



**HUBUNGAN *MOTOR ABILITY* DENGAN KETERAMPILAN
TEKNIK DASAR BERMAIN FUTSAL PADA CLUB ATLAS
MUDA FUTSAL SEMARANG TAHUN 2019**

SKRIPSI

diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

oleh

**Bangkit Gala Persada
6301415131**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

ABSTRAK

Bangkit Gala Persada. 2019. “**Hubungan *Motor Ability* Dengan Keterampilan Teknik Dasar Bermain Futsal Pada Klub Atlas Muda Futsal Semarang tahun 2019.**” Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Drs. Kriswantoro, M.Pd

Latar belakang penelitian ini adalah untuk mengkaji tentang hubungan antara *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal. Permasalahan penelitian ini adalah: apakah ada hubungan antara *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal.

Metode penelitian menggunakan penelitian korelasional deskriptif. Populasi peserta klub Atlas Muda Futsal Semarang tahun 2019 berjumlah 30 orang, adapun teknik sampling menggunakan *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel 20 orang. Analisis data menggunakan uji korelasi regresi linear dengan taraf signifikan 5%.

Hasil penelitian: Uji korelasi diperoleh nilai $r_{hitung} > r_{tabel} = 0,463 > 0,444$ dengan signifikansi $= 0,040 < 0,05$. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang cukup antara *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal

Simpulan dan saran dalam penelitian ini adalah: ada hubungan yang cukup antara *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal. Saran, bagi pelatih hendaknya memberikan latihan yang tepat terhadap para pemainnya khususnya dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar atau *motor ability* agar menunjang keterampilan teknik dasar bermain futsal pada pemain klub Atlas Muda Futsal Academy Semarang.

Kata kunci: ***Motor Ability*, dan Teknik Dasar Futsal.**

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya :

Nama : Bangkit Gala Persada

NIM : 6301415131

Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Hubungan *Motor Ability* Dengan Keterampilan Teknik Dasar Bermain Futsal Pada Klub Atlas Muda Futsal Academy Semarang tahun 2019

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumber sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, 20 Mei 2019

Yang menyatakan,



Bangkit Gala Persada
NIM.6301415131

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul :

"Hubungan *Motor Ability* Dengan Keterampilan Teknik Dasar Bermain Futsal Pada Klub Atlas Muda Futsal Academy Semarang tahun 2019."

Disusun Oleh :

Nama : Bangkit Gala Persada

NIM : 6301415131

Jurusan/Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

Telah disahkan dan disetujui pada tanggal 20 Juli 2019 oleh :

Menyetujui,

Ketua Jurusan PKLO



Dosen Pembimbing

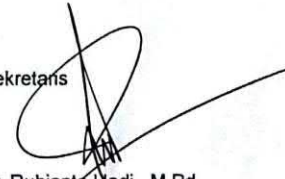


PENGESAHAN

Skripsi atas nama Bangkit Gala Persada NIM 6301415131 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Judul : HUBUNGAN *MOTOR ABILITY* DENGAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BERMAIN FUTSAL PADA CLUB ATLAS MUDA FUTSAL SEMARANG TAHUN 2019 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Selasa tanggal 6 Agustus 2019


Ketua
Prof. Dr. Tandyo Rahayu, M.Pd
NIP. 196403201984032001

Panitia Ujian


Sekretaris
Dr. Rubianto Hadi, M.Pd
NIP. 196302061988031001

Dewan Penguji

1. Drs. Wahadi, M.Pd. (Penguji 1)
NIP. 196101141986011001

2. Drs. Hermawan, M.Pd. (Penguji 2)
NIP. 195904011988031002

3. Drs. Kriswantoro, M.Pd. (Penguji 3)
NIP. 196106301987031003

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(QS. Al Insyirah: 5)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Ayah dan ibu, Riyanto dan Dinah Pahlewi yang tidak pernah lelah memberikan cinta, kasih sayang, pengorbanan, dukungan serta doanya selalu.
2. Kakak dan adik, Kukuh Gita Patria, Fatchiah Nurul dan Afrida Gema Pertiwi yang tidak pernah berhenti memberikan dukungan serta kebahagiaan.
3. Para Sahabat dan teman-teman yang selalu memberi motivasi dan dukungan.
4. Almamater Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga angkatan 2015

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Motor Ability* Dengan Keterampilan Teknik Dasar Bermain Futsal Pada Klub Atlas Muda Futsal Academy Semarang tahun 2019.” dengan lancar dan pada waktu yang tepat. Penulis berharap sumbang saran yang penulis ajukan dapat menambah sediki wawasan diantara hamparan ilmu dan pengetahuan di dunia ini.

Dalam penyusunan skripsi ini pasti ada kesulitan dan kendala, namun di setiap kesulitan pasti ada kemudahan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini saya ingin berterimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum, selaku Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk menimba ilmu di kampus Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kelancaran dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi.
3. Soedjatmiko, S.Pd, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan saya izin untuk melaksanakan penelitian skripsi.
4. Drs. Kriswantoro, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing yang memberikan bimbingan, waktu, tenaga serta pengarahannya sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.
5. Seluruh dosen beserta staf karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan terutama jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi.
6. Dzulimar Dyah Rachmawati dan keluarga yang tidak pernah lelah memberi dukungan, motivasi, nasehat dan doa selalu.
7. Coach Seftian Wicaksono selaku pelatih utama Klub Atlas Muda Futsal Semarang yang telah menerima dan mengizinkan saya untuk melakukan penelitian untuk menyelesaikan skripsi.

8. Teman-teman IKK Futsal 2015 yang telah setia memberi dukungan dan bantuan dalam penyelesaian skripsi.
9. Keluarga kontrakan mas Guntur, mas Raiz, Adytya, Sholeh, Bangkit, Reinaldi, mas Riski, Fani, Ngatino, Osa, Adit, dan Wafa yang telah memberikan bantuan tempat, materil serta tenaga yang berarti.
10. Sahabat saya Malik Alkayis yang sudah mau membantu dan selalu memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi.
11. Teman-teman Pendidikan Kepelatihan Olahraga angkatan 2015 yang telah menjadi teman, sahabat maupun menjadi sebuah keluarga selama kurang lebih 4 tahun ini.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi yang tidak bisa disebut satu persatu sehingga penulis terdorong untuk menyelesaikan skripsi ini.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN.....	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penulisan	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
 BAB 2 LANDASAN TEORI, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS	
2.1 Landasan Teori	9
2.1.1 Teknik Dasar Futsal	9
2.1.1.1 Teknik Dasar Mengumpan (<i>Passing</i>).....	9
2.1.1.2 Teknik Dasar Menahan Bola (<i>Control</i>).....	11
2.1.1.3 Teknik Dasar Mengumpan (<i>Chipping</i>).....	12
2.1.1.4 Teknik Dasar Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>).....	13
2.1.1.5 Teknik Dasar Menembak (<i>Shooting</i>).....	14
2.1.2 Komponen Kondisi Fisik	16
2.1.2.1 Kekuatan (<i>Strength</i>).....	18
2.1.2.2 Daya Tahan (<i>Endurance</i>).....	18
2.1.2.3 Daya Ledak (<i>Power</i>)	18
2.1.2.4 Kelincahan (<i>Agility</i>)	19
2.1.2.5 Kecepatan (<i>Speed</i>)	19
2.1.2.6 Daya Lentur (<i>Flexibility</i>)	19
2.1.2.7 Koordinasi (<i>Coordination</i>)	20
2.1.2.8 Keseimbangan (<i>Balance</i>).....	20
2.1.2.9 Ketepatan (<i>Accuracy</i>).....	20
2.1.2.10 Reaksi (<i>Reaction</i>)	21
2.1.3 <i>Motor Ability</i>	21
2.2 Kerangka Berpikir.....	24
2.3 Hipotesis	25

