

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1. 1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga mempunyai peranan yang penting dalam keberlangsungan kehidupan manusia. Dalam kehidupan manusia sangat ini, manusia tidak mungkin untuk dipisahkan dalam melaksanakan aktivitas yang berhubungan dengan olahraga. Secara umum olahraga dapat diartikan sebagai suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur dengan melibatkan berbagai macam gerakan yang dilakukan tubuh secara berulang-ulang yang ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Pada zaman modern ini sudah banyak masyarakat, baik dikalangan tua maupun muda sudah sangat mengerti akan seberapa pentingnya melakukan aktivitas olahraga. Olahraga yang dipilih sekarang ini sudah bervariasi, bermacam-macam jenis olahraga yang dapat dilakukan baik itu yang sebelumnya kurang populer menjadi populer dan banyak digemari oleh masyarakat di Indonesia. Salah satu olahraga yang belakangan ini olahraga menjadi digemari dan dinikmati masyarakat adalah olahraga futsal.

Futsal merupakan suatu permainan bola yang dapat membentuk karakter seseorang pemain agar selalu siap untuk menerima dan mengumpan bola dengan cepat dan tepat sasaran ketika dalam tekanan pemain lawan. Sekaitan dengan hal tersebut, Menurut Tenang (2008) menjelaskan bahwa “futsal merupakan permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Selain lima pemain utama, setiap tim diizinkan mempunyai pemain cadangan”. Futsal mulai berkembang di Indonesia pada tahun 2003, meski sejak tahun 1999 sampai dengan tahun 2000 futsal sudah mulai ada dan peminatnya terus bertambah setiap tahunnya. Olahraga futsal kini banyak digemari oleh berbagai kalangan terutama di Indonesia. Khususnya di Tasikmalaya, meskipun futsal ini tergolong baru dibandingkan dengan sepak bola, akan tetapi perkembangannya cukup pesat. Karena olahraga futsal dapat dijadikan sebagai pilihan untuk mengisi waktu santai dan dengan bermain futsal memiliki banyak keuntungan yang bisa didapatkan, salah satunya adalah memiliki prestasi dan dapat membuat tubuh menjadi bugar. Futsal dapat digunakan di lapangan yang tidak terlalu besar, dan permainan futsal dapat dimainkan kapan saja serta dapat dilakukan didalam ruangan tanpa terkendala kondisi cuaca. Selain itu olahraga futsal merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing tim terdiri dari 5 orang

pemain ( 1 penjaga gawang) yang bertujuan untuk membuat gol sebanyak mungkin agar dapat memenangkan pertandingan. Dalam permainan futsal ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, yang diantaranya adalah menggiring bola (*dribbling*), mengumpan bola (*passing*), menendang bola (*shooting*), menahan bola (*control*), mengumpan bola lambung (*chipping*), dan menyundul bola (*heading*).

Maka dari itu untuk meningkatkan prestasi di semua cabang olahraga khususnya futsal dapat ditingkatkan mulai pada mereka yang masih muda usianya. Dengan memerhatikan atlet dari usia dini dengan pembinaan yang baik dan memperkenalkan pemahaman mengenai futsal, mulai dari teknik, kondisi fisik, dan juga taktik. Untuk itu perlunya atlet memiliki pemahaman mengenai futsal dengan baik. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan menurut Suharno (2005) menjelaskan bahwa “pembinaan fisik, teknik dan taktik adalah sasaran latihan keseluruhan yang dimana salah satu aspek tidak diperbolehkan untuk dihilangkan dalam program latihan yang berkesinambungan sepanjang tahun” (hlm.24). Latihan teknik dasar sangat penting dimiliki setiap pemain yang bertujuan untuk menciptakan sebuah permainan yang menarik bagi pemain ketika bermain di lapangan, baik itu melakukan teknik dasar menggunakan bola maupun dengan tanpa bola. Dari sekian banyak teknik dasar yang perlu untuk dikuasai, salah satunya adalah menggiring bola atau *dribbling*. Menggiring bola merupakan teknik dasar yang dilakukan dengan cara membawa bola dengan menggunakan kaki yang bertujuan supaya bola yang ingin ditendang (dioperkan). Sehubungan dengan menurut Surbaki (2015) dalam Fetri (2019) mengemukakan bahwa menggiring bola (*dribbling*) sangat diperlukan oleh semua pemain futsal untuk mengecoh pemain lawan, membawa bola ke daerah yang kosong, dan melewati lawan sambil menggiring bola menuju gawang lawan untuk menciptakan gol” (hlm.170). Pendapat lain mengemukakan, Menurut Mielke (2009) menggiring bola (*dribbling*) merupakan keterampilan dasar dalam permainan futsal karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, dan bersiap melakukan operan atau tembakan. Selanjutnya menurut Harvey (2003) menyatakan bahwa “begitu anda telah menguasai bola, mungkin anda ingin melakukan operan atau tembakan langsung, tetapi hal yang paling menarik dari futsal adalah membiarkan bola tetap dalam kendali anda dan menggiringnya di lapangan” (hlm.17).

