

## PENGARUH PENDEKATAN TAKTIK TERHADAP KEMAMPUAN KONTROL KAKI BAGIAN DALAM DAN TELAPAK KAKI (*SOLD*) PESERTA EKSTRAKULIKULER FUTSAL PUTRA SMA TEUKU UMAR SEMARANG

Muhammad Rifqi Hasan  
Universitas PGRI Semarang  
[Rifqihassann12@gmail.com](mailto:Rifqihassann12@gmail.com)

### *Abstrak*

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan kontrol kaki bagian dalam dan telapak kaki (*sold*) peserta ekstrakurikuler futsal putra sma teuku umar semarang Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Populasi yang digunakan adalah peserta ekstrakurikuler futsal putra di SMA Teuku Umar Semarang yang berjumlah 16 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 16 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah modifikasi tes mengoperkan bola rendah dan tes menggiring bola dari Subagyo Irianto. Teknik analisis data menggunakan uji-t.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan kontrol Kaki Bagian Dalam pada peserta ekstrakurikuler futsal putra di SMA Teuku Umar Semarang. Apabila dilihat dari rerata pretest sebesar 75,50 dan rerata posttest sebesar 87,97 maka diperoleh angka Mean Difference sebesar 12,4 hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan Kontrol Kaki Bagian Dalam memberikan perubahan lebih baik yaitu 53,3% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik. Sedangkan pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan Kontrol Telapak Kaki (*sold*) dinyatakan terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan kontrol Telapak Kaki (*sold*) pada peserta ekstrakurikuler futsal putra di SMA Teuku Umar Semarang. Apabila dilihat dari rerata pretest sebesar 79,67 dan rerata posttest sebesar 87,98 maka diperoleh angka Mean Difference sebesar 8,30, hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan Kontrol Telapak Kakai (*sold*) memberikan perubahan lebih baik yaitu 84,5% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik.

**Kata Kunci** : pendekatan taktik, *kontrol* kaki dalam, *kontrol* telapak kaki (*sold*)

Futsal adalah sebuah permainan bola yang dimainkan oleh 2 tim dengan masing masing tim berjumlah lima orang pemain. Bukan hanya pemain utama, setiap regu pemain diizinkan untuk memiliki pemain cadangan. Tujuan dari permainan futsal ini adalah memasukan bolan kedalam gawang lawan dengan mengolah bola menggunakan kaki dan larangan menggunakan tangan kecuali yang bertugas sebagai penjaga gawang, Tidak seperti permainan sepak bola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi garis, bukan net atau papan. Futsal turut juga dikenali dengan berbagai nama lain. Istilah "futsal" adalah istilah internasionalnya, berasal dari kata Spanyol atau Portugis, *futbol* (sepak bola) dan *sala* (dalam ruangan).

UU No. 3 Tahun 2005 Pasal 29 Pembinaan dan pengembangan olahraga profesional dilaksanakan dan di arahkan untuk terciptanya prestasi olahraga, lapangan kerja, dan peningkatan pendapatan pembinaan dan pengembangan olahraga profesional dilakukan oleh induk organisasi cabang olahraga atau organisasi olahraga profesional.

Menurut Lukimanto Yudianto (2009:54) “ futsal adalah permainan jenis sepakbola yang dimainkan oleh 10 orang (masing masing 5 orang), serta menggunakan bola lebih kecil dan lebih berat daripada digunakan sepakbola. Pertandingan ini merupakan permainan bola yang terdiri dari dua tim dengan masing-masing tim terdiri dari 5 pemain utama dan maksimal 7 pemain cadangan. futsal sendiri telah diciptakan sejak tahun 1930 oleh Juan Carlos Ceriani di uruguay. Hingga saat ini olahraga futsal berkembang sangat pesat bahkan telah menjadi bagian dari FIFA (Federation Internationale de Football Association) sejak tahun 1989. Dalam beberapa tahun ini, futsal sangat marak di indonesia. Hal ini dilihat dari banyaknya bermunculan klub-klub futsal yang memiliki banyak anggota dengan kemampuan bermain yang sama.

