

ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK *CONTROL*, *HEADING* DAN *PASSING* SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMP NEGERI 13 KOTA BENGKULU

Samuel Surantha Ginting

PENJAS FKIP UNIB, e-mail: surantasamuel@gmail.com

Syafrial

Universitas Bengkulu

Defliyanto

Universitas Bengkulu

Abstrak

Permainan futsal harus memiliki teknik dasar yang mumpuni, seperti mengoper (*passing*), menerima (*control*), menggiring (*dribbling*), menendang (*shooting*), dan menyundul (*heading*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik *control*, *heading* dan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu, yang berkenaan dengan latihan tambahan ekstrakurikuler futsal, mengetahui hasil analisis teknik *control*, *heading* dan *passing* menjadi tolak ukur pelatih dan siswa untuk lebih meningkatkan kemampuan teknik dalam permainan futsal. Metode yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif yang menggambarkan situasi atau keadaan yang sedang berlangsung dengan melakukan tes. Instrumen dari penelitian ini yaitu Observasi, Wawancara, Tes dan Dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan meningkatnya teknik-teknik siswa maka siswa lebih dapat memaksimalkan bola-bola di lapangan baik dalam bertahan maupun menyerang dan akan memberikan pengaruh yang efektif dalam menjuarai kompetisi. Berdasarkan Analisis Kemampuan Teknik *Control*, *Heading* dan *Passing* Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 13 Kota Bengkulu, rata-rata keseluruhan *control*, *heading* dan *passing* dengan jumlah *control* sebanyak 3099 kali (46%), *heading* rata-rata skor 6,5, dan *passing* sebanyak 2673 kali (56%).

Kata kunci : Teknik *Control*, Teknik *Heading*, Teknik *Passing*, Pola Permainan

Abstract

Futsal players should have the basic techniques are qualified, such as passes, control, dribbling, shooting, heading. The purpose of this research is to determine the students ability of control, heading and passing technique on futsal extracurricular of SMP N 13 Bengkulu, analysis the control, heading and passing techniques; and put its become the trainers or student reference to further improve the students techniques. The research method is a Quantitative Descriptive that describes the a situation or ongoing situation by conducting the examination. Instruments of this research are : Observation, Interview, Examination and Documentation. The results of this research obviously showed that the better of skill ability of student will maximize balls both in defense or strike out and given more chance for winning every competition. Based on Control, Heading and Passing Technique Capability Analysis of Futsal Extracurricular of SMP N 13 Bengkulu; Average

overall control, heading and passing with the number of controls as many 3099 times (46%), average heading score of 6,5 and passing 2673 times (56%).

Keywords: *Technical Control, Technical Heading Technical Passing, Game Pattern.*

PENDAHULUAN

Futsal merupakan olahraga menarik dan dinamis, hal ini di karenakan ukuran lapangan yang kecil, selama permainan futsal berlangsung bola selalu bergulir cepat dari kaki ke kaki. Futsal adalah suatu jenis olahraga yang menuntut pemain mempunyai teknik tinggi. Tipe permainan yang menjadi ciri khas olahraga futsal adalah adanya situasi yang berubah secara cepat. Setiap situasi posisi hanya berlangsung hitungan detik sebelum berganti dengan situasi berikutnya. Karena itu dibutuhkan kemampuan yang tinggi dan benar dalam waktu singkat dari para pemainnya.

Setiap pemain pasti ingin mempunyai prestasi yang tinggi dalam bermain futsal, karena itu dalam meningkatkan prestasi permainan futsal, pemain perlu meningkatkan kemampuan teknik dalam bermain. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan teknik dalam olahraga futsal yaitu : mengoper (*passing*), mengontrol (*controlling*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), dan menembak (*shooting*). Teknik dalam olahraga futsal saling berkaitan untuk menciptakan permainan yang bagus, kesalahan yang dominan terdapat pada ketepatan dalam menyundul bola (*heading*).

Heading adalah cara untuk menguasai bola, mengumpan kepada rekan setim dan untuk mencetak gol dengan menggunakan kepala, Muhammad Asriady Mulyono (2014 : 61). *Heading* sering dilakukan pemain saat bola berada diudara, tetapi *heading* dapat juga dilakukan saat bola berada di bawah (*drive heading*). Teknik *heading* memerlukan latihan rutin karena tidak

mudah melakukannya. Pemain harus menjaga keseimbangan, ketepatan waktu, dan kecermatan dalam membaca arah sehingga bola bisa disundul dengan baik dan sempurna.

