

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan serta salah satu dari kebutuhan jasmani yang penting bagi manusia. Olahraga merupakan bentuk perilaku gerak manusia yang dilakukan secara spesifik cabang olahraganya yang memiliki arah dan tujuan beragam sehingga olahraga merupakan fenomena yang relevan dengan kehidupan sosial untuk tiap orang. Olahraga juga sebagai wadah pengembangan pertumbuhan fisik untuk menuntaskan tugas tumbuh kembang anak. Mahfud & Fahrizqi (2020, hlm. 35). “Olahraga adalah aktifitas fisik yang menggunakan jasmani dengan suatu kebutuhan paling penting dalam kehidupan manusia untuk kepentingan pendidikan, kesehatan, rekreasi dan ajang prestasi serta dalam membentuk karakter muda yang berkualitas. Olahraga memiliki banyak jenis yang bermanfaat bagi kesehatan” Salahudin & Rusdin (2020, hlm. 458). Dalam pendidikan jasmani, terdapat cabang olahraga salah satunya olahraga futsal. Olahraga ini dapat dimainkan dari berbagai kalangan, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa, baik pria maupun wanita dalam meningkatkan kebugaran jasmani seseorang.

Ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu upaya untuk mengatasi masalah pembinaan pada lingkungan sekolah. Banyaknya pertandingan-pertandingan tingkat sekolah setiap tahunnya untuk mencari bibit baru pada tingkat sekolah sehingga sekolah dituntut melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler untuk menunjang siswa-siswa untuk berlatih dan untuk mengembangkan bakat. Ekstrakurikuler di sekolah juga dapat menjadi solusi bagi siswa yang kurang mampu dari segi ekonomi dan dorongan dari orangtua untuk berlatih di futsal akademi atau club futsal akademi atau *club*. Anak-anak pada usia sekolah yang merupakan bibit-bibit atau sumber daya manusia yang sangat diharapkan bagi perkembangan prestasi olahraga futsal dimasa mendatang.

Sebagian besar sekolah mempunyai lapangan serbaguna yang di dalamnya terdapat lapangan futsal. Pelaksanaan ekstrakurikuler futsal sudah dapat

berjalan. Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam permainan bola besar. Futsal ini berkembang menjadi salah satu permainan alternatif sepak bola, menilik pada efisiensi penggunaan lahan atau lapangan bermain yang lebih kecil. Oleh karena itu, futsal dianggap sebagai permainan yang mampu memberikan sensasi bermain yang sama halnya didapat oleh pemain saat bermain sepak bola. Bermain futsal ini sudah dianggap sebagai gaya hidup, terutama di kota-kota besar. Semua kalangan umum bisa memainkannya, terutama kalangan remaja, siswa dan mahasiswa. Hal tersebut didukung oleh beragam fasilitas lapangan futsal yang berkembang di setiap kota, dan menjadikan olahraga ini salah satu olahraga paling banyak diminati oleh masyarakat. Sintaro, Surahman, & Khairandi (2020, hlm. 23-25).

Seorang pemain futsal harus mampu memahami dan menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan futsal. Teknik dasar permainan futsal bisa menjadi kemampuan awal bagi pemain futsal. Kemampuan dasar ini harus dilatih dan diasah oleh pemain untuk menemukan pola permainan sendiri dan skill individunya yang saat diaplikasikan bersama tim akan berguna. Berikut teknik-teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain futsal diantaranya teknik dasar Mengumpan (*Passing*), Teknik Dasar Menahan Bola (*Control*), Teknik Dasar Mengumpan Lambung (*Chipping*), Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*), Teknik Dasar Menembak (*Shooting*), Tendangan dengan Ujung Kaki, Teknik Menyundul Bola (*Heading*), Teknik Membendung Bola, Teknik Melempar Bola. Sintaro, Surahman, & Khairandi (2020, hlm. 23-25).

Seperti halnya cabang olahraga permainan, ada 4 aspek yang perlu dikuasai oleh setiap pemain seperti yang dikemukakan oleh Harsono (2018, hlm 3) “Fisk, teknik, taktik, dan mental”. Kondisi fisik merupakan unsur yang paling penting diseluruh cabang olahraga Menurut Harsono (2018, hlm 3) Mengemukakan pentingnya kondisi fisik “Kondisi fisik atlet memegang peranan yang sangat penting dalam program latihan atlet. Program latihan kondisi fisik haruslah dilaksanakan secara baik dan sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh

sehingga dengan demikian memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik”. Komponen kondisi fisik Menurut Harsono (2020, hlm. 28). Terdiri dari “Komponen-komponen seperti kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan umum, fleksibilitas, kecepatan, koordinasi, agilitas, dan keseimbangan”. Salah satu teknik dasar permainan futsal adalah menggiring bola, mempunyai tujuan untuk melewati lawan. Selain penguasaan teknik harus didukung oleh kondisi fisik, komponen kondisi fisik yang mendukung dalam teknik *dribbling* adalah kelentukan pinggang dan kecepatan agar dapat melewati lawan.

Seiring dengan pesatnya perkembangan futsal maka dari itu atlet dituntut untuk memiliki teknik yang komplit yang mendukung pencapaian prestasi salah satunya adalah teknik *dribbling*. Teknik *dribbling* merupakan salah satu unsur yang mempengaruhi keberhasilan atlet melakukan *dribbling* dalam bermain, karena pada dasarnya teknik *dribbling* merupakan bagian terpenting dalam futsal selain mencetak gol itu sendiri. Untuk melakukan *dribbling* yang baik harus diiringi oleh kelentukan pinggang dan kecepatan agar *dribbling* yang dilakukan sesuai dengan apa yang diharapkan. *Dribbling* seseorang dapat dikatakan baik apabila memiliki kecepatan dan menggunakan teknik yang benar sehingga bola tidak mudah untuk direbut oleh lawan dan selalu berada dalam penguasaan yang benar. Mudian & Prasetyo (2023, hm. 63).

Berdasarkan paparan tersebut dapat disimpulkan bahwa keberhasilan *dribbling* didukung oleh kelentukan pinggang dan kecepatan. Saya melakukan observasi di MTs-Almashbah yang terdapat ekstrakurikuler futsal. Ekstrakurikuler ini memiliki prestasi yang cukup baik walaupun belum pernah menjuarai pada kejuaraan yang diikuti oleh ekstrakurikuler futsal MTs-Almashbah, tetapi futsal ekstrakurikuler MTs-Almashbah pernah masuk ke babak semi final di kejuaraan yang diselenggarakan oleh SA Futsal CUP di wilayah Singapura. Dalam analisis saya pada saat melakukan observasi di pertandingan kejuaraan SA Futsal CUP yang ikuti oleh ekstrakurikuler futsal MTs-Almashbah ini dilatih langsung oleh saya sendiri di kejuaraan tersebut, ketika itu ekstrakurikuler futsal MTs-Almashbah masuk ke babak semi final namun gagal masuk ke babak final berhasil di kalahkan dari lawannya yaitu SMP PLUS Muhammadiyah Singapura dengan

hasil skor tipis 0-1, meskipun hasilnya belum memuaskan untuk tim ekstrakurikuler MTs-Almashbah tersebut tetapi hasil dari pengamatan saya pada saat pertandingan itu ekstrakurikuler MTs-Almasbah unggul pada keterampilan *dribbling* nya hanya saja kurang beruntung di *finishing* nya sehingga pada saat atlet MTs-Almashbah ingin mencetak gol masih terhalang oleh penjaga gawang karena lawan tersebut mempunyai penjaga gawang yang cukup bagus tetapi secara keseluruhan *dribbling* atlet ekstrakurikuler MTs-Almashbah memiliki keunggulan, karena saat penguasaan bola atlet MTs-Almashbah sangat bagus dan terampil dalam penguasaan *dribbling* nya sehingga lawan kesulitan untuk merebut bola dari atlet MTs-Almashbah. Walaupun ekstrakurikuler MTs-Almashbah belum bisa mencapai gelar juara tetapi dalam hal ini penulis ingin meneliti keunggulan dari *dribbling* nya. Faktor yang mendukung menurut paparan diatas kelentukan pinggang dan kecepatan itu sangat menunjang dalam keberhasilan *dribbling* maka dari itu penulis meneliti seberapa besar kontribusi kelentukan pinggang dengan kecepatan ini terhadap keberhasilan *dribbling* dari atlet ekstrakurikuler MTs-Almashbah.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan di atas, maka rumusan penelitian yang penulis ajukan sebagai berikut :

- 1) Apakah terdapat kontribusi kelentukan pinggang terhadap *dribbling* Futsal Ekstrakurikuler Futsal MTs Al-Mashbah?
- 2) Apakah terdapat kontribusi kecepatan terhadap *dribbling* Ekstrakurikuler Futsal MTs Al-Mashbah?
- 3) Apakah terdapat kontribusi kelentukan pinggang dengan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* Futsal Ekstrakurikuler Futsal MTs Al-Mashbah?

