

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga sudah tidak asing bagi masyarakat Indonesia bahkan Salah satu yang menarik perhatian yaitu futsal. Olahraga yang banyak dilakukan oleh remaja, pelajar, mahasiswa, bahkan pemain-pemain profesional ini, kini mulai menjadi pusat perhatian masyarakat di Indonesia. Banyak turnamen-turnamen futsal diadakan di daerah-daerah, mulai dari tingkat pelajar sampai ke tingkat klub. Hal ini tentu saja menjadi peluang yang bagus bagi pecinta olahraga pada umumnya dan futsal pada khususnya.

Futsal (*futbol sala* dalam bahasa Spanyol berarti sepakbola dalam ruangan) merupakan permainan sepakbola yang dilakukan di dalam ruangan. Permainan ini sendiri dilakukan oleh lima pemain setiap tim berbeda sepakbola konvensional yang pemainnya berjumlah sebelas orang setiap tim. Ukuran lapangan dan ukuran bolanya pun lebih kecil dibandingkan ukuran yang digunakan dalam sepakbola rumput. Futsal adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut, agar tidak kemasukan bola. Di dalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan (Wigianto, 2009). Dalam bermain futsal terdapat teknik yang harus dikuasai dengan baik Menurut Lhaksana, (2011) ada 5 (lima) teknik dasar yaitu teknik dasar mengumpan (*passing*), teknik dasar menahan bola (*control*), teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), teknik dasar menembak bola (*shooting*) (hlm. 29). Teknik penguasaan bola atau teknik dasar futsal itu sangat diperlukan karena hal tersebut dapat mendukung agar permainan dapat berjalan dengan baik dan dapat menarik perhatian penonton yang menontonnya. Asmar (2008) berpendapat bahwa untuk dapat bermain futsal dengan baik seorang pemain harus dibekali dengan *Skill*

Atau teknik dasar yang baik, tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola (hlm. 62).

Menurut De Oliveira Bueno (dalam Fajar, 2020) Permainan Futsal bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dengan waktu yang telah ditetapkan, serta meminimalkan kemasukan gol (hlm. 139). Karakteristik permainan futsal ini lebih cepat dibandingkan dengan karakteristik permainan sepakbola, sehingga tidak ada ruang untuk pemain tidak bergerak cepat. Karakteristik permainan futsal tercipta dikarenakan ukuran lapangan futsal yang relatif lebih kecil dari pada ukuran lapangan sepakbola (Sarmiento, Bradley, & Travassos, hlm, 2015)

Dalam permainan futsal postur tubuh yang ideal sangatlah mempengaruhi permainan. Menurut Sajoto (di dalam jurnal Rudiyanto 2013) menjelaskan mengenai postur tubuh sebagai berikut.

“aspek biologis yang berupa struktur dan postur tubuh seperti halnya tinggi badan adalah salah satu penentu pencapaian kemampuan dalam olahraga”. Tinggi badan sangat mempengaruhi pada permainan futsal karena permainan futsal adalah suatu permainan yang saling berhadapan dan membutuhkan tinggi badan yang ideal. Tinggi badan termasuk bagian dari antropometri yang berpengaruh dengan sumbangan yang diberikan pada titik kecil terhadap kemampuan kelincahan seseorang (hlm. 28).

Menurut indriati, Etty, (2010) mengatakan bahwa “Antropometri orang hidup meliputi pengukuran tinggi badan, panjang tarso, dimensi transversal tarso, lingkaran tarso, pengukuran kaki dan tangan berat badan dan robusitas, kepala dan wajah” (hlm. 1)

Postur tubuh yang ideal dipengaruhi oleh tinggi badan yang diimbangi dengan berat badan, hal ini sesuai dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). Menurut Nurhasan dan Abdul Narlan, (2017) mengatakan bahwa “Indeks Massa Tubuh adalah berat badan dalam kilogram dibagi tinggi badan kuadrat dalam meter. Indeks massa tubuh merupakan cara untuk menggambarkan berat badan dalam hubungannya dengan tinggi badan” (hlm. 46). Indeks massa tubuh digunakan untuk mengetahui status gizi seseorang. Menurut Indriati, Etty, (2010) mengatakan bahwa “Praktisi gizi acapkali mengaplikasikan antropometri dalam menilai status nutrisi dan obesitas” (hlm. 69).

