws Of The Game*, kemenangan ditentukan dengan cara cetak gol lebih banyak dari pada kebobolan. Lebih lanjut Shankley dalam Danurwindo (2017: 2) menyatakan bahwa sepakbola adalah permainan yang lebih penting dari pada soal hidup dan mati. Menurut Ibrahim (2013: 2) permainan sepakbola adalah cabang olahraga yang sangat digemari dan menurut para ahli saat ini sepakbola tercatat sebagai cabang olahraga yang paling terkenal diseluruh dunia hal ini ditandai dengan presentase penonton yang sangat *fantastis* baik itu *ivent* nasional maupun internasional.

Menurut Muhajir dalam Rizka (2013: 9) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukkan bola. Dalam memainkan bola setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali lengan, hanya penjaga gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan lengan. Menurut Ibrahim (2013: 2), sepakbola adalah olahraga menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan tujuan mencetak gol sebanyak-banyaknya.

Berdasarkan pemaparan para ahli sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah sebuah permainan regu yang masing-masing regunya beranggotakan 11 pemain inti dan beberapa pemain cadangan yang dipertandingkan disebuah lapangan yang

berbentuk persegi panjang. Tujuan utama dari permainan sepakbola adalah mencetak gol (*shooting*) ke gawang lawan sebanyak-banyaknya untuk mencapai kemenangan yang dituju tetapi tetap harus menjaga pertahanan agar tidak kemasukan lebih banyak dari pada lawan. Dari pengertian tentang sepakbola tersebut peneliti jugak mencantumkan pengertian teknik dasar dalam bermain sepakbola.

Menurut Hidayat (2017: 30) dalam permainan sepakbola, seseorang harus memahami mengenai teknik dasar dalam bermain sepakbola. Adapun beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah: teknik menggiring (*dribbling*), teknik *passing*, teknik menyundul (*heading*), teknik tendangan lambung, teknik *blocking*, teknik kiper menangkap bola, teknik *tekling*, dan teknik *body charge*. Permainan sepakbola mempunyai tujuan yaitu mencari kemenangan, adapun teknik dasar yang harus dikuasai pemain jika ingin memenangkan permainan adalah teknik *shooting*.

2.1.2 Hakikat *Shooting*.

Dalam permainan sepakbola ada salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola yaitu teknik dasar *shooting*. *Shooting* merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola, karena terjadinya gol pada sebuah pertandingan berasal dari *shooting* (Alqadri, 2017: 227). Tarigan dalam Alqadri (2017: 227) menyatakan bahwa sekitar 80% terjadinya gol berasal dari *shooting* sepak bola.



Gambar 2. Menendang Bola dengan Kura-Kura Penuh
Luxbacher (2012: 15)

Sardjono dalam Alqadri (2017: 227) menyatakan bahwa menendang bola atau *shooting* adalah tendangan ke arah gawang dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Jadi setiap pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar *shooting*, bila ingin memasukkan bola ke gawang lawan. Sukatamsi dalam Maryatun (2015: 22) mengatakan bahwa *shooting* adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan memasukkan bola kedalam gawang.

Teknik dasar menendang bola dengan kaki kura-kura penuh biasa digunakan para pemain sepakbola dengan tujuan untuk memasukkan bola kedalam tiang gawang. Luxbacher dalam Maryatun (2015: 22) menyatakan tendangan dengan punggung kaki sering kali dilakukan guna menghasilkan bola jauh dan keras serta terarah, biasanya tendangan punggung kaki dilakukan dalam bola-bola ke gawang. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan, *shooting* ke gawang, dan untuk menyapu menggagalkan serangan lawan Sucipto dalam dalam wibawa (2016: 9).

Berdasarkan beberapa pendapat dan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *shooting* adalah salah satu teknik yang dilakukan dalam sebuah permainan sepakbola dengan tujuan menendang bola agar masuk ke gawang lawan supaya bisa memenangkan pertandingan tersebut. Soedjono dalam Wibawa (2016: 11) menyatakan bahwa sikap pribadi pemain merupakan faktor utama yang dapat mendukung atau menunjang keberhasilan dalam menembak bola atau *shooting*. faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan *shooting* antara lain:

- 1) Kekuatan otot adalah komponen yang sangat penting guna meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan.
- 2) Sikap badan saat melakukan *shooting*, yaitu badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran, dan kaki sedikit ditekuk.
- 3) Konsentrasi dan pandangan mata.
- 4) Perkenaan atau sentuhan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola.

2.1.3 Hakikat Koordinasi Mata kaki

Koordinasi adalah kemampuan mengintegrasikan berbagai gerakan yang berlainan ke dalam suatu pola tunggal gerakan, Santoso (2016: 40). Menurut Bempa dalam Supriadi (2015: 9) koordinasi merupakan sebuah jembatan penghubung antara bagian tubuh (otot) dengan bagian tubuh (otot) yang lainnya untuk bergerak dengan bersama-sama. Koordinasi dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu koordinasi yang bersifat umum dan koordinasi yang bersifat khusus.

Lebih lanjutnya dinyatakan bahwa untuk meningkatkan kualitas gerak kompleks manusia dipengaruhi oleh peningkatan keterampilan yang maksimal dengan memperhatikan koordinasi umum dan koordinasi khusus.

Koordinasi umum adalah kemampuan seluruh tubuh untuk menyesuaikan dan mengatur gerak secara simultan pada saat melakukan suatu gerakan. Hal ini bermakna bahwa setiap gerakan yang dilakukan melibatkan semua tahu sebagian besar otot, sistem syaraf dan persendian yang diperlukan untuk mewujudkan keteraturan gerak dari anggota badan, sehingga tercipta gerakan yang harmonis dan efektif. Sedangkan koordinasi khusus adalah koordinasi antar beberapa anggota badan atau dengan kata lain kemampuan untuk mengkoordinasikan gerak oleh sejumlah anggota badan secara simultan Bompa dalam Supriadi (2015: 9).

Ismaryati dalam Saputra (2016: 23) menyatakan bahwa koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan yang saling pengaruh diantara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja. Supriadi (2015: 10) menyatakan koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang dalam melakukan ketepatan dan kesempurnaan gerak otot dari satu pola gerak ke pola gerak berikutnya dengan efisien gerakan yang dilakukan melalui keterpaduan penglihatan dengan gerakan kaki. Sajoto dalam Saputra (2016: 23) menyatakan bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang

mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif.

Berdasarkan beberapa pendapat dan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata kaki adalah gerakan yang diinginkan oleh mata dan direspon oleh otot kaki sehingga kinerja mata dan otot kaki bisa berjalan dengan bersama-sama. Koordinasi mata kaki juga mempunyai pengaruh yang membatasi keberhasilan gerakan koordinasi mata kaki tersebut. Adapun faktor yang mempengaruhi koordinasi mata kaki adalah:

Harsono dalam Saputra (2016: 24) menyatakan bahwa kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelentukan, kinestetik, *sense*, *balance*, dan ritme, memberikan kesinambungan dan keterpaduan di dalam koordinasi gerak, oleh karena itu satu sama lainnya mempunyai hubungan yang erat. Apabila salah satu unsur tidak ada atau kurang berkembang, maka hal ini berpengaruh terhadap kesempurnaan koordinasi. Namun semua unsur di dalam koordinasi gerak tersebut harus berkesinambungan dengan latihan yang rutin, sebab kalau kurangnya latihan maka koordinasi tersebut tidak akan berjalan dengan sempurna.

2.1.4 Hakikat Keseimbangan

Terdapat dua macam keseimbangan yaitu keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan diam, sedangkan keseimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam

keadaan bergerak, misalnya berlari, berjalan, melambung dan sebagainya. Kualitas keseimbangan dinamis bergantung pada mekanisme dalam saluran semisirkular, persepsi kinestetik, tendon dan persendian, persepsi visual selama melakukan gerakan dan kemampuan koordinasi. Keseimbangan merupakan kemampuan yang penting karena digunakan dalam aktivitas sehari-hari, misalnya berjalan, berlari, sebagian terbesar olahraga dan permainan futsal (2014: 165-166).

Menurut Winter dalam Eko (2015: 96) Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan proyeksi tubuh pada landasan penunjang baik saat berdiri, duduk, transit dan berjalan. Menurut O'Sullivan dalam Ayu (2015: 41) keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu terutama ketika saat posisi tegak. Selain itu menurut Ann Thomson dalam Ayu (2015: 41) keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan tubuh dalam posisi kesetimbangan maupun dalam keadaan statik atau dinamik, serta menggunakan aktivitas otot yang minimal.