Peningkatan kemampuan teknik dalam olahraga futsal sangat di perlukan agar terciptanya prestasi yang baik, terutama dalam teknik *heading*, siswa tidak dapat mengontrol dengan kepala, sehingga dalam bertahan dan melakukan penyerangan terhadap lawan lewat udara tidak dapat dimaksimalkan oleh para pemain. Adanya pembinaan yang baik terhadap ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu dapat memiliki kualitas teknik, *skill* dan menjadikan tim futsal SMP N 13 Kota Bengkulu dapat bersaing juara dengan SMP Negeri yang ada di Kota Bengkulu. Adanya pembinaan yang baik, kualitas tim yang sama rata menjadikan olahraga futsal di tingkat SMP Negeri Kota Bengkulu semakin banyak diminati dan berkembang.

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah dan batasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut : “Bagaimanakah kemampuan teknik *heading* dalam latihan pada ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu dengan arah, dan ketepatan kepala terhadap bola?”

KAJIAN TEORI

Menahan bola (*control*) dalam permainan futsal harus menggunakan telapak kaki, karena dengan permukaan lapangan yang rata maka bola akan bergulir cepat sehingga para pemain harus dapat mengontrol bola dengan baik, apabila menahan bola jauh dari kaki maka

lawan akan mudah merebut bola yang kita kuasai. Yang harus dilakukan pada saat menahan bola yaitu : Selalu melihat datangnya bola, jaga keseimbangan badan pada saat datangnya bola, dan sentuh atau tahan bola dengan menggunakan telapak kaki agar bolanya diam tidak bergerak dan mudah dikuasai. Menyundul (*heading*) merupakan cara untuk menguasai bola dengan menggunakan kepala. *Heading* adalah teknik menanduk atau menyundul bola untuk mengoper atau mencetak gol, Luxbacher, J.A (2002). Bagian kepala yang digunakan untuk melakukan *heading* adalah kening. Namun terkadang ada pemain yang belum mahir melakukan *heading* menggunakan bagian atas kepala. Bagian ini sebenarnya cukup berbahaya, apalagi saat bola datang dengan laju yang cepat. Supaya aman, *heading* harus dilakukan dengan kening. Dan pada prosesnya tenaga dalam melakukan *heading* berasal dari otot leher.

Banyak pemain yang melakukan *heading* dengan menutup matanya. Padahal ini dapat mengakibatkan arah bola menjadi tidak menentu karena pemain tidak mengetahui ruang atau celah kosong di mana bola akan ditempatkan. Oleh sebab itu, pemain yang melakukan *heading* harus meyakini bahwa teknik yang satu ini bisa dilakukan tanpa harus menutup mata. Efek kesakitan yang dirasa pada bagian kening saat melakukan *heading* sebetulnya akan hilang dengan sendirinya. Bahkan dengan kombinasi *heading* menggunakan bagian samping pelipis mata, dapat membuat laju bola yang ditanduk menjadi susah ditebak.

Ishak. H. Pardosi (2008 : 78), "Cara menyundul bola yang baik adalah dengan menggunakan dahi dan mata harus tetap terbuka, jangan menggunakan ubun-ubun. Untuk melakukan sundulan yang keras, sebelum menyundul bola kepala dapat ditarik ke belakang. Teknik heading

lainnya diberi nama the diving header, sundulan ini dilakukan dengan cara menjatuhkan badan ke depan dengan menggunakan dahi. Mengoper (*passing*) merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan oleh setiap pemain, karena dengan lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat. Tipe *passing* berdasarkan jarak terbagi dalam 3 jenis, yaitu : Jarak pendek (*short pass*), jarak menengah (*medium pass*), dan jarak jauh (*long pass*).

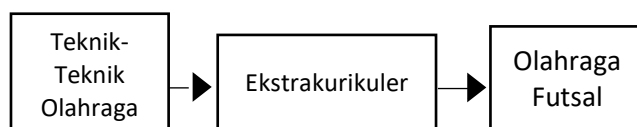
Meningkatkan kemampuan teknik *control*, *heading* dan *passing* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 13 Kota Bengkulu di harapkan siswa dapat memiliki kualitas teknik, *skill* yang baik dan menjadikan tim futsal SMP N 13 Kota Bengkulu dapat bersaing juara dengan SMP Negeri yang ada di Kota Bengkulu. Adanya pembinaan yang baik, kualitas tim yang sama rata menjadikan olahraga futsal di tingkat SMP Negeri Kota Bengkulu semakin banyak diminati dan berkembang.

