

BAB 2

LANDASAN TEORETIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.2 Konsep Permainan Futsal

2.1.2.1 Pengertian Permainan Futsal

Futsal sudah tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia sehingga sangat banyak pengertian-pengertian yang dikemukakan oleh para ahli, berikut beberapa pendapat mengenai pengertian permainan futsal. Menurut Feri Kurniawan, (2012) Olahraga Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki, Selain lima pemain utama, setiap regu juga diizinkan memiliki pemain cadangan tidak seperti permainan sepak bola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi garis, bukan net atau papan (hlm. 104).

Sejalan dengan pendapat diatas menurut Menurut Dendy Sugono (2008) futsal adalah olahraga permainan sepakbola, dengan lapangan dan gawang lebih kecil, biasanya dimainkan di dalam ruangan besar, masing-masing tim terdiri atas lima orang”. Sedangkan Menurut Justinus Lhaksana (2011), futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil, hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan. Futsal adalah olahraga beregu, kolektivitas tinggi akan mengangkat prestasi (hlm. 8).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan futsal adalah olahraga permainan yang sama seperti sepak bola akan tetapi bola, lapangan dan gawang ukurannya lebih kecil, dimainkan dengan cara memanipulasi bola menggunakan kaki oleh dua tim yang masing-masing timnya berisikan lima orang dengan tujuan memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan agar memperoleh poin.

2.1.2.2 Teknik Dasar Permainan Futsal

Dalam permainan futsal teknik penguasaan bola atau teknik dasar futsal sangatlah diperlukan oleh setiap pemain karena hal tersebut dapat mendukung

berjalannya permainan dengan baik. Menurut Asmar (2008) berpendapat bahwa untuk dapat bermain futsal dengan baik seorang pemain harus dibekali dengan *skill*/teknik dasar yang baik, tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola (hlm. 62).

Keterampilan teknik dasar futsal sangatlah berperan penting pada setiap pemain, beberapa teknik tersebut banyak dikemukakan oleh beberapa ahli. Menurut Lhaksana, (2011: 29) Macam-macam teknik dasar futsal 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*)

Secara keseluruhan sebenarnya Teknik dengan menggunakan bola sama dengan Teknik dalam permainan sepakbola. Hanya ada beberapa penekanan nya di dalam permainan futsal lebih ditekankan bahwa dalam bermain futsal selalu menggunakan keterampilan menggiring bola, karena dengan menggunakan teknik tersebut bawah akan memudahkan bagi teman untuk menerima bola ditambah lagi dalam futsal lapangannya terbatas karena lebih kecil dari lapangan permainan sepakbola.

Menurut Wibowo, Antonius Tri (2019) Teknik dasar menggunakan bola adalah sebagai berikut:

- a. Teknik *passing*
- b. Teknik *controlling*
- c. Teknik *heading*
- d. Teknik *shooting*
- e. Teknik *dribbling* (hlm. 13).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik dasar futsal harus dimiliki oleh setiap pemain futsal sehingga dalam bermain akan lebih efektif dan efisien selain itu juga harus didukung dengan fisik dan taktik dalam bermain sehingga akan memberikan hasil optimal dalam bermain futsal. Dari beberapa teknik futsal tersebut, penulis membatasi teknik dasar yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggiring bola agar sesuai dengan

permasalahan penelitian dan juga menggiring bola sangatlah dibutuhkan karena bertujuan untuk membawa bola ke gawang lawan untuk mendapatkan poin.

2.1.2.3 Menggiring Bola dalam Permainan Futsal

Menurut Wibowo, Antonius Tri (2019: 25) 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. Biasanya teknik *dribbling* ini dilakukan untuk melakukan penyerangan ke gawang lawan dengan berlari, berjalan, berbelok ataupun memutar” (hlm. 25).

Sedangkan Menurut Asmar (2008) “Menggiring (*dribbling*) bola adalah: “Menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. Menggiring bola bertujuan untuk mendekatkan jarak sasaran, melawati dan menghambat permainan” (hlm. 66). Menurut Justinus (2012)” Teknik *dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak dikuasai oleh setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum dibebankan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol” (hlm. 33).

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa *dribbling* adalah suatu gerakan dalam permainan futsal yang menggunakan kaki untuk mendorong bola dengan berlari, berjalan berbelok ataupun memutar sehingga berpindah dari satu tempat ke tempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tetap dalam penguasaan, hal ini bertujuan untuk menciptakan poin atau gol.

2.1.2.4 Cara Melakukan Teknik Menggiring Bola dalam Permainan Futsal

Dalam melakukan teknik *dribbling* ini pemain harus memahami bagian kaki mana yang digunakan untuk melakukannya, ada tiga bagian kaki dalam melakukan teknik *dribbling* ini yaitu Bagian kaki dalam, menggunakan bagian punggung dan bagian Kaki luar (Rita Nora: 2017).

Menurut Wibowo, Antonius Tri (2019, hlm. 26) cara melakukan teknik menggiring bola futsal adalah sebagai berikut:

1) Melakukan *Dribbling* menggunakan kaki bagian Kaki Dalam



Gambar 2. 1 Melakukan *dribbling* memakai kaki dalam

Sumber : Wibowo, Antonius Tri (2019, hlm. 27)

Melakukan *dribbling* memakai kaki dalam *Dribbling* menggunakan kaki bagian dalam digunakan pada saat ingin melewati lawan yaitu ke arah kiri jika menggunakan kaki kanan, sebaliknya jika ke arah kanan jika menggunakan kaki kiri.

2) Melakukan *dribbling* menggunakan kaki bagian bawah/sol



Gambar 2. 2 *Dribbling* memakai sol

Sumber : Wibowo, Antonius Tri (2019, hlm. 27)

Dribbling memakai sol Teknik dribble dengan menggunakan kaki bagian bawah mempunyai keuntungan sendiri dibanding teknik dribble yang lain, yakni bola lebih bisa kita kuasai dan bisa dipakai untuk melewati lawan.

3) Melakukan *dribbling* menggunakan kaki bagian punggung kaki



Gambar 2. 3 Melakukan *dribbling* memakai punggung kaki

Sumber : Wibowo, Antonius Tri (2019, hlm. 28)

Melakukan *dribbling* menggunakan kaki bagian punggung digunakan pada saat *dribbling* pemain lawan jauh dari pemegang bola. Teknik *dribbling* menggunakan punggung ini dipakai pada saat pemain menggiring bola dengan arah lurus tanpa ada pengawalan didepan pemain Pada permainan futsal teknik *dribbling* menggunakan bagian kaki bagian punggung tidak efektif karena luas lapangan yang sempit padahal jika melakukan *dribbling* menggunakan punggung kaki biasanya dilakukan di dalam permainan sepakbola yang memiliki lapangan luas.

4) Melakukan *dribbling* menggunakan kaki bagian luar



Gambar 2. 4 Melakukan *dribbling* memakai kaki bagian luar

Sumber : Wibowo, Antonius Tri (2019, hlm. 28)

Melakukan *dribbling* memakai kaki bagian luar. Melakukan *dribbling* menggunakan kaki bagian luar digunakan pada saat ingin melewati lawan yaitu dengan mengarahkan ke bagian kanan jika menggunakan kaki kanan tetapi sebaliknya mengarah ke kiri jika menggunakan kaki kiri.

2.1.2.5 Kelincahan

Kelincahan merupakan komponen yang penting bagi permainan futsal karena untuk mengkoordinasikan setiap gerakan, menurut Milanovic et.al, (dalam Diputra, 2015) berpendapat bahwa kelincahan adalah sangat penting dalam futsal dan sepak bola dan itu merupakan karakteristik umum, kelincahan adalah kemampuan secara efektif dan efisien mengubah arah misalnya, kemampuan untuk mengkoordinasikan tugas-tugas olahraga tertentu (seperti menghindari pemain lawan, membawa bola dan mengevaluasi skema pertahanan) (hlm. 42).