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian	26
3.2 Variabel Penelitian	27
3.2.1 Variabel Bebas	27
3.2.2 Variabel Terikat	27
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Penarikan Sampel Penelitian	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sampel	28
3.3.3 Teknik Penarikan Sampel	28
3.4 Instrumen Penelitian	28
3.4.1 Tes <i>Barrow Motor Ability</i>	29
3.4.2 Tes Keterampilan Bermain Futsal (<i>Futsal Skill Test</i>)	35
3.5 Prosedur Penelitian	37
3.6 Teknik Analisis Data	38

BAB 4 PEMBAHASAAN

4.1 Hasil Penelitian	39
4.1.1 Deskripsi Data	39
4.1.2 Uji Normalitas Data	40
4.1.3 Uji Homogenitas Data	41
4.1.4 Uji Linearitas Garis Regresi.....	42
4.1.5 Uji Hipotesis	43
4.2 Pembahasan	45

BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	46
5.2 Saran	46

DAFTAR PUSTAKA.....	48
---------------------	----

LAMPIRAN	51
----------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Rangkuman Hasil Tes <i>Motor Ability</i> dan Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal.....	40
4.2 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Data Penelitian.....	40
4.3 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas	41
4.4 Hasil Perhitungan Uji Linearitas Regresi Data Penelitian	42
4.5 Hasil Uji Hipotesis.....	43
4.6 Tabel Kriteria Rentang Koefisien Korelasi	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Teknik Dasar Mengumpan (<i>Passing</i>)	10
2.2 Teknik Dasar Menahan Bola (<i>Control</i>)	11
2.3 Teknik Dasar Mengumpan Lambung (<i>Chipping</i>)	12
2.4 Teknik Dasar Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	13
2.5.1 Teknik Dasar Menembak dengan Punggung kaki (<i>Shooting</i>).....	15
2.5.2 Teknik Dasar Menembak dengan Ujung kaki (<i>Shooting</i>)	16
2.6 Gambar Kerangka Berpikir	25
3.1 Gambar Tes <i>Standing Board Jump</i>	30
3.2 Gambar Tes <i>Softball Throw</i>	31
3.3 Gambar Tes <i>Zig-zag Run</i>	32
3.4 Gambar Tes <i>Wall Pass</i>	33
3.5 Gambar Tes <i>Medicine Ball Put</i>	34
3.6 Gambar Lari Cepat 50 meter	34
3.7 Gambar Tes Keterampilan teknik Dasar Bermain Futsal (<i>FST</i>).....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Usulan Dosen Pembimbing.....	51
2. Surat Izin Penelitian.....	52
3. Surat Bukti Telah Melaksanakan Penelitian	53
4. Hasil Tes <i>Motor Ability</i>	54
5. Hasil Keterampilan Teknik Dasar Bermain Futsal (<i>FST</i>)	55
6. Hasil Tes <i>Standing Board Jump</i>	56
7. Hasil Tes <i>Softball Throw</i>	57
8. Hasil Tes <i>Zig-Zag Run</i>	58
9. Hasil Tes <i>Wall Pass</i>	59
10. Hasil Tes <i>Medicine Ball Put</i>	60
11. Hasil Tes Lari 50 meter.....	61
12. Hasil SPSS	62
13. Dokumentasi	71
14. Dokumentasi Tempat Latihan.....	74
15. Daftar Nama Pemain Sampel Penelitian	75
16. Daftar Prestasi Atlas Muda Futsal Semarang.....	76

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kebutuhan tersendiri bagi kehidupan manusia kapanpun dan dimanapun. Kehidupan modern sekarang menyebabkan manusia semakin sadar akan pentingnya olahraga. Kesadaran ini mempengaruhi perkembangan pengetahuan dan minat pada olahraga semakin pesat, baik sebagai suatu hobi, tontonan, rekreasi, kebugaran, kesehatan maupun mata pencaharian menurut Abraham (dalam Ekarina Kamanita Br Meliala dan Hijrin Fithroni, 2018:77). Seiring adanya perkembangan dan kemajuan teknologi, bidang keolahragaan mengalami kemajuan yang sangat pesat. Untuk itu perlu dilakukan beberapa upaya pembinaan dan pengembangan di bidang keolahragaan, yang bertujuan untuk mencapai prestasi yang optimal pada suatu kejuaraan baik di tingkat regional, nasional, bahkan internasional. Sebagai contoh salah satunya ialah cabang olahraga futsal.

Futsal merupakan salah satu jenis olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat, baik di kalangan anak-anak, remaja, maupun dewasa. Permainan olahraga ini mudah dimainkan oleh siapa saja, permainan ini bisa dilakukan di dalam dan di luar ruangan dengan membutuhkan ukuran lapangan tidak terlalu besar. Menurut Halim (2009: 6) futsal adalah permainan sejenis sepakbola, tetapi yang membedakan adalah lapangan dan gawang yang digunakan berukuran lebih kecil, dimainkan oleh 10 pemain dengan masing-masing tim terdapat 5 orang pemain, serta menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih berat.

Futsal adalah olahraga yang dinamis, dimana para pemainnya dituntut untuk selalu bergerak dan dibutuhkan keterampilan teknik yang sangat baik serta mempunyai determinasi yang tinggi. Pemain futsal harus dituntut mempunyai kondisi fisik yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi agar dapat bermain futsal selama 2 x 20 menit. Pemain futsal juga bisa mengambil keuntungan yang positif dari permainan ini, yaitu dari segi sosial, hiburan, mental dan emosional. Olahraga ini bisa dikatakan sebagai olahraga yang tujuannya bersifat rekreasi ataupun prestasi.

Teknik keterampilan futsal hampir sama dengan sepak bola, hanya perbedaan yang paling mendasar dalam futsal banyak mengontrol atau menahan bola dengan menggunakan telapak kaki (*sole*), karena permukaan lapangan yang keras para pemain harus menahan bola tidak boleh jauh dari kaki, karena apabila jauh dari kaki dengan ukuran lapangan yang kecil pemain lawan akan mudah merebut bola. Selain itu, pergerakan pemain yang terus menerus juga menyebabkan pemain harus terus melakukan operan (*passing*). Tak heran bila 90% permainan futsal diisi oleh passing (Murhananto, 2006: 2).

