

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani serta meningkatkan kualitas kesehatan seseorang apabila dilakukan secara berkelanjutan (Fahrizqi, 2018). Olahraga telah diajarkan pada dunia pendidikan mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Olahraga merupakan aktivitas fisik yang mendorong, serta mengembangkan kesehatan jasmani dan rohani yang bersifat positif (Fahrizqi et al., 2021). Olahraga merupakan aspek yang memiliki peran besar dalam kehidupan manusia. Banyak negara termasuk di Indonesia yang aktif melakukan kegiatan aktivitas fisik atau disebut olahraga dan latihan kebugaran jasmani yang tidak mudah terserang penyakit (Adhi & Gumantan, 2020). Namun faktanya masih banyak masyarakat yang meninggal karena kurangnya aktivitas fisik. Kondisi fisik menjadi tidak seimbang dikarenakan tidak rutin melakukan aktivitas fisik, beban olahraga yang terlalu berat, dan berat badan yang berlebihan. Menurut (Mulyono, 2017) Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam permainan bola besar Mulyono menambahkan futsal diciptakan Juan Carlos Ceriani di Kota Montevideo, Uruguay. Olahraga ini dinamakan *futebol desalao* (bahasa Portugis) atau *futbol sala* (bahasa Spanyol) yang maknanya sama, yakni sepak bola ruangan. Dari kedua bahasa tersebut dapat disingkat menjadi futsal. Pada tahun 2002 olahraga ini mulai merambah ke Indonesia dengan cepat dan mendapatkan tempat di hati parapecinta olahraga sepak bola sampai sekarang.

Futsal merupakan cabang olahraga yang sudah lama ada namun masyarakat Indonesia baru mengenal futsal baru pada tahun 2000-an. menjadi olahraga yang disenangi oleh setiap lapisan masyarakat mulai dari anak-anak, dewasa, pria dan wanita. Olahraga futsal bisa dijadikan suatu kegiatan yang dapat mengisi waktu luang untuk menghilangkan kejenuhan dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari, tetapi tidak sedikit masyarakat menjadikan olahraga futsal sebagai olahraga yang profesional, hal ini ditandai dengan banyaknya event-event yang diadakan oleh lembaga-lembaga tertentu seperti instansi pemerintah, lembaga pendidikan, tingkat

nasional maupun internasional (Harisuddin, 2019).

Permainan futsal memiliki karakteristik yang sangat berbeda dari olahraga lainnya yakni pada pergerakan kaki, harus dinamis serta lincah. Fathurrahman, (2019) menjelaskan komponen fisik yang harus dimiliki pemain futsal, diantaranya adalah daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*agility*), dan tentunya tanpa ketinggalan komponen biomotor yang lainnya”. Permainan futsal dilakukan dengan pergerakan bola yang sangat cepat, pada saat menyerang dan bertahan, pemain dituntut melakukan gerak maksimal.

Pada prinsipnya permainan futsal sama dengan permainan sepak bola yakni menerapkan permainan yang teknik, fisik dan strategi. Dari Segi permainan futsal dan sepak bola sama- sama bertujuan untuk menciptakan dan memasukkan bola/gol sebanyak mungkin. Dan untuk menciptakan gol tersebut aspek teknik, fisik dan strategi sangat diperlukan. Faktor-faktor penentu dapat disebutkan ada tiga faktor penting yaitu: kondisi fisik atau tingkat kesegaran jasmani, ketepatan teknik atau ketrampilan yang dimiliki, dan masalah-masalah lingkungan (Mahfud, 2018).

Bagian penting yang harus dikuasai oleh seorang pemain futsal antara lain disiplin yang dikerjakan dengan kesadaran tinggi demi terciptanya kehidupan yang layak dan keadaan yang fenomenal, karena permainan tersebut membutuhkan banyak pengembangan, misalnya maju, sebaliknya, dan menjaga, jadi strategi luar biasa harus digerakkan. Salah satunya adalah kemampuan spilling sebagaimana mestinya (Mahfud et al., 2020).

Pemain futsal dihimbau untuk tidak menguasai bola dalam waktu yang lama seperti pada sepak bola, dan *passing* merupakan dasar perhitungan putaran futsal, dan spilling juga diharapkan dapat masuk untuk mencetak atau mencetak gol. menjaga bola. Ciri-ciri menggiring bola adalah gerakan lari dengan menggunakan kaki untuk mengalirkan bola, dengan tujuan agar ada perkembangan bola yang dimulai dari satu titik kemudian ke titik berikutnya di daerah lapangan. Pemain futsal yang mampu membobol gawang dengan baik, kerjasama agregat yang lebih cepat dilakukan untuk mengontrol dan membawa bola ke gawang dengan melewati penjagaan lawan dan kemudian mencetak gol, sedangkan pemain futsal yang tidak bisa menumpahkan dengan baik, lawan secara efektif merebut bola, menyebabkan

kekalahan. Menurut (Mardiana, 2017) kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan perkembangan komparatif secara berurutan dalam waktu yang paling singkat, atau kemampuan untuk menempuh jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Sesuai tinjauan (Widiastuti, 2015) Kelincahan adalah kemampuan untuk menyesuaikan arah atau posisi tubuh dengan cepat dan dilakukan bersama dengan gerakan lain. Menyusup untuk mencetak atau mencetak gol. menjaga bola. Jika komponen fisik terpenuhi pada setiap individu pemain. Maka pemain akan lebih mudah melakukan latihan – latihan pada umumnya.