Sejalan dengan pernyataan diatas Menurut Holmberg (2009) kelincahan (agility) dapat didefinisikan sebagai keterampilan fisik yang memungkinkan individu dengan cepat dan efisien mengubah arah, mempercepat, dan memperlambat dalam upaya untuk bereaksi dengan tepat (hlm. 42). Menurut Miller et.al, (dalam Diputra, 2015) juga berpendapat bahwa kelincahan merupakan kemampuan seorang atlet untuk mengubah arah, membuat cepat berhenti, dan melakukan gerakan cepat, halus, efisien dan berulang-ulang (hlm. 42).

Berdasarkan dengan pernyataan diatas bahwa kelincahan adalah keterampilan atau kemampuan tubuh seseorang untuk mengubah arah, mempercepat dan memperlambat atau bergerak sesuai situasi yang sedang dihadapinya secara efektif dan efisien.

2.1.2.6 Faktor yang Mempengaruhi Kelincahan

Kelincahan sangat berperan penting terhadap permainan futsal, terdapat juga faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan. Menurut Nala (dalam Gusti, 2015) faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan sebagai berikut.

- 1) Kecepatan reaksi dan kecepatan gerak yang baik.

Perpaduan antara kecepatan reaksi (gerak refleks) dengan kecepatan (speed) akan menghasilkan kelincahan yang maksimal. Kita ketahui bahwa kecepatan reaksi adalah kemampuan tubuh atau anggota

tubuh untuk bereaksi secepat mungkin ketika ada rangsangan yang diterima oleh reseptor somatik, kinestetik, atau vestibular. Biasanya komponen reaksi ini lebih dikenal dengan sebutan kecepatan reaksi, waktu reaksi atau reaction time. Yakni waktu yang dibutuhkan oleh otot skeletal untuk mengadakan reaksi akibat adanya rangsangan yang diterima oleh reseptor atau panca indera. Reaksi ini merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan aktivitas kinetis secepatnya akibat suatu rangsangan yang diterima oleh reseptor.

Pelari, pesepeda, perenang jarak pendek bila terlambat “start” akibat waktu reaksi yang lamban, akan kehilangan waktu yang amat berharga, yang merupakan salah satu penyebab kekalahan. Waktu yang dibutuhkan oleh rangsangan dari mulai bunyi letusan pistol yang didengar oleh panca indera telinga (reseptor) menuju ke pusat saraf kemudian sampai timbul reaksi tungkai untuk bergerak (aktivitas kinetis). Kecepatan adalah kemampuan untuk mengerjakan suatu aktivitas berulang yang sama serta berkesinambungan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Komponen kecepatan gerak (*speed movement*) ini erat sekali kaitannya dengan komponen kekuatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, dan daya tahan. Kecepatan gerak diukur dengan cara mengukur jarak yang ditempuh dan waktu yang dibutuhkan untuk menempuh jarak tersebut (meter per detik).

2) Kemampuan Tubuh Dalam Mengatur Keseimbangan.

Keseimbangan adalah kemampuan tubuh untuk melakukan reaksi atas setiap perubahan posisi tubuh, sehingga tubuh tetap stabil dan terkendali. Kestabilan sangat diperlukan tubuh untuk melakukan suatu gerakan yang bersifat dinamis. Dimana gerakan dinamis sangatlah mutlak diperlukan seseorang pada saat melakukan kelincahan.

3) Kelentukan Sendi Tubuh.

