

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Pertandingan Sepak bola memerlukan waktu 2x45 menit yang akan menghasilkan 1.200-1.400 gerakan berbeda dimana 700-800 merupakan gerakan yang mengutamakan perubahan arah yakni seperti: *Jumping, Sprint, Stoping, Restart* dan lain-lain. Namun hanya 11% dari total jarak pergerakan tersebut yang dilaksanakan dengan intensitas tinggi yang penting untuk hasil pertandingan (Sermahaj et al., 2017). Selain menguasai teknik dasar, seorang pemain sepak bola membutuhkan kebugaran fisik untuk mendapatkan hasil terbaik. Salah satu kebugaran fisik pada pemain sepak bola adalah kekuatan .

Teknik dasar dalam sepak bola berupa menendang. Menendang merupakan teknik dasar yang dominan karena hampir 90% permainan sepak bola menggunakan tendangan, mulai dari mengoper bola bahkan mencetak gol (Ulum et al., 2019). Kemampuan menendang berkaitan dengan komponen kebugaran fisik berupa kekuatan. Kekuatan otot tungkai menjadi salah satu unsur yang berkaitan, karena semakin keras kekuatan otot tungkai saat menendang maka semakin keras dan kuat pula laju bola menuju gawang (Nurhikmah, 2018).

Kekuatan otot tungkai memiliki kontribusi dalam terjadinya suatu hasil akhir dari tendangan, karena sebuah tendangan yang baik akan mengarah tepat pada sasaran , hal ini dibentuk dari tungkai kaki yang memiliki kekuatan otot yang mumpuni dalam menyeimbangkan posisi tubuh (Aisyah, 2015).Maka dari itu kekuatan otot tungkai harus dilatih secara maksimum untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.

Kurangnya penelitian yang menganalisa hubungan antara kekuatan otot tungkai dan keterampilan menendang bola. Hal ini membuat penulis melakukan suatu analisis lebih lanjut guna mencari kebenaran serta membuktikan apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dan keterampilan menendang

pada pemain sepak bola. Analisis ini harus dilakukan oleh seseorang yang ahli dibidang gerak dan fungsi yang berkaitan dengan kekuatan otot tungkai serta memahami tentang olahraga sepak bola, yaitu Fisioterapi.

Fisioterapi dapat membantu pemain sepak bola dalam meningkatkan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola, serta memperhatikan kebugaran fisik yang dimiliki seorang pemain untuk lebih memaksimalkan teknik dasar yang digunakan yaitu menendang bola dalam mengoptimalkan kekuatan otot tungkai supaya seorang pemain sepak bola dapat melakukan tendangan secara kuat.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk mengangkat judul “*Litterature Review* : Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Menendang Bola Pada Pemain Sepak Bola”.

I.2 Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang dijabarkan diatas jadi terdapat identifikasi masalah antara lain :

- a. Untuk bermain sepak bola memerlukan kekuatan otot tungkai.
- b. Menendang adalah Teknik dasar yang pemain harus dimiliki dan kuasai.
- c. Menendang memiliki kaitan dengan kekuatan otot tungkai.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang dijabarkan diatas maka dirumuskan masalah yaitu apakah terdapat Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Menendang Pada Pemain Sepak Bola.

I.4 Tujuan Penulisan

I.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui lebih Hubungan kekuatan otot tungkai dengan keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola.

I.4.2 Tujuan Khusus

Untuk menganalisa Hubungan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola.

I.5 Manfaat Penelitian

I.5.1 Untuk Masyarakat

Memperbanyak pengetahuan khususnya pada pemain sepak bola mengenai hubungan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola.

I.5.2 Untuk Pendidikan

Memberikan referensi bahan dan tambahan masukan dalam meningkatkan informasi tentang hubungan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola.

I.5.3 Untuk Fisioterapi

Dapat dijadikan bahan pembelajaran serta menambah pemahaman tentang hubungan kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola.

I.6 Pertanyaan Review

Berdasarkan latar belakang yang dijabarkan diatas maka dapat dibentuk pertanyaan review dengan metode PICO merupakan metode dalam menyusun pertanyaan untuk pencarian literatur.

P atau *Population* adalah karakteristik pasien/klien, penyakit atau kondisi pasien dimana karakteristik pasien. I atau *Intervention/Indicator* adalah jenis pengobatan atau terapi yang diberikan. dimana intervensi yang diberikan berupa parameter untung mengukur kekuatan otot tungkai. C atau *Comparator* adalah pembanding (jika ada), seperti standar perawatan, placebo, atau intervensi lain. O atau *Outcome* adalah hasil yang diharapkan dari intervensi yang diberikan. maka dalam disimpulkan.

P : Pemain Sepak bola

Agis Ardiani, 2020

LITERATURE REVIEW : Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Menendang Bola Pada Pemain Sepak Bola

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga
[www.upnvj.ac.id - www.library.upnvj.ac.id - www.repository.upnvj.ac.id]

I : Tes kekuatan otot tungkai dan Tes menendang bola

C : Tidak ada *comparator*

O : Hubungan kekuatan otot tungkai dengan menendang bola

Sehingga pertanyaan review dari penjabaran diatas untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai terhadap keterampilan menendang bola pada pemain sepak bola.