

Available online at : <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik>
Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan 10 (01) 2019, 28 - 38
Permalink/DOI: <https://doi.org/10.21009/GJIK.010.04>

PENGARUH KOMPONEN FISIK DOMINAN OLAHRAGA FUTSAL TERHADAP TEKNIK DASAR PERMAINAN FUTSAL

Mashud, Abd. Hamid, Said Abdillah

Universitas Lambung Mangkurat

Jalan Brigjen Hj. Hasan Basri, Pangeran, Kec. Banjarmasin Utara, Kota Banjarmasin, Kalimantan
Selatan, 70123

Corresponding Author. E-Mail: mashud@ulm.ac.id

Abstrak, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; 1) pengaruh kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan teknik dasar permainan Futsal. 2) pengaruh koordinasi mata kaki terhadap kemampuan teknik dasar permainan Futsal. 3) pengaruh keseimbangan terhadap kemampuan teknik dasar permainan Futsal. 4) pengaruh kekuatan otot tungkai, koordinasi mata kaki, dan keseimbangan terhadap kemampuan teknik dasar permainan Futsal. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif non eksperimental yang berjenis korelasional atau jenis penelitian *ekspos fakto*. Populasi dan sampel adalah siswa SMP yang mengikuti ekstrakurikuler Futsal berjumlah 63 siswa, seluruh jumlah populasi dijadikan sampel penelitian/ total sampling. Hasil penelitian adalah 1) ada pengaruh variabel X1 terhadap variabel terikat Y. Hal ini terlihat berdasarkan nilai sig sebesar 0.041 (< 0.05) maka dapat diartikan bahwa secara parsial variabel X1 terbukti mempengaruhi variabel Y secara signifikan. 2) Ada pengaruh variabel X2 terhadap variabel terikat Y. Hal ini terlihat berdasarkan nilai sig sebesar 0.005 (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa secara parsial variabel X2 terbukti mempengaruhi variabel Y secara signifikan. 3) Ada pengaruh variabel X3 terhadap variabel terikat Y. Hal ini terlihat berdasarkan nilai sig sebesar 0.009 (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa secara sendiri (partial) variabel terbukti mempengaruhi variabel Y secara signifikan. 4) Ada pengaruh secara bersama-sama variabel bebas X1, X2, X3 terhadap variabel Y. Dari hasil uji signifikansi terlihat bahwa nilai probabilitas adalah sebesar 0,00 ($< 0,05$) sehingga model regresi yang terbentuk dapat digunakan untuk memprediksi variabel Y, artinya, pengaruh variabel X1, X2, dan X3 secara simultan terbukti mempengaruhi variabel Y (teknik dasar futsal) secara signifikan. Selain hasil berdasarkan uji hipotesis di atas juga didapatkan data bahwa variabel Y dipengaruhi oleh variabel X1, X2 dan X3 sebesar 34.70%, dan sisanya dipengaruhi faktor lain selain variabel X1, X2 dan X3 sebesar 63.3%.

Kata Kunci: Fisik Dominan, Teknik Dasar Futsal

Abstract, This study aims to determine: 1) the influence of leg muscle strength on the basic technical abilities of the Futsal game, 2) the influence of ankle coordination on the basic technical abilities of the Futsal game, 3) the effect of balance on the basic technical abilities of the Futsal game, 4) influence of leg muscle strength, ankle coordination, and balance of basic skills in Futsal games. The research method uses a quantitative non-experimental method that is correlational type or fact-exposed research type. The population and sample were junior high school students who participated in Futsal extracurricular activities with 63 students, the entire population being used as research samples / total sampling. The results of the study are 1) there is the effect of variable X1 on the dependent variable Y. This can be seen based on the sig value of 0.041 (< 0.05) so that it can be interpreted that partially X1 variable is proven to affect the Y variable significantly. 2) There is the effect of variable X2 on the dependent variable Y. This can be seen based on the sig value of 0.005 (< 0.05), it can be concluded that partially the X2 variable is proven to affect the Y variable significantly. 3) There is the influence of X3 variable on the dependent variable Y. This can be seen based on the sig value of 0.009 (< 0.05), so it can be concluded that the variables are individually (significantly) affecting the Y variable significantly. 4) From the results of the significance test it can be seen that the probability value is 0.00 (< 0.05) so that the regression model formed can be used to predict the Y variable, that is, the effect of variables X1, X2, and X3 simultaneously is shown to affect the Y variable (basic technique futsal) significantly. In addition to the results based on the hypothesis test above also obtained data that the Y variable is influenced by variables X1, X2 and X3 of 34.70%, and the rest is influenced by other factors besides variables X1, X2 and X3 of 63.3%.