Kelentukan adalah kesanggupan tubuh atau anggota gerak tubuh untuk melakukan gerakan pada sebuah atau menempuh beberapa sendi seluas luasnya. Biasanya dikaitkan dengan gerakan kelompok otot skeletal yang besar (tungkai, lengan, punggung, dan perut) dan kemampuan kinerjanya. Apabila ke-4 komponen tersebut dapat bekerja secara maksimal, maka kelentukan untuk menghasilkan kelincahan akan didapatkan hasil yang baik.

4) Kemampuan Menghentikan Gerakan Tubuh Dengan Cepat.

Disaat melakukan gerakan yang mengandung unsur kelincahan, seperti pada saat melakukan gerakan bolak-balik dimana pada saat tubuh melakukan gerakan balik terjadi peristiwa dari cepat ke lambat dan kembali ke cepat. Dari sana lah diperlukan kemampuan tubuh untuk menghentikan gerakan tubuh secara cepat untuk selanjutnya kembali melakukan gerakan cepat mancapai garis *finish* (hlm. 3).

Sejalan dengan pernyataan diatas menurut Suharso HP (dalam MahMut, Nur, 2010, hlm. 34) mengatakan bahwa:

Faktor yang mempengaruhi kelincahan adalah:

- a. Kecepatan reaksi dan kecepatan gerak
- b. Kemampuan berorientasi terhadap problem yang dihadapi/kemampuan berantisipasi
- c. Kemampuan mengatur keseimbangan
- d. Tergantung kelenturan sendi-sendi
- e. Kemampuan mengerem gerakan-gerakan

Berdasarkan pernyataan diatas bahwa faktor yang mempengaruhi kelincahan yaitu kemampuan seseorang untuk mengatur keseimbangan saat melakukan gerakan yang cepat dan memiliki keterampilan gerakan yang baik dalam menghadapi situasi yang berubah-ubah. Oleh karena itu kelincahan seseorang sangat didukung oleh kualitas kekuatannya, kualitas kecepatan, kualitas kelentukannya, kualitas keterampilan gerakannya maupun kecepatan reaksinya, maka hal-hal inilah yang dapat mempengaruhi tingkat kelincahan seseorang.

2.1.2.7 Bentuk Latihan Kelincahan

Menurut beberapa pendapat, kelincahan dapat dibentuk dengan bentuk-bentuk latihan. Menurut harsono, (2018, hlm. 50) mengatakan bahwa beberapa bentuk latihan untuk agilitas adalah seperti berikut:

- 1) Lari Bolak-Balik (*Shuttle Run*)
- 2) Lari *Zig-zag*
- 3) *Squat Thrust*
- 4) *Boomerang Run*
- 5) Lari Rintangan (*Obstacle Run*)
- 6) *Dot Drill*
- 7) *Three Corner Drill*
- 8) *Down-The-Line Drill*

Sejalan dengan pendapat diatas Menurut Arsil (2009) bentuk-bentuk latihan kelincahan antara lain: “lari bolak-balik (*shuttle run*), lari belok-belok (*zig-zag run*), jongkok-berdiri (*squat thrust*), lari rintangan (*Obstacle Run*)”

(hlm. 140). Menurut Kusnadi, Nanang dan Herdi Hartadji (2014) juga mengatakan bahwa “Bentuk-bentuk latihan untuk kelincahan antara lain: *shuttle run*, *zig-zag run*, *boomerang run*, *lompat hexagon*, halang rintang, *three corner drill*, *squat thrust*. Bentuk-bentuk latihan ini bisa dipilih sesuai dengan karakteristik cabang olahraga masing-masing” (hlm. 47).

Menggiring bola Permainan futsal memiliki karakteristik dalam penguasaan bola sebelum diberikan kepada teman untuk menciptakan peluang gol. Penguasaan bola harus diimbangi dengan keseimbangan agar saat menguasai bola pemain tidak mudah kehilangan keseimbangan. Keseimbangan tubuh dapat dipengaruhi oleh komposisi tubuh orang tersebut. Komposisi tubuh seseorang diukur menggunakan berat badan dan tinggi badan dihitung menggunakan rumus indeks massa tubuh (IMT).