Selain itu meningkatkan kondisi fisik pemain futsal yang menjadi sumber atau bahan yang perlu dibina dan diperhatikann oleh pelatih futsal selain teknik dasar. Kondisi

fisik yang baik dan prima serta siap menghadapi lawan ketika bertanding adalah faktor terpenting dalam olahraga futsal, karena dapat memberikan dampak yang cukup besar untuk pemain dalam kecakapan bermain futsal. Namun hal tersebut perlu diselediki lebih dalam oleh para pakar futsal yang ada di Indonesia. Memiliki kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan adanya penguasaan teknik yang baik akan membuat pemain tidak dapat mencapai prestasi yang berjalan dengan seimbang. Demikian juga sebaliknya jika mempunyai kondisi fisik yang tidak baik, tetapi mempunyai teknik yang baik akan berpengaruh yang mengakibatkan kurang mendukungnya untuk dapat meraih pencapaian prestasi yang tinggi. Oleh karena itu agar dalam proses latihan mendapatkan hasil yang maksimal maka diperlukan berbagai aspek latihan yang meliputi kondisi fisik, taktik, teknik. Prinsip dasar tersebut sangatlah penting untuk dilatih jika ingin menguasai keterampilan yang ingin dicapai, tidak hanya melatih salah satu saja melakukan semuanya. Karena dalam melakukan proses latihan, kondisi fisik merupakan posisi terdepan yang perlu untuk dilatih, kemudian berlanjut ke latihan teknik dalam pencapaian suatu prestasi. Melakukan latihan kondisi fisik secara berkesinambungan dapat memberikan dampak yang sangat baik bagi peningkatan kemampuan pengembangan teknik dan taktik pada saat pertandingan. Sejalan dengan pendapat menurut Sardjono (2011) menyatakan bahwa “peranan latihan untuk mengembangkan unsur-unsur permainan futsal guna meningkatkan kecakapan bermain sangat menentukan. Dimana unsur kondisi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga maupun sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan atau pertandingan” (hlm.1). Dengan demikian, dalam melakukan peningkatan kondisi fisik perlu untuk dilatih dengan berbagai komponen kondisi fisik. Komponen kondisi fisik mencakup kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelentukan, stamina, daya ledak, rekasi, koordinasi, ketepatan, kelincahan, dan keseimbangan.

Tujuan dari permainan futsal adalah bagaimana pemain menguasai bola agar dapat memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin. Untuk itu setiap pemain diharuskan memiliki keterampilan menguasai bola. Karena sangat diperlukannya bagi seorang pemain futsal untuk meningkatkan keterampilan yang diperlukan dalam menguasai bola dengan baik yakni menggiring bola (*dribbling*) yang berguna untuk melewati atau mengecoh lawan dan menciptakan peluang untuk mencetak gol. Hal tersebut bukanlah sesuatu yang mudah untuk dilakukan, dibutuhkan latihan yang rutin

untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* seorang pemain menjadi lebih baik. Latihan yang rutin penting untuk meningkatkan keterampilan dalam melakukan menggiring bola. Oleh karena itu dibutuhkan suatu latihan yang berkesinambungan agar kemampuan menggiring bola setiap pemain meningkat menjadi lebih baik daripada sebelumnya. Latihan tersebut dapat dilakukan pada saat latihan ekstrakurikuler, disekolah, dan ketika latihan bersama atau bermain dengan teman di lapangan. Karena menguasai teknik menggiring bola (*dribbling*) bukan hanya sekedar melatih teknik menggiring bola (*dribbling*) saja, melainkan dibutuhkannya latihan-latihan fisik yang bertujuan untuk menunjang pemain dalam melakukan menggiring bola dengan baik.

