

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan sangat diperlukan untuk mendorong kajian teoritis memperkaya bahan dan juga mencari suatu bahan penelitian yang akan di kemukakan hingga dapat digunakan sebagai landasan dalam kerangka berfikir oleh peneliti. Adapun hasil yang relevan dengan penelitian yaitu :

1. Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan *Shooting* dalam Permainan Futsal (Pulus A. Buya, Doortje Tamunu, Frederik Dj. Sumaraw, 2021). Penelitian ini untuk mengetahui kemampuan bermain futsal siswa SMK Negeri 1 Tondano, yang memang masih banyak belum menguasai teknik dasar dalam bermain futsal, salah satu teknik yang memang belum dikuasai yaitu teknik dalam *Shooting* atau tendangan langsung ke gawang dengan tepat. Dalam hal ini peneliti menggunakan metode eksperimen untuk membuktikan seberapa pengaruh model latihan ini yang diberikan selama delapan minggu. Dengan ini bahwa dapat disimpulkan akan adanya peningkatan *Shooting* secara tepat di ekstrakurikuler futsal SMK Negeri 1 Tondano.

Penelitian ini menggunakan metode target sebagai tujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Shooting*. Dengan menggunakan penelitian eksperimen, dan menggunakan jenis penelitian *Two Pretest-Posttest Control Group Design*.

Perlakuan yang diberikan peneliti sebanyak 12 kali pertemuan dalam 1 bulan.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik sampling jenuh. Sampel dalam penelitian ini masuk semua dikarenakan sampel hanya 20 orang.

2. Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan *Shooting* Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal Sfc Planet Sleman (Jupri Edho Imastra Wardana 2017). Dari penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan (*treatment*) melalui metode latihan permainan target terhadap ketepatan *Shooting* menggunakan kaki bagian dalam pemain futsal SFC Planet Sleman, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan (*treatment*). Hasil tersebut dapat dilihat dari hasil nilai t_{hitung} (6.500) > t_{table} (1.833), sedangkan pada kelompok kontrol nilai t_{hitung} (0.921) < t_{table} (1.833).
3. *The Effect Of Target Game Training On The Improvement Of Shooting Kick Accuracy Using Feet Backs For Students Of Extracurricular High School Students State 2 Sidrap* Abstrak Fhaula Adrian 2020. Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Peningkatan Keterampilan Tendangan *Shooting* Menggunakan Punggung Kaki Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 2 Sidrap. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Universitas Negeri Makassar. (Dibimbing oleh Benny Badaru dan Ishak Bachtiar). Penelitian ini bertujuan. Untuk mengetahui Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Peningkatan Ketepatan Tendangan *Shooting* Menggunakan Punggung Kaki Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMA NEGERI 2 SIDRAP. Jenis penelitian ini adalah penelitian analisis deskriptif. Populasi penelitian ini adalah jumlah keseluruhan Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMA NEGERI 2 SIDRAP. Sampel penelitian terdiri dari 20 orang siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan tes. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif menggunakan fasilitas komputer melalui

program SPSS. Berdasarkan analisis data diperoleh hasil : Ada pengaruh yang signifikan permainan target terhadap peningkatan ketepatan tendangan *Shooting* dengan punggung kaki siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 2 Sidrap. Berdasarkan pengujian hipotesis hasil perhitungan diperoleh bahwa nilai signifikansi diperoleh nilai-nilai t_{hitung} yaitu pada hasil tes ketepatan *Shooting* pada siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 2 Sidrap nilai t_{hitung} (8,871) > t_{table} (1,72913) maka memiliki pengaruh yang signifikan. (Adrian, Fhaura (2020).

4. Pengaruh Model Latihan *Shooting* Target Terhadap Peningkatan Ketepatan Tendangan *Shooting* Pemain Futsal Sea Bless Blitar (Susanto Annas Tri. 2017). Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. Pembimbing (I) Dr. Eko Hariyanto M.Pd (II) Dra. Sri Purnami M.Pd. Kata kunci model latihan *Shooting* target ketepatan tendangan futsal. Futsal merupakan olahraga permainan seperti sepakbola yang dilakukan di dalam ruangan yang dimainkan lima lawan lima pemain dalam durasi tertentu dimainkan pada lapangan gawang dan bola lebih kecil dari permainan sepakbola. Dalam permainan futsal terdapat teknik dasar *Shooting* yang merupakan aspek penting untuk menciptakan gol. Pengamatan terhadap proses permainan pemain futsal Sea Bless kota Blitar saat bertanding intensitas dan kualitas pemain dalam melakukan *Shooting* sangat kurang. Hal tersebut berakibat pada penyelesaian akhir yang buruk sehingga menyebabkan sedikitnya jumlah gol yang mengakibatkan tim mengalami kekalahan. Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan *Shooting* adalah dengan menggunakan

model latihan *Shooting* target. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dari model latihan *Shooting* target terhadap peningkatan ketepatan tendangan *Shooting* pemain serta dapat menambah variasi latihan teknik dasar *Shooting* pemain futsal Sea Bless. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen *matching pretest - posttest control group design* dengan menggunakan sampel penelitian 20 orang pemain futsal Sea Bless. Sampel dibagi dalam dua kelompok dengan cara ordinal pairing matching. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah tes ketepatan tendangan *Shooting* ke sasaran pada gawang. Dari hasil uji persyaratan dan uji hipotesis hasil kemampuan *Shooting* masing-masing kelompok latihan telah dihitung melalui uji normalitas uji homogenitas dan analisis uji-t. Hasil analisis uji-t amatan ulangan diperoleh t_{hitung} sebesar 3,230 t_{table} 1,833 untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh t_{hitung} sebesar 1,527 t_{table} 1,833 pada signifikansi 0,05. Hasil uji-t cuplikan kembar antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol diperoleh t_{hitung} sebesar 0,971 t_{table} 1,734 pada signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh kesimpulan hasil penelitian sebagai berikut. Model latihan *Shooting* target memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan tendangan pemain futsal. Latihan konvensional sedikit berpengaruh terhadap peningkatan ketepatan tendangan *Shooting* pemain futsal. Model latihan *Shooting* target lebih efektif terhadap peningkatan ketepatan tendangan *Shooting* pemain futsal Sea Bless Blitar. Disarankan kepada lembaga dan pelatih futsal Sea Bless untuk menggunakan model latihan *Shooting* target

dalam upaya meningkatkan kemampuan ketepatan tendangan *Shooting* futsal pemain. (Susanto, Annas Tri 2017).

Berdasarkan penelitian relevan diatas dalam tercapainya sebuah hasil yang optimal adalah dengan metode latihan yang benar. Dari beberapa penelitian yang telah dijelaskan diatas ada beberapa perbedaan dan persamaan pada variabel penelitian dengan variabel yang penulis gunakan. Perbedaannya terletak pada sumber data dan model Latihannya. Dan untuk persamaannya terletak pada jenis penelitian dan tujuan dari penelitian yang dilakukan. Penulis menggunakan rujukan dari hasil penelitian di atas untuk memperkaya referensi penelitian.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk menerapkan metode latihan *Shooting* futsal untuk Club Rajawali yang telah di dasari dari hasil penelitian yang menyebutkan bahwa Latihan *Shooting* futsal dapat meningkatkan keterampilan dasar bermain futsal yang dapat berpengaruh terhadap prestasi Club tersebut.