Di dalam permainan futsal, terdapat faktor penting yang harus diperhatikan, yaitu faktor penguasaan keterampilan teknik dasar. Menurut Andi Irawan (dalam Kusnun Lukmanto, 2016:4) untuk menjadi pemain futsal yang baik, setidaknya pemain harus menguasai keterampilan atau teknik dasar futsal, diantaranya meliputi: mengumpan bola (*passing*), mengumpan lambung (*chipping*), menguasai bola (*controlling*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*) dan menembak bola (*shooting*). Beberapa teknik dasar futsal tersebut mencakup unsur-unsur seperti koordinasi mata dan kaki, *timing*, kelincahan, kecepatan maupun *power*.

Dalam kenyataan di lapangan selama ini para pemain futsal terutama pemain yang masih berusia remaja masih belum mampu untuk melakukan teknik dasar futsal dengan baik dan benar serta penguasaan gerak yang masih kurang, sehingga banyak pemain futsal yang mengalami cedera serta berdampak pada prestasi yang diraih oleh pemain menjadi kurang optimal. Hal ini disebabkan karena intensitas latihan yang sangat minim, fasilitas yang kurang memadai, metode latihan atau metode pengajaran yang kurang efektif karena kurangnya kombinasi antara proses latihan dengan bermain, model pelatihan yang diajarkan atau dilatihkan tidak menekankan pada teknik dasar, kurangnya kemampuan beradaptasi terhadap penguasaan keterampilan atau kemampuan gerak (*motor ability*) yang rendah, serta faktor lingkungan berlatih yang kurang mendukung (Noviada dkk, 2014:4).

Setiap individu mempunyai kemampuan yang berbeda-beda dalam mempelajari suatu gerakan keterampilan. Salah satu perbedaan dari setiap individu dalam mengembangkan suatu keterampilan gerak terletak pada kemampuan motorik atau kemampuan gerak dasar. Kemampuan motorik atau *motor ability* merupakan faktor pendukung bagi pelaksanaan suatu keterampilan selanjutnya yang membedakan kemampuan individu, maka kemampuan motorik itu sendiri juga dapat dipahami sebagai faktor pembatas penampilan gerak seseorang.

Menurut (Nurhasan, 2000:20) kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak, oleh sebab itu kemampuan gerak dapat dipandang sebagai landasan keberhasilan di masa yang akan datang dalam melakukan keterampilan gerak. Seseorang yang mempunyai kemampuan motorik yang

tinggi akan lebih efektif dalam melakukan semua jenis keterampilan olahraga dan kemungkinan akan sukses dalam setiap latihan atau gerakan yang dipraktikkan. Dengan penjelasan di atas, dapat dilihat bahwa perbedaan hasil latihan dapat dipengaruhi oleh tingkat *motor ability*. Maka dalam penelitian ini, kemampuan gerak berperan sebagai landasan bagi keterampilan penguasaan teknik dasar bermain futsal.

Sejak tahun 2000 perkembangan futsal semakin pesat hingga saat ini. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya klub futsal dan lapangan futsal yang berdiri, baik di wilayah Jawa Tengah maupun wilayah lain. Di kota Semarang sendiri minat remaja untuk bermain futsal cukup tinggi, hal ini dapat dilihat pada kejuaraan-kejuaraan yang pernah diselenggarakan oleh instansi pemerintah maupun swasta. Upaya meningkatkan prestasi olahraga futsal di Kota Semarang dapat dilihat dari banyaknya tim-tim futsal yang berdiri, ada 11 klub yang telah terdaftar resmi di Asosiasi Futsal Kota (AFK) Semarang. Terdiri atas: Atlas Muda Futsal Semarang, Venus FC, B JL 2000 FC, PCKG FC, AD Astra FC, Jatidiri Muda FC, FAST FC, Root Brotherhood FC, Tunas Muda FC, Cahs Hamas FC dan Bintama FC. Salah satu klub yang ada di Kota Semarang yang beranggotakan pemain-pemain muda adalah Klub Atlas Muda Futsal Semarang.

Klub Atlas Muda Futsal Semarang merupakan salah satu klub futsal yang ada di Kota Semarang yang menjadi salah satu wadah bagi para pelajar maupun pemain-pemain muda di Kota Semarang khususnya untuk mengembangkan minat serta bakat mereka dalam bidang futsal. Klub Atlas Muda Futsal Semarang telah berdiri sejak tanggal 10 Februari tahun 2014 yang berlatih di Venus Stadium yang berlokasi di Jalan Gendong Raya, Sendang Mulyo, Tembalang. Klub ini sudah memiliki beberapa prestasi di Kota Semarang, yaitu diantaranya:

Juara 3 Piala Trofeo FAST tahun 2016, Juara 3 Copa Ramadhan 2016, Juara 1 Cesa Cup tahun 2017, Juara 2 Piala Trofeo Kemerdekaan tahun 2017, Juara 2 Piala Planet Cup Demak tahun 2018. Tidak hanya itu, beberapa pemain jebolan dari klub futsal ini banyak yang berhasil mengikuti berbagai *event* di tingkat daerah maupun tingkat nasional. Diantaranya adalah sebagai berikut: Adi Pratama dan Farit mengikuti O2SN Kota Semarang tingkat Pelajar U-17 tahun 2016, Syam Maulana mengikuti Bolalob FFI U-20 SFC Planet Jogjakarta tahun 2017, Bangkit Gala Persada, Tito Abdilla, Farit, Syam Maulana mengikuti Liga Futsal Nusantara U-23 tahun 2017 Venus Jatidiri FC Semarang tahun 2017, Misbahul Munir dan Noval Ardi Prasetya mengikuti AFP Jawa Tengah Championship U-17 mewakili AFK Kota Semarang tahun 2018, Ravi Dewangga Putra mengikuti AFP Jawa Tengah Championship U-17 mewakili Kabupaten Demak tahun 2018, Bangun Kirana Santosa dan Syam Maulana mengikuti Liga Futsal Nusantara U-23 Venus Jatidiri FC Semarang tahun 2018, Luthfi Ibnu Al Baihaqi, Misbahul Munir, Noval Ardi Prasetya, dan Muhammad Risky mengikuti AFP Jawa Tengah Championship U-17 mewakili AFK Kota Semarang tahun 2019, Abdullah Akmal Syafii dan Ravi Dewangga Putra mengikuti AFP Jawa Tengah Championship U-19 mewakili AFK Kabupaten Demak.

Hal ini tidak lepas dari kerja keras para pemain untuk giat dalam berlatih dan kerja keras para jajaran pelatih untuk membina para pemain muda dengan program latihan-program latihan yang terstruktur. Pelatih Klub Atlas Muda Futsal Semarang adalah Seftian Wicaksono, S.Or. Beliau merupakan lulusan tahun 2014 dari Universitas Negeri Semarang ini telah memiliki lisensi pelatih level 1 nasional, pelatih yang selalu memberikan pemahaman serta latihan kepada para pemain muda di tim ini yang bertujuan untuk mengasah serta mengembangkan

keterampilan yang dimiliki oleh para pemain Atlas Muda Futsal Semarang. Klub Atlas Muda Futsal Semarang ini memiliki visi dan misi, yaitu menjadi suatu wadah untuk membangun, membina dan meningkatkan prestasi futsal para pemain-pemain khususnya usia muda di Kota Semarang.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti masalah tersebut dengan judul “Hubungan *Motor Ability* dengan Kemampuan Teknik Dasar Bermain Futsal Pada Klub Atlas Muda Futsal Semarang Tahun 2019 ”.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang dikemukakan di atas, maka permasalahan yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- 1) Penguasaan setiap keterampilan dasar berhubungan erat dengan banyak faktor pendukung, diantaranya adalah tingkat kemampuan gerak (*motor ability*) yang dapat mempengaruhi olahraga futsal yang ditekuni.
- 2) Kemampuan gerak (*motor ability*) sangat diperlukan sebagai dasar penguasaan gerak untuk mendukung suatu keterampilan olahraga futsal.
- 3) Belum diketahui sejauh mana hubungan kemampuan gerak (*motor ability*) dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, perlu adanya pembatasan-pembatasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas dan tidak melenceng dari harapan penelitian. Penelitian hanya memfokuskan masalah

pada “hubungan *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal pada Klub Atlas Muda Futsal Semarang.”