2.1.2.8 Indeks Massa Tubuh

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan cara sederhana untuk melihat status gizi seseorang, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Indeks massa tubuh ini ditemukan oleh Quetelet ahli statistik Belgia dari perhitungan secara konvensional yaitu dengan membagi berat badan (dalam kilogram) dengan kuadrat dari tinggi badan (dalam meter). Menurut Habut, Martha Yuliani et.al, (2016) mengatakan bahwa IMT atau indeks Quetelet merupakan salah satu bentuk pengukuran atau metode skrining yang digunakan untuk mengukur komposisi tubuh yang diukur dengan menggunakan berat badan dan tinggi badan yang kemudian diukur dengan rumus IMT (hlm. 2). Sejalan dengan pendapat diatas, Indeks massa tubuh (IMT) atau Body Mass Index (BMI) adalah jumlah berat badan ideal yang dihitung dari berat dan tinggi badan seseorang (Jevuska, 2013, hlm. 1).

Pada dasarnya setiap orang memiliki keseimbangan untuk mempertahankan posisi tubuhnya agar tidak terjatuh. Akan tetapi hal ini dipengaruhi oleh komposisi tubuh seseorang sehingga dari komposisi tersebut dapat mempengaruhi tingkat keseimbangan. Hal ini sejalan dengan pendapat Budiwibowo, freni dan Anies Setiowati, (2015) mengatakan bahwa “IMT

merupakan penghitungan dari ukuran berat badan dan tinggi badan yang mempengaruhi tingkat keseimbangan” (hlm. 35).

Dapat disimpulkan dari beberapa pendapat diatas bahwa indeks massa tubuh (IMT) adalah cara untuk mengetahui status gizi seseorang dengan dihitung atau diukur dari berat badan dan tinggi badan sehingga mempengaruhi tingkat keseimbangan.

2.1.2.9 Rumus untuk Menghitung Indeks Massa Tubuh

Menurut Astuti, Sri *at.al* (2020) perhitungan IMT menggunakan rumus dengan menghitung berat badan (kg) dibagi dengan kuadrat tinggi badan (m) (hlm. 10). Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Afif, Ucu Muhammad, (2015, hlm. 58) mengatakan bahwa “untuk mengetahui nilai Indeks Massa Tubuh (IMT), dapat dihitung dengan rumus sebagai berikut:”

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (M)}^2}$$

Berdasarkan beberapa pendapat diatas bahwa rumus yang digunakan untuk mengetahui status gizi seseorang atau rumus indeks massa tubuh (IMT) yaitu:

$$\text{Indek Massa Tubuh (IMT)} = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (M)}^2}$$

2.1.2.10 Kategori Status Gizi

Kategori status gizi seseorang ini dapat digunakan untuk mengetahui kondisi tubuh yang sebenarnya dari hasil perhitungan dari indeks massa tubuh (IMT). Menurut Ngurah, Kade Dwi Putra Negara, *et.al*, (2013, hlm. 65) mengatakan bahwa hasil perhitungan kemudian dikategorikan sebagai berikut:

Underweight	: < 18,5
Normal	: 18,5 – 22,9
Overweight	: 23-24,9
Obesitas	: > 25

Sedangkan menurut Afif, Ucu Muhammad, (2018, hlm. 58) batas ambang Indeks Massa tubuh (IMT) untuk Indonesia merujuk kepada FAO/WHO. Batas ambang tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 2. 1 Status Gizi

Status Gizi	Kategori	IMT
Sangat Kurus	Kekurangan berat badan tingkat berat	< 17,0
Kurus	Kekurangan berat badan tingkat ringan	17,0-18,5
Normal		18,5-25,0
Gemuk (Overweight)	Kelebihan berat badan tingkat ringan	25,0-27,0
Obese	Kelebihan berat badan tingkat berat	>27,0

Sumber : PMK RI No. 41 Tentang Pedoman Gizi Seimbang (2014, hlm. 21)

Sehingga dapat disimpulkan bahwa menentukan kategori status gizi seseorang tidak dapat dilakukan dengan cara asal menebak dari postur badannya karena status gizi tidak ditentukan oleh postur tubuhnya. Apabila seseorang memiliki postur kecil belum tentu seseorang tersebut dikatakan kurus tanpa menghitung status gizinya menggunakan pengukuran indeks Massa tubuh (IMT).

2.1.3 Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang penulis lakukan ini relevan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Muhammad Panji Mutaqin dan Ulfa Nur Pramita. Penelitian yang dilakukan oleh Muhamma Panji Mutaqin bertujuan untuk mengungkapkan informasi mengenai “Hubungan indeks massa tubuh (IMT) terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa kelas XII MAN 2 Kota Tasikmalaya (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas XII MAN 2 Kota Tasikmalaya). Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) terhadap tingkat kebugaran jasmani pada siswa kela XII MAN 2 Kota Tasikmalaya. lalu penelitian ini juga relevan dengan penelitan yang dilakukan oleh Ulfa Nur Pramita bertujuan untuk mengungkapkan informasi mengenai “Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan bola basket (Studi Deskriptif pada Anggota

Ekstrakurikuler Bola Basket Putri SMA Negeri 1 Sukatani Kabupaten Bekasi Tahun Ajaran 2018/2019). Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) terhadap keterampilan menggiring bola basket pada Anggota Ekstrakurikuler Bola Basket Putri SMA Negeri 1 Sukatani Kabupaten Bekasi

Sedangkan pada penelitian yang penulis lakukan bertujuan untuk mengungkap informasi Mengenai “Kontribusi indeks massa tubuh (IMT) dan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal. Studi Deskriptif pada Anggota Ekstrakurikuler Futsal Putra MA Persis 76 Tarogong Garut Tahun Ajaran 2022/2023.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada indeks massa tubuh (IMT), dan juga jenis penelitian yang dilakukan sama dengan penelitian Muhammad Panji Mutaqin dan Ulfa Nur Pramita yaitu deskriptif. Sedangkan perbedaan dari penelitian dengan penelitian yang sebelumnya adalah terletak pada populasi, sampel, variabel, dan kajian penelitiannya.

Populasi dalam penelitian Muhammad Panji Mutaqin adalah siswa kelas XII MAN 2 Kota Tasikmalaya dan populasi dalam penelitian Ulfa Nur Pramita adalah Anggota Ekstrakurikuler Bola Basket Putri SMA Negeri 1 Sukatani Kabupaten Bekasi, sedangkan populasi dalam penelitian penulis lakukan adalah Anggota Ekstrakurikuler Futsal Putra MA Persis 76 Tarogong Garut Tahun Ajaran 2022/2023. Dengan demikian penelitian yang penulis lakukan relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Panji Mutaqin dan Ulfa Nur Pramita, tetapi objek dan kajiannya berbeda.

2.1.4 Kerangka Konseptual

Anggapan dasar merupakan titik tolak bagi penulis dari segala penelitian yang akan dilaksanakan, anggapan dasar ini digunakan sebagai pegangan secara umum. Hal ini berarti penyidik dalam merumuskan postulat yang berbeda, seorang penyidik mungkin saja meragukan suatu anggapan dasar itu. Selanjutnya diartikan pula bahwa penyidik dapat merumuskan satu atau lebih dari hipotesis yang dianggapnya sesuai dengan penyidikan.

