

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga terdiri dari dua kata, yaitu olah dan raga, olah merupakan kata kerja memberikan makna melakukan sesuatu sedangkan raga adalah tubuh secara utuh/jasmani dan fisik. Pada hakekatnya hubungannya dengan pokok pembahasan adalah kata olah memberikan makna melakukan kerja fisik dengan baik atau mengolah fisik dengan baik. Artinya setiap orang yang melakukan olahraga dengan benar melalui berbagai aktivitas olahraga akan meningkatkan kebugaran jasmani pelakunya.

Olahraga massal adalah bentuk kegiatan olahraga yang dapat dilakukan oleh sejumlah besar orang secara bersamaan atau yang biasa disebut sebagai olahraga masyarakat yang hakekatnya adalah olahraga kesehatan, sebab dalam melakukan kegiatan olahraga tersebut hanya satu tujuannya yaitu memelihara atau meningkatkan derajat kesehatan dan aktivitas gerak. Olahraga masyarakat atau olahraga kesehatan dengan demikian merupakan bentuk olahraga yang dapat mewujudkan kebersamaan dan kesetaraan dalam berolahraga, oleh karena pada olahraga itu tidak ada tuntutan keterampilan olahraga tertentu.

Komite Olahraga Nasional Indonesia (2000, hlm.65) memaparkan salah satu strategi yang paling mendasar dalam upaya mewujudkan peningkatan sumber daya manusia Indonesia, khususnya di bidang olahraga, adalah memusatkan perhatian dan orientasi pembangunan olahraga sedini mungkin yaitu dengan melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga bagi generasi muda sejak usia dini. Konsep pembinaan olahraga sedini mungkin adalah kalau kita ingin mencapai prestasi yang tinggi, maka perlu diterapkan konsep sedini mungkin.

Dalam pencapaian prestasi olahraga menurut Harsono (dalam Permadi, 2021). “Tujuan utama pelatihan olahraga prestasi adalah untuk meningkatkan keterampilan atau prestasi semaksimal mungkin. Untuk mencapai tujuan itu ada empat aspek latihan yang perlu dilatih secara seksama, yaitu: (1) fisik, (2) teknik, (3) taktik, (4) mental” (hlm. 28). Empat komponen latihan tersebut mendukung

terhadap performa dalam sebuah permainan futsal. Supaya permainan futsal bisa terlaksana, maka setiap atlet harus menguasai teknik dasar dalam permainan futsal. Menurut Muharnanto (dalam Narlan et al., 2017) teknik dasar dalam permainan futsal yaitu “*passing, stopping, chipping, dribbling dan shooting*” (hlm.242-243).

Olahraga yang banyak digemari anak-anak muda adalah olahraga futsal. Menurut Lutfi dan Wiriawan (2019) Permainan futsal merupakan permainan kelompok atau beregu yang dimainkan menggunakan kaki oleh lima orang lawan lima orang yang saling berebut bola untuk memasukkan ke gawang lawan, futsal dimainkan di lapangan yang agak luas berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 25 meter dan lebar 15 meter, waktu untuk bermain futsal yaitu yaitu 2 babak, setiap babak terdiri dari 20 menit, dan jeda untuk istirahat 10 menit, tujuan dari permainan futsal yaitu untuk memasukkan bola ke gawang lawannya, tim yang banyak memasukkan bola dianggap pemenang pertandingan (hlm. 3).

Permainan futsal merupakan sebuah permainan yang perebutan bola oleh para pemain dari kedua tim berbeda dengan memasukan bola ke area lawan dan mempertahankan gawang atau area pemain sendiri dan jangan sampai kemasukan bola yang mengakibatkan salah satu pemain kalah dalam pertandingan.

Permainan futsal memiliki beberapa teknik dasar diantaranya *Passing, Dribbling, Shooting, Control, Stopball, Heading*, dan menangkap bola bagi penjaga gawang / *kipper*. Namun dalam kontribusinya dengan penelitian ini hanya terfokus pada satu teknik saja yakni teknik mengumpan (*Passing*) bola.