Keywords : Physically Dominant, Basic Futsal Technique

PENDAHULUAN

Futsal adalah suatu bentuk permainan bola yang di mainkan oleh dua regu/ tim yang setiap tim mempunyai anggota lima orang (Abdul Syakur & Tantra Paramitha Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 2017). Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola dari lawan (Sukirno, 2010:1). Dalam mewujudkan tujuan permainan futsal sebuah tim harus mampu bermain dengan kerjasama tim yang baik (Chen & Dong, 2013). Setiap pemain harus memahami setiap posisi yang ditempati. Dengan pembagian posisi maka pemain memiliki tugas dan tanggung jawab masing-masing dalam rangka meraih kemenangan dalam sebuah permainan. Secara umum posisi pemain dalam futsal dibagi menjadi 4 (empat) bagian yaitu: 1) **kipper/ penjaga gawang**, yang bertugas menjaga gawang dari kemasukan bola (tercipta gol). 2) **anchor** yaitu posisi didepan penjaga gawang kalau dalam sepak bola lebih dikenal dengan sebutan bek. Tugas anchor dalam permainan futsal adalah tidak cuma bertahan, tapi juga mengatur permainan tim/ pemain pertama yang memulai penyerangan. 3) **flank** merupakan pemain yang berposisi di samping/ di sayap yang bertugas sebagai motor serangan dan menjadi pemain penghubung antara anchor dan pivot. 4) **pivot**, merupakan pemain terdepan dalam sepakbola disebut striker. Pivot bertugas sebagai pemain yang menyelesaikan peluang menjadi gol. (<https://adyarazan.blogspot.com/2017/01/mengenal-4-posisi-dan-peran-penting.html>). Untuk itu, dalam permainan olahraga futsal pemahaman akan posisi pemain sangatlah penting, seorang pemain akan mudah memperagakan teknik dasar futsal (*passing, controlling, chipping* atau umpan lambung, *dribbling* dan *shooting*) yang telah dikuasai ke dalam bentuk strategi dan taktik bermain. Untuk itu seorang pelatih harus jeli dalam menempatkan pemain dalam posisi tersebut,

karena setiap posisi memiliki karakteristik dan insting tersendiri terutama karakteristik kondisi fisik.

Kesempurnaan permainan futsal adalah tatkala permainan yang diperagakan oleh kedua tim mampu menghibur bagi pemirsanya, seperti halnya pertandingan sepak bola liga-liga di Eropa sebut saja liga Champion Eropa. Pada pertandingan level ini maka olahraga bukan menjadi hobi tetapi sudah menjadi profesi. Pertandingan bukan sekedar kompetisi melainkan sudah menjadi pertunjukan yang menghibur dan menarik banyak penonton dan sponsor yang ingin memperoleh keuntungan dari adanya pertandingan tersebut. Inilah puncak dari pertandingan olahraga yang sampai pada tahap industri olahraga.

Memperoleh derajat pemain profesional seperti di atas, bukanlah hal yang mudah, banyak tahap dan proses yang dilalui (Prasetyo & Tony, 2016). Mulai dari pembibitan, pembinaan yang tepat, pendanaan, dan promosi pemain. Pada tataran bawah, sebut saja pembinaan dikalangan sekolah, mewujudkan harapan pemain berkelas dunia bisa dikatakan sangat jauh dari harapan meskipun bukan tidak mungkin. Pembinaan olahraga futsal di sekolah dalam wadah ekstra kurikuler merupakan kegiatan tambahan selain kegiatan inti di sekolah yaitu kegiatan belajar beberapa mata pelajaran. Artinya kegiatan pembinaan futsal bukan kegiatan utama, maka dari itu alokasi waktu untuk pembinaan tidak tentu (bisa seminggu sekali/ 1 jam tatap muka), fasilitas sekolah belum tentu mendukung/ seadanya yang penting jalan, jumlah peserta ekstra kurikuler tidak tetap/ pemainnya berganti-ganti, sumber daya pelatih/ guru belum tentu memadai karena tidak semua guru mahir pada semua cabang olahraga. Benturan-benturan kondisi sekolah yang semacam inilah membuat pembinaan olahraga disekolah menjadi tidak maksimal, khususnya olahraga futsal.

Berdasarkan fakta yang ada di sekolah, target pembinaan ekstra kurikuler olahraga futsal di sekolah lebih tepat adalah mengisi waktu kosong dan memberikan waktu tambahan bagi siswa untuk mengenal

dan terlibat pada aktivitas yang positif di sekolah. Bukan memiliki target prestasi dalam cabang olahraga futsal. Meskipun secara eksplisit target prestasi olahraga sering diharapkan oleh guru, kepala sekolah dan orang tua siswa. Pada akhirnya pencapaian prestasi menjadi sebuah keharusan bagi siswa, yang tentunya harapan berprestasi dengan keadaan penuh masalah dan keterbatasan.

Bak pepatah, “*tidak ada rotan akar pun jadi*” prestasi menjadi sebuah target keharusan meskipun dengan segala keterbatasan. Tahap pembinaan olahraga futsal di sekolah memiliki tahap yang sama dengan pembinaan olahraga futsal di akademi olahraga futsal profesional. Pembinaan di sekolah biasanya dimulai dengan pemberian teknik dasar permainan futsal (*passing, controlling, dribbling, shooting, dan cipping*) serta strategi/ taktik penyerangan dan pertahanan. Pelatihan/ pembinaan diberikan dengan metode drilling/ latihan pengulangan-pengulangan terus menerus dan diuji dengan latihan uji tanding, baik sesama tim maupun dengan tim lain dan pertandingan antar sekolah.

Model pembinaan futsal seperti ini merupakan pembinaan konvensional dan dipraktikkan hampir di semua sekolah (SD, SMP dan SMA/K), karena keterbatasan sumber daya pelatih dan sarana prasarana yang disediakan di sekolah. Pembinaan diharapkan melibatkan standar minimal dari IPTEK Olahraga yaitu satu kesatuan pelatihan fisik, teknik, taktik, mental dan gizi. Tidak berbicara pada komponen pelatihan secara utuh, paling tidak di sekolah pelatihan melibatkan pelatihan fisik, teknik, taktik dan mental. Untuk pelatihan gizi hanya sekedar informasi yang jelas untuk dilaksanakan oleh siswa saat di rumah bersama orang tuanya.

Harapan minimal pembinaan futsal di sekolah adalah pembinaan/ pelatihan teknik, taktik dan mental dibarengi dengan pelatihan fisik yang teratur dan terukur. Pembinaan teratur, yaitu pembinaan yang dilakukan secara kontinyu minimal seminggu tiga kali. Terukur, yaitu pembinaan yang melihat dasar kemampuan fisik dari masing-

masing atlet, bukan pelatihan yang disamakan antara satu pemain dengan pemain yang lain.

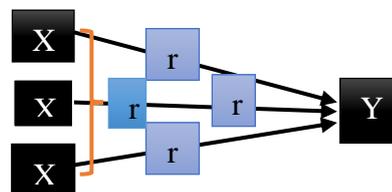
Sebagai gambaran dasar untuk pelatih di sekolah/ guru PJOK yang merangkap sebagai pelatih futsal. Dalam kajian penelitian ini memberikan gambaran dasar bagaimana memberikan panduan dalam mengambil dan mengukur komponen fisik dominan futsal, yang nantinya sebagai data awal dalam pembinaan/ pelatihan futsal. Harapannya pelatihan menjadi lebih baik, dan tercapai target latihan sesuai dengan program yang telah disusun.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimental yang berjenis korelasional atau jenis penelitian *ekspos fakto*, yaitu meneliti sebab akibat yang tidak dimanipulasi atau tidak diberi perlakuan (dirancang dan dilaksanakan) oleh peneliti. (Sukmadinata, 2012: 55).

Adapun variabel yang dimanipulasi adalah variabel terikat (penelitian) dan variabel bebas (variabel yang mempengaruhi). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan teknik dasar permainan Futsal. Sedangkan variabel bebas terdapat tiga macam yaitu power otot tungkai, koordinasi mata kaki, dan keseimbangan.

Dari penjabaran variabel di atas, maka dapat dituangkan konstelasi penelitian sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian Pengaruh Komponen Fisik Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Permainan Futsal

Keterangan Variabel:

- X1 : Power Otot Tungkai
- X2 : Koordinasi Mata Kaki
- X3 : Keseimbangan
- Y : Kemampuan Teknik Dasar Permainan Futsal

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 6 Banjarbaru, SMPN 2 Banjarbaru dan siswa SMPN 2 Kabupaten Tabalong. Sampel penelitian adalah seluruh siswa mengikuti ekstrakurikuler olahraga Futsal berjumlah 63 dengan teknik total sampling.

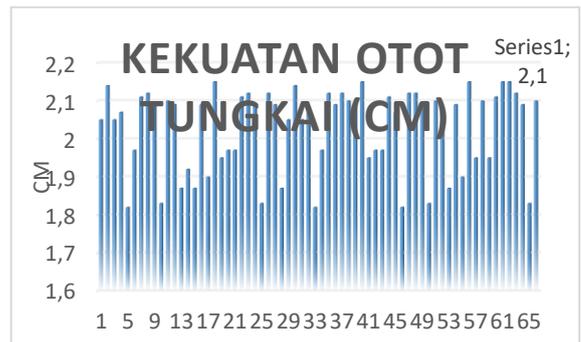
Beberapa instrumen terkait pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Instrumen untuk kemampuan menggiring bola menggunakan tes keterampilan menggiring bola futsal (Abdul Narlan, Dicky Tri Juniar, Haikal Millah, 2017:245). 2) Instrumen untuk mengukur *passing* menggunakan tes mengumpan dan mengontrol bola (Siliwangi, 2017:244). 3) Instrumen untuk mengukur ketepatan *shooting* menggunakan tes menembak/menendang bola ke sasaran (Abdul Narlan, 2017:246). Kemudian diadopsi dan dimodifikasi dari tes keterampilan sepak bola untuk disesuaikan dengan olahraga futsal. 4) Instrumen untuk mengukur power otot tungkai menggunakan tes *Standing Board Jump* (Ismaryati, 2006: 61-62). 5) Instrumen untuk mengukur koordinasi mata dan kaki menggunakan *Soccer Wall Volley Test* (Ismaryati, 2006:54-55). 6) Instrumen untuk mengukur keseimbangan menggunakan tes *bass stick test* (Ismaryati, 2006:50).

Rancangan analisis data dalam penelitian ini menggunakan tahap uji sebagai berikut: 1) Uji normalitas data menggunakan Uji Lilliefors (Sudjana, 2012:467). 2) Uji homogenitas data menggunakan Uji Barlett (Sudjana, 2012:261-264). 3) Uji hipotesis penelitian menggunakan uji regresi linier berganda yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat baik secara individu maupun secara bersama-sama/ simultan (Sugiyono, 2010: 280).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sajian data peneliti sampaikan secara terperinci dalam bentuk gambar setiap variabel. Gambar 1 adalah gambar yang menjelaskan sebaran data pada komponen

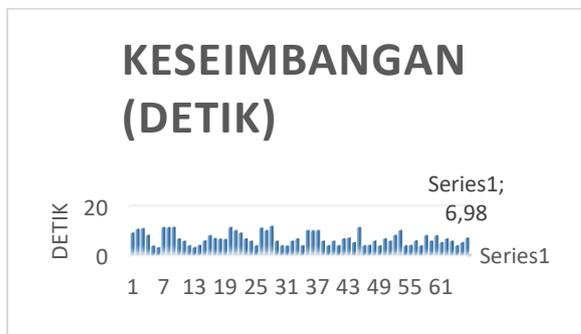
data panjang tungkai dengan satuan centimeter (cm). Gambar 2 adalah gambar yang menjelaskan sebaran data pada komponen data koordinasi mata kaki. Gambar 3 adalah gambar yang menjelaskan sebaran data pada komponen keseimbangan. Sedangkan gambar 4 adalah gambar yang menjelaskan sebaran pada komponen kemampuan teknik dasar futsal. Berikut di jelaskan masing-masing gambar tersebut:



Gambar 2. Sebaran Data Komponen Variabel Bebas Kekuatan OtotTungkai



Gambar 3. Sebaran Data Komponen Variabel Bebas Koordinasi Mata Kaki



Gambar 4. Sebaran Data Komponen Variabel Bebas Keseimbangan

		Coefficients ^a						
Model	Stan- dardi- zed	Unstandardized Coefficients		Collinearity Statistics			Tolerance	
		B	Std. Error	Beta	T	Sig.		Partial
1	(Constant)	6,550	4,617		1,419	,161		
	x1	4,164	1,993	,220	2,089	,041	,953	
	x2	,562	,194	,317	2,392	,005	,886	
	x3	,235	,087	,300	2,379	,009	,857	

a. Dependent Variable: y



Gambar 5. Sebaran Data Variabel Terikat/ Penelitian Teknik Dasar Olahraga Futsal.

Pengujian Persyaratan Analisis

Pengujian persyaratan analisis dalam penelitian ini, peneliti menggunakan; 1) Uji normalitas. 2) Uji Multikolonieritas. 3) Uji Heterokedastisitas. 4) Uji Autokorelasi. Berikut penjabaran setian item uji persyaratan analisisnya:

Pengujian normalitas residual dilakukan dengan teknikstatistik Kolmogorov-Smirnov Test.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
	Unstandardized Residual	
N	66	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	1,63737798
	Most Extreme Differences	Absolute
	Positive	,074
	Negative	-,079
Kolmogorov-Smirnov Z		,642
Asymp. Sig. (2-tailed)		,804

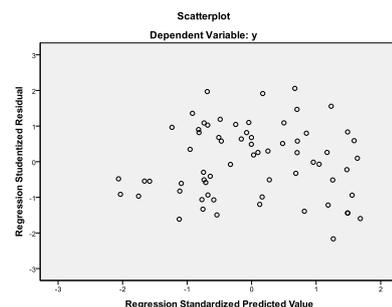
a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Hasil uji normalitas residual dengan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai Asymp.Sig sebesar 0.804 (> 0.05), sehingga dapat disimpulkan bahwa residual model regresi berdistribusi normal.

Uji Multikolonieritas, dengan melihat Nilai VIF (Varian Inflation Factor) diketahui bahwa tidak ada variabel yang memiliki nilai VIF lebih dari 10, serta nilai tolerance yang kurang dari 0.10. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel independen terbebas dari masalah Multikolinieritas. Multikolinearitas adalah sebuah situasi yang menunjukkan adanya korelasi atau hubungan kuat antara dua variabel bebas atau lebih dalam sebuah model regresi berganda.

Uji Heterokedastisitas



Secara subjektif hasil uji heterokedastisitas pada tampilan grafik *scatter plot* di atas menunjukkan bahwa tidak terjadi masalah heterokedastis. Hal ini dapat dilihat dari sebaran data yang menyebar kesegala bidang, dan berada di atas maupun dibawah nilai 0 pada sumbu Y sehingga dengan alasan tersebut disimpulkan bahwa tidak ada gejala heterokedastisitas.

Uji Autokorelasi, dilakukan uji run untuk memastikan bahwa data terjadi autokorelasi.

Runs Test	
	Unstandardized Residual
Test Value ^a	,06665
Cases < Test Value	33
Cases >= Test Value	33
Total Cases	66
Number of Runs	30
Z	-,992
Asymp. Sig. (2-tailed)	,321

a. Median

Hasil output menunjukkan nilai sig > 0.05 sehingga asumsi autokorelasi terpenuhi. Uji Autokorelasi adalah sebuah analisis statistik yang dilakukan untuk mengetahui adakah korelasi variabel yang ada di dalam model prediksi dengan perubahan waktu. Oleh karena itu, apabila asumsi autokorelasi terjadi pada sebuah model prediksi, maka nilai disturbance tidak lagi berpasangan secara bebas, melainkan berpasangan secara autokorelasi.

Dari keempat uji prasyarat analisis dalam penelitian ini, sudah terpenuhi persyaratannya sehingga secara statistika data bisa dilanjutkan pada uji tahap berikutnya yaitu pengujian hipotesis.

Analisis Data/ Pengujian Hipotesis

Pada bab sebelumnya dijelaskan bahwa, terdapat hipotesis penelitian yang harus dijawab dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut; 1) Ada pengaruh variable X1 power otot tungkai terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan

futsal). 2) Ada pengaruh variable X2 koordinasi mata kaki terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan futsal). 3) Ada pengaruh variable X3 keseimbangan terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan futsal). 4) Ada pengaruh secara bersama-sama variable bebas X1, X2, X3 (power otot tungkai, koordinasi mata kaki, keseimbangan) terhadap variable terikat (kemampuan teknik dasar permainan futsal).

Sebelum peneliti menjawab dari empat (4) hipotesis penelitian tersebut, peneliti lakukan uji koefisien determinasi, yang bertujuan untuk mengetahui kebaikan model yang dipengaruhi oleh variabel bebas (variabel X terhadap Y). Uji Koefisien Determinasi adalah sebagai berikut;

Model Summary ^b			
Model	R	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,589 ^a	,347	,315

dimension0

a. Predictors: (Constant), x3, x1, x2

b. Dependent Variable: y

Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa variabel Y mampu dijelaskan oleh variabel X1, X2 dan X3 sebesar 34.70%, dan sisanya dipengaruhi faktor lain selain Variabel X1, X2 dan X3. Dari hasil penelitian, bisa dikatakan bahwa besaran variabel bebas bisa mempengaruhi variabel terikat hanya 34.79% saja, sisanya 63.3% dipengaruhi oleh factor lain.

Untuk menjawab empat (4) hipotesis dalam penelitian ini secara rinci satu persatu. Terlebih dahulu peneliti paparkan hasil uji signifikan parameter individual (Uji Statistik t).

Tabel. 2. Uji Signifikan Parameter Individual (Uji Statistik t)

Coefficients ^a								
Model		Standardized			t		Collinearity	
		Coefficients			Beta	t	Sig.	Tolerance
		Unstandardized						
		B	Std. Error	Beta	Statistics		VIF	
1	(Constant)	6,550	4,617		1,419	,161		
	x1	4,164	1,993	,220	2,089	,041	,953	1,050
	x2	,562	,194	,317	2,902	,005	,886	1,129
	x3	,235	,087	,300	2,709	,009	,857	1,167

a. Dependent Variable: y

Hasil uji model parsial dengan memperhatikan nilai probabilitas pada uji t diperoleh nilai p untuk variabel X1 sebesar 0.041, variabel X2 sebesar 0.005 dan variabel X3 0.009.

Dalam menguji hipotesis secara simultan, peneliti menguji hipotesis menggunakan uji signifikansi simultan (Uji F).

Tabel. 3. Uji Signifikasnsi Simultan (Uji F)

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F and Sig.	
					F	Sig.
1	Regression	92,403	3	30,801	10,958	,000 ^a
	Residual	174,265	62	2,811		
	Total	266,669	65			

a. Predictors: (Constant), x3, x1, x2

b. Dependent Variable: y

Dari hasil uji signifikansi terlihat bahwa nilai probabilitas adalah sebesar 0,00 (< 0,05) sehingga model regresi yang

terbentuk dapat digunakan untuk memprediksi Variabel Y. Artinya, pengaruh Variabel X1, X2, dan X3 secara simultan terbukti mempengaruhi variabel Y secara signifikan.

Berikut, peneliti paparkan hasil uji hipotesis dari penelitian ini;

1. Ada Pengaruh Variable X1 (Kekuatan Otot Tungkai) Terhadap Variable Terikat Y (Kemampuan Teknik Dasar Permainan Futsal). Hal ini terlihat berdasarkan nilai Sig sebesar 0.041 (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa secara sendiri (partial) variabel kekuatan otot tungkai terbukti mempengaruhi variabel Y (teknik dasar Futsal) secara signifikan.
2. Ada pengaruh variable X2 koordinasi mata kaki terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan futsal). Hal ini terlihat berdasarkan nilai Sig sebesar 0.005 (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa secara sendiri (partial) variabel koordinasi mata kaki terbukti mempengaruhi variabel Y (teknik dasar Futsal) secara signifikan.
3. Ada pengaruh variable X3 keseimbangan terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan futsal). Hal ini terlihat berdasarkan nilai Sig sebesar 0.009 (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa secara sendiri (partial) variabel keseimbangan terbukti mempengaruhi variabel Y (teknik dasar Futsal) secara signifikan.
4. Ada pengaruh secara bersama-sama variable bebas X1, X2, X3 (power otot tungkai, koordinasi mata kaki, keseimbangan) terhadap variable terikat (kemampuan teknik dasar permainan futsal). Dari hasil uji signifikansi terlihat bahwa nilai probabilitas adalah sebesar 0,00 (< 0,05) sehingga model regresi yang terbentuk dapat digunakan untuk memprediksi Variabel Y (teknik dasar Futsal). Artinya, pengaruh Variabel X1, X2, dan X3 secara simultan terbukti mempengaruhi variabel Y (teknik dasar Futsal) secara signifikan.

PEMBAHASAN

Dari uji hipotesis penelitian yang telah dipaparkan dalam kajian di atas, menghasilkan kesimpulan bahwa; 1) terdapat pengaruh secara signifikan variabel bebas kekuatan otot tungkai (X1) terhadap variabel terikat kemampuan teknik dasar Futsal (Y). 2) terdapat pengaruh secara signifikan variabel bebas koordinasi mata kaki (X2) terhadap variabel terikat kemampuan teknik dasar Futsal (Y). 3) terdapat pengaruh secara signifikan variabel bebas keseimbangan (X3) terhadap variabel terikat kemampuan teknik dasar Futsal (Y). 4) terdapat pengaruh secara signifikan variabel bebas (kekuatan otot tungkai (X1), koordinasi mata kaki (X2) dan keseimbangan (X3)) terhadap variabel terikat kemampuan teknik dasar Futsal (Y).

Selain ditemukan hasil penelitian yang mengatakan bahwa empat (4) hipotesis penelitian secara uji statistic terjawab signifikan berpengaruh terhadap variabel terikat teknik dasar Futsal. Uji koefisien determinasi dapat dinyatakan bahwa variabel Y mampu dipengaruhi oleh variabel X1, X2 dan X3 sebesar 34.70%, dan sisanya dipengaruhi faktor lain selain Variabel X1, X2 dan X3.

Temuan di atas menggambarkan bahwa, ada dua kategori hasil penelitian yang layak untuk dibahas dan diangkat sebagai issue yang menarik dalam pembinaan dan pembangunan olahraga Futsal. Terutama pembinaan pada tataran pemula bagi anak usia sekolah atau pembinaan bagi anak yang hanya senang/ minat pada permainan olahraga Futsal bukan ingin sebagai atlet/ ingin berprofesi sebagai atlet Futsal.

Pertama, komponen fisik kekuatan otot tungkai, koordinasi mata kaki, keseimbangan, kecepatan, kelenturan dan daya tahan (otot dan cardio vascular) merupakan komponen utama yang mempengaruhi kemampuan manusia dalam hal apapun tidak terkecuali olahraga Futsal. Permasalahannya adalah komponen fisik mana yang paling dominan yang berpengaruh terhadap kemampuan teknik dasar Futsal. Untuk menjawab pertanyaan ini perlu adanya penelitian serta analisis yang tepat dan akurat.

Nizamuddin at all (2018) untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* dan *dribbling* dijelaskan bahwa: *The factors include: (1) Foot length with a regression coefficient value of 0.689, (2) Coordination with a regression coefficient value of 0.453, (3) Speed with a regression coefficient value of 0.237, (4) Endurance with a regression coefficient value of 0.229, (5) Flexibility with a regression coefficient value of 0.220, (6) Balance with a regression coefficient value of 0.237, and (7) Limb length with a regression coefficient value of -726.*

Faktor-faktor tersebut antara lain: (1) Panjang Kaki dengan nilai koefisien regresi 0,689, (2) Koordinasi dengan nilai koefisien regresi 0,453, (3) Kecepatan dengan nilai koefisien regresi 0,237, (4) Daya tahan dengan nilai koefisien regresi 0.229, (5) Fleksibilitas dengan nilai koefisien regresi 0,220, (6) Keseimbangan dengan nilai koefisien regresi 0,237, dan (7) Panjang tungkai dengan nilai koefisien regresi -726.

Sedangkan untuk komponen teknik dasar kontrol bola/ *stop passing*, Hasbi at all (2017) menjelaskan bahwa ada hubungan antara ketepatan dan kelincihan terhadap kemampuan *stop passing* dalam olahraga Futsal. Dengan $n-2-1$ dan taraf nyata $\alpha = 0.05$, sehingga diperoleh $F_{tabel} = 1,75$. Ternyata F_{hitung} lebih besar dari F_{tabel} , atau $8,5 \geq 1,75$.

Untuk komponen teknik dasar menggiring bola, Fiqky at all (2015) menjelaskan bahwa latihan kelincihan menggunakan model latihan zig-zag berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola. Secara analisis data didapat uji beda dengan nilai dari $t_{hitung} > t_{tabel} = 3.086 > 2.069$, artinya hipotesis diterima terdapat pengaruh latihan zig-zag terhadap menggiring bola di ekstrakurikuler sepak bola MTS Negeri 2 Pontianak. Persentase peningkatan sebesar 5.24%.

Dari beberapa hasil penelitian yang peneliti paparkan di atas, jelas bahwa komponen fisik berpengaruh dan berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar olahraga Futsal. Namun sesuai dengan temuan data dalam penelitian ini, secara uji determinasi

pengaruh dan kontribusinya masih sangatlah kecil dan kategori rendah sekali yaitu hanya 34.7% sedangkan 65.3% dipengaruhi oleh factor lain.

Sejalan dengan hasil temuan dalam penelitian ini, Yudo at all (2017) dalam *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education 2017; 2(2): 366-368* menjelaskan bahwa "...athletes experience performance improvement by implementing the futsal training program tailored to the abilities and conditions of each athlete, as well as the principle of gradual training suppression load". Program latihan individualisasi yaitu pelatihan yang disesuaikan dengan kondisi masing-masing atlet serta pembebanan pelatihan yang tepat/ terukur adalah kunci keberhasilan pelatihan olahraga cabang Futsal.

Selain factor program pelatihan yang berpengaruh dalam pembinaan olahraga Futsal factor psikologi yang meliputi bakat, minat, penerimaan dalam kelompok dan motivasi serta factor psikologi yang lain juga sangat perlu diperhatikan. Tanpa adanya dukungan jiwa yang kuat maka tidak akan mampu menggerakkan raga secara maksimal. Satu kesatuan jiwa dan raga merupakan hal utama sebelum pada komponen latihan yang lain.

Asupan nutrisi/ asupan gizi atlet juga sangat penting adanya. Faktor gizi adalah penggerak organ tubuh untuk mampu menerima beban kerja. Ibarat kendaraan bermotor, asupan gizi adalah bahan bakar. Bahan bakar baik, mesin baik, maka akan dihasilkan performa mesin yang luar biasa. Demikian juga dengan tubuh, takala asupan gizi terpenuhi, otot/ tubuh dalam keadaan buger, maka dipastikan performa atlet tersebut akan luar biasa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis penelitian dihasilkan kesimpulan sebagai berikut; 1) Ada pengaruh variabel X1 (kekuatan otot tungkai) terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan futsal). hal ini terlihat berdasarkan nilai sig sebesar 0.041 (< 0.05) maka dapat

disimpulkan bahwa secara sendiri (partial) variabel kekuatan otot tungkai terbukti mempengaruhi variabel Y (teknik dasar futsal) secara signifikan. 2) Ada pengaruh variabel X2 koordinasi mata kaki terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan futsal). hal ini terlihat berdasarkan nilai sig sebesar 0.005 (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa secara sendiri (partial) variabel koordinasi mata kaki terbukti mempengaruhi variabel y (teknik dasar futsal) secara signifikan. 3) Ada pengaruh variabel X3 keseimbangan terhadap variable terikat Y (kemampuan teknik dasar permainan futsal). hal ini terlihat berdasarkan nilai sig sebesar 0.009 (< 0.05) maka dapat disimpulkan bahwa secara sendiri (partial) variabel keseimbangan terbukti mempengaruhi variabel y (teknik dasar futsal) secara signifikan. 4) Ada pengaruh secara bersama-sama variabel bebas X1, X2, X3 (power otot tungkai, koordinasi mata kaki, keseimbangan) terhadap variable terikat (kemampuan teknik dasar permainan futsal). dari hasil uji signifikansi terlihat bahwa nilai probabilitas adalah sebesar 0,00 ($< 0,05$) sehingga model regresi yang terbentuk dapat digunakan untuk memprediksi variabel Y (teknik dasar futsal). artinya, pengaruh variabel X1, X2, dan X3 secara simultan terbukti mempengaruhi variabel Y (teknik dasar futsal) secara signifikan.

Selain hasil berdasarkan uji hipotesis di atas juga didapatkan data bahwa variabel Y (kemampuan teknik dasar Futsal) dipengaruhi oleh variabel X1, X2 dan X3 sebesar 34.70%, dan sisanya dipengaruhi faktor lain selain variabel X1, X2 dan X3 sebesar 63.3%.

Dari hasil yang telah disimpulkan, dapat dirumuskan beberapa saran, yaitu kepada; 1) Guru diharapkan memkombinasikan factor fisik, teknik, taktik, mental dan gizi dalam pembinaan olahraga Futsal di sekolah. Khusus untuk gizi guru bisa memberikan panduan dan gambaran asupan gizi seimbang kepada para siswanya yang mengikuti ekstra kurikuler Futsal. 2) Hasil temuan dalam penelitian ini, diharapkan menjadi wawasan yang mendasar bagi siswa bahwasanya olahharag Futsal

bukan hanya keterlibatan fisik melainkan satu kesatuan jiwa dan raga yang tak terpisahkan dan harus selalu sinergi. 3) Peneliti lebih lanjut diharapkan memperhatikan hasil penelitian ini pada komponen uji determinasi yang menghasilkan hanya 34.70% saja pengaruh fisik terhadap kemampuan teknik dasar Futsal, sisanya dipengaruhi oleh factor lain. Faktor-faktor lain ini diharapkan menjadi obyek dan fokus penelitian lebih lanjut agar hasil penelitian lebih variatif dan lebih lengkap terutama sebagai bahan/ pedoman pembinaan olahraga Futsal yang lebih baik. Faktor lain seperti halnya factor psikologi, factor metodologi pelatihan, factor gizi dan factor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Syakur, M., & Tantra Paramitha Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, S. (2017). Pengembangan Alat Bantu Latihan Pelontar Bola Futsal Berbasis Mikrokontroler Dengan Menggunakan Software Pemograman Arduino. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*.
- Adrian, Azrianoor. 2017. *Kontribusi kecepatan lari dan Kelincahan Gerak Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Futsal Pada Pemain Futsal Sellfie FC Banjarbaru*. Skripsi tidak diterbitkan. Banjarbaru: JPOK FKIP ULM.
- Amiq, Fahrial 2014. *Futsal (Sejarah Tkenik Dasar, Persiapan Fisik, Strategi dan Peraturan Permainan)*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Alex, 2013. *Kamus Suku Bahasa Indonesia*. Jakarta: Tamer Press
- Bompa, Tudor O. 2009. *Periodization Theory and Methodology Of Training*. Champaign: United States Human Kinetics.
- Chen, D., & Dong, S. (2013). Study on teamwork in robot football game based on multi-agent system (MAS). *International Journal of Control and Automation*.
- Dulasis. 2010. *Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Otot Perut Terhadap Keterampilan Passing dan Stopping Pemain Sepak Bola Sekolah Menengah Atas negeri 1 Martapura*. Banjarbaru : Skripsi JPOK FKIP Unlam.
- Fenanlampir, Albertus & Muhyi, Muhammad, 2015. *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV.Andi Obset.
- Firky dkk, 2015. *Pengaruh Latihan Zig-Zag Terhadap Menggiring Bola Di Ekstrakurikuler Sepakbola MTs Negeri 2 Pontianak*. Skripsi Tidak diterbitkan Prodi PJKR JIK FKIP Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Hadi, Sutrisno. 1983. *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Hasani. 2016. *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Gerak Mata dan Kaki Terhadap Tingkat Akurasi Short Pass Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Slemen Tahun 2016*. Yogyakarta : Skripsi Fpok Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hadliansyah. 2018. *Kontribusi Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Futsal SMP Negeri 18 Banjarmasin*. Skripsi tidak diterbitkan. Banjarbaru: JPOK FKIP ULM.
- <https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=kontribusi&oldid=13165537/> di akses dan di unduh pada 11 Mei 2018.
- <https://adyarazan.blogspot.com/2017/01/mengenal-4-posisi-dan-peran-penting.html>. Diakses 10 Oktober 2018 jam 20.03 WITA
- Hasbi dkk, 2017. *Hubungan Ketepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Stop Passing Olahraga Futsal Pada Siswa Sma Negeri 9 Banda Aceh*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*

- Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah Volume 3, Nomor 3:189–195 Agustus 2017.
- Irawan, Andri. 2009. *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena
- Ismaryati, 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*, Surakarta : UNS Press.
- JPOK. 2018. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Banjarbaru: JPOK FKIP ULM Banjarbaru. Edisi 2.
- Nizamuddin Nur at all, 2018. *Anthropometrics And Physical Fitness Factors As Determinants Of Futsal Dribbling And Passing Skills Of Extracurricular Students Aged 12-15 Years*. International Journal of Education Vol. 10 No. 2, February 2018, pp. 137-140.
- PRASETYO, W., & TONY. (2016). *Pembinaan Prestasi Club Futsal Bintang 9 Kabupaten Gresik*. *Jurnal Kesehatan Olahraga*.
- Lhaksana, Justinus 2012. *Teknik & Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group).
- Maksum, Ali 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Margajaya, Rakhmat 2008. *Futsal*. Jakarta: Ganeca Exact.
- Mielke, Danny 2007. *Dasar-dasar Sepak bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Mulyono, Asriady. 2017. *Buku Pintar Futsal*. Jakarta: Anugrah.
- Narlan Abdul, Juniar Tri Dicky, Millah Haikal. 2017. *Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal*. Tasikmalaya: Universitas Siliwangi.
- Nurhasan. 2007. *Tes Dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Permadi, Agus. 2012. *Hubungan Panjang Tungkai dan Power Otot Tungkai dengan Ketepatan Shooting Menggunakan Punggung Kaki Pemain Sepak Bola SSB Barakat Martapura*. Skripsi. JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
- Sugiyono, 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N. Syaodih. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugono, Dendy. 2008. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sukirno. 2010. *Belajar Bermain Futsal*. Depok: Arya Duta.
- Trihrndradi, Cornelius. 2013. *Step By Step IBM SPSS 21 Analisis Data Statistik*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.