Komponen kondisi fisik yang sangat dibutuhkan dalam keterampilan menggiring bola merupakan kelincahan dan kecepatan. Kelincahan dan kecepatan dibutuhkan oleh seorang pemain futsal dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi di pertandingan yang menuntut komponen kelincahan dan kecepatan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk dapat menghindari benturan yang mungkin terjadi ketika di lapangan. Komponen kondisi fisik kelincahan dan kecepatan ini dapat dilatih secara bersama-sama, baik dengan bola maupun tanpa bola. Kelincahan seseorang dapat tergantung dari berbagai faktor seperti kekuatan, kecepatan, daya ledak otot, waktu reaksi, keseimbangan dan koordinasi yang baik. Menurut Harsono (2018) menyatakan bahwa “kelincahan adalah orang yang mampu untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu yang sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya” (hlm.50). Pendapat lain menurut Sejalan dengan pendapat Badriah, Dewi Laelatul (2013) menjelaskan bahwa “Pada pembinaan kelincahan perlu untuk seseorang berlatih menempuh jarak yang relatif dekat yang memungkinkan laju tubuh cepat, akan tetapi ada sedikit rintangan untuk dapat mengukur ketepatan dan keseimbangan tubuhnya dalam menempuh jarak tertentu” (hlm. 38). Sejalan dengan pendapat Badriah, Dewi Laelatul (2013) menjelaskan bahwa “Pada pembinaan kelincahan perlu untuk seseorang berlatih menempuh jarak yang relatif dekat yang memungkinkan laju tubuh cepat, akan tetapi ada sedikit rintangan untuk dapat mengukur ketepatan dan keseimbangan tubuhnya dalam menempuh jarak tertentu” (hlm. 38). Karena dalam melakukan kelincahan terjadi adanya gerakan tenaga yang eksplosif dan besarnya tenaga yang ditentukan oleh kekuatan dari kontraksi serabut otot serta

berperan sangat penting dalam permainan futsal untuk melakukan keterampilan menggiring bola.

Sedangkan kecepatan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang sangat diperlukan oleh berbagai cabang olahraga seperti *softball*, *american football*, *rugby*, nomor lari, dan futsal. Dengan demikian, seorang atlet futsal perlu untuk meningkatkan kecepatannya dalam keadaan berlari menggiring bola maupun dalam keadaan tidak. Untuk dapat meningkatkan kecepatan seorang pemain futsal diperlukan pembinaan dengan melakukan suatu latihan yang rutin. Menurut Syarwandi (2021) menyatakan bahwa “kecepatan merupakan pedoman yang harus dilaksanakan dalam proses berlatih, agar sasaran latihan kecepatan dapat tercapai secara efektif dan efisien” (hlm.15). Selanjutnya menurut Harsono (2018) menjelaskan bahwa “kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya” (hlm.216). Jadi kelincahan dan kecepatan merupakan suatu komponen yang sangatlah penting dan wajib dimiliki setiap pemain untuk melakukan menggiring bola (*dribbling*) dengan baik ketika dalam pertandingan futsal.

Ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya merupakan salah satu ekstrakurikuler futsal SMA atau sederajat yang terbaik di Kota Tasikmalaya pada cabang olahraga futsal. Tidak jarang ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya mendapatkan gelar di berbagai event futsal yang diadakan di Kota Tasikmalaya. Hal ini dapat dibuktikan dengan event Calci Liga Futsal Pendidikan 2022 meraih prestasi sampai semifinal, event Wali Kota Cup 2022 meraih prestasi sebagai juara ke-2, dan event Liga Futsal Pendidikan 2023 meraih prestasi sebagai juara ke-3. Seiring dengan berkembangnya waktu peran pelatih sangat memiliki dampak yang baik dalam meningkatkan kualitas pemainnya, baik itu dari kondisi fisik, teknik dasar ataupun taktik. Pemain futsal SMA N 9 Tasikmalaya sudah mempunyai kualitas keterampilan *dribbling* yang baik. Terlihat dari beberapa pertandingan yang telah diikuti, para pemain dapat memperlihatkan perkembangan yang signifikan ketika dilapangan yakni dengan keahlian individu pemain dalam melakukan *dribbling* dimana salah satunya pemain mampu melakukan gerakan yang lincah dan dapat berakselerasi dengan baik untuk melewati hadangan dari pemain lawan.

Kelincahan dan kecepatan merupakan satu kesatuan yang tidak bisa untuk dipisahkan karena saling menunjang satu sama lainnya dalam rangkaian gerakan

*dribbling*. Unsur kelincuhan sangat dibutuhkan untuk menunjang pemain dalam melakukan keterampilan *dribbling* yang bertujuan agar pemain dapat melakukan gerakan perubahan posisi tubuh dengan cepat dan tepat sehingga berguna untuk melewati hadangan pemain lawan dan pemain bisa lebih masuk ke daerah pertahanan lawan. Selain itu kecepatan juga mempunyai peranan yang saling berkaitan dengan kelincuhan untuk menunjang dalam melakukan *dribbling* sehingga pemain dapat melakukan akselerasinya yang bertujuan agar pemain menjauh dari kejaran pemain lawan yang membuat bola dapat dikuasi penuh oleh pemain.

Berdasarkan pengamatan peneliti selama PLP (Pengenalan Lapangan Persekolahan) bahwa keterampilan *dribbling* pada anggota ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya sudah mempunyai kualitas yang baik, akan tetapi untuk mengetahui tingkat kondisi fisik khususnya kelincuhan dan kecepatan, peneliti merasa perlu untuk mengetahui hubungan kondisi fisik kelincuhan dan kecepatan jika dihubungkan dengan keterampilan *dribbling*. Dengan kata lain, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Kelincuhan dan Kecepatan Dengan Keterampilan *Dribbling* Pemain Futsal pada Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMA N 9 Tasikmalaya”.

## **1. 2 Rumusan Masalah**

Dengan mengacu berdasarkan pada latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut :

- 1) Apakah ada hubungannya antara kelincuhan dengan keterampilan *dribbling* pada Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMA N 9 Tasikmalaya?
- 2) Apakah ada hubungannya antara kecepatan dengan keterampilan *dribbling* pada Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMA N 9 Tasikmalaya?
- 3) Apakah ada hubungannya antara kelincuhan dan kecepatan secara bersama-sama dengan keterampilan *dribbling* pada Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMA N 9 Tasikmalaya?

## **1. 3 Definisi Operasional**

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkannya terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka peneliti mengemukakan makna secara operasional terhadap dari istilah-istilah sebagai berikut :

- 1) Menurut Aidah (2021) hubungan adalah "Sesuatu yang terjadi apabila dua orang atau hal atau keadaan saling mempengaruhi dan saling bergantung antara satu dengan

yang lainnya" (hlm.6). Berdasarkan kutipan yang dijabarkan di atas dapat disimpulkan hubungan dalam penelitian ini adalah hubungan kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan *dribbling* dalam permainan futsal pada anggota ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya.

- 2) Menurut Hidayat dan Kusnadi (2018) mengungkapkan bahwa "Kelincahan merupakan suatu kemampuan untuk dapat mengubah arah dan posisi tubuh dengan secepat mungkin serta tepat pada waktu ketika bergerak, dengan tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran posisi tubuhnya."(hlm.50).
- 3) Menurut Giartama (2018) mendefinisikan bahwa "kecepatan adalah kemampuan dasar mobilitas sistem saraf pusat dan perangkat otot untuk menampilkan gerak-gerakan pada kecepatan tertentu" (hlm.132).
- 4) Menurut Dewi dan Pakpahan (2018) menjelaskan bahwa "*dribbling* adalah kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum dibebankan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol" (hlm.1).
- 5) Menurut Lhaksana (2011) mendefinisikan bahwa "futsal adalah olahraga yang dinamis dikarenakan bola dapat bergulir dengan cepat dari kaki ke kaki pemain, di mana pemain dituntut untuk selalu berotasi dan bergerak serta di butuhkan keterampilan yang baik dan determinasi yang tinggi"(hlm.7).

#### **1. 4 Tujuan Penelitian**

Kegiatan yang dilakukan pasti bermakna dan tentu saja memiliki tujuan yang ingin dicapai. Tujuan dalam penelitian ini, secara umum yakni untuk dapat memperoleh fakta mengenai kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan *dribbling* pemain ekstrakurikuler futsal. Secara khusus tujuan penelitian adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* anggota ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya
- 2) Untuk mengetahui hubungan kecepatan dengan keterampilan *dribbling* anggota ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya
- 3) Untuk mengetahui hubungan kelincahan dan kecepatan secara bersama-sama dengan keterampilan *dribbling* anggota ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya

## 1. 5 Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Maka dari itu hasil penelitian ini dapat digunakan oleh berbagai pihak-pihak yang berkepentingan dalam kasus sama atau tidak sama yang masih relevan dan manfaat dari penelitian ini sebagai berikut :

### 1) Manfaat Teoretis

#### a) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan bukti secara ilmiah tentang hubungan kelincahan dan kecepatan dengan keterampilan *dribbling* anggota ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya.

#### b) Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru tentang model latihan yang lebih efektif dan efisien dalam meningkatkan keterampilan *dribbling* anggota ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya.

#### c) Bagi Orang Tua dan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan dalam dunia olahraga futsal dan penelitian ilmiah dapat digunakan sebagai bahan perbandingan antara teori yang didapatkan dengan keadaan yang sesungguhnya.

### 2) Manfaat Praktis

#### a) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan masukan dan pertimbangan kepada pembina dan pelatih ekstrakurikuler futsal SMA N 9 Tasikmalaya dalam meningkatkan keterampilan *dribbling* yang bertujuan akan memperoleh hasil latihan yang maksimal

#### b) Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan agar siswa atau pemain paham bahwa teknik dasar *dribbling* sangat penting dapat mencapai prestasi dalam permainan futsal.

#### c) Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan tambahan referensi mengenai model latihan peningkatan teknik dasar *dribbling*.