2.1 Permainan Futsal

Olahraga Futsal menurut Kurniawan dalam (Iskandar, 2019) merupakan Sebuah permainan bola yang terdiri dari dua tim, masing-masing tim terdiri dari lima orang, tujuannya untuk *passing* bola ke gawang lawan. Futsal adalah permainan dua kelompok, yang masing-masing kelompok terdiri dari lima orang pemain termasuk satu penjaga gawang. Tujuan permainan futsal hampir sama dengan sepakbola yakni memasukan gol sebanyak mungkin dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukkan. Suatu regu dinyatakan menang apabila berhasil memasukan bola ke gawang lawan lebih banyak dari pada regu lawannya, dan apabila jumlah memasukan bola nya sama dari regu tersebut, maka permainan dinyatakan draw atau seri. Hampir seluruhnya permainan futsal dimainkan dengan

tungkai/kaki kecuali penjaga gawang yang boleh memainkan bola dengan lengan/tangan di daerah gawangnya (Sucipto, 2015)

Dalam olahraga futsal untuk menciptakan hasil yang maksimal (gol) disamping mempunyai tim yang baik pemain juga perlu memiliki kemampuan dasar yang baik pula seperti *passing*, *receiving*, *dribbling*, *Shooting* dan *heading* (Hendrik Mentara, 2020). Pertandingan futsal merupakan permainan yang terdiri dari dua tim dengan masing-masing anggota tim terdiri dari 5 pemain utama dan maksimal 7 orang pemain cadangan. Gawang yang dipakai di futsal juga lebih kecil dibandingkan dengan gawang sepak bola. Kebanyakan permainan futsal dimainkan di permukaan datar dan dimainkan di ruangan tertutup (di dalam ruangan), tetapi kebanyakan dimainkan di lapangan terbuka (di luar ruangan).

Futsal menurut Murhananto dalam (Alfindana, 2019) merupakan kata yang digunakan secara internasional untuk permainan sepak bola dalam ruangan. Kata itu berasal dari kata *futbol* atau "*futebol*" (dari bahasa Spanyol dan Portugis, artinya pemain sepak bola) dan *sa laon* atau *sala* (dari bahasa Prancis atau Spanyol, artinya dalam ruangan). FIFA menyebutkan pertandingan Futsal pertama kali digelar di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930. FIFA menyebutkan pertandingan Futsal pertama kali digelar di Montevideo,

Uruguay pada tahun 1930. Futsal termasuk ke dalam permainan bola besar yang dimainkan oleh 5 orang dalam satu timnya, bola yang digunakan berukuran lebih kecil dan lebih berat dari pada sepak bola Lukimanto dalam (Herman, 2017). Menurut Hatta dalam (Nurhadiyan et al, 2017) futsal merupakan permainan yang dilakukan dalam ruangan dengan ukuran lapangan, panjang lapangan 38-42 meter dan lebar 15-25 meter, dan dalam satu kelompok diisi oleh 5 pemain termasuk

penjaga gawang. Futsal merupakan permainan yang menuntut pergerakan bola yang cepat dari satu kaki ke kaki lainnya, (Fernando, 2021). Sebagai sebuah permainan yang memiliki penggemar banyak permainan ini dijadikan ajang untuk berkumpulnya para pemain untuk bersenang-senang ditengah rivalitas, baik antar pemain maupun antar club.

2.2 Sarana dan Prasarana Futsal

2.2.1 Bola Futsal

Menurut (Mulyono, 2014) ukuran bola pada permainan futsal adalah : a) Memiliki bentuk bulat, b) Bahan kulit atau sejenisnya, c) Minimal 62 cm dan maksimalnya 64 cm, d) Ketika pertandingan berat bola minimal 400 gram dan maksimalnya 440 gram, e) Mempunyai tekanan yang sama dengan 0,6-0,9 atmosfer (600-900 gram), f) Ketika dipantulkan ketinggian bola antara 50 cm – 65 cm dari dua meter.