Berdasarkan pendapat serta teori-teori yang dikemukakan para ahli seperti yang dipaparkan dalam kajian teori. Peneliti berpendapat bahwa dengan meningkatnya kemampuan teknik-teknik dalam olahraga futsal sangat mempengaruhi prestasi siswa SMP N 13 Kota Bengkulu, terutama dalam teknik *heading*, dengan melakukan teknik *heading* yang tepat, siswa dapat lebih memaksimalkan bola-bola yang ada diudara dalam mengumpan, mencetak gol, dan melakukan pertahanan.

Untuk dapat memenangkan permainan futsal, maka pemain harus memiliki kemampuan teknik yang baik dan kerjasama yang baik dalam permainan futsal. Teknik untuk mendorong kemampuan (*skill*) individu seorang, sedangkan kerjasama untuk menyatupadukan tim supaya bisa bermain

dengan baik saat menyerang maupun bertahan. Penelitian ini membahas tentang analisis kemampuan teknik *control*, *heading* dan *passing* futsal, khususnya peserta ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu yang berjumlah 30 siswa, dengan tiga variabel yaitu teknik *control*, *heading* dan *passing* pada olahraga futsal.

Gambar 1 : Kerangka Berpikir



METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggambarkan situasi atau keadaan yang sedang berlangsung dengan melakukan tes. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana, dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya. Deskriptif kuantitatif adalah penelitian dengan cara mengumpulkan data-data sesuai dengan yang sebenarnya kemudian data-data tersebut disusun, diolah dan dianalisis untuk dapat memberikan gambaran mengenai masalah yang ada. Berdasarkan penjelasan tersebut penelitian ini menggunakan metode teknik tes.

Pelaksanaan tes *control* dan *passing* :

- Sebelum pelaksanaan tes dimulai para siswa diberi pengarahan mengenai analisis teknik dasar pada permainan futsal.
- Siswa melakukan teknik dasar *control* dan *passing* dengan bola.

Pelaksanaan tes *Heading* :

- Pelaksana tes berada di hadapan peserta tes yang tidak jauh dari sasaran jatuhnya bola yang akan disundul oleh peserta tes.
- Peserta tes berada pada garis start dengan memegang sebuah bola.
- Peserta tes melambungkan bola ke atas, melentingkan tubuh, pada saat bola menurun maka disambut dengan kepala peserta tes untuk melakukan sundulan sejauh mungkin.
- Pelaksana tes menuju jatuhnya bola untuk memberikan tanda dan melakukan pengukuran langsung.
- Sundulan ini dilakukan sebanyak 3 kali dan diambil pengukuran dari hasil tes pengukuran paling jauh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Total keseluruhan aktivitas teknik *control* yang dilakukan siswa pada satu permainan sebanyak 2673 kali dengan uraian *control* benar sebanyak 2196 kali (82%) dan *control* salah sebanyak 477 (15%). Perolehan data *heading* didapat melalui tes yang dilakukan dengan cara menyundul bola sejauh mungkin menggunakan dahi kepala, kemudian dilakukan sebanyak 3 kali dan hasil yang di catat adalah hasil terjauh dalam melaksanakan tes menyundul bola sebanyak 3 kali. Berdasarkan sampel yang ditentukan dalam penelitian adalah *total sampling* maka hasil penelitian ini di deskripsikan yaitu 30 siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu. Total keseluruhan teknik *passing* yang dilakukan siswa pada satu permainan sebanyak 3099 kali dengan uraian *passing* benar sebanyak 2599 kali (84%) dan *passing* salah sebanyak 500 kali (16%).

Dari data yang diperoleh dari tes kemampuan *heading* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu, diperoleh hasil yang mendapatkan kategori baik sebanyak 8 siswa (27%), kategori sedang sebanyak 16 siswa (53%), kategori kurang sebanyak 6 siswa (20%), sedangkan kategori baik sekali dan kategori kurang sekali tidak ada (0%).