Keseimbangan dibutuhkan untuk mempertahankan posisi dan stabilitas ketika bergerak dari satu posisi ke posisi yang lain Lee & Scudds dalam Eko (2015: 96). Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa keseimbangan adalah suatu bentuk keadaan tubuh yang diam maupun sedang bergerak tetapi tetap dalam keadaan yang stabil tanpa adanya gerakan tambahan yang dapat mengganggu gerakan keseimbangan tubuh tersebut. Dalam

mempertahankan keseimbangan tubuh terdapat juga beberapa faktor yang mempengaruhinya.

Adapun berbagai faktor diantaranya adalah koordinasi yang merupakan implikasi dari otot-otot yang bekerja bersama-sama dalam menghasilkan gerakan. Keteraturan dan ketepatan gerakan merupakan hasil dari kerja otot yang baik terhadap ketepatan waktu dan intensitasnya Kisner & Colby dalam Sari (2013: 196-197). Faktor yang kedua adalah fleksibilitas otot. Dalam gerak manusia fleksibilitas merupakan salah satu bagian yang berpengaruh untuk memperoleh gerakan yang diinginkan. Jaringan otot mengatur gerakan dengan proses pemanjangan dan pemendekan sesuai kebutuhan dari mobilitas sendi yang diinginkan dalam aktivitas sehari-hari Zachazewski dalam Sari (2013: 196-197).

2.2 Penelitian yang Relevan

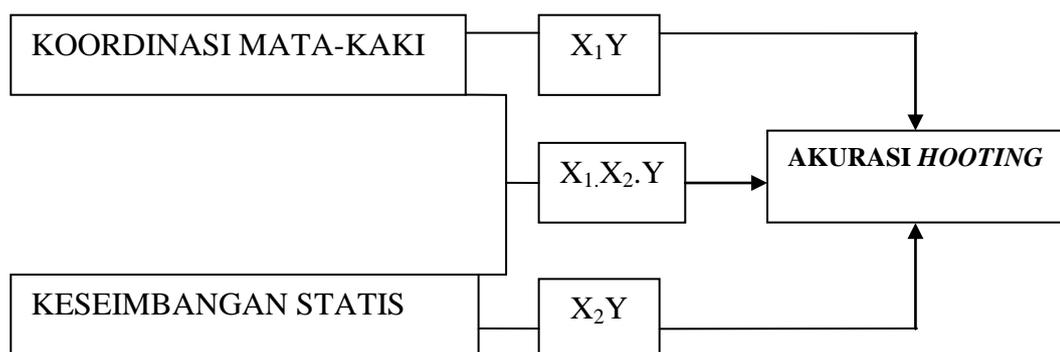
1. Penelitian yang dilakukan oleh Efendi (2016), dengan judul Pengaruh Latihan Koordinasi Mata Kaki terhadap Kemampuan Ketetapan *Shooting* pada Mahasiswa UKM Sepakbola Putra di Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Pontianak, dengan subyek penelitian sejumlah 20 orang. Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan ketetapan *shooting* pada mahasiswa UKM sepakbola putra IKIP PGRI Pontianak. hal ini dibuktikan dengan t hitung $> t_{\text{tabel}} 5\%$, $t = 3,950 > 2,093$.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Alqadri (2016), dengan judul Hubungan Keseimbangan dengan *Shooting* dalam permainan Sepakbola pada Siswa

SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam Tahun 2016. Hasil ini menyimpulkan bahwa hasil pengujian hipotesis diperoleh nilai 4,02. Kemudian kriteria pengujian, taraf signifikansi 0,05. Determinasi Koefisien $DK = n - 2 = 26$ Sehingga diketahui $t\text{-tabel} = 1,711$ Maka $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ yaitu $4,02 > 1,711$ artinya terdapat hubungan antara keseimbangan dengan *shooting* dalam permainan sepakbola (pada siswa SMA Negeri 1 Rundeng Kota Subulussalam Tahun 2016).

3. Penelitian yang dilakukan oleh Nazzala (2016). Dengan judul Hubungan Koordinasi, Keseimbangan, dan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan *Shooting* Futsal Menggunakan Punggung Kaki pada Olahraga Tim Futsal Putri UNY. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hubungan antara koordinasi, keseimbangan, dan power otot tungkai terhadap kemampuan *shooting* futsal menggunakan punggung kaki sebesar $0,840 > r\text{ square}$ sebesar 0.706 atau 70.6%. Maka dapat disimpulkan bahwa hubungan koordinasi, keseimbangan, dan power otot tungkai dengan kemampuan *shooting* futsal menggunakan punggung kaki pada olahraga futsal yaitu signifikan.