2.2.2 Perlengkapan pemain

Menurut Asmar Jaya dalam (Royana, 2017) :

- a) Sepatu futsal
- b) Kaos bernomor
- c) Celana pendek
- d) Deker/pelindung tulang kering kaki
- e) Pelindung lutut (penjaga gawang)
- f) Kaos kaki

2.2.3 Lapangan Pemain

Menurut (Rinaldi, et all, 2020) :

- a) Dimensi: panjang 25-42m x lebar 15-25m.
- b) Garis batas: garis dengan lebar 8 cm yaitu garis kontak di samping, gawang di ujung dan garis horizontal di tengah lapangan
- c) Lingkaran tengah: diameter 6 m.
- d) Area penalti: jarak busur setiap tendangan adalah 6 m.
- e) Area pinalti kedua : 10 meter (Tendangan *Second*)

2.2.4 Gawang

Dalam Permainan futsal, berikut spesifikasi gawang dalam permainan futsal :

- a) Target harus ditempatkan di tengah garis target. Ini terdiri dari dua batang paralel vertikal yang dihubungkan oleh pilar horizontal.
- b) Jarak antara tiang vertikal adalah 3 meter, dan jarak dari sisi bawah batang ke dasar permukaan lapangan adalah 2 meter.
- c) Lebar palang vertikal dan horizontal adalah 8 cm. net atau jaring terbuat dari rami, kain goni atau nilon. Dipasang pada batang vertikal dan horizontal di bagian belakang gawang. Bagian bawah ditopang oleh batang melengkung atau bentuk lain untuk memberikan tahanan yang cukup.
- d) Kedalaman gawang mengacu pada jarak dari ujung dalam posisi gawang langsung ke luar lapangan, minimal 80 cm di atas dan 100 cm di bawah (permukaan lapangan).

Untuk lapangan futsal khususnya di Indonesia ini berbeda beda jika dilihat dari jenis lantai atau alasnya. Menurut (Prakoso et all, 2013) terdapat banyak jenis-jenis

lapangan dengan permukaan yang berbeda beda seperti yang telah dijelaskan dibawah :

- a) Lapangan futsal jenis *vinyl* : lapangan yang bahannya terbuat dari karet lembut. Bidang vinyl jenis ini sering juga disebut dengan karet karena bahan dasarnya yang mirip dengan karet.
- b) Lapangan futsal berlantai parket: Lapangan yang terbuat dari kayu, bahan ini sudah digunakan sejak lama dan sangat umum di stadion (GOR).
- c) Lapangan futsal rumput tiruan: Lapangan jenis ini sebenarnya digunakan untuk futsal dalam ruangan, bukan lapangan futsal. Jenis ini tentunya bukan untuk prestasi, melainkan hanya untuk hiburan.
- d) Jenis lapangan futsal semen: Jenis lapangan ini mudah ditemukan terutama di pinggiran kota besar. Ini karena nilai ekonomis dan daya tahan jangka panjangnya.

Gawang yang dipakai di futsal juga lebih kecil dibandingkan dengan gawang sepak bola. Permainan Futsal *relative* sama dengan permainan sepak bola hanya saja terdapat beberapa perbedaan.

2.2.5 Jumlah Pemain

Menurut (Rinaldi et al, 2020) ketentuan jumlah pemain futsal adalah sebagai berikut :

1. dalam setiap pertandingan futsal, satu tim terdiri atas lima orang, termasuk 1 orang kiper dan 4 pemain yang bukan kiper.
2. Pertandingan tidak boleh dimulai apabila pemain dari salah satu tim kurang dari 3 pemain.

3. Jumlah pemain minimal ialah 2 pemain untuk mengakhiri pertandingan (tidak termasuk cedera).
4. Pemain cadangan berjumlah 9 orang (Maksimal).

2.3 Peraturan Permainan Futsal

Menurut (Fiqri, 2020) berikut peraturan pada permainan futsal :

1. Untuk memulai pertandingan jumlah pemain yakni 5 pemain termasuk 1 penjaga gawang
2. Jika jumlah minimum pemain 2 salah satunya penjaga gawang, maka pertandingan akan diakhiri
3. Maksimum pemain cadangan yakni 7 pemain
4. Untuk pergantian pemain, semua pemain dapat keluar masuk pada saat pertandingan, kecuali pergantian penjaga gawang, hanya bisa apabila bola belum ditendang dan mendapat persetujuan oleh wasit.
5. Lama pertandingan adalah 2x20 menit (waktu bersih), dengan waktu istirahat 10 menit, lama perpanjangan waktu yakni 2x10 menit (jika hasil masihimbang maka pinalti), *Time out* untuk setiap tim yakni 1x pada setiap babak.
6. Lama Permainan