1.4 Rumusan Masalah

Perumusan masalah merupakan langkah yang paling penting dalam menyusun penelitian ilmiah. Perumusan masalah berguna untuk mengatasi kerancuan dalam pelaksanaan penelitian. Rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal pada klub Atlas Muda Futsal Semarang tahun 2019?”

1.5 Tujuan Penelitian

Setiap penelitian yang dikerjakan selalu mempunyai tujuan agar memperoleh gambaran yang jelas serta bermanfaat bagi yang menggunakannya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal pada Klub Atlas Muda Futsal Semarang.

1.6 Manfaat Penelitian

Dengan adanya hasil penelitian ini, peneliti mengharapkan ada beberapa manfaat yang dapat diambil, diantaranya adalah:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan pengetahuan hubungan *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal pada Klub Atlas Muda Futsal Semarang.

1.6.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran terhadap pemecahan masalah yang berkaitan dengan hubungan

kemampuan *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal pada Klub Atlas Muda Futsal Semarang:

- 1) Bagi Pelatih dapat digunakan sebagai bahan referensi dalam membahas kemampuan *motor ability* serta keterampilan teknik dasar bermain futsal sehingga pelatih selalu berupaya meningkatkan prestasi atlet.
- 2) Memberikan informasi kepada atlet agar mengetahui kemampuan keterampilan dasar bermain futsal yang dimiliki sehingga lebih bermotivasi untuk meningkatkannya.
- 3) Bagi peneliti yang telah melakukan kegiatan penelitian akan melahirkan pengalaman yang bermanfaat untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh dibangku kuliah dan dengan kegiatan penelitian ini, peneliti mendapat jawaban konkrit tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul penelitian.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Teknik Dasar Futsal

Menurut John D. Tenang (2008:19) futsal lebih menekankan pada kemampuan (*skill*) dibandingkan dengan fisik. Jika teknik yang dimiliki pemain tidak bagus, pemain tidak bisa melepaskan diri dari tekanan lawan. Kondisi ini membuat pemain mau tidak mau harus meningkatkan keterampilan, baik dalam hal kontrol bola, pergerakan dengan dan tanpa bola, *footwork*, mengumpan (*passing*), menggiring (*dribbling*), dan menembak (*shooting*). Menurut Asmar Jaya (2008:62) untuk dapat bermain futsal dengan baik, seorang pemain harus dibekali dengan *skill* atau teknik dasar yang baik. Tidak hanya sekedar menendang bola, tetapi diperlukan keahlian dalam menguasai bola. Pemain yang memiliki *skill* atau teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain futsal maupun sepak bola dengan baik. Ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain, antara lain:

2.1.1.1 Teknik dasar mengumpan (*passing*)

Menurut Justinus Lhaksana, (2011:30) *Passing* merupakan salah satu teknik dasar bermain futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain. Di lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*. Sedangkan, menurut

John D.Tenang (2008:83) *passing* adalah operan-operan pendek atau istilah kerennya *passing game*. Karenanya, seorang pemain harus menguasai teknik mengumpan atau mengoper bola yang benar. Teknik Mengumpan (*passing*) dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 2.1 Teknik Dasar Mengumpan (*Passing*)
Sumber: Justinus Lhaksana, (2011:30)

Keterangan:

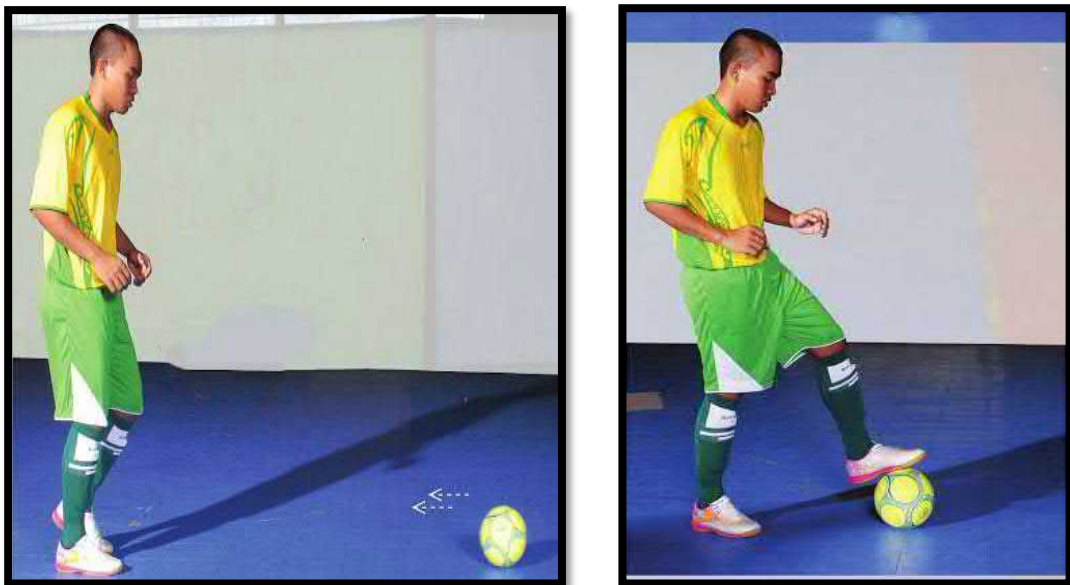
1. Tempatkan kaki tumpu di samping bola, buka kaki yang melakukan *passing*.
2. Gunakan bagian dalam untuk melakukan *passing*. Kunci dan kuatkan tumit agar saat bersentuhan dengan bola lebih kuat. Kaki dalam dari atas diarahkan ke tengah bola (jantung) dan ditekan ke bawah agar bola tidak melambung.

3. Teruskan dengan gerakan lanjutan, yaitu setelah sentuhan dengan bola saat melakukan *passing*, ayunan kaki jangan dihentikan.

2.1.1.2 Teknik Dasar Menahan Bola (*Control*)

Menurut Sunarno (TT:52) dalam permainan futsal seorang pemain sering menggunakan bagian bawah (*sole* sepatu) untuk mengontrol bola dan dengan cara yang seperti itu merupakan teknik yang sangat baik. Menurut Justinus Lhaksana (2011:31) teknik dasar dalam keterampilan *control* (menahan bola) haruslah menggunakan telapak kaki (*sole*). Dengan permukaan lapangan yang rata, bola akan bergulir cepat sehingga para pemain harus mengontrol dengan baik. Apabila menahan bola jauh dari kaki, lawan akan mudah merebut bola.