Beberapa faktor penting dalam permainan futsal salah satunya adalah teknik dasar, ada beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai oleh pemain futsal, yaitu ada 7 teknik dasar bermain futsal diantaranya seperti : menendang bola, *passing* (mengumpan bola), *chipping* (mengumpan bola lambung), kontrol, *Dribbling* (menggiring bola), *heading* (menyundul bola), *shooting* (menembak), *kontrol*(menahan bola).

Berbicara mengenai teknik mengontrol bola, dalam permainan futsal dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan telapak kaki sebelah depan dengan memanfaatkan *sol* sepatu. Teknik mengontrol bola dengan *sol* sepatu dalam futsal sangat penting sehingga harus dikuasai oleh setiap pemain. Selain teknik dasar dalam futsal, salah satu aspek penting dalam permainan futsal yaitu taktik.

Taktik adalah suatu siasat atau pola pikir tentang bagaimana menerapkan teknik-teknik yang telah dikuasai didalam bermain untuk menyerang lawan secara sportif guna mencari kemenangan. Atau dengan kata lain taktik adalah siasat yang dipakai untuk menembus pertahanan lawan secara sportif sesuai dengan kemampuan yang telah dimilikinya. Dalam olahraga taktik adalah suatu pola pikir tentang bagaimana menerapkan teknik-teknik yang telah dikuasai dalam bermain untuk menyerang lawan secara sportif guna mencari kemenangan.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan yang dilakukan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan dan wawasan serta membantu membentuk karakter peserta didik sesuai dengan minat dan bakat masing-masing, begitu pula pada kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMA Teuku Umar Semarang.

Saat ini olahraga futsal mengalami perkembangan pesat, khususnya di kalangan tingkat SMA. Kejuaraan futsal tingkat Sekolah Menengah Atas di SMA Teuku Umar Semarang sering diadakan tiap tahun. Dalam permainan futsal terdapat beberapa teknik yang dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain futsal. Adapun permasalahan yang dimaksud, meliputi : teknik dasar mengontrol bola, taktik dalam permainan bola, dan strategi dalam permainan dan sebagainya. Pada saat saya mengajar di sekolah SMA Teuku Umar Semarang dengan materi

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti pada Tanggal 15 Agustus 2018. Diperoleh data : Pada saat permainan berlangsung siswa sering melakukan kesalahan-kesalahan mendasar pada saat melakukan teknik kontrol menggunakan kaki bagian dalam . Saat kontrol bola mereka sering tidak tenang dalam melakukan kontrol bola menggunakan kaki bagian dalam konsentrasi dan kurang agresive dalam menerima bola.

Pada saat permainan siswa banyak melakukan kesalahan pada saat kontrol menggunakan telapak kaki siswa kurang *responsive* terhadap penerimaan bola dari tim baik itu bola yang cepat ataupun lambat baik dari tim ataupun musuh sering terjadinya bola missing atau tidak mengenai kaki siswa sehingga permainan tidak strategis dalam melakukan permainan bola futsal dan dalam mencetak gol.

Yang saya ajarkan tentang teori futsal saya mengalami masalah siswa melakukan kontrol pada saat bermain futsal baik dalam melakukan kontrol menggunakan kaki bagian dalam dan telapak kaki (*sold*). Kontrol yang *missing* dalam menerima bola dari tim dan hal ini merupakan kesalahan yang mendasar untuk melakukan kontrol yang baik hal ini sangatlah di perhatikan karena dalam bermain futsal kontrol sangatlah penting dalam sebuah strategi permainan futsal dalam tim, kurangnya konsentrasi siswa terhadap kontrol bola menggunakan kaki bagian dalam dengan keadaan bola jauh dari kaki siswa tersebut hal ini sangatlah mudah di rebut oleh tim lawan dengan mudah. Kurang *responsive* siswa dalam menerima bola datang baik dalam teknik kontrol menggunakan kaki bagian dalam dan telapak kaki.

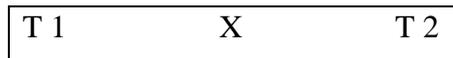
## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Kerlinger (2006) menambahkan definisi eksperimen sebagai satu penelitian ilmiah dimana peneliti memanipulasi dan mengontrol satu atau lebih variabel bebas dan melakukan pengamatan terhadap variabel-variabel terikat untuk menemukan variasi yang muncul bersamaan dengan manipulasi terhadap variabel bebas dan variabel yang akan dilihat pengaruhnya disebut variabel terikat.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*, yaitu desain penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah diberi perlakuan, dengandemikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengandiadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2007).

Kelompok dalam penelitian ini diberi *pretest* dan *posttest*. Kelompok diberi perlakuan (*treatment*) latihan pendekatan taktik. Adapun desain penelitian dituangkan dalam bentuk gambar sebagai berikut :



Gambar 1. Desain penelitian

Keterangan :

T1 : Tes awal yang dilakukan sebelum subyek mendapatkan perlakuan (*treatment*)

X : Perlakuan (*treatment*) pertama menggunakan metode latihan pendekatan taktik

T2 : Tes terakhir yang dilakukan setelah subyek mendapat perlakuan eksperimen (*treatment*).

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Menurut sugiyono (2010:117) wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di terapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya . Peneliti hanya dapat dilakukan pada populasi yang jumlahnya terhingga saja. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu. Populasi yang digunakan adalah peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Teuku Umar Semarang yang berjumlah 25 siswa.

### Variabel bebas dan terikat

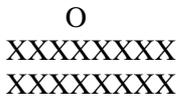
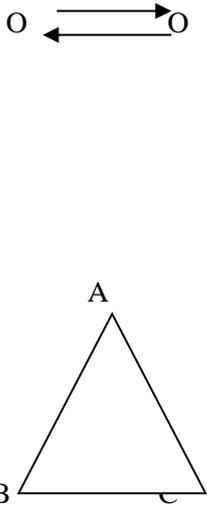
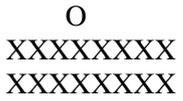
Variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian, yang ditatap dalam suatu kegiatan penelitian (points to be noticed), yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif (Suharsimi Arikunto, 2010:17). Untuk mempermudah dalam melakukan identifikasi dan pengukuran terhadap variabel penelitian perlu dilakukan definisi operasional variabel. Penelitian ini menggunakan variabel bebas yaitu latihan pendekatan taktik. Sedangkan variabel terikatnya adalah keterampilan *kontrol bola* menggunakan kaki bagian dalam dan bagian telapak kaki. Adapun definisi operasionalnya sebagai berikut :

1. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Variabel dalam penelitian ini adalah latihan pendekatan taktik. Latihan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah latihan yang memfokuskan pada penyelesaian masalah taktik melalui permainan yang dilakukan oleh peserta didik seperti 3 lawan 3 sebanyak 3 kali dalam seminggu selama 16 kali pertemuan.
2. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Variabel dalam penelitian ini adalah keterampilan kontrol kaki bagian dalam dan kontrol telapak kaki perlakuan yang dilakukan dalam pendekatan taktik antara bola lambung dan bola *ground* dalam penelitian ini memfokuskan kontrol latihan pada penyelesaian taktik melalui permainan 4 lawan 4 sebanyak 3 kali dalam seminggu selama 16 kali pertemuan.
3. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Variabel dalam penelitian ini adalah keterampilan kontrol perlakuan pendekatan taktik yang saya berikan dengan 2 arah T1, T2, T3 pasing kemudian kontrol menggunakan kaki bagian dalam dan telapak kaki pelatihan ini dilakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu selama 16 kali pertemuan

Program Latihan :

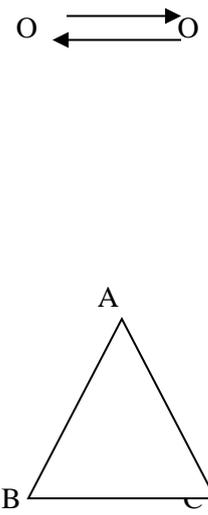
Hari/Tanggal : Selasa	Fokus Pembelajaran : Kontrol Kaki Dalam
Waktu : 16.00 – 17.00	Siswa : siswa ekstrakurikuler futsal
Jumlah siswa : 15	Peralatan : Bola, <i>Cone</i>