Menurut (Rinaldi et all, 2020), durasi pertandingan dalam sebuah pertandingan futsal adalah 2 x 20 menit waktu bersih. Maksud dari waktu bersih adalah jalannya pertandingan tidak boleh terganggu dengan hal lain, misalnya saat terjadi pelanggaran, gol, bola keluar lapangan, dan hal lain yang dapat mengganggu jalannya pertandingan akan otomatis memberhentikan waktu pertandingan. Karena itu, tidak jarang satu babak

bisa berakhir selama 30-40 menit total. Namun, di Indonesia, terkadang turnamen resmi dilaksanakan dengan waktu 2 x 10 menit dan 2 x 15 dengan penjelasan sebagai berikut.

- Lama perpanjangan waktu: 2x5 menit (bila hasil masih imbang setelah 2x20 menit waktu normal).
- Ada adu pinalti (maksimal 5 gol) jika jumlah gol kedua tim seri saat perpanjangan waktu selesai.
- *Time-out*: 1 per tim per babak; tak ada dalam waktu tambahan.

Table 2. 1 Berikut adalah perbedaan *table* sepakbola dan futsal

Kategori	Futsal	Sepakbola
Jumlah pemain	Terdiri atas 5 orang	Terdiri atas 11 pemain
Pergantian pemain	Tidak dibatasi	Maksimal pergantian 3 kali
Awalan permainan (ketika bola keluar)	Tendangan ke dalam	Lemparan kedalam
Wasit	1 wasit serta 1 asisten wasit	1 wasit serta 2 hakim garis
Waktu	2 x 20 menit	2 x 45 menit
<i>Time out</i>	Tidak ada	1 time out di masing-masing regu dalam tiap babak
<i>Offside</i>	Tidak ada peraturan offside	Peraturan offside berlaku
Kartu merah	Pergantian pemain dapat dilakukan setelah 2 menit dari pemain yang dikeluarkan	Tidak ada pergantian pemain jika pemain dikeluarkan
<i>Tackling</i> atau benturan fisik	Tidak diperbolehkan	Diperbolehkan

(sumber: <https://www.kompas.com/skola/read/2020/10/06/170000669/apa-perbedaan-futsal-dan-sepak-bola>)

2.4 Teknik Dasar Permainan Futsal

2.5.1 *Passing* Futsal

Teknik *passing* dalam permainan futsal sangat sering dilakukan selama pertandingan maupun bermain keterampilan futsal, setimbang dari teknik lainnya, karena untuk melatih teknik dasar *passing* sesuatu yang diwajibkan bagi pemain. *Passing* bola kepada teman dengan kaki bagian dalam agar melakukan *passing* cukup keras dan bola dapat dikontrol oleh teman (Aji, 2016)

Passing sangat penting dalam permainan futsal, karena jika kita melakukan *dribble* secara terus menerus tanpa dilanjutkan mengumpan bola ke teman, lawan akan dengan mudah membaca pergerakan kita, dan memotong bola dengan cepat. Dengan kata lain *passing* merupakan nafas dalam permainan futsal. Menurut Lhaksana dalam (Fiqri, 2021) Untuk mencapai sasaran yang diinginkan diperlukan penguasaan *passing* yang baik.

2.5.2 Menyundul bola (*heading*)

Menyundul bola atau lebih dikenal dengan *heading* adalah memainkan bola dengan menggunakan kepala tepatnya dengan menggunakan dahi atau kening. Menyundul bola dapat dilakukan dengan dua cara yaitu menyundul bola berdiri/tanpa loncat dan menyundul bola dengan meloncat. Tujuan menyundul bola ialah untuk mengumpan, mencetak gol, dan untuk membuang bola pada saat serangan lawan (Emral, 2016)

Menurut (Wahyudi, 2020) gerakan menyundul bola melibatkan seluruh tubuh dengan posisi melengkung, leher ditegangkan, perkenaan bola tepat pada dahi, mata terbuka, kepala di dorong ke depan atau samping, dan menjaga stabilitas dengan kedua tangan disamping badan.