2.3 Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori yang telah diuraikan di atas maka dapat dijelaskan kerangka konseptualnya sebagai berikut: untuk dapat melakukan akurasi *shooting* dengan baik diperlukannya kondisi fisik yang prima. Adapun unsur kondisi fisik yang sangat dibutuhkan dalam melakukan akurasi *shooting* yang baik adalah koordinasi mata kaki dan keseimbangan statis. Adapun desain penelitian disajikan seperti berikut ini:



Keterangan :

- X_1 : Koordinasi Mata - Kaki
 X_2 : Keseimbangan Statis
 Y : Akurasi *Shooting*
 X_1Y : Hubungan Koordinasi Mata - Kaki dengan Akurasi *Shooting*
 X_2Y : Hubungan Keseimbangan Statis dengan Akurasi *Shooting*
 $X_1 Y, X_2 Y$: Hubungan antara Koordinasi Mata - Kaki dan Keseimbangan Statis dengan Akurasi *shooting* dalam Sepakbola

1. Hubungan antara Koordinasi Mata-Kaki dan Akurasi *shooting* dalam Permainan Sepakbola

Koordinasi mata kaki diperlukan untuk memudahkan pemain yang ingin melakukan teknik *shooting* ke arah gawang, dimana dengan koordinasi mata kaki yang baik akan sangat mendukung keberhasilan *shooting* dalam permainan sepakbola tersebut. Sebagai contoh fungsi dari koordinasi mata kaki adalah pada saat mengambil tendangan pinalti, kalau koordinasi mata kaki baik maka pemain (algojo) akan mudah mengarahkan tendangannya ke sudut ataupun mengecoh kiper pada saat melakukan tendangan pinalti tersebut. Tetapi kalau koordinasi mata kaki kurang baik akan sangat mengganggu tendangan bahkan bisa menurunkan kepercayaan diri penendang yang akan menghadapi pinalti, adapun hasilnya tendangan akan keluar bahkan memudahkan penjaga gawang

dalam membaca arah bola yang ditendang sehingga gawangnya tidak kemasukan bola.

2. Hubungan Keseimbangan Statis dan Akurasi *shooting* dalam Permainan Sepakbola

Keseimbangan adalah suatu bentuk keadaan tubuh yang diam maupun sedang bergerak tetapi tetap dalam keadaan yang stabil tanpa adanya gerakan tambahan yang dapat mengganggu gerakan keseimbangan tubuh tersebut. Dengan adanya keseimbangan tubuh maka pemain yang akan melakukan *shooting* ke gawang akan sangat mudah dalam melaksanakannya, karena keseimbangan adalah salah satu faktor yang menentukan keberhasilan *shooting* ke gawang tersebut.

3. Hubungan antara Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan Statis dengan Kemampuan *Shooting* dalam Sepakbola

Untuk melakukan teknik *shooting* yang baik maka diperlukannya koordinasi mata kaki dan keseimbangan tubuh. Karena kedua unsur tersebut sangat mempengaruhi keberhasilan *shooting* dalam permainan sepakbola, dimana tujuan utama dari permainan sepakbola adalah memasukkan bola (*shooting*) ke gawang lawan sebanyak-banyaknya untuk mencetak gol agar bisa memenangkan permainan sepakbola tersebut. Disisi lain koordinasi mata kaki yang baik juga sangat membutuhkan keseimbangan tubuh untuk memudahkan pemain yang akan melakukan tendangan ke arah gawang, sehingga akan menambah akurasi *shooting* pada saat menendang bola.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata kaki dan keseimbangan statis dengan akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola. Penelitian ini menggunakan tiga variabel, terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas tersebut adalah koordinasi mata kaki dan keseimbangan statis, sedangkan variabel terikatnya adalah akurasi *shooting* dalam permainan sepakbola.

3.2 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Tanggal 05 Desember sampai 09 Desember 2018 di SD Negeri 004 Tambusai.

3.3 Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sukardi (2003: 53) populasi adalah semua kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda yang tinggal bersama dalam suatu tempat dan secara terencana menjadi target kesimpulan dari hasil akhir dari suatu penelitian. Penelitian ini untuk meneliti satu objek saja yaitu *club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain Seperti terlihat pada tabel populasi di bawah ini:

Tabel 1. Populasi Penelitian

NO	Club LPHR	USIA (Tahun)	Orang
1	Full A	19-35	15
2	Full B	15-18	18
3	Full C	11-14	12
Total			45

Sumber: Peserta *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah pemain *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain yang terdiri dari 20 pemain yang berusia antara 20-25 Tahun dan data yang diambil dalam penelitian ini adalah teknik *Purposiv Sampling*.

3.4 Defenisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan pemahaman dalam menginterpretasikan istilah-istilah yang dipakai, maka ada beberapa istilah yang perlu dijelaskan sebagai berikut:

1. Koordinasi mata kaki adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerak yang dipandu oleh sistem persarafan, dilakukan oleh otot yang bekerja dan sangat berpengaruh terhadap kecepatan gerakan dan mudah untuk diarahkan oleh pemain yang terlatih.
2. Keseimbangan statis adalah kemampuan untuk mempertahankan keadaan tubuh dalam posisi diam tanpa adanya gerakan tambahan dalam waktu yang sudah ditentukan.
3. Sepakbola merupakan sebuah permainan yang beregu (tim), yang masing-masing regu (tim) beranggotakan 11 pemain inti dan beberapa pemain

cadangan, tujuan utama dari permainan sepakbola adalah memasukkan bola (*shooting*) ke gawang lawan dengan maksud untuk memenangkan permainan tersebut.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dalam bentuk tes dan pengukuran. Tes adalah instrumen atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek. Sedangkan pengukuran adalah proses pengumpulan data atau informasi yang dilakukan secara objektif Fenanlampir (2014: 1-2).

Tes dan pengukuran ini dilakukan untuk memperoleh data-data yang sesuai, Peneliti menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Data-data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hasil dari pengukuran Koordinasi Mata - Kaki dan Keseimbangan Statis dengan akurasi tes *Shooting* dalam permainan Sepakbola di *Club* Laskar Patih Harimau Rokan Desa Talikumain.

3.6 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pengukuran terhadap variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini, Adapun instrumen yang digunakan adalah:

1. Tes mengukur Koordinasi Mata-Kaki: diukur dengan menggunakan alat ukur *stopwatch*, dan tasbih digital sebagai alat penghitung poinnya, dengan melakukan menendang bola ke arah dinding pantul sebanyak-

banyaknya dalam waktu 20 detik (*Soccer Wall Volley Tes*), Setelah dilakukan ujicoba instrumen penelitian dengan hasil $r_{hitung} 0,659 > r_{tabel} 0,632$. Maka dapat disimpulkan instrumen ini layak dan dapat digunakan.

2. Tes mengukur Keseimbangan Statis: diukur dengan menggunakan alat ukur *stopwatch*, dengan melakukan berdiri satu kaki, Setelah dilakukan ujicoba instrumen penelitian dengan hasil $r_{hitung} 0,634 > r_{tabel} 0,632$. Maka dapat disimpulkan instrumen ini layak dan dapat digunakan.
3. Tes mengukur Akurasi *Shooting*: diukur dengan menggunakan alat ukur gawang yang sudah diberi tali pembatas dan disetiap tali pembatas diberikan nomor-nomor, dengan melakukan teknik *shooting* yang baik ke arah gawang tersebut. Setelah dilakukan ujicoba instrumen penelitian dengan hasil $r_{hitung} 0,702 > r_{tabel} 0,632$. Maka dapat disimpulkan instrumen ini layak dan dapat digunakan.

3.6.1 Tes Koordinasi Mata Kaki / Soccer Wall Volley Tes (Fenanlampir, 2014: 160)

- a. Tujuan : Mengukur kemampuan koordinasi mata dan kaki serta koordinasi seluruh tubuh dan kelincahan.
- b. Perlengkapan : Lapangan tes yang terdiri atas:
 - Daerah sasaran dibuat dengan garis di dinding yang rata dengan ukuran panjang 2,44 M dan tinggi dari lantai 1,22 M.
 - Daerah tendangan dibuat di depan daerah sasaran berbentuk segiempat dengan ukuran 3,65 M dan 4,23 M. Daerah tendangan berjarak 1,83 M dari dinding daerah sasaran.
- c. Pelaksanaan :
 - Testi berdiri di daerah tendangan, siap menendang bola.
 - Dengan diberi aba-aba “ya”, testi mulai