Teknik menahan bola (*control*) dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 2.2 Teknik Dasar Menahan Bola dengan alas kaki (*Control Sole*)
Sumber: Justinus Lhaksana, (2011:31)

Keterangan:

1. Selalu lihat dan jaga keseimbangan pada saat datangnya bola.
2. Sentuh atau tahan dengan menggunakan telapak kaki (*sole*), agar bolanya diam dan tidak bergerak dan mudah dikuasai.

2.1.2.3 Teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*)

Menurut Justinus Lhaksana, (2011:32) Teknik ini hampir sama dengan teknik *passing*, perbedaanya terletak pada saat *chipping* menggunakan bagian atas ujung sepatu dan perkenaannya tepat di bawah bola. Keterampilan *chipping* ini sering dilakukan dalam permainan futsal untuk mengumpan bola di belakang lawan atau dalam situasi lawan bertahan satu lawan satu. Teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*) dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 2.3 Teknik Dasar Mengumpan Lambung (*Chipping*)
Sumber: Justinus Lhaksana, (2011:32)

Keterangan:

1. Tempatkan kaki tumpu di samping bola, bukan kaki yang melakukan passing

2. Gunakan ujung sepatu yang diarahkan ke bagian bawah bola agar bola melambung
3. Teruskan dengan gerakan lanjutan. Setelah sentuhan bola dalam melakukan passing, ayunan kaki jangan dihentikan

2.1.2.4 Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*)

Menurut Asmar Jaya (2008:66) menggiring bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. Menggiring bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan dan menghambat permainan. Sedangkan Justinus Lhaksana (2011:33) menjelaskan bahwa teknik *dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*) dijelaskan lebih lanjut melalui langkah-langkah sebagai berikut:



Gambar 2.4 Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*)
Sumber: Justinus Lhaksana, (2011:33)

Keterangan :Kuasai bola serta jaga jarak dengan lawan

1. Jaga keseimbangan pada saat *dribbling*
2. Fokuskan pandangan setiap kali bersentuhan dengan bola
3. Sentuhan bola harus menggunakan telapak kaki secara berkesinambungan

2.1.2.5 Teknik dasar menembak (*shooting*)

John D. Tenang (2008:84-85) menyatakan bahwa *shooting* adalah menendang bola dengan keras ke gawang guna mencetak gol. Ini juga merupakan bagian tersulit karena perlu kematangan dan kecerdikan pemain dalam menendang bola agar tidak bisa dijangkau atau ditangkap kiper. Tendangan dapat dilakukan dengan berbagai cara, yaitu dengan tendangan voli, *half-volley* atau menggosok tanah. Semua itu tergantung pada posisi, sudut tendang, pergerakan, serta saat sebelum menendang. Sedangkan menurut Justinus Lhaksana (2011:34), *shooting* merupakan teknik dasar yang wajib dikuasai oleh pemain futsal karena teknik ini merupakan cara untuk menciptakan gol dalam suatu pertandingan. Jadi setiap pemain memiliki kesempatan untuk mencetak gol atau memenangkan pertandingan atau permainan. Dalam permainan futsal, *shooting* dapat dibagi menjadi 2 teknik, yaitu *shooting* menggunakan punggung kaki dan ujung sepatu atau ujung kaki. Teknik dasar menembak atau *shooting* dengan menggunakan punggung kaki dijelaskan lebih lanjut melalui langkah-langkah sebagai berikut:



Gambar 2.5.1 Teknik Dasar Menendang (*shooting*) dengan punggung kaki
 Sumber: Justinus Lhaksana, (2011:34)

Keterangan :

1. Tempatkan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki lurus menghadap arah gawang, buka kaki yang akan menendang
2. Gunakan bagian punggung kaki untuk melakukan *shooting*. Konsentrasikan pandangan ke arah bola tepat di tengah-tengah bola pada saat punggung kaki menyentuh bola
3. Kunci dan atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola menjadi lebih kuat

Teknik dasar menembak atau *shooting* dengan menggunakan ujung kaki dijelaskan lebih lanjut melalui langkah-langkah sebagai berikut:



Gambar 2.5.2 Teknik Dasar Menendang (*shooting*) dengan ujung kaki
 Sumber: Justinus Lhaksana, (2011:35)

Keterangan :

1. Posisi badan agak dicondongkan ke depan. Apabila badan tidak condong, kemungkinan besar perkenaan bola akan mengenai bagian bawah dan bola akan melambung tinggi
2. Teknik *shooting* ini sama dengan *shooting* dengan menggunakan punggung kaki. Hanya bedanya pada saat melakukan *shooting* perkenaan bola terkena tepat di ujung sepatu atau ujung kaki
3. Teruskan dengan gerakan lanjutan setelah kaki menyentuh bola dalam melakukan *shooting*

2.1.3 Komponen Kondisi Fisik

Kondisi fisik adalah salah satu kesatuan utuh dari komponen komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya. Artinya, bahwa didalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan.

Dalam upaya meningkatkan prestasi dalam olahraga futsal, faktor kondisi fisik menjadi sangat penting. Kondisi fisik yang baik diperlukan oleh atlet dalam setiap cabang olahraga guna menunjang pelaksanaan teknik dan taktik saat berlatih atau bertanding. Kondisi fisik yang baik merupakan salah satu cara untuk pencapaian prestasi. Mengenai hal ini, Mochamad Sajoto (dalam Royana, 2017:3) menyatakan bahwa kondisi fisik adalah satu prasyarat yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan sebagai keperluan dasar yang tidak dapat ditunda atau ditawar lagi.

Sejalan dengan pendapat tersebut Harsono (2015:40) menjelaskan bahwa perkembangan kondisi fisik yang menyeluruh amatlah sangat penting oleh karena tanpa kondisi fisik yang baik atlet tidak akan dapat mengikuti latihan-latihan dengan sempurna. Program latihan kondisi fisik haruslah direncanakan secara baik dan sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh sehingga dengan demikian memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Dijelaskan tentang kondisi fisik dan komponen-komponen kondisi fisik oleh Mochamad Sajoto (dalam Royana, 2017:3) sebagai satu kesatuan utuh dari komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya. Artinya bahwa setiap usaha peningkatan kondisi fisik, maka harus mengembangkan semua komponen tersebut. Komponen kondisi fisik meliputi, kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), kelincahan (*agility*),

kecepatan (*speed*), daya lentur (*flexibility*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), reaksi (*reaction*).

2.1.3.1 Kekuatan (*strength*)

Menurut Mc Nickle (dalam Ida Bagus Wiguna, 2017:30) kekuatan adalah tenaga maksimal yang dilakukan dengan usaha sepenuhnya, kekuatan didapatkan dengan melakukan pengkondisian terhadap otot, berbagai macam dapat dilakukan untuk mendapatkan kekuatan yang diinginkan. Sedangkan menurut Bempa (dalam Ida Bagus Wiguna, 2017:31) Kekuatan didefinisikan sebagai kemampuan otot untuk mengatasi tahanan, baik itu tahanan internal maupun tahanan eksternal. Kekuatan menjadi faktor keberhasilan yang utama pada sebagian besar cabang olahraga.