2.4.3 Menendang ke arah gawang (*Shooting*)

Shooting merupakan gerakan menendang bola ke arah gawang berkenaan bagian kaki dengan tujuan mencetak gol (Luxbacher, 2014). Laju bola yang keras dan cepat menambah peluang terciptanya gol serta beberapa variasi *Shooting* dapat mengecoh pergerakan seorang kiper. *Shooting* dilakukan dengan kontak antar bola dan kaki yang kuat dan cepat sehingga laju bola juga akan *powerfull*. *Shooting* dilakukan pada saat pemain berposisi seperti penyerang (*striker*), gelandang dan sayap berada di daerah kotak pinalti lawan. Tujuan dari *Shooting* ialah untuk mencetak gol ke gawang lawan dengan tembakan yang akurat agar sulit dihalau penjaga gawang lawan.

Menurut (Fernando, 2021) *Shooting* atau menendang bola dalam permainan sepakbola memiliki beberapa kegunaan antara lain: untuk melakukan *passing* atau mengumpan bola, untuk menembakkan bola ke gawang (*Shooting*), untuk membersihkan dari serangan lawan (*clearing*) atau tendangan-tendangan khusus. Selain itu *Shooting* dalam permainan sepakbola dapat dibagi menjadi 3 jenis yaitu: menembak dengan kaki bagian dalam, punggung kaki, dan menembak dengan kaki bagian luar.

Agar berhasil dalam menembak bola, seorang pemain perlu mengembangkan kemampuan keterampilan dasar permainan futsal. Pemain juga harus mampu memanfaatkan peluang sebaik mungkin. Kemampuan pemain dalam memanfaatkan peluang akan mempermudah pemain dalam melakukan *Shooting*. Menurut (Mielke, 2016) cara yang paling tepat dalam mengembangkan teknik menembak bola adalah dengan melakukan pengulangan dengan teknik yang benar. Jika pemain terus berlatih secara berulang-ulang, maka pemain tersebut dapat

menjalankan keterampilan menembak dengan baik dan dapat memanfaatkan peluang sebaik mungkin.

(Nugraha, 2012) menjelaskan pemain harus mampu menentukan keputusan untuk melakukan *Shooting* ke gawang tanpa membuang waktu. Peluang untuk menciptakan gol terkadang waktunya sangat singkat, oleh karena itu pemain tidak bola lengah dalam melakukan *Shooting* dengan baik dan mencetak gol. Menendang bola merupakan salah satu keterampilan teknik dasar yang dominan. Selain itu, menendang bola dapat diartikan sebagai faktor utama yang harus dikuasai, sebab teknik ini digunakan untuk memindahkan bola dari satu tempat ketempat lain. Menembak bola dapat dilakukan pada saat keadaan bola diam, bergerak, maupun melayang.

Terjadinya gol di dalam pertandingan sepakbola sangat dinanti-nantikan oleh penggemar sepakbola di dunia. Lebih 70% dari gol-gol tersebut berasal dari tembakan atau *Shooting*. Sementara itu (Kusuma, 2014) menjelaskan tendangan bola ke gawang mempunyai beberapa syarat yang harus dipenuhi di samping persyaratan lainnya yaitu kekuatan. Syarat tembakan itu antara lain adalah kuat untuk ke bawah melepaskan tembakan diperlukan tembakan keras (*power Shooting*). Tembakan keras (*power Shooting*) yang dimaksud disini adalah kekuatan yang dihasilkan oleh kontraksi otot tungkai dalam waktu yang singkat, atau *power Shooting* adalah hasil dari perkalian kontraksi otot dengan kecepatan.