Pembahasan

Pembahasan ini akan membahas penguraian hasil penelitian tentang analisis teknik *control*, *heading* dan *passing* dalam permainan futsal. Permainan futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang hamper mirip dengan permainan sepak bola, dengan ukuran lapangan, peraturan pertandingan, dan jumlah pemain yang tidak sama dengan permainan sepak bola. Permainan futsal dilakukan di lapangan yang lebih kecil dari lapangan sepak bola, dan jumlah pemain pada satu tim juga lebih sedikit dari tim sepak bola. Dengan jumlah pemain yang lebih sedikit, maka setiap pemain memiliki tugas dan peran yang sama yaitu harus mampu menyerang dan bertahan dengan baik, selain itu juga dengan ukuran lapangan yang lebih kecil maka sering terjadi benturan dan gesekan antar pemain dalam perebutan bola. Dengan kondisi permainan yang seperti itu, maka penguasaan teknik dasar yang baik dari setiap pemain mutlak sangat dibutuhkan, sehingga penguasaan bola dapat dikendalikan dan lebih dapat memaksimalkan bola dalam situasi-situasi apapun.

Berdasarkan analisis peneliti tentang kemampuan teknik *control*, *heading* dan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 13 Kota Bengkulu yang dilakukan peneliti terhadap 30 sampel siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu didapat tingkat kemampuan teknik *control* benar dengan persentase sebesar 82%, teknik *heading* dominan tergolong

kategori sedang dengan persentase sebesar 53%, teknik *passing* benar dengan persentase sebesar 84% dari seluruh siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu sebanyak 30 siswa. Menguasai teknik-teknik dalam permainan futsal sangat diperlukan dalam bermain futsal, salah satunya yaitu teknik *heading*, dengan melakukan *heading* dengan benar maka pemain lebih dapat memaksimalkan dan memenangkan bola-bola diudara baik dalam bertahan maupun menyerang atau mencetak gol.

Siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 13 Kota Bengkulu sudah cukup baik dalam melakukan teknik *control* dan *passing* dilihat dengan dominannya persentase yang diperoleh siswa dalam melakukan *control* dan *passing*, tetapi siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 13 Kota Bengkulu masih banyak yang belum dapat melakukan *heading* dengan benar, dilihat dengan diketahuinya hasil tes kemampuan *heading* pada siswa tidak ada siswa yang mampu memperoleh jarak lebih dari 10 meter atau yang termasuk kategori baik sekali. Pelatih mulai menerapkan latihan tambahan khusus pada jam ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu dengan latihan meningkatkan kemampuan *heading* bagi siswa. Ketepatan dahi pada kepala dan ayunan otot leher pada siswa sangat mempengaruhi hasil kemampuan *heading* siswa. Ketika pemain futsal telah menguasai dengan baik teknik-teknik dalam bermain futsal, maka kombinasi antara pemain akan menghasilkan permainan yang bagus dan SMP N 13 Kota Bengkulu dapat menjuarai setiap kompetisi yang ada.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tes *Heading*

NO	Skor	Frekuensi		Kriteria
		Absolut	Relative (%)	
1	≥ 82	0	0 %	Baik Sekali
2	67 – 81	8	27 %	Baik
3	52 – 66	16	53 %	Sedang
4	37 – 51	6	20 %	Kurang
5	≤ 36	0	0 %	Kurang

				Sekali
Jumlah	30	100 %		
Rata-rata Skor	6,5			
Skor Tertinggi	8,50 m			
Skor Terendah	4,30 m			

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

Total keseluruhan aktivitas teknik *control* yang dilakukan siswa pada satu permainan sebanyak 2673 kali dengan uraian *control* benar sebanyak 2196 kali (82%) dan *control* salah sebanyak 477 kali (15%), dengan rata-rata *control* yang dilakukan pada satu permainan sebanyak 891 kali dengan uraian *control* benar sebanyak 732 kali dan *control* salah sebanyak 297 kali.