## 1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan pengertian terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, berikut ini penulis jelaskan beberapa istilah yang penulis bahas :

- 1) Kontribusi Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia KBBI (2008, hlm. 806) adalah sumbangan atau pemberian, jadi kontribusi adalah pemberian andil setiap kegiatan, peranan, masukan, ide, dan lainnya. Sedangkan menurut kamus ekonomi, kontribusi adalah sesuatu yang diberikan bersama-sama dengan pihak lain untuk tujuan biaya, atau kerugian tertentu dan bersama-sama. Yang dimaksud kontribusi dalam penelitian ini adalah sumbangan dari kelentukan pinggang dan kecepatan terhadap keterampilan *dribbling*.
- 2) Menurut Harsono (2020, hlm. 37) “Kelentukan pinggang atau fleksibilitas penting sekali dimiliki semua orang dari segala umur, terutama untuk usia lanjut karena semakin tua sendi, ligamen dan tendonnya akan semakin kaku sehingga mengurangi fleksibilitasnya. Hal ini memungkinkan keseimbangan menjadi kurang terkontrol”. Maksud kelentukan pinggang dalam penelitian ini adalah kemampuan kelentukan untuk melakukan keterampilan *dribbling*.
- 3) Kecepatan merupakan salah satu elemen kondisi fisik yang sangat penting dalam banyak cabang olahraga. Dalam banyak literatur dijelaskan bahwa kecepatan salah satu elemen dasar dalam kondisi fisik. Sebagai elemen dasar, maka kecepatan berdiri sendiri. Berdiri sendiri artinya tidak dipengaruhi oleh elemen kondisi fisik yang lain. Dijelaskan oleh Pavol Horička bahwa kecepatan merupakan kemampuan fisik yang independen atau berdiri sendiri dan oleh karena itu pengembangan kecepatan memerlukan spesifikasi tersendiri Horicka, Hianik, & Šimonek (2014, hlm. 50). Yang dimaksud kecepatan dalam penelitian ini adalah untuk mencapai kemampuan kecepatan terhadap keterampilan *dribbling*.
- 4) Menurut Lhaksana (2011, hlm. 33) “Menggiring bola (*dribbling*) merupakan keterampilan penting dan mutlak dikuasai setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol.

- 5) Futsal menurut Taufik, Widiastuti, Setiakarnawijaya, & Dlis (2022, hlm. 1) adalah “Olahraga yang membutuhkan kerja sama team dan sangat menyenangkan dan berkembang sangat cepat dikalangan masyarakat”.

#### 1.4 Tujuan Penelitian

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

- 1) Untuk mengetahui kontribusi kelentukan pinggang terhadap *dribbling* futsal di Ekstrakurikuler Futsal MTs Al-Mashbah?
- 2) Untuk mengetahui kontribusi kecepatan terhadap *dribbling* futsal di Ekstrakurikuler Futsal MTs Al-Mashbah?
- 3) Untuk mengetahui kontribusi kelentukan pinggang dengan kecepatan terhadap *dribbling* futsal di Ekstrakurikuler Futsal MTs Al-Mashbah?

#### 1.5 Kegunaan Penelitian

Setiap penelitian yang dilakukan diharapkan dapat bermanfaat bagi yang menggunakan, adapun manfaat dari penelitian ini memberi tambahan pengetahuan bagi pengembangan ilmu untuk membantu pelatih maupun guru Pendidikan Jasmani dan olahraga untuk menerapkan latihan efektif.

##### 1.5.1. Kegunaan Secara Teoretis

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan dan informasi yang bermanfaat bagi peningkatan keterampilan futsal, dan memperkaya ilmu keolahragaan serta dapat mendukung dan mempertahankan teknik *dribbling*.

##### 1.5.2. Kegunaan Secara Praktis

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai petunjuk bagi para Pembina, Pelatih, Guru Pendidikan jasmani dalam usaha memilih bentuk keterampilan *dribbling* yang ada sehingga dapat dipertanggung jawabkan dalam penanganan prestasi futsal dalam sesuatu cabang olahraga untuk meningkatkan komponen kondisi fisik yaitu kelentukan pinggang dan kecepatan.