Konsep yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola ketika melakukan *Shooting*. Konsep tersebut yaitu: 1) Ketika menendang bola, lakukan dengan cepat dan tanpa keragu-raguan. Jangan sampai penjaga gawang membaca arah tendangan. 2) Jangan menendang bola ke arah penjaga gawang. 3) Pusatkan seluruh grafitasi tubuh untuk menedang bola, fokuskan seluruh kekuatan pada kaki. 4) Perhatikan terus arah lari bola dan bergerak mengikutinya, hal ini mengantisipasi kemungkinan mendapatkan bola lagi (Koger, 2017). Dari beberapa teori Menendang bola dapat dilakukan dengan dengan semua bagian kaki untuk menembak bola ke gawang, namun secara teknik agar bola sulit dihalau yakni dapat dilakukan dengan punggung kaki atau kura-kura kaki. Keberhasilan pemain dalam pencetak gol tergantung pada beberapa faktor. Kemampuan menggunakan kedua kaki adalah faktor penting untuk melakukan tembakan dengan kuat dan akurat. Kualitas seperti antisipasi, kemantapan, dan ketenangan di bawah tekanan lawan juga tak kalah pentingnya. Bersiap-siaplah untuk mengambil keuntungan dari kesempatan mencetak gol dengan mempraktikkan keterampilan menembak pada situasi yang menyimulasikan kondisi permainan yang sebenarnya.

2.4.4 Menggiring bola (*dribbling*)

Menggiring bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Cara melakukan *dribbling* yang dikutip dari (Emral, 2016) adalah sebagai berikut: (1) *Dribbling* menghadapi tekanan lawan, bola harus dekat dengan kaki ayun atau kaki yang akan melakukan *dribbling*, artinya sentuhan terhadap bola sesering mungkin atau banyak sentuhan. (2) Sedangkan bila di daerah bebas tanpa ada tekanan lawan, maka sentuhan bola sedikit dengan diikuti gerakan lari yang cepat.

Hal-hal yang perlu diperhatikan pada saat menggiring bola di antaranya: (1) Bola harus selalu terkontrol, dekat dengan kaki, (2) Bola harus dalam perlindungan (dengan kaki yang tepat sesuai keadaan dan posisi lawan), (3) Pandangan luas, artinya mata tidak hanya terpaku pada bola dan (4) Dibiasakan dengan kaki kanan dan kiri.