2.1.3.2 Daya tahan (*endurance*)

Menurut Harsono (dalam Ida Bagus Wiguna, 2017:30) Daya tahan otot adalah kemampuan suatu kelompok otot melakukan kontraksi secara berturut-turut. Sedangkan menurut Ibnu Fatkhu Royana (2017:8) Daya tahan adalah kemampuan tubuh seorang atlet dalam mengatasi kelelahan ketika melakukan kerja dan menerima pembebanan dalam waktu yang lama.

2.1.3.3 Daya ledak (*power*)

Menurut Suharno (dalam Ibnu Fatkhu Royana, 2017:8) *Power* adalah kemampuan otot atlet untuk mengatasi tahanan beban dengan kekuatan dan kecepatan maksimal dalam satu gerak yang utuh. Sedangkan

menurut Ida Bagus Wiguna (2017:32) *Power* merupakan komponen penting dalam semua cabang olahraga, *power* dinyatakan sebagai banyaknya kerja per unit waktu. *Power* adalah dimana kekuatan dan kecepatan dikombinasikan, atau kadang disebut juga dengan kekuatan yang cepat menurut Marten (dalam Ida Bagus Wiguna, 2017:32)

2.1.3.4 Kelincahan (*agility*)

Menurut Jay Dawes (dalam Ida Bagus Wiguna, 2017:38) Kelincahan adalah kemampuan fisik seseorang yang memungkinkan orang tersebut mengubah posisi tubuhnya dengan cepat dan perubahan posisi tersebut dilakukan dengan cara yang benar dan arah yang tepat. Sedangkan menurut Ibnu Fatkhu Royana (2017:9) Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan perubahan arah secepat-cepatnya dalam keadaan bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

2.1.3.5 Kecepatan (*speed*)

Menurut Marten (dalam Ida Bagus Wiguna, 2017:34) Kecepatan merupakan kemampuan tubuh atau sebagaimana tubuh untuk bergerak dengan sangat cepat dengan ukuran jarak dibagi waktu. Sedangkan menurut Ibnu Fatkhu Royana (2017:8) Kecepatan adalah kemampuan seseorang atau individu untuk melakukan perpindahan dari satu titik ke titik yang lainnya melalui gerakan-gerakan yang dihasilkan dari kontraksi otot dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

2.1.3.6 Daya lentur (*flexibility*)

Menurut Marten (dalam Ida Bagus Wiguna, 2017:37) Fleksibilitas adalah untuk menggerakkan persendian yang dibutuhkan untuk mencapai pergerakan dalam olahraga, dengan fleksibilitas seorang atlet memiliki pergerakan yang luas

dari berbagai posisi, perkembangan fleksibilitas merupakan proses yang sangat lambat, namun dengan ketekunan fleksibilitas akan didapatkan. Sedangkan menurut M. Sajoto (dalam Fajar Kurniawan Sudiarto 2013:21) Kelentukan atau *flexibility* adalah efektifitas seseorang dalam penyesuaian dirinya untuk melakukan aktifitas tubuh dengan penguluran seluas-luasnya, terutama otot-otot, ligamen-ligamen disekitar persendian.

2.1.3.7 Koordinasi (*coordination*)

Menurut Anung Probo Ismoko dan Pamuji Sukoco (2013:3) Koordinasi merupakan kemampuan menggabungkan sistem saraf gerak yang terpisah dengan merubahnya menjadi suatu pola gerak yang efisien. Sedangkan menurut Wening Nugraheni dan Agung (2017:2) koordinasi adalah suatu kemampuan melakukan gerakan yang memadukan beberapa kemampuan dengan tepat dan irama yang terkontrol sehingga menghasilkan gerak yang efektif dan efisien.

2.1.3.8 Keseimbangan (*balance*)

Menurut Ida Bagus Wiguna (2017:40) *Balance* atau keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan sistem *neuromuscular* kita dalam kondisi statis, atau mengontrol sikap atau posisi yang efisien selagi kita bergerak. Sedangkan menurut Arif Rohman Hakim, dkk (2013:202) Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh ketika di tempatkan di berbagai posisi.

2.1.3.9 Ketepatan (*accuracy*)

Menurut Alfi Candra (2016:2) Akurasi adalah usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan tanpa melakukan kesalahan. Sedangkan menurut Palmizal A. (2012:6) Akurasi adalah kemampuan anggota tubuh untuk mengarahkan sesuatu dengan melakukan dan mengontrol gerakan yang bersifat mengubah arah

sehingga mencapai sasaran yang dikehendaki, artinya untuk mencapai sasaran yang dikehendaki maka seseorang harus menempatkan dirinya pada posisi yang pas yang kira-kira hasil dari apa yang dilakukan akan tepat pada tujuannya.

2.1.3.10 Reaksi (*reaction*)

Menurut Sage (dalam Suriah Hanafi, 2010:6) Waktu reaksi adalah periode diterimanya rangsangan (*stimulant*) dengan permulaan munculnya jawaban atau respon. Sedangkan menurut Bempa (dalam Hermina Sukmaningtyas dan Dwi Pudjonarko, 2002:2) waktu reaksi adalah jarak waktu antara saat seseorang diberi stimulus sampai terjadinya gerakan yang pertama kali.

2.1.4 *Motor Ability*

Pada dasarnya *motor ability* merupakan kemampuan yang mendasari dari gerak yang dibawa sejak lahir yang bersifat umum atau fundamental yang berperan untuk melakukan gerak baik gerakan olahraga maupun gerak non olahraga. Menurut Nurhasan (dalam Iqbal dkk., 2015:2), menyatakan bahwa: *motor ability* (kemampuan gerak) adalah kemampuan yang umum seseorang untuk bergerak. *Motor ability* atau kemampuan gerak dasar terdiri dari motor dan ability.

Menurut James R Morrow et.al (dalam Semarayasa, 2016:37), bahwa kemampuan motorik merupakan suatu kapasitas umum yang berkaitan dengan prestasi dengan berbagai macam keterampilan atau lebih tepatnya dikatakan sebagai *a general capacity of the individual that relates to the performance of skill or task*.

Menurut Sukintaka (dalam Semarayasa, 2016:37), menjelaskan kemampuan motorik merupakan kualitas hasil gerak individu dalam

melakukan gerak, baik gerakan non-olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Menurut Nurhasan (dalam Semarayasa, 2016:37), kemampuan motorik adalah kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat. Sedangkan menurut Rureton (dalam Iqbal dkk., 2015:2), fungsi dari kemampuan motorik adalah menghubungkan atau kesanggupan dari setiap individu untuk digunakan dalam mempertinggi daya kerjanya.

Ability (kemampuan) menurut Lutan (dalam Abidin, 2014:45), bahwa: “Abilitas adalah semacam himpunan dari perlengkapan milik seseorang yang akan dipakai olehnya untuk melakukan sesuatu keterampilan motorik. Abilitas itulah yang menentukan baik buruknya suatu keterampilan dapat dilakukan.” Hal ini sesuai dengan pendapat Singer (dalam Abidin, 2014:45), sebagai berikut: “*An ability is thought to be something that is general and enduring it is trait affected by both learning and heredity.*” Artinya sebuah kemampuan adalah suatu yang umum dan abadi atau tetap yang sifatnya dipengaruhi oleh belajar dan keturunan. Sesuai dengan pendapat diatas kemampuan motorik adalah suatu himpunan dari perlengkapan seseorang jika motoriknya baik, kemampuan suatu individu dalam melakukan apapun hasilnya baik, dan jika motoriknya kurang baik maka kemampuan individu dalam melakukan apapun juga kurang sempurna.

Singer (dalam Akbar, 2015:2), mengidentifikasi kemampuan gerak ini menjadi empat kemampuan yang bersifat langsung berhubungan dengan keterampilan olahraga, yaitu: (1) Koordinasi, (2) Kinestetis, (3) Keseimbangan, dan (4) Kecepatan gerak. Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam motor ability menurut Bambang Sujiono (dalam Addlon, 2016:2-3) yaitu: 1) Kekuatan adalah kemampuan seseorang untuk membangkitkan tegangan (*tension*) terhadap suatu tahanan (*resisten*). Derajat kekuatan otot tersebut pada umumnya berbeda untuk setiap orang. 2) Koordinasi adalah kemampuan yang mencakup dua atau lebih kemampuan perseptual polapola gerak. 3) Kecepatan adalah sebagai kemampuan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Dapat diberikan dengan kegiatan latihan yang serba cepat, seperti lari dengan jarak pendek. 4) Keseimbangan bisa diklasifikasikan menjadi 2 macam, yaitu keseimbangan statik dan keseimbangan dinamik. Keseimbangan statik adalah kemampuan mempertahankan posisi tubuh tertentu untuk tidak bergoyang, sedangkan keseimbangan dinamik adalah kemampuan untuk mempertahankan tubuh agar tidak jatuh pada saat sedang melakukan gerakan. 5) Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk bergerak secara cepat. Komponen kelincahan antara lain: melakukan gerak perubahan arah secara cepat, berlari cepat, kemudian berhenti secara mendadak dan kecepatan dalam bereaksi.

Dari beberapa definisi tentang kemampuan *motor ability* yang diberikan oleh para ahli di atas, telah memberikan gambaran yang jelas.

Kemampuan *motor ability* seseorang dipandang sebagai landasan keberhasilan masa datang di dalam melakukan tugas keterampilan olahraga.

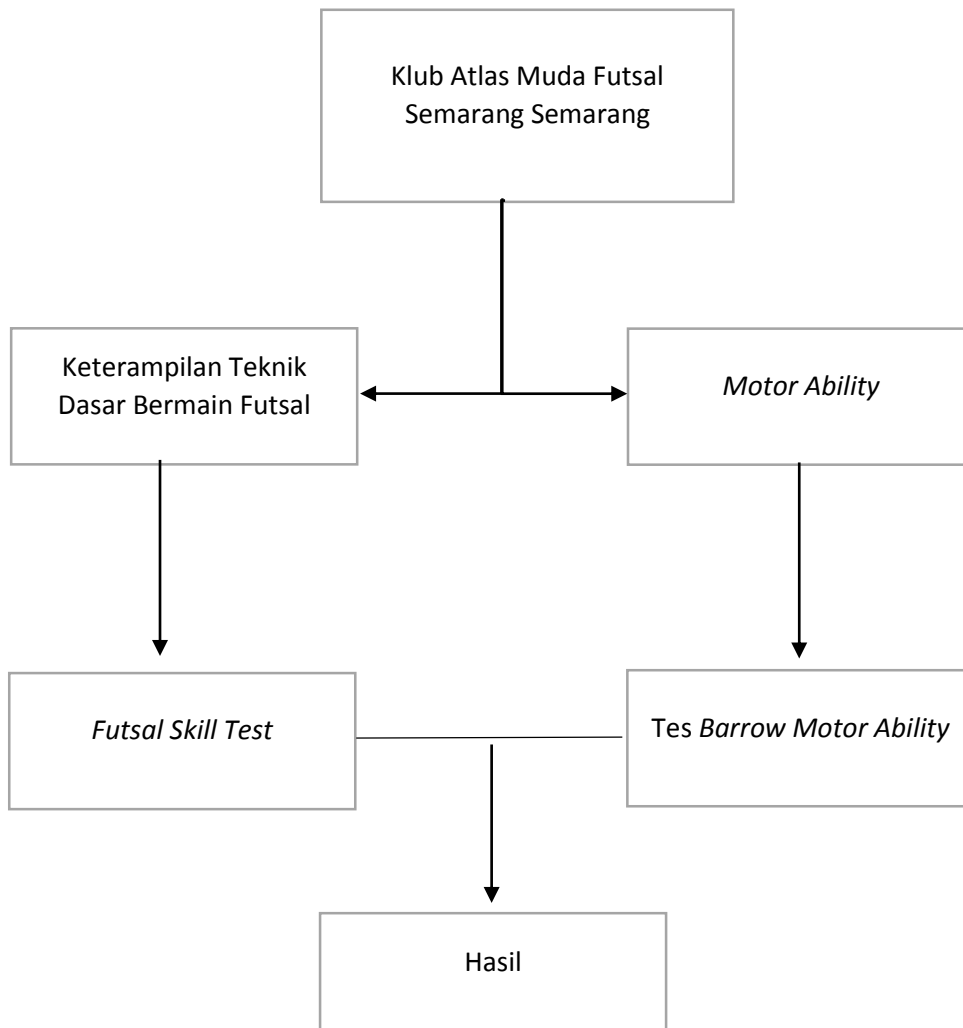
2.2 Kerangka Berpikir

Keterampilan teknik dasar bermain futsal merupakan suatu hal yang mutlak yang harus dimiliki oleh setiap pemain futsal. Jika penguasaan teknik dasar yang dimiliki pemain tidak bagus, maka pemain tidak bisa melepaskan diri dari tekanan lawan. Kondisi ini membuat pemain mau tidak mau harus meningkatkan keterampilan teknik dasar bermain futsal.

Hal yang tidak kalah pentingnya yang juga sangat mempengaruhi tingkat keberhasilan penguasaan keterampilan teknik dasar adalah faktor individu itu sendiri. Setiap atlet memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam menguasai suatu gerakan tertentu. Perbedaan kemampuan yang paling utama adalah kemampuan fisik. Kemampuan fisik berhubungan dengan kemampuan gerak dasar (*motor ability*) yang sangat mempengaruhi penampilan seseorang dalam menguasai gerak di suatu cabang olahraga.

Kemampuan *motor ability* seorang atlet atau pemain futsal dapat menjadi indikator utama dalam pencapaian pola gerak yang terkoordinasi dari beberapa unsur gerak olahraga dalam olahraga futsal. Dengan mempunyai kemampuan *motor ability* yang baik, maka akan memberikan kemudahan bagi atlet atau seorang pemain futsal dalam menampilkan pola gerak olahraga futsal. Kompleksitas penguasaan teknik dasar keterampilan olahraga futsal yang teraktualisasi akan berjalan dengan efektif apabila seorang atlet yang bersangkutan mempunyai tingkat kemampuan gerak yang baik.