*Passing* atau mengumpan merupakan salah satu teknik yang penting dikuasai oleh seorang pemain futsal. Dengan demikian kemampuan mengumpan yang baik, sebuah tim bisa memiliki penguasaan permainan yang baik pula. Untuk bisa melakukan *passing* dengan baik, selain secara teknik harus benar juga perlu didukung oleh kondisi fisik yang baik pula.

Beberapa kondisi fisik yang dapat mendukung terhadap hasil *passing* diantaranya adalah fleksibilitas, koordinasi, kecepatan reaksi, keseimbangan dan kelincahan. Dalam penelitian ini, hanya terfokus pada kondisi fisik fleksibilitas panggul dan koordinasi mata dan kaki.

Fleksibilitas merupakan kemampuan seseorang bergerak dalam ruang gerak sendi dengan seluas-luasnya, semakin luas persendian seseorang maka akan semakin luas dalam memperoleh awalan. Menurut Badriah (dalam Saepulloh 2019) “Kelentukan atau fleksibilitas adalah kemampuan ruang gerak persendian” (hlm 38). fleksibilitas panggul memiliki peran penting dalam mengoper bola. Dimana mengoper bola perlu menarik salah satu kaki yang akan melakukan *passing*. Dimana gerakan *passing* perlu menarik bagian kaki yang akan melakukan *passing* ke belakang dengan melibatkan putaran panggul sebelum mengumpan bola kepada teman.

Koordinasi mata-kaki mempunyai peranan yang sangat penting dengan keterampilan *passing* bola. dimana gerakan *passing* selalu menggunakan kaki sehingga kemampuan mengkoordinasikan gerakan kaki dengan penglihatan (mata) sangat menentukan efektifnya hasil *passing* terhadap teman mainnya di lapangan. Dengan demikian akan sangat memungkinkan seorang pemain untuk mampu mengkoordinasikan fleksibilitas panggul maupun koordinasi mata-kaki untuk menerobos ketatnya penjagaan kawan terhadap lawan. misalnya mengoper bola secara tepat, mampu menerima bola dengan baik, menambah *power* saat melakukan *Passing*, atau kemampuan *Passing* dengan cepat dengan posisi tetap berdiri stabil.

Sebelumnya UKM futsal menginduk pada UKM sepakbola (Unsil *United*) selanjutnya UKM Futsal memutuskan untuk berdiri sendiri menjadi UKM futsal Pada tanggal 5 juni 2018 yang dibentuk untuk mewadai minat dan bakat mahasiswa unsil di bidang futsal terdapat 2 tim yaitu tim futsal putra dan putri. Dan pernah menjuarai berbagai turnamen diantaranya yaitu Juara 3 Persatuan Futsal Universitas Indonesia Tingkat Nasional di Universitas Indonesia, Depok. Juara 2 Telkom University National Futsal Championship tingkat Nasional, Jatinangor dan Juara 1 Liga Futsal Pendidikan Se-Perguruan Tinggi di Kota

Tasikmalaya, Juara 1 Liga futsal pendidikan kota tasikmalaya, juara 3 PSUI, Juara 2 TUN FC, Juara 1 Liga pendidikan Tasikmalaya.

Seiring berkembangnya waktu peran pelatih sangat berpengaruh dalam meningkatkan kualitas pemainnya, baik dari segi fisik, taktik maupun teknik. Para pemain Futsal Universitas Siliwangi Putri sudah memiliki kualitas *Passing* yang baik. Terlihat dari beberapa pertandingan yang telah diikuti yang memperlihatkan perkembangan yang signifikan pada saat pertandingan tim yang di ikuti Futsal Universitas Siliwangi Putri, teknik dasar *passing* dari setiap atlet meningkat. Kemudian, atlet sudah banyak memahami taktikal permainan yang di intruksikan oleh pelatih sehingga permainan pun berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan oleh pelatih. Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan dilapangan, bahwa kemampuan keterampilan *Passing* anggota UKM Futsal Universitas Siliwangi Putri sudah memiliki kualitas yang baik . Maka dari itu peneliti ingin mengetahui Kontribusi fleksibilitas panggul dan koordinasi mata-kaki.