2.4.5 Menghentikan bola (*Stopping*)

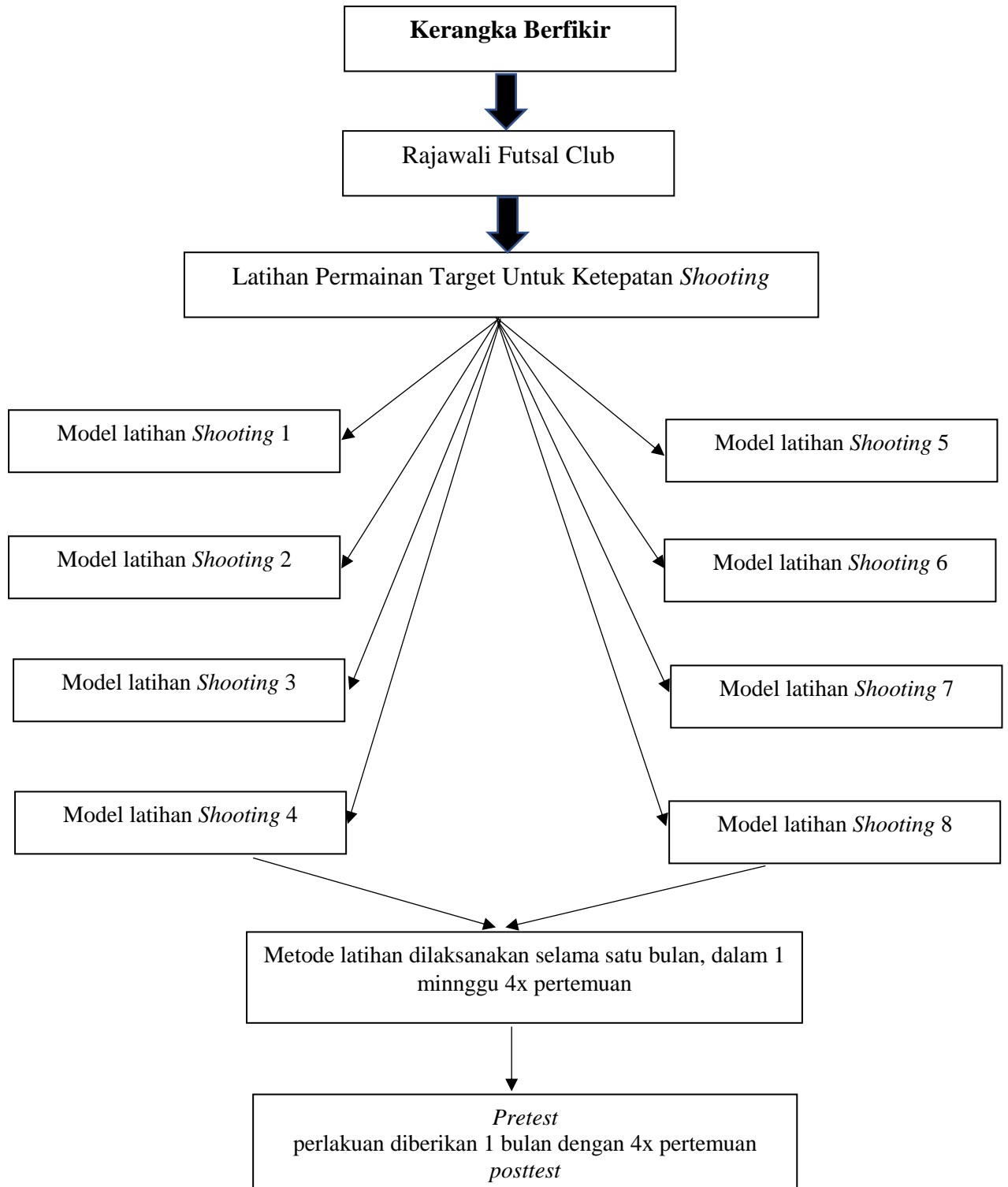
Menurut (Ginting, 2019) Menghentikan bola merupakan salah satu teknik menahan bola menggunakan bawah sepatu/sol, dengan tujuan agar memudahkan kita menahan bola tersebut dan tidak direbut oleh lawan yang dapat menyebabkan lawan dapat menciptakan peluang terjadinya gol. Menghentikan bola atau yang sering disebut mengontrol bola terjadi ketika seorang pemain menerima passing atau menyambut bola dan mengontrolnya sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*, *passing* atau *Shooting*. Tujuan menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola, sehingga pemain mampu untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan atau mengubah arah permainan, dan memudahkan untuk melakukan *passing*. Dilihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

Menurut (Wahyudi, 2020) yang harus diperhatikan dalam teknik mengontrol, menerima, dan menguasai bola. Antara lain adalah sebagai berikut: (1) Pengamatan terhadap lajunya bola selalu harus dilakukan oleh pemain, baik saat bola melayang ataupun bergulir. (2) Gerakan menahan lajunya bola dengan cara menjaga stabilitas dan keseimbangan tubuh, dan mengikuti jalannya bola (sesaat bersentuhan antara

bola dengan bagian tubuh). (3) Pandangan selalu tertuju pada bola saat menerima bola, setelah bola dikuasai, arahkan bola untuk gerakan selanjutnya seperti mengoper bola atau menembak bola.

3.6 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir adalah suatu model konseptual yang digunakan sebagai landasan teori yang terkait dengan faktor-faktor dalam penelitian (Sugiyono, 2019)



Gambar 2 1 Kerangka Berpikir

2.7 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Jadi hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

H_a = Terdapat pengaruh model latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan *Shooting* dalam Permainan Futsal Rajawali Club

H_0 = Tidak terdapat pengaruh model latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan *Shooting* dalam Permainan Futsal Rajawali Club.