

HUBUNGAN MOTOR ABILITY DENGAN KETERAMPILAN DASAR FUTSAL SISWA EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 1 PARONGPONG KABUPATEN BANDUNG BARAT

The Relationship Between Motor Ability and Basic Futsal Skills of Extracurricular Students
at SMA Negeri 1 Parongpong, West Bandung Regency

Julius Josel Omkarsba¹, Yusuf Hidayat², Mudjihartono³

Correspondence: ^{1,2,3} Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan
Indonesia, Bandung, Indonesia

Email: joseljulius@upi.edu^{*1}, yusuf_h@upi.edu², mudjihartono@upi.edu³

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between motor ability and basic futsal skills among extracurricular students at SMA Negeri 1 Parongpong, West Bandung Regency. The research employed a quantitative correlational method with 15 students as participants. Data were collected through a series of motor ability tests, including standing broad jump, softball throw, zig-zag run, wall pass, medicine ball put, and 50-meter sprint, as well as futsal skill tests covering passing-stopping, dribbling, and shooting. The analysis revealed a very strong and significant correlation between motor ability and passing-stopping skills ($r = 0.88$; $t = 6.92$), dribbling ($r = 0.86$; $t = 6.25$), and shooting ($r = 0.84$; $t = 5.74$). These findings indicate that the better a player's motor ability, the higher their proficiency in basic futsal techniques.

Keywords: *motor ability, basic skills, passing-stopping, dribbling, shooting, futsal*

ABSTRAK

Pengumpulan data dilakukan melalui serangkaian tes motor ability yang mencakup standing broad jump, softball throw, zig-zag run, wall pass, medicine ball put, dan sprint 50 meter, serta tes keterampilan futsal meliputi passing-stopping, dribbling, dan shooting. Hasil analisis mengungkapkan adanya korelasi yang sangat kuat dan signifikan antara kemampuan motorik dengan keterampilan passing-stopping ($r = 0,88$; $t = 6,92$), dribbling ($r = 0,86$; $t = 6,25$), dan shooting ($r = 0,84$; $t = 5,74$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik kemampuan motorik seorang pemain, semakin tinggi pula penguasaan teknik dasar futsal yang dimilikinya.

Kata Kunci: *motor ability, keterampilan dasar, passing-stopping, dribbling, shooting, futsal.*

PENDAHULUAN

Futsal merupakan cabang olahraga bola beregu yang dimainkan di lapangan berukuran kecil dengan tempo permainan tinggi dan intensitas gerak yang padat. Dibandingkan dengan sepak bola, futsal menuntut pemain untuk bergerak lebih cepat, berpikir lebih taktis, dan bereaksi dalam waktu yang singkat akibat terbatasnya ruang gerak serta dekatnya jarak antar pemain (Murhananto, 2006). Dalam situasi permainan seperti ini, setiap pemain wajib

menguasai keterampilan mengendalikan bola dengan baik, bergerak tanpa bola secara efisien, serta cepat dalam memahami dinamika permainan. Aturan yang melarang kontak fisik langsung dan waktu pertandingan yang singkat menambah tekanan untuk bergerak secara hemat energi dan membuat keputusan yang tepat dalam waktu yang terbatas (Tenang, 2008). Oleh karena itu, keberhasilan seorang pemain dalam permainan futsal tidak hanya bergantung pada kekuatan fisik, melainkan sangat ditentukan oleh kemampuan teknis dan koordinasi gerak yang solid dalam tekanan permainan.

Penguasaan teknik dasar merupakan fondasi penting dalam permainan futsal, terutama karena tuntutan ritme permainan yang cepat dan padat. Teknik-teknik seperti kontrol dan dribbling, passing, shooting, serta heading memegang peranan vital dalam menjaga alur permainan serta menciptakan peluang mencetak gol. Sentuhan pertama saat menerima bola harus dilakukan dengan sempurna agar penguasaan bola tetap terjaga, baik menggunakan kaki, dada, maupun paha (Fortunato, Gonçalves, & Lopes, 2023). Passing dalam futsal lebih menekankan pada akurasi operan pendek dan pengambilan keputusan cepat, bukan sekadar kekuatan tendangan (Wulandari, Antari, & Nugraha, 2024). Shooting juga memerlukan kecermatan membaca posisi lawan dan variasi teknik tendangan untuk mengelabui penjaga gawang, seperti tendangan menyusur tanah, voli, maupun half volley (Castagna, Impellizzeri, Cecchini, Rampinini, & Alvarez, 2009). Bahkan kemampuan menyundul bola (heading), meskipun tidak dominan dalam futsal, tetap membutuhkan koordinasi dan keseimbangan tubuh yang matang (Yudha M. Saputra & Badruzaman, 2009). Semua teknik ini hanya akan berkembang secara optimal bila ditopang oleh kesiapan fisik dan kemampuan motorik yang memadai, karena setiap eksekusi teknik berlangsung dalam tekanan permainan yang tinggi dan ruang yang sempit.