Setelah itu dengan melihat postur badan dan mengetahui status gizinya, dapat diamati juga kelincuhan seseorang saat melakukan menggiring bola dalam permainan futsal. Kelincuhan menurut Harsono (dalam Gumantan, 2020) Orang yang mempunyai kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya (hlm. 53). Menurut Scheunemann (dalam Gumantan, 2020) kelincuhan adalah kemampuan pemain merubah arah dan kecepatan baik saat mengolah bola maupun saat melakukan pergerakan tanpa bola (hlm. 53). Menurut Imam Hidayat (dalam Gumantan, 2020) makin besar jarak vertikalnya, makin kecil stabilitasnya. Sebaliknya makin kecil jarak vertikalnya, makin besar stabilitasnya. Pernyataan tersebut sesuai dengan bunyi hukum keseimbangan, yaitu stabilitas berbanding terbalik dengan jarak vertikal titik berat benda/badan terhadap bidang alasnya (hlm. 53). Menurut Kurniawan, (2015) ada beberapa faktor yang mempengaruhi *agility* “Komponen biomotor, tipe tubuh, umur, jenis kelamin, berat badan dan kelelahan”. (hlm. 148).

Sehingga dapat disimpulkan dalam permainan futsal kelincuhan sangatlah dibutuhkan saat menggiring bola agar memudahkan seseorang untuk mengontrol perubahan posisi badan baik saat merubah arah gerakan yang berpindah-pindah secara cepat tanpa kehilangan keseimbangan. Berdasarkan pendapat diatas bahwa indeks massa tubuh dimungkinkan berperan dalam mengubah arah dan setelah mengubah arah.

Berdasarkan pengamatan dilapang Anggota Ekstrakurikuler futsal di MA Persis 76 Tarogong Garut, memiliki keragaman dalam indeks massa tubuh, namun belum diketahui indeks massa tubuh mereka, hal ini juga kurang diperhatikan oleh pelatih karena seringkali pelatih dan pemain lebih berfokus pada teknik permainan yang dimiliki tiap pemainnya. Meskipun demikian para pemainnya memiliki kelincuhan yang baik, hal ini mempermudah pemain untuk melewati setiap lawannya sembari menggiring bola tanpa kehilangan keseimbangan atau terjatuh apalagi saat melawan pemain yang memiliki postur yang lebih tinggi dan besar dari mereka. Dapat disimpulkan bahwa indeks massa tubuh dapat terlibat dalam meningkatkan prestasi mereka, hal ini sesuai yang dikatakan Indriati, Etty, (2010)

bahwa “Peran antropometri dalam olahraga beragam, mulai dari penentuan cabang olahraga yang dapat memaksimalkan prestasi atlet, penilaian volume oksigen maksimal (mm/kg) dalam status kebugaran seseorang, pengukuran metabolic equivalent (MET), hingga penilaian komposisi lemak, tulang, kadar air, dan massa otot” (hlm. 92). Hal ini tentunya merupakan suatu hal yang menarik untuk diteliti. Mengapa mereka mampu melakukan teknik menggiring bola dengan baik? Sudahkah mereka memiliki faktor pendukung keterampilan menggiring bola dengan baik? Signifikankah hubungan antara faktor pendukung keterampilan menggiring bola yang dimilikinya?. Maka dari itu hal ini membuat rasa ingin tahu penulis untuk mengetahui secara mendalam mengenai kertaikan kelincahan dan antropometri melalui barometer indeks massa tubuh.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis mengambil judul “”Kontribusi Indeks Massa Tubuh dan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Futsal Putra (Studi Deskriptif pada Anggota Ekstrakurikuler MA Persis 76 Tarogong Garut)”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan rumusan Masalah sebagai berikut:

- 1) Seberapa besar kontribusi Indeks Massa Tubuh terhadap keterampilan menggiring bola permainan futsal?
- 2) Seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola permainan futsal?
- 3) Seberapa besar kontribusi Indeks Massa Tubuh dan Kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola permainan futsal?

## **1.3 Definisi Operasional**

Untuk menghindari salah penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis memberikan definisi istilah terhadap kata yang digunakan. Adapun istilah yang dimaksud sebagai berikut:

- 1) Kontribusi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah “keadaan berhubungan”. Yang dimaksud kontribusi dalam penelitian ini adalah keadaan berhubungan antara indeks massa tubuh, Kelincahan

terhadap hasil keterampilan menggiring bola pada pemain futsal MA Persis 76 Tarogong Garut (Depdiknas 2001, hlm. 409).

- 2) Menurut Janrio, Fitra Tandirerung, *at.al*, (2019) Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah sebuah pendekatan yang tergolong praktis dan sederhana untuk menilai status gizi seseorang (hlm. 10). Penghitungan Indeks Massa Tubuh (*Body Mass Index*) digunakan untuk menemukan atau mendeteksi orang-orang dengan berat badan lebih dan obes karena melakukan pengukuran proporsi lemak tubuh secara langsung dalam praktiknya sulit dilakukan. Untuk mengetahui komposisi tubuh dengan cara menggunakan perhitungan indeks massa tubuh (IMT). Indeks massa tubuh (IMT) dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui komposisi tubuh seseorang dengan mengetahui tinggi badan dan berat badan orang tersebut.
- 3) Kelincahan menurut Harsono (Kusnadi, Nanang dan Herdi Hartadji, 2015) mengatakan bahwa kelincahan adalah "Kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak". Kelincahan yang diambil dalam penelitian ini adalah saat pemain melakukan tes kelincahan *illinois agility run*" (hlm. 29).
- 4) Menggiring bola Menurut Wibowo, Antonius Tri (2019) Teknik *dribbling* adalah teknik yang digunakan dalam permainan sepakbola ataupun permainan futsal yang menggunakan bagian kaki (luar, dalam dan punggung) yang bertujuan untuk menggiring bola sesuai keinginan pemegang bola (hlm. 25). Menggiring bola dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan pemain dalam menggiring bola yaitu dengan cara melewati rintangan berbentuk tes zig-zag yang terdiri dari enam rintangan.
- 5) Futsal adalah permainan sepak bola dalam ruangan yang dimainkan lima lawan lima pada ukuran lapangan yang lebih kecil, Murhananto (2006, hlm. 6). Futsal dalam penelitian ini adalah tes yang dilakukan kepada pemain futsal MA Persis 76 Tarogong Garut dengan melakukan tes menggiring bola.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk memperoleh fakta tentang kontribusi indeks massa tubuh (IMT) dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal. Sejalan dengan rumusan Masalah di atas, maka dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Untuk mengetahui kontribusi Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal
- 2) Untuk mengetahui kontribusi kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal
- 3) Untuk mengetahui kontribusi Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal

#### **1.5 Kegunaan Penelitian**

Kegunaan atau manfaat dari Penelitian yang dilakukan penulis, dapat ditinjau baik secara teoretis, praktis, maupun secara empiris. Berikut ini masing-masing manfaat atau kegunaannya;

- 1) Secara teoretis hasil penelitian ini mendukung teori yang sudah ada khususnya teori tentang Kebugaran Jasmani.
- 2) Secara praktis hasil penelitian ini bermanfaat bagi guru dan sekolah sebagai acuan dalam meningkatkan kualitas pendidikan.
- 3) Secara empiris menambah pengalaman penulis tentang penulisan karya ilmiah khususnya mengenai kontribusi indeks massa tubuh dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal.