

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu aktivitas fisik yang terencana yang melibatkan gerak tubuh secara berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Olahraga menjadi kebutuhan yang sangat penting karena tidak terlepas dari kebutuhan mendasar dalam melaksanakan aktivitas gerak sehari-hari. Olahraga sangat bermanfaat bagi kesehatan manusia dan dapat meningkatkan kesehatan jika dilakukan secara rutin dan teratur. Olahraga Menurut Rukmono (2012) “olahraga adalah suatu kegiatan untuk melatih tubuh kita agar badan terasa segar dan sehat, baik secara jasmani maupun rohani”. Menurut lain diungkapkan oleh Bangun (2017), yaitu:

Olahraga adalah kegiatan pelatihan jasmani, yaitu kegiatan jasmani untuk memperkaya dan meningkatkan kemampuan dan ketrampilan gerak dasar maupun gerak ketrampilan (kecabangan olahraga). Kegiatan itu merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera jasmani atau sehat jasmani yang berarti juga sehat dinamis yaitu sehat yang disertai dengan kemampuan gerak yang memenuhi segala tuntutan gerak kehidupan sehari-hari (hal. 157).

Berdasarkan pendapat Rukmono dan Bangun dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud olahraga ialah kegiatan jasmani untuk melatih, dan meningkatkan kemampuan serta keterampilan gerak dasar maupun gerak ketrampilan agar badan terasa segar dan sehat, baik secara jasmani maupun rohani.

Aktivitas olahraga yang teratur dan terarah serta sesuai dengan karakteristik para pelakunya dapat memberikan manfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan manusia seutuhnya yang berlangsung seumur hidup sehingga aktivitas olahraga perlu dibina dan dikembangkan termasuk di lingkungan sekolah. Terdapat beragam cabang olahraga yang akrab dikenal di lingkungan sekolah, seperti sepak bola, voli, bulu tangkis, renang, lari, futsal, dan sebagainya. Salah satu olahraga yang eksis di lingkungan sekolah melalui kegiatan ekstrakurikuler adalah futsal.

Futsal adalah cabang olahraga yang menginduk pada federasi sepak bola yaitu *Federation of International Football Association* (FIFA). Olahraga yang

dinaungi FIFA ini pada dasarnya mengadopsi teknik yang hampir serupa dengan sepak bola. Menurut Iswahyudi (2008) menuturkan bahwa, “Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing beranggotakan lima orang” (hal. 24). Menurut lain pernah diungkapkan Halim (dalam Karimuddin dkk, 2015), yaitu “Permainan futsal adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil”(hal. 38). Menurut Travassos (dalam Purnama dkk, 2019), mengatakan “futsal adalah permainan sepak bola yang dilakukan di dalam ruangan lima lawan lima yang diatur oleh FIFA yang dimainkan diatas lapangan yang memiliki permukaan keras 40×20 m atau daerah yang diberi garis yang memiliki ukuran tertentu atau yang biasa disebut *pitch*”(hal.22). Berdasarkan tiga pengertian yang disebutkan dapat disimpulkan bahwa futsal merupakan permainan sejenis sepak bola yang dimainkan oleh dua regu (lima lawan lima) di lapangan yang lebih kecil dengan ukuran tertentu.

Layaknya cabang olahraga lain, futsal dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik. Beberapa teknik futsal dinyatakan oleh Firmansyah (2018), yakni “mengumpan (*passing*), menahan bola (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring bola (*dribbling*) dan menembak (*shooting*)”(hal. 185). Di antara teknik dalam olahraga futsal yang patut diperhatikan adalah *passing*.

Passing adalah teknik mengoper bola kepada teman. Teknik ini pada umumnya dilakukan dengan memanfaatkan kinerja kaki bagian dalam dan luar. Kedua bagian kaki tersebut dipilih berdasarkan keunggulan masing-masing. *Passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam dapat menciptakan akurasi sehingga bola dapat berpindah ke pemain lain dengan tepat. Sementara itu, *passing* dengan kaki bagian luar sangat diperlukan untuk mengecoh lawan agar tidak mampu mengambil alih bola karena bola beralih dengan arah melengkung serta melambung tinggi.

Bagi pemain pemula kerap melakukan *passing* tidak tepat sasaran sesuai dengan yang diinginkan, bahkan bola yang diumpan tidak menyusur tanah sehingga menyulitkan teman yang akan menerima bola. Hal tersebut juga dijumpai pada ekstrakurikuler futsal yang digeluti oleh peserta didik SMP Negeri 11 Kota Tasikmalaya. Ditemukan fakta bahwa para peserta didik belum mampu melakukan

passing dengan tepat. Pada kegiatan ekstrakurikuler futsal yang dilaksanakan secara rutin, peserta didik melakukan *passing* dengan ujung kaki bagian dalam (dekat ibu jari) atau terlalu belakang dekat tumit sehingga operan dengan kaki bagian dalam tidak terarah dengan baik. Masalah lain yang perlu diperhatikan ialah kurangnya segmen latihan *passing*. Selain itu, variasi latihan futsal terutama latihan teknik *passing* kurang bervariasi sehingga penguasaan teknik *passing* kurang maksimal. Kendala lainnya, yaitu program latihan futsal kurang terstruktur.

Masalah-masalah yang telah dikemukakan turut berpengaruh terhadap keunggulan yang diperoleh peserta didik ketika terlibat dalam BK *Cup Series 3*. Pada pertandingan yang diselenggarakan oleh SMK Bhakti Kencana Tasikmalaya, dua tim futsal dari SMP Negeri 11 Kota Tasikmalaya berhasil lolos ke pertandingan kedua dengan masing-masing tim berhasil mengalahkan salah satu perwakilan dari SMP Negeri 2 Kota Tasikmalaya dan SMP Negeri 1 Kota Tasikmalaya. Kendati demikian, hasil yang cukup gemilang diraih oleh tim A dan tim B dari SMP Negeri 11 Kota Tasikmalaya.

Keunggulan yang diperoleh oleh tim futsal dari SMP Negeri 11 Kota Tasikmalaya tidak semata-mata menutup celah ketidaksempurnaan. Salah satu kesalahan yang dijumpai ialah kurangnya ketepatan dari teknik *passing*. Beberapa masalah yang ditemukan dalam teknik *passing*, seperti operan yang tidak sampai ke teman yang seharusnya menerima bola, *passing* mengarah menuju lawan, menendang dengan ujung kaki sehingga bola melaju terlampaui keras dan *passing* tidak akurat atau melenceng, serta *passing* yang lemah sehingga tidak menciptakan ruang gerak tiap tim atau dengan kata lain posisi terlalu rapat.

Permasalahan pada teknik *passing* yang dialami peserta didik dapat diatasi dengan mengandalkan latihan. Menurut Harsono dalam Mustofa (2016) “Latihan adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya”(hal. 162). Latihan yang dapat dilaksanakan untuk meningkatkan keterampilan *passing* adalah *alternating passes* dan *possession of the ball*. Latihan *alternating passes* menyajikan pola latihan yang difokuskan untuk meningkatkan akurasi dan kecepatan *passing*. Sementara itu, latihan *possession of the ball*

difokuskan terhadap upaya meningkatkan kemampuan *passing* saat bergerak dan menghadapi lawan. Berdasarkan pertimbangan tersebut, latihan *alternating passes* dan *possession of the ball* dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan keterampilan *passing* pada olahraga futsal.

Melihat permasalahan tersebut, penulis tergerak untuk melakukan eksperimen kepada peserta didik yang tergabung dalam ekstrakurikuler di SMP Negeri 11 Kota Tasikmalaya. Dengan demikian, penulis bermaksud mengadakan penelitian berupa eksperimen dengan judul “Perbandingan Pengaruh Latihan *Alternating Passes* dan *Possession of The Ball* terhadap Keterampilan *Passing* pada Olahraga Futsal”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka penulis merumuskan beberapa masalah sebagai berikut.

1. Bagaimana pengaruh latihan *alternating passes* terhadap keterampilan *passing* pada olahraga futsal?
2. Bagaimana pengaruh latihan *possession of the ball* terhadap keterampilan *passing* pada olahraga futsal?
3. Bagaimana perbedaan pengaruh latihan *alternating passes* dan *possession of the ball* terhadap keterampilan *passing* pada olahraga futsal?

1.3 Definisi Operasional

Dalam penulisan ini ada dua aspek yang akan dijelaskan. Penulis mencoba menjelaskan aspek tersebut dengan menggambarkan definisi operasional sebagai berikut.

1.3.1 Latihan

Kresnayadi dan Arisanthi Dewi (2017) menyatakan latihan sebagai “suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan yang kian hari jumlah beban pelatihannya kian bertambah”.

1.3.2 Latihan *Alternating Passes*

Pada buku “*FIFA Futsal Coaching Manual*” (2011), latihan *alternating passes* merupakan latihan yang bertujuan untuk meningkatkan akurasi dan

kecepatan *passing*. Pada latihan ini pemain memberikan umpan secara bergantian dengan pola lurus (hal. 28).

1.3.3 Latihan *Possession of The Ball*

Pada buku “FIFA *Futsal Coaching Manual*” (2011) dijelaskan bahwa *possession of the ball* merupakan latihan yang bertujuan untuk meningkatkan *passing* saat bergerak dan saat menghadapi lawan. Latihan ini dilakukan di setengah lapangan tanpa batasan pergerakan (hal. 29).

1.3.4 Teknik *Passing*

Menurut Anbi dkk (2021), “*Passing* adalah tendangan kearah teman tim. *Passing* dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki”(hal. 26).

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dirumuskan, maka berikut merupakan tujuan dalam penelitian ini.

1.4.1 Untuk mengetahui pengaruh latihan *alternating passes* terhadap keterampilan *passing* pada olahraga futsal.

1.4.2 Untuk mengetahui pengaruh latihan *possession of the ball* terhadap keterampilan *passing* pada olahraga futsal.

1.4.3 Untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan *alternating passes* dan *possession of the ball* terhadap keterampilan *passing* pada olahraga futsal.

1.5 Kegunaan Penelitian

Penulisan skripsi ini diharapkan dapat memberi manfaat. Berikut merupakan manfaat teoretis dan praktis dari penelitian ini.

1.5.1 Kegunaan Teoretis

Hasil penelitian yang dilaksanakan bermanfaat sebagai pendukung teori-teori bagi pelatih dan pemain futsal sekaitan dengan pengaruh latihan *alternating passes* dan *possession of the ball* terhadap ketrampilan *passing* dalam olahraga futsal.

1.5.2 Kegunaan Praktis

Penelitian ini memiliki manfaat praktis sebagai berikut.

a. Bagi Peserta Didik

Bagi peserta didik, penelitian yang dilaksanakan dapat memberikan wawasan tentang perbandingan pengaruh latihan *alternating passes* dan *possession of the ball* terhadap ketrampilan *passing* dalam olahraga futsal.

b. Bagi Pelatih

Bagi pelatih, penelitian yang dilaksanakan dapat menjadi bekal dalam mengoptimalkan kemampuan pemain dalam melakukan *passing* sehingga menghasilkan operan yang lebih baik.