Menggiring bola adalah prosedur penting sepak bola yang umumnya dinikmati oleh pemain di Indonesia dan, anehnya, di dunia, memiliki kemampuan spilling tentu saja penting, namun pemain juga harus ingat bahwa spilling sangat menguras tenaga dan sering memutar balik irama. permainan (Aguss et al., 2021). Mahfud et al., (2020) menyatakan bahwa pada dasarnya ada empat macam metode penumpahan, yaitu penumpahan yang spesifik secara cepat, pengamanan, penipuan, dan pemotongan. Keempat prosedur sepak bola ini sangat penting dalam kemampuan yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola untuk mengalahkan lawan. Berdasarkan penelitian terdahulu dilakukan oleh (Y. R Gunawan, 2016) hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan menyatakan terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap *dribbling* bola futsal, lalu penelitian lain oleh (Rizaldi, 2019) juga menunjukkan terdapat hubungan kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bola.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya pembinaan yang diselenggarakan di lingkungan sekolah. salah satu sekolah negeri di Kota Tasikmalaya yang mempunyai prestasi yang belum baik dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal yaitu SMPN 11 Kota Tasikmalaya hal ini dibuktikan dengan prestasi yang diraih oleh ekstrakurikuler SMPN11 Kota Tasikmalaya yang masih tergolong rendah. Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan pada siswa di SMPN 11 Kota Tasikmalaya ditemukan bahwa siswa melakukan banyak kesalahan saat melakukan teknik dasar dalam bermain futsal terutama yang sangat memprihatinkan yaitu saat melakukan *Dribbling* atau menggiring bola, kurang lincahnya gerakan saat merubah arah serta penguasaan bola terhadap kaki masih sering

terlepas dan juga mereka terlihat bingung sehingga bola sangat mudah untuk di rebut kembali oleh lawan nya, hal ini terlihat ketika mereka melakukan pertandingan yaitu betemu perwakilan dari SMP Negeri 2 Tasikmalaya dan SMP Negeri 1 Tasikmalaya yaitu pada *event BK Cup Series 3* yang di selenggarakan oleh SMK Bhakti Kencana Tasikmalaya.

Permasalahan pada teknik *Dribbling* yang dialami peserta didik dapat diatasi dengan mengandalkan latihan. Menurut Harsono (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). Ada dua Latihan dari FIFA *Futsal Coaching Manual* (2011) yang akan dilaksanakan untuk meningkatkan keterampilan *Dribbling* yaitu "*Collecting The Ball and Dribbling*" dan "*Dribbling Against Two Defenders*" (hal.34-35).

Melihat permasalahan tersebut penulis bergerak untuk melakukan eksperimen kepada peserta didik yang tergabung dalam Ekstrakurikuler di SMP Negeri 11 Tasikmalaya dengan demikian penulis bermaksud mengadakan penelitian berupa eksperimen dengan judul "Pengaruh Variasi Latihan *Collecting The Ball and Dribbling* dan *Dribbling Against Two Defenders* Terhadap Keterampilan *Dribbling* pada Ekstrakurikuler Futsal Putra SMP Negeri 11 Tasikmalaya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah di kemukakan di atas maka akan timbul masalah dalam penelitian ini, agar masalah yang timbul tidak keluar dari permasalahan, peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

Apakah terdapat pengaruh variasi latihan *Dribbling (Collecting The Ball and Dribbling dan Against Two Defenders)* terhadap keterampilan *Dribbling* dalam permainan futsal ?

1.3 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkannya, penulis kemukakan makna yang di maksud dari setiap istilah sebagai berikut :

1. Latihan

Kresnayadi dan Arisahanti Dwi (2017) menyatakan latihan sebagai "suatu proses berlatih yang sistematis yang di lakukan secara berulang ulang, yang kian

hari jumlah beban pelatihanya kian bertambah”.

2. Variasi latihan *collecting the ball and dribbling*

Pada buku “FIFA *Futsal Coaching Manual*” (2011) latihan *Collecting the Ball and dribbling* merupakan variasi latihan yang bertujuan untuk meningkatkan ketrampilan dalam menggiring bola 1 vs 1 dengan pemain bertahan (hal. 34).

3. Variasi latihan *Against Two Defender*

Pada buku “FIFA *Futsal Coaching Manual*” (2011) latihan *against two Defender* merupakan latihan menggiring bola ketika berhadapan dengan dua pemain bertahan (hal.35).

4. Teknik *Dribbling*

Menurut Lhaksana (2011) “*dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum di berikan kepada rekan satu timnya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol” (hal.33).

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dirumuskan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *collecting the ball and dribbling* dan *against two defenders* terhadap keterampilan *dribbling* dalam permainan futsal pada ekstrakurikuler futsal putra SMPN 11 Kota Tasikmalaya.

1.5 Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoretis

Penelitian yang akan dilaksanakan bermanfaat sebagai pendukung teori-teori bagi pelatih dan pemain futsal sekaitan dengan pengaruh variasi latihan *Collecting The Ball and Dribbling* dan *Dribbling Against Two Defenders* terhadap Keterampilan *Dribbling* dalam Permainan Futsal pada Ekstrakurikuler Futsal Putra SMPN 11 Tasikmalaya.

2. Kegunaan Praktis

Ini memiliki manfaat praktis sebagai berikut:

a. Bagi Peserta Didik

Peserta didik, penelitian yang akan dilaksanakan dapat memberikan wawasan tentang pengaruh variasi latihan *collecting the ball and dribbling* dan *against two defenders* terhadap keterampilan *dribbling* dalam permainan futsal pada

Ekstrakurikuler futsal putra di SMPN 11 Kota Tasikmalaya

b. Bagi Pelatih

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