Hasil tes keseluruhan *heading* dari 30 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu diperoleh hasil yang mendapatkan kategori baik sebanyak 8 siswa (27%), kategori sedang sebanyak 16 siswa (53%), kategori kurang sebanyak 6 siswa (20%), sedangkan kategori baik sekali dan kategori kurang sekali tidak ada (0%). Rata-rata hasil tes keseluruhan *heading* pada 30 siswa sebesar 6,5 dengan skor tertinggi 8,50 m dan skor terendah 4,30 m. Dengan banyak nya siswa yang masuk dalam kategori sedang dan tidak adanya siswa yang masuk dalam kategori baik sekali, siswa diharapkan lebih mampu memaksimalkan kemampuan *heading* dengan penambahan waktu dalam program latihan tambahan pada ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu. Total keseluruhan aktivitas

teknik *passing* yang dilakukan siswa pada satu permainan sebanyak 3099 kali dengan uraian *passing* benar sebanyak 2599 kali (84%) dan *passing* salah sebanyak 500 kali (16%), dengan rata-rata *passing* yang dilakukan pada satu permainan sebanyak 1033 kali dengan uraian *passing* benar sebanyak 866,3 kali dan *passing* salah sebanyak 166,7 kali.

Dengan siswa berlatih sungguh-sungguh dan rutin diharapkan kemampuan *control*, *heading* dan *passing* siswa menjadi lebih baik agar siswa lebih mampu memaksimalkan bola baik dalam bertahan maupun menyerang dan mencetak gol dalam permainan futsal.

Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain :

1. Sesuai dengan hasil penelitian diketahui teknik dasar *control* mempunyai tingkat keberhasilan yang paling rendah, hal ini dapat dijadikan bahan kajian bagi para pelatih untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *control*.
2. Sesuai dengan hasil penelitian diketahui bahwa teknik *heading* mempunyai tingkat keberhasilan yang termasuk rendah, *heading* merupakan hal yang cukup sederhana dilakukan, tetapi apabila lebih di maksimalkan dalam latihan maka hasil dan manfaat yang di peroleh akan sangat baik.
3. Dengan banyak siswa yang masuk dalam kategori sedang, hal ini dapat dijadikan bahan kajian bagi para pelatih untuk meningkatkan dan lebih memaksimalkan kemampuan teknik *heading* siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 13 Kota Bengkulu.
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik dasar *passing* mempunyai

tingkat keberhasilan yang tinggi, hal ini dapat dijadikan bahan kajian bagi para pelatih untuk mempertahankan kemampuan teknik dasar *passing* pemain.

5. Penelitian ini juga bertujuan sebagai referensi pelatih, dimana pelatih bisa mengetahui dimana letak kekurangan tim futsal SMP N 13 Kota Bengkulu sehingga bisa memperbaiki keadaan tim futsal tersebut agar menjuarai setiap kompetisi. Hasil penelitian ini juga digunakan sebagai bahan evaluasi bagi pelatih untuk mengetahui kemampuan pemainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsini. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arsil. (2009). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang : Wineka Media.
- Ekkry, Yarmani, Santun, dan Defliyanto. 2018. “*Pengaruh Metode Latihan Teknik Distribusi Terhadap Keterampilan Dribbling Zig – Zag Permainan Futsal*”. Jurnal Kinestetik, Vol. 2 (2).
- Irawan, Andri. 2009. *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: PT Pena Pundi Aksara.
- Ishak H. Pardosi dan Justinus Lhaksana. (2008). *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
- Justinus Lhaksana (Ex-Pelatih kepala Timnas Futsal Indonesia) (2011). *Taktik dan Strategi Futsal*. Depok: Be Champion (Penebar Swadaya Group).
- Muhammad Asriady Mulyono. (2014). *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta: Laskar Aksara
- Murhananto. (2006). *Dasar-Dasar Permainan Futsal*. Jakarta: PT Kawan Pustaka.
- R. Aulia Narti. (2007). *FUTSAL*. PT Indahjaya Adipratama.
- Sugiyanto , Bogy, dan Defliyanto. 2019. “*Implementasi Metode Rondo Untuk Meningkatkan Teknik Passing Mahasiswa Pada Mata Kuliah Futsal Penjas Prodi Penjas FKIP UNIB*”. Jurnal Kinestetik, Vol. 3 (1).
- Tangkudung, James. (2012). *Kepelatihan Olahraga Pembinaan Prestasi Olahraga*. Jakarta: Cerdas jaya .
- _____,(2016).*Macam-macam Metodologi Penelitian*. Jakarta: Lensa Media Pustaka Indonesia.
- _____,(2018). *Sport Psychometrics Dasar–dasar dan instrument Psikometri*. Depok :Rajagrafindo persada.
- Widyastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : PT. Bumi Timur Jaya.