Untuk dapat menguasai teknik dasar futsal secara optimal, pemain tidak hanya membutuhkan latihan teknis semata, tetapi juga harus memiliki kemampuan gerak yang mendukung, yaitu motor ability. Motor ability merupakan kemampuan umum seseorang untuk bergerak, yang terdiri dari berbagai aspek seperti kecepatan (speed), kelincahan (agility), keseimbangan (balance), dan koordinasi mata-kaki-tangan yang berperan penting dalam aktivitas olahraga (Nurhasan, 2000). Kemampuan ini menjadi landasan penting dalam menunjang keterampilan spesifik olahraga, termasuk futsal, karena setiap teknik dasar seperti passing, dribbling, dan shooting membutuhkan kontrol tubuh yang baik dan respons gerak yang cepat (Yudha M. Saputra & Badruzaman, 2009). Studi yang dilakukan oleh Barbero-Alvarez, Soto, Barbero, Granda Vera, dan Castagna (2008) menunjukkan bahwa intensitas fisik dalam pertandingan futsal sangat tinggi, sehingga kecepatan dan kelincahan menjadi dua aspek motorik utama yang memengaruhi kualitas teknik selama bermain. Temuan ini sejalan dengan Castagna, Impellizzeri, Cecchini, Rampinini, dan Alvarez (2009), yang menekankan pentingnya kemampuan akselerasi dan perubahan arah dalam memenuhi tuntutan permainan futsal profesional. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa motor ability memiliki peran yang sangat signifikan dalam mendukung keterampilan teknik dasar futsal secara keseluruhan.

Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik memiliki kontribusi signifikan terhadap penguasaan teknik dasar dalam permainan futsal dan sepak bola. Penelitian yang dilakukan oleh Fahmi Abdul Hakim, Muhtar, dan Susilawati (2023) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kemampuan motorik dengan keterampilan passing dan dribbling pada pemain futsal, meskipun tidak ditemukan hubungan yang signifikan dengan shooting. Fortunato, Gonçalves, dan Lopes (2023), dalam studi longitudinal selama tiga tahun terhadap 79 pemain muda berusia 5 hingga 14 tahun, menemukan bahwa kompetensi motorik secara signifikan memprediksi perkembangan keterampilan spesifik sepak bola seperti dribbling, juggling, dan passing. Penelitian serupa oleh Kokštejn dan Musálek (2019) juga menegaskan bahwa terdapat korelasi yang kuat antara keterampilan motorik dasar dan keterampilan spesifik permainan, dengan nilai korelasi antara 0,62 hingga 0,70. Sementara itu,

Vestberg, Gustafson, Maurex, Ingvar, dan Petrovic (2012) menemukan bahwa fungsi eksekutif, sebagai bagian dari kapasitas motorik kognitif, berperan penting dalam performa keterampilan dasar seperti passing dan dribbling pada pemain elit. Hasil-hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik tidak hanya berkaitan dengan fisik, tetapi juga aspek kognitif dan koordinatif yang mendukung keterampilan teknis dalam olahraga permainan.

Meskipun telah banyak penelitian yang menunjukkan pentingnya kemampuan motorik terhadap penguasaan teknik dasar dalam permainan bola, namun kajian yang secara spesifik mengaitkan motor ability dengan masing-masing keterampilan teknik dasar futsal pada level klub lokal masih terbatas. Sebagian besar studi terdahulu dilakukan pada pemain usia dini atau dalam konteks sepak bola secara umum, bukan futsal yang memiliki karakteristik berbeda dalam ruang, waktu, dan intensitas permainan (Gala Persada B, 2019; Wulandari, Antari, & Nugraha, 2024; Zouhal et al., 2019). Selain itu, belum banyak penelitian yang membedah keterkaitan antara aspek motor ability dengan teknik passing-stopping, dribbling, dan shooting secara terpisah. Hal ini menjadi penting karena masing-masing keterampilan teknik dasar memerlukan bentuk kemampuan gerak yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara motor ability dengan keterampilan teknik dasar futsal pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri Parongpong Kabupaten Bandung Barat, sehingga hasilnya dapat dijadikan rujukan dalam penyusunan program latihan yang lebih tepat sasaran.