Oleh karena itu, untuk mengetahui sejauh mana keterkaitan antara Fleksibilitas panggul dan koordinasi mata-kaki teradap hasil *passing* dalam permainan futsal, penulis melakukan penelitian deskriptif dengan mengambil judul: “Kontribusi fleksibilitas panggul dan koordinasi mata kaki terhadap hasil *passing* dalam permaian futsal.” Untuk memperoleh data penulis menggunakan mahasiswi anggota UKM futsal putri Universitas Siliwangi Tasikmalaya sebagai subjek dan objek penelitian

## **1.2 Rumusan Masalah**

- 1.2.1 Seberapa besar kontribusi fleksibilitas panggul terhadap hasil *passing* pada Anggota UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi?
- 1.2.2 Seberapa besar koordinasi mata-kaki terhadap hasil *passing* pada Anggota UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi?
- 1.2.3 Seberapa besar kontribusi fleksibilitas panggul dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap hasil *passing* pada Anggota UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi?

### 1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, berikut ini penulis jelaskan maksud istilah-istilah tersebut :

- 1.3.1 Futsal Menurut Syafaruddin (2018) Futsal adalah singkatan dari *futbol* (sepakbola) dan *sala* (ruangan) dari bahasa Spanyol atau *futebol* (Portugal/Brazil) dan *salon* (*Prancis*) (hlm.162).
- 1.3.2 *Passing* (Mengumpan bola) menurut Narlan, Juniar, dan Millah (2017) “*Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat di butuhkan setiap pemain. Dilapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil di butuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini di sebabkan hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*” (hlm. 242).
- 1.3.3 Fleksibilitas Menurut Sajoto, M. (1995). “ Adalah daya lentur seseorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktivitas dengan penguluran tubuh yang luas. Faktor-faktor yang mempengaruhi fleksibilitas yaitu tipe persendian, elastis otot, ligament, bentuk tubuh , jenis kelamin, suhu, dan usia”. fleksibilitas dalam penelitian ini adala fleksibilitas panggul.
- 1.3.4 Koordinasi menurut Ismoko dan Sukoco (2013) Koordinasi merupakan kemampuan menggabungkan system syaraf gerak yang terpisah dengan merubahnya menjadi suatu pola gerak yang efesien (hlm. 3). Yang dimaksud koordinasi dalam penelitian ini adalah Koordinasi mata-kaki.

### 1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1.4.1 Untuk mengetahui kontribusi fleksibilitas panggul terhadap hasil *passing* pada Anggota UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi.
- 1.4.2 Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata kaki terhadap hasil *passing* pada Anggota UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi.
- 1.4.3 Untuk mengetahui kontribusi fleksibilitas panggul dan koordinasi Mata-kaki secara bersama-sama terhadap hasil *passing* pada Anggota

UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Maksud penulis melakukan penelitian ini yaitu berharap menghasilkan sesuatu yang bermanfaat baik secara praktis ataupun secara teoritis.

Secara teoritis hasil penelitian ini berguna untuk menambah referensi untuk mengembangkan teori-teori dalam permainan bola besar (futsal) terutama pada jurusan pendidikan jasmani, dan secara keilmuan hasil penelitian dapat dijadikan referensi untuk penelitian dengan variabel yang sama.

Secara praktis hasil penelitian ini dapat direkomendasikan kepada Pembina olahraga atau pelatih khususnya cabang olahraga Futsal sebagai salah satu acuan untuk mengembangkan metode latihan yang memperhatikan dukungan kondisi fisik untuk mengembangkan kemampuan teknik sehingga hasil latihan menjadi lebih efektif dan tepat.