No	Materi Latihan	Waktu	Gambar	Catatan
----	----------------	-------	--------	---------

1.	<b>Pendahuluan</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dibariskan</li> <li>• Berdoa</li> <li>• Penjelasan materi Pemanasan Statis dan Dinamis</li> </ul>	10 menit		a. Pemanasan statis dan dinamis b. Latihan kontrol kaki bagian dalam
2.	<b>Latihan Inti</b>  <b>Fokus pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Passing</i> dan <i>kontrol</i> kaki bagian dalam jarak 15 meter</li> <li>• <i>Passing</i> dan <i>kontrol</i> menggunakan kaki bagian dalam 3 posisi</li> </ul> <b>Tujuan</b> Meningkatkan kemampuan kontrol kaki bagian dalam	10 menit 1 set 8 repetisi recovery 30 detik  15 menit 1 set 8 repetisi recovery 30 detik		a. Siswa passing dan kontrol menggunakan kaki bagian dalam dua orang dengan jarak 15 meter ketika peluit di bunyikan.  b. Dari posisi A passing ke posisi B lalu posisi B kontrol kaki bagian dalam lalu posisi B passing ke posisi C dan posisi C kontrol dilakukan terus menerus selama 15 menit.
3.	<b>Penutup</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pendinginan</li> <li>b. Berdoa</li> </ol>	10 menit		a. Cooling down berpasangan b. Beri motivasi untuk latihan besok yang akan datang

Program Latihan :

Hari/Tanggal : Selasa	Fokus Pembelajaran : Kontrol Telapak Kaki ( <i>sold</i> )
Waktu : 16.00 – 17.00	Siswa : siswa ekstrakurikuler futsal
Jumlah siswa : 15	Peralatan : Bola, <i>Cone</i>

No	Materi Latihan	Waktu	Gambar	Catatan
1.	<p><b>Pendahuluan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dibariskan</li> <li>• Berdoa</li> <li>• Penjelasan materi Pemanasan Statis dan Dinamis</li> </ul>	10 menit	<p style="text-align: center;">O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. Latihan kontrol telapak kaki (<i>sold</i>)</p>
2.	<p><b>Latihan Inti</b></p> <p><b>Fokus pembelajaran:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Passing</i> dan kontrol kaki jarak 15 meter</li> <li>• <i>Passing</i> dan kontrol menggunakan telapak kaki (<i>sold</i>) 3 posisi</li> </ul> <p><b>Tujuan</b> Meningkatkan kemampuan kontrol telapak kaki (<i>sold</i>)</p>	<p>10 menit 1 set 8 repetisi recovery 30 detik</p> <p>15 menit 1 set 8 repetisi recovery 30 detik</p>	 <p>The diagram consists of two parts. The top part shows two circles, one on the left and one on the right, with a double-headed arrow between them, indicating a passing exercise. The bottom part shows a triangle with vertices labeled A (top), B (bottom left), and C (bottom right).</p>	<p>a. Siswa <i>passing</i> dan kontrol menggunakan telapak kaki (<i>sold</i>) dua orang dengan jarak 15 meter ketika peluit di bunyikan.</p> <p>b. Dari posisi A <i>passing</i> ke posisi B lalu posisi B kontrol Telapak kaki (<i>sold</i>) lalu posisi B <i>passing</i> ke posisi C dan posisi C kontrol dilakukan terus menerus selama 15 menit.</p>
3.	<p><b>Penutup</b></p> <p>a. Pendinginan</p> <p>b. Berdoa</p>	10 menit	<p style="text-align: center;">O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Cooling down berpasangan</p> <p>b. Beri motivasi untuk latihan besok yang akan datang</p>

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Peneliti ini tentang pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan kontrol kaki bagian dalam dan telapak kaki (*sold*) meliputi 3 yaitu :

- 1) Pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan kontrol kaki bagian dalam peserta Ekstrakurikuler Futsal SMA Teuku Umar Semarang variabel (X1).
- 2) Pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan kontrol telapak kaki (*sold*) peserta ekstrakurikuler futsal SMA Teuku Umar Semarang variabel (X2)
- 3) Pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan kontrol kaki bagian dalam dan telapak kaki (*sold*) peserta ekstrakurikuler futsal SMA Teuku Umar Semarang (Y)

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *kontrol* Kaki Bagian Dalam pada peserta ekstrakurikuler futsal putra di SMA Teuku Umar Semarang. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 75,50 dan rerata *posttest* sebesar 87,97 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 12,4 hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *Kontrol* Kaki Bagian Dalam memberikan perubahan lebih baik yaitu 53,3% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik. Sedangkan pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *Kontrol* Telapak Kaki (*sold*) dinyatakan terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *kontrol* Telapak Kaki (*sold*) pada peserta ekstrakurikuler futsal putra di SMA Teuku Umar Semarang. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 79,67 dan rerata *posttest* sebesar 87,98 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 8,30, hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *Kontrol* Telapak Kakai (*sold*) memberikan perubahan lebih baik yaitu 84,5% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Andri Irawan. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Agus Mahendra (2018) Kemendikbud Modul untuk mahasiswa, modul 11 pembelajaran gerak ,direktoriat FPOK.
- Arma Abdoellah. (1981). *Olahraga untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: P.T. Sastra Hdaya.
- Asmar Jaya. (2008). *Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan Futsal*. Yogyakarta: Pustaka Timur
- Baharudin Wirdan. (2015) *tingkat ketrampilan dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler sd muhamidayah suronatan kota yogyakarta, taktik teori dan penelitian*.
- Bartolomeus Bramasakti, Nitisastro. (2016). Pengaruh latihan target terhadap peningkatan *shooting* menggunakan punggung kaki peserta ekstrakurikuler futsal putri sma negeri 1 imogiri.
- Beltasar Tarigan. (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Bola Basket*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama dengan Direktorat Jenderal Olahraga.
- Dica Febri, Wardana. (2015). Pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di sma 1 maospati.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Panduan Latihan Kebugaran yang Efektif dan Aman*. Yogyakarta.
- Hanif Saifullah El Afrinuddin Zain (2013) *tingkat pengetahuantaktik dan streategi futsal anggota ekstrakurikuler futsal sma negeri 7 yogyakarta, penelitian taktik dan teori*.
- Harsono.(2000). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Dirjendikti P2 LPTK.
- Imam Dharma Pradipta, (2016). *Tingkat pengetahuan strategi dan takti bagi pemain spirit futsal akademi kulon progo skripsi universitas Universitas Negeri Yogyakarta*

- Ismaryati (2008) Penelitian skripsi judul peningkatan kelincuhan atlet melalui penggunaan metode kombinasi latihan sirkuit pilometrik dan berat badan, *paedagogia* jilid 11 nomor 1 februari 2008 74-89.
- Joseph L. (1996). *Sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Linda L. Griffin & Kevin Patton. (2005). *Model Pembelajaran Pendekatan Taktik, Teori, Penelitian dan Praktik*.
- Lukaman Offet. (2004). *Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta. Andi Publiser.
- Muhammad Asriady Mulyono (2014). Buku pintar panduan FUTSAL. Banda Aceh, *buku ilmu pengetahuan futsal*
- Muchtar Hendra Hasibuan (2016) analisis *tactical individual deffend (block dan intercept)* tim futsal universitas negeri jakarta pada UGM championship 2016.
- Nana Sudjana, *Penilaian hasil Proses Belajar Mengajar*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005).
- Sangidu, (Yogyakarta: UGM Pers, 2004). *Metode Penelitian Sastra Pendekatan Teori*.
- Slamet Widodo (2018). Cara Mengembangkan Kecepatan Lari, Dosen jurusan pendidikan olahraga Universitas sebelas Maret, *penelitian*.
- Yoga Dwi Sumantoro Pamungkas (2013), *tingkat ketrampilan teknik dasar futsal peserta ekstrakurikuler futsal sma dan smk yayasan piri daerah istimewa yogyakarta, penelitian taktik dan teori*.