Metode

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional yang bertujuan untuk mengkaji keterkaitan antara kemampuan motorik dengan penguasaan teknik dasar futsal, seperti passing-stopping, dribbling, dan shooting. Desain penelitian ini dirancang untuk memberikan arah yang jelas dalam pelaksanaan studi sehingga data yang diperoleh relevan dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Sebagaimana disampaikan Nasution (2004), desain penelitian merupakan perencanaan dalam proses pengumpulan dan analisis data agar selaras dengan tujuan penelitian dan dilakukan secara efisien.

Penelitian ini dilakukan terhadap 15 partisipan yang merupakan siswa aktif di ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Parongpong Kabupaten Bandung Barat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota ekstrakurikuler futsal di SMA tersebut. Karena jumlah populasi relatif kecil, teknik pengambilan sampel dilakukan dengan total sampling, di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel (Sugiyono, 2012).

Instrumen penelitian disusun secara sistematis untuk mengukur dua jenis variabel, yaitu motor ability sebagai variabel bebas (X), dan keterampilan teknik dasar futsal sebagai variabel terikat (Y). Motor ability diukur menggunakan tes Barrow Motor Ability (Nurhasan, 2000), yang memiliki validitas dan reliabilitas sebesar 0,91. Tes ini mencakup beberapa item yaitu standing broad jump (untuk mengukur power otot tungkai), softball throw (untuk mengukur kekuatan lengan), zig-zag run (untuk mengukur kelincahan), wall pass (untuk mengukur koordinasi tangan dan mata), medicine ball put (untuk mengukur daya ledak otot lengan dan bahu) dan lari cepat 50 meter (untuk mengukur kecepatan). Skor akhir motor ability diperoleh melalui rumus General Motor Ability Scoring.

Sementara itu, keterampilan teknik dasar futsal diukur melalui tiga instrumen khusus. Pertama, keterampilan passing dan stopping diukur menggunakan tes dari Bangbang (2008) yang memiliki validitas sebesar 0,84. Kedua, keterampilan dribbling diukur dengan tes yang dikembangkan oleh Faizal (2008) dengan

validitas 0,89. Ketiga, keterampilan shooting diukur menggunakan tes dari Sumpena (2008) yang memiliki validitas 0,886 dan reliabilitas 0,866.

Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu penetapan populasi dan sampel, pelaksanaan tes kemampuan motor ability dan keterampilan teknik dasar futsal, serta pengolahan dan analisis data. Proses pengumpulan data dilakukan secara langsung di lapangan sesuai standar pelaksanaan masing-masing instrumen.

Analisis data dalam penelitian ini meliputi penghitungan rata-rata, simpangan baku, uji normalitas dengan metode Liliefors, serta uji korelasi untuk melihat hubungan antara variabel. Koefisien korelasi dihitung menggunakan rumus korelasi Pearson Product Moment. Uji signifikansi dilakukan untuk mengetahui kekuatan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Selain itu, analisis korelasi ganda dan uji signifikansi korelasi ganda digunakan untuk melihat hubungan simultan antara motor ability dan keterampilan teknik dasar futsal. Interpretasi tingkat hubungan mengacu pada pedoman Sugiyono (2010), yang membagi korelasi ke dalam kategori sangat rendah hingga sangat kuat berdasarkan nilai koefisien.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara kemampuan motorik dengan keterampilan dasar futsal, yang meliputi passing-stopping, dribbling, dan shooting. Data dikumpulkan melalui berbagai tes yang mengukur aspek motorik serta keterampilan teknik dasar futsal pada 15 siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Parongpong, Kabupaten Bandung Barat.

Rata-rata hasil tes motor ability yang terdiri dari standing broad jump, softball throw, zig-zag run, wall pass, medicine ball put dan sprint 50 meter menunjukkan nilai 63.42 dengan standar deviasi 7.31 dan varians 53.45. Sementara itu, hasil tes keterampilan teknik dasar futsal menghasilkan rata-rata passing-stopping sebesar 61.78 (SD = 8.54; varians = 72.94), dribbling sebesar 59.26 (SD = 7.88; varians = 62.13), dan shooting sebesar 58.11 (SD = 6.92; varians = 47.92). Ringkasan statistik deskriptif ditampilkan pada Tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Nilai Rata-rata	Standar Deviasi	Varians
Motor Ability	63.42	7.31	53.45
Passing-Stopping	61.78	8.54	72.94
Dribbling	59.26	7.88	62.13
Shooting	58.11	6.92	47.92

Uji normalitas dilakukan menggunakan uji Lilliefors. Semua variabel (motor ability, passing-stopping, dribbling, dan shooting) memiliki nilai L hitung < L tabel (0.187), yang berarti keempat variabel berdistribusi normal. Selanjutnya, uji homogenitas juga menunjukkan bahwa data tergolong homogen, dengan nilai F hitung (1.261) < F tabel (2.610). Karena data normal dan homogen, maka analisis dilanjutkan dengan uji statistik parametrik menggunakan Pearson Product Moment.

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara motor ability dengan setiap aspek keterampilan teknik dasar futsal. Koefisien korelasi antara motor ability dan passing-stopping adalah 0.87, demikian pula untuk dribbling (0.88) dan shooting (0.86). Nilai korelasi dan interpretasinya ditampilkan pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2.
Hasil Korelasi Motor Ability dengan Teknik Dasar Futsal

No Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Interpretasi
1 Motor Ability (X_1) dan Passing-Stopping (Y_1)	0.87	Sangat kuat
2 Motor Ability (X_1) dan Dribbling (Y_2)	0.88	Sangat kuat
3 Motor Ability (X_1) dan Shooting 8m (Y_3)	0.86	Sangat kuat

Uji signifikansi terhadap ketiga korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik. Nilai t hitung untuk hubungan antara motor ability dengan passing-stopping sebesar 6.91, dengan dribbling sebesar 7.32, dan dengan shooting sebesar 6.43. Seluruh nilai t hitung berada di atas t tabel ($df = 13$, $\alpha = 0.05$), yaitu sekitar 2.160. Artinya, hipotesis alternatif diterima dan terdapat hubungan yang signifikan antara motor ability dengan masing-masing teknik dasar futsal.

Temuan ini mendukung pendapat Gabbard (2012) yang menyatakan bahwa kemampuan motorik berperan penting dalam menunjang keterampilan teknik dalam olahraga, terutama pada cabang olahraga berelemen kompleks seperti futsal. Hal ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Fernandes et al. (2018) yang menemukan bahwa kecepatan, kekuatan, dan koordinasi tubuh sangat memengaruhi keterampilan teknik pemain futsal pemula. Di sisi lain, hasil ini menegaskan bahwa latihan peningkatan motor ability harus menjadi bagian integral dalam pembinaan teknik dasar futsal pada usia remaja.

Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar pelatih, guru PJOK, dan pembina klub futsal lebih menitikberatkan program latihan pada peningkatan kemampuan motorik seperti kekuatan, kelincahan, kecepatan, koordinasi, dan daya tahan, karena faktor-faktor tersebut berpengaruh signifikan terhadap keterampilan teknik dasar futsal. Selain itu, disarankan pula untuk melakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan variasi metode pelatihan motorik guna memperluas cakupan hasil penelitian dan meningkatkan efektivitas pembelajaran atau pelatihan futsal pada berbagai kelompok usia.

Daftar Pustaka

- Tenang, E. W., & Murhanto, B. (2020). Pengaruh koordinasi dan kelincahan terhadap keterampilan bermain futsal pada siswa SMA. *Jurnal Olahraga*, 6(1), 35–41.
- Castagna, C., Impellizzeri, F. M., Bizzini, M., & D'Ottavio, S. (2004). Field test performance in young soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 22(6), 509–514. <https://doi.org/10.1080/02640410310001655862>
- Fortunato, M. (2016). Pengaruh kemampuan motorik terhadap keterampilan teknik dasar sepak bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 4(2), 55–60.
- Gabbett, T. J., & Mulvey, M. J. (2008). Time–motion analysis of small-sided training games and competition in elite women soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22(2), 543–552. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181635c64>
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV Tambak Kusuma.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional.
- Mulyana. (2004). *Pengantar Ilmu Kepeatihan*. Bandung: FPOK UPI.

- Murhananto, D. (2011). *Teori dan Praktik Dasar-dasar Permainan Futsal*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Nurhasan, D. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Ramdani, N. (2012). *Statistika untuk Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Siedentop, D. (2007). *Developing Teaching Skills in Physical Education* (5th ed.). Boston: McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto, & Nurhasan. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Kepeatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Tenang, A. (2015). *Dasar-dasar Kepeatihan Olahraga*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Wulandari, D. (2019). Hubungan kemampuan motorik dengan hasil belajar keterampilan futsal pada siswa SMP. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(1), 23–30.
- Yusuf, S. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zaenal, A. (2001). *Latihan dan Pengaruhnya terhadap Keterampilan Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.