Berikut merupakan kerangka berpikir penelitian ini:



Gambar 2.7 : Kerangka Berpikir

2.3 Hipotesis

Menurut Sutrisno Hadi (2000:257) hipotesis adalah pernyataan yang lemah kebenarannya dan masih perlu dibuktikan kebenarannya.

Berdasarkan kajian teoritis yang berhubungan dengan permasalahan, maka dapat hipotesis penelitian sebagai berikut:

“Ada hubungan antara *motor ability* dengan keterampilan dasar bermain futsal pada klub Atlas Muda Futsal Semarang Semarang”.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, mengenai hubungan *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal, maka dapat disimpulkan bahwa:

Ada hubungan antara *motor ability* dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal berdasarkan hasil analisis korelasi r_{xy} 0,463 yang berarti hubungannya cukup.

5.2 Saran

Berorientasi pada hasil analisis dan kesimpulan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mencoba memberikan dalam pembentukan komponen fisik kemampuan fisik terutama pada kemampuan *motor ability* dan penguasaan keterampilan teknik dasar bermain futsal:

- 1) Bagi pelatih hendaknya memberikan latihan yang tepat terhadap para pemainnya khususnya dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar atau *motor ability* agar menunjang keterampilan teknik dasar bermain futsal pada pemain klub Atlas Muda Futsal Semarang Semarang.
- 2) Bagi pemain klub Atlas Muda Futsal Semarang Semarang untuk meningkatkan kemampuan keterampilan teknik dasar bermain futsal. Khususnya kemampuan *passing*, *controlling*, *dribbling* dan *shooting*

sebaiknya memperhatikan komponen-komponen. Seperti halnya *motor ability* yang harus diperhatikan karena akan mendapatkan performa yang baik dan hasil yang maksimal.

- 3) Bagi peneliti hasil penelitian ini dapat berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan pendidikan keolahragaan, memperkaya penelitian dan dapat menginspirasi bagi peneliti lain serta dapat memberi gambaran mengenai *motor ability* dan keterampilan teknik dasar bermain futsal.
- 4) Bagi masyarakat hasil penelitian ini dapat memotivasi untuk dapat lebih berperan dalam olahraga khususnya futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. 2014. Hubungan Motor Ability, Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Keterampilan Bola Voli. *Jurnal Sport Pedagogy*, 4(1), 45.
- Abraham. 2010. Perbandingan Daya Tahan Otot Lengan antara Atlet Dayung Cano dan Dayung Kayak di Sulawesi Selatan. Jakarta. *Competitor Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*.
- Addlon, O. (2016). *Motor Ability Kelas V SDN 10 Trans Sejadis Kecamatan Ledo Kabupaten Bengkayang* [Artikel Ilmiah]. Pontianak: Universitas Tanjungpura.
- Akbar, A. 2015. Kontribusi Kecerdasan Kinestetik, Motor Ability dan Motivasi dengan Keterampilan Bermain Bola Basket. *Jurnal Sport Pedagogy*, 5(1), 2.
- Andi Irawan. 2009. *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Anung Probo Ismoko dan Pamuji Sukoco. 2013. Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri. *Jurnal Keolahragaan*. 1 (1). 4
- Alfi Candra. 2016. Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Imageri Terhadap Akurasi Tendangan ke Gawang. *Jurnal Sport Area*. 1(1). 4
- Arif Rohman Hakim, et al. 2013. Pengaruh Usia dan Latihan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Kelas Bawah Mampu Didik Sekolah Luar Biasa. *Journal of Physical Education and Sports* . 2(1). 6
- Ekarina Kamanita Br Meliala, & Hijrin Fithroni. Analisis Kondisi Fisik Atlet Putra *Floorball* Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(10), 77.
- Fajar Kurniawan Sudiarto. 2013. Hubungan Daya Ledak Tungkai, Kekuatan Lengan dan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Hasil Back Attack Bola Voli Putra Bahurekso. Skripsi. Program Pendidikan Kepelatihan Olahraga
- Halim, S. 2009. 1 Hari Pintar Main Futsal. Yogyakarta: Media Presindo.
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga Teori dan Metodologi*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya Offset
- Hermina Sukmaningtyas dan Dwi Pudjonarko. 2004. Pengaruh Latihan Aerobik dan Anaerobik Terhadap Sistem Kardiovaskuler dan Kecepatan Reaksi. *Jurnal Kedokteran Media Mediaka Indonesiana*. 39(2). 2
- Ibnu Fatkhu Royana. 2017. Analisis Kondisi Pemain Tim Futsal UPGRIS. *Jurnal Jendela Olahraga*. 2(2).8

- Iqbal, Mansur, & Nusufi, M. (2015). Hubungan Motor Ability dengan Keterampilan Bermain Sepakbola pada Klub Himadirga Unsyiah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 1(1), 2.
- Jaya, A. 2008. *Futsal: Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Kusnun Lukmanto. 2016. Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Futsal Siswa Peserta Ekstrakurikuler SDIT Salman AL Farisi 2 Jetis Wedomartani Ngemplak Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Skripsi. Program Pendidikan Jasmani Dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
- Lhaksana, J. 2011. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta. Be Champion.
- Murhananto. 2006. *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Noviada, G., Kanca, I.N., & Darmawan, G.E.B. (2014). Metode Pelatihan Taktis Passing Berpasangan Statis dan Passing Sambil Bergerak Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Control Bola Futsal. *E-journal PKO Universitas Pendidikan Ganesha*, 1, 4.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nusufi, M. 2015. Hubungan Kemampuan Motor Ability Dengan Keterampilan Bermain Sepak Bola Pada Klub Himadirga Unsyiah. *Jurnal Pedagogik*, 2(1), 7
- Palmizal A. 2012. Pengaruh Metode Latihan Elementer Terhadap Akurasi Ground Stroke Forehand Dalam Permainan Tenis. *Jurnal Cerdas Sifa*. 1(2). 6
- Semarayasa, I.K. (2016). Pengaruh strategi pembelajaran dan tingkat motor ability terhadap keterampilan servis atas sepak takraw pada mahasiswa Penjaskesrek FOK UNDIKSHA. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 37.
- Setyawan, A. 2010. *Teknik Permainan Futsal*. Jakarta. Sunda Kelapa Pustaka.
- Sugiyono. 2009. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung. Alfabeta
- Suharsimi, Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi, Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunarno. TT. *Futsal Sepakbola Dalam Ruang*. Semarang. CV Aneka Ilmu.
- Suryana. 2010. *Metodologi Penelitian: Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sutrisno Hadi. 2004. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi.
- Suriah Hanafi. 2010. Efektifitas Latihan Beban dan Latihan Pliometrik Dalam Meningkatkan Kekuatan Otot Tungkai dan Kecepatan Reaksi. *Jurnal ILARA*. 1(2). 6

- Tenang, J.D. 2008. Mahir Bermain Futsal. Bandung. Mizan Pustaka.
- Wiguna, I.B.2017. Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik. Depok. Rajawali Pers
- Wening Nugraheni dan Agung Widodo. 2017. Tingkat Koordinasi Mata-Tangan-Kaki Mahasiswa PJKR FKIP UMMI Angkatan Tahun 2016/2017. Jurnal Research Pyshical Education. 8(1). 3