Berdasarkan uraian diatas penulis mengajukan anggapan dasar dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Menurut Mawi, Martiem, (2004) mengatakan bahwa "Indeks Massa Tubuh (IMT) yang diukur berdasarkan berat badan dalam kilogram dibagi tinggi dalam meter kuadrat (kg/m^2)" (hlm. 88). Selain itu keseimbangan tubuh sangat diperlukan pada saat bergerak terutama ketika menggiring bola, sejalan dengan yang dikatakan oleh Widiastuti, (2017) mengatakan bahwa "Setiap orang sangat memerlukan keseimbangan yang dapat mempertahankan stabilitas posisi tubuh dalam kondisi statik atau dinamik" (hlm. 161). Hal ini diperjelas oleh Habut, Martha et.al, (2016) mengatakan bahwa "Keseimbangan yang baik akan menghasilkan gerak efektif dan efisien serta mengurangi resiko jatuh" (hlm. 3).

Oleh karena itu, Indeks Massa Tubuh (IMT) memiliki kontribusi terhadap keterampilan menggiring bola karena IMT akan mempengaruhi tingkat keseimbangan tubuh pada saat menggiring bola agar tidak mudah jatuh.

2. Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Permainan futsal merupakan salah satu olahraga yang memerlukan kelincahan seperti yang dikatakan oleh Getchell (1979) (Widiastuti, 2017) mengatakan bahwa agility atau kelincahan adalah "Komponen penting yang dibutuhkan oleh hampir seluruh cabang olahraga" (hlm. 137). Menurut Widiastuti, (2017) mengatakan bahwa agility atau kelincahan adalah "Kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya". Gerakan mengubah arah dengan cepat ini dapat dilakukan oleh pemain salah satunya pada saat menggiring bola untuk melewati lawannya (hlm. 137). Sejalan dengan pendapat widiastuti Kelincahan 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).

Oleh karena itu kelincahan memiliki kontribusi terhadap keterampilan menggiring bola karena sesuai dengan karakteristiknya, kelincahan mampu

mengubah arah sesuai situasi yang sedang dihadapi tanpa kehilangan keseimbangan.

3. Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Kelincahan terhadap Keterampilan Menggiring Bola

Keseimbangan tubuh sangat diperlukan pada saat menggiring bola dalam permainan futsal, maka dari itu kategori status gizi dapat ditentukan. Menurut Habut, Martha Yuliani et al, (2016) mengatakan bahwa “Manusia dan gerak yang tidak terpisahkan membutuhkan peran besar IMT dan aktivitas fisik yang baik. Keduanya merupakan cara sederhana untuk memantau status gizi, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan serta kebugaran tubuh” (hlm. 3).

Selain itu dalam menggiring bola kelincahan diperlukan saat melakukan perubahan arah dengan cepat sesuai keadaan. Kelincahan sangatlah penting pada setiap individu untuk meningkatkan kerjasama khusus dalam permainan beregu. Menurut Fajar, Arif, *at.al*, (2020) Kelincahan fungsinya penting untuk meningkatkan prestasi olahraga, secara tidak langsung kelincahan digunakan untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda atau simultan, mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi, mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan (hlm. 140).

Kelincahan merupakan salah satu aspek kondisi fisik yang banyak diperlukan dalam cabang olahraga permainan futsal. Permainan futsal ini membutuhkan kelincahan yang bagus dari setiap pemainnya (Li, Zhang, Wan, Wilde, & Shan, 2016). Sehingga dengan memiliki kelincahan pemain dapat dengan mudah mencapai tujuan untuk mendapatkan poin dan memenangkan pertandingan.

Berdasarkan penjelasan di atas, menunjukkan adanya kontribusi yang sangat berarti karena semua hal memiliki keterkaitan satu sama lain. Dengan demikian dari variabel di atas diharapkan dapat dimiliki oleh atlet sehingga dapat meningkatkan keterampilan menggiring bola khususnya dalam permainan futsal.

2.1.5 Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2019) mengatakan bahwa “Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data” (hlm. 99). Berdasarkan anggapan dasar di atas, maka hipotesis penulis adalah sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi yang berarti Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal.
2. Terdapat kontribusi yang berarti kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal.
3. Terdapat kontribusi yang berarti Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal.