BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu kebutuhan terpenting untuk semua kalangan mulai dari anak-anak hingga kalangan dewasa, karena olahraga memiliki manfaat yang besar bagi kesehatan tubuh, maka dari itu setiap kalangan wajib untuk berolahraga. Secara umum olahraga merupakan salah satu aktifitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan dan daya tubuh seseorang. Menurut Farrell & H. Lundegren dalam Handayani (2019) secara umum jenis olahraga dapat dijabarkan terdiri dari olahraga individual dan olahraga beregu. Olahraga individual yaitu olahraga yang dapat dimainkan perorangan, seperti olahraga renang, panahan, bersepeda, *roller skating*, dsb. Olahraga beregu adalah olahraga yang dimainkan oleh beberapa orang dalam kesatuan tim dan menggunakan lapangan yang cukup besar seperti sepak bola, basket, futsal, voli, Hockey lapangan, dan *Floorball*.

Aktifitas olahraga diatas dapat dilakukan mulai dari anak-anak hingga lanjut usia, karena olahraga merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan. Selain itu dengan olahraga juga dapat memiliki kesempatan luas menemukan teman-teman baru. Di era modern ini tidak menutup kemungkinan masuknya olahraga baru di Indonesia, salah satunya yaitu olahraga bola lantai yaitu *Floorball*. *Floorball* merupakan olahraga

yang dapat dibilang baru di Indonesia bagi sebagian besar masyarakat dan mungkin terdengar asing di telinga masyarakat.

Floorball merupakan permainan yang hampir serupa dengan permainan Hoki Es, hanya saja peraturan permainannya yang berbeda. *Floorball* adalah olahraga tim *indoor* serbaguna yang dimainkan di permukaan datar sebesar 40 x 20 m di arena yang memiliki kemiripan bidang/lapangan dengan permainan Hoki Es. Dalam permainan ini setiap tim memiliki lima pemain lapangan dan satu kiper di lapangan pada saat bersamaan. *Floorball* dimainkan dengan mengendalikan dan mengarahkan bola menggunakan *stick* atau tongkat karbon dengan ujung *stick* yang melengkung serta bola yang sangat ringan dan dengan penjaga gawang tanpa tongkat.

Tujuan utama dalam *Floorball* adalah untuk mencetak lebih banyak gol daripada lawan dengan menempatkan bola ke gawang lawan yang berada di ujung lapangan. Pemain tidak boleh menggunakan tangan, lengan, atau kepala untuk menahan bola dengan sengaja, melainkan dapat menggunakan bagian tubuh yang lainnya. Kaki dapat dipergunakan dalam permainan *Floorball* (terutama menghentikan bola bergulir), namun tidak dapat dipergunakan untuk mencetak gol atau mengoper bola kepada teman satu tim. Waktu bermain resmi adalah 3 x 20 menit waktu efektif. Olahraga *Floorball* berasal dari Gothenburg, Swedia pada tahun 1970-an. Sekitar satu dekade kemudian, *Floorball* mulai dipertunjukkan di negara-negara Skandinavia seperti Finlandia, Norwegia, dan Swedia (Samsudin, 2019). Aturan-aturan resmi kemudian segera ditetapkan, dan perkumpulan-perkumpulan bola lantai mulai berdiri. Setelah beberapa saat, beberapa negara mendirikan asosiasi bola lantai nasional, dan

International Floorball Federation (IFF) didirikan pada tahun 1986. Pada saat diadakannya kejuaraan bola lantai dunia pada tahun 1996, bola lantai dimainkan di 20 negara, 12 diantaranya mengikuti kejuaraan tersebut. Pada desember 2008, IFF menerima pengakuan dari Komite Olimpiade Internasional (IOC). IFF berharap pengakuan resmi ini akan membantu diperbolehkannya bola lantai sebagai salah satu cabang yang dipertandingkan pada olimpiade musim panas 2020.

Awal perkembangan cabang olahraga *floorball* di Indonesia didirikannya Indonesia *Floorball* Association pada tanggal 28 Oktober 2009. *Floorball* di Indonesia sudah mulai berkembang dan banyak klub *Floorball* yang tentu semua itu masuk dalam tanggung jawab federasi yakni PB.AFI (Asosiasi *Floorball* Indonesia). Setelah itu pada tanggal 10 Desember 2009 IFA secara resmi diakui sebagai anggota ke-51 dari *International Floorball Federation* (IFF) yang berpusat di Helsinki, Finlandia dan *Asia Oceania Floorball* (AOFC) yang berpusat di Singapore. Selanjutnya pada tanggal 3 Juni 2016 untuk pertama kalinya sejak terdaftar di KONI pusat tahun 2009 yang lalu.

Permainan *Floorball* mempunyai beberapa karakteristik dari beberapa komponen fisik yaitu seperti kekuatan, kecepatan, akurasi dan keterampilan. Dari beberapa komponen fisik tersebut kunci suatu kesuksesan team dalam bermain *Floorball* atau merancang strategi untuk menyerang adalah akurasi *passing*. *Passing* juga merupakan aspek penting dalam *teamwork*, tim yang berhasil melakukan *passing game* yang menghasilkan kemenangan dapat dipastikan memiliki *teamwork* dan akurasi *passing* yang baik, karena untuk melakukan *passing* pemain harus mengerti

satu sama lain baik dalam pergerakan, posisi *stick* teman dan juga mencari ruang yang kosong untuk melakukan *finishing* seperti *shoot*.

Pada cabang olahraga *Floorball* ada beberapa macam teknik *passing* yang sering dilakukan dipertandingan maupun dilatih, yaitu *drag pass*, *wrist pass*, dan *slap pass* (Stefan Dahlgren & Filip Dalgren, 2014). *Drag pass* adalah *passing* yang diawali dari posisi bola berada di sisi samping tubuh dan berada pada bagian *forehand stick*. Gerakan ini kurang lebih sama dengan pergerakan pada *drag shot*, tetapi lebih ditekankan dengan lengan dan tubuh pada bola untuk menjaga bola tetap pada lantai. Hal yang terpenting, harus mengakhiri pergerakan ke depan dan memutar pinggang, seperti gerakan menembak. *Wrist pass* adalah gerakan *passing* yang diawali dari posisi bola yang berada pada sisi depan tubuh dan berada pada bagian *forehand stick*. Gerakan ini akan sama dengan gerakan pada saat melakukan *wrist shot*, tetapi dengan sedikit *blade* yang terbuka, untuk menjaga agar bola tetap bertahan di lantai. Hal yang paling penting dalam *wrist pass* adalah anda harus mengakhiri gerakan ke depan dan sedikit menghentak *stick* pada bola dengan tekanan menggunakan pergelangan tangan.

Slap pass adalah *passing* diawali dengan posisi bola pada sisi samping tubuh dan berada pada bagian *forehand stick*. Gerakan ini menyerupai dengan gerakan pada saat melakukan *wrist shot*, tetapi menggunakan pergerakan seperti pada saat melakukan *slap shot*. Hal yang harus diperhatikan dalam gerakan ini adalah menjaga tekanan pada bola dan menjaga *blade* agar tertutup ke arah lantai. Yang terpenting, anda harus mengakhiri pergerakan ke arah depan dan memukul bola ke arah target *passing*. Kuncinya adalah untuk mengakhiri dengan *blade* yang tertutup untuk tetap

menjaga *passing* bola tetap pada lantai dan datar, serta menggunakan kekuatan tangan juga kelenturan *stick*.

Passing juga merupakan kunci dari keefektifan dan keefisiensi *offense*, pergerakan bola yang cepat dengan *passing* akan menyulitkan lawan dalam melakukan *defense*. Namun, melakukan *passing* yang baik dan benar bukanlah perkara mudah, ada beberapa aspek yang mempengaruhi kemampuan *passing* yang baik seperti, teknik yang benar, akurasi (*on target*), ketepatan waktu (*timing*), membuat keputusan yang tepat, dan juga pengelihatan yang luas. Oleh karena itu, tidak jarang banyak pemain yang gagal bermain *passing game* yang kurang sempurna untuk membuat pola penyerangan. Karena ketika pemain salah *passing* atau tidak sesuai *on target*, maka pemain lawan akan sering meng- *counter attack* dengan cepat dan dapat mencetak *goal* dengan mudah.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada cabang olahraga *Floorball* banyak atlet yang kekurangan referensi model latihan akurasi *passing* dalam menjalani latihan, sehingga kemampuan akurasi *passing* mereka dapat dikategorikan cukup rendah, hal ini kemungkinan besar dikarenakan oleh latihan yang terlalu monoton. Kurangnya kemampuan akurasi *passing* dan sedikitnya referensi model latihan akurasi *passing* yang baku, yang kemudian mendasari peneliti dalam melakukan wawancara dengan *head coach* klub *Floorball* Universitas Negeri Jakarta. Dalam wawancara tersebut diperoleh hasil yang serupa dengan pengamatan peneliti, bahwa kurangnya kemampuan akurasi *passing* dan referensi model latihan akurasi *passing* tersebut. Maka dari itu, peneliti ingin membuat model latihan akurasi *passing* yang diharapkan

dapat meningkatkan kualitas akurasi *passing* atlet pada klub olahraga *Floorball* dan juga dapat menambah referensi latihan akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*.

Berdasarkan masalah di atas peneliti mempunyai gagasan untuk membuat “model latihan akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*” agar atlet dapat terlatih dalam melakukan latihan akurasi *passing* tersebut. Diharapkan melalui model latihan akurasi *passing* ini, para atlet dan pelatih dapat menambah wawasan serta inovasi dalam latihan melalui sebuah model latihan akurasi *passing*.

1.2 Fokus Masalah

Mengacu pada permasalahan di atas, maka fokus masalah yang diangkat oleh peneliti adalah membuat model latihan akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*. Berikut fokus masalah yang ditetapkan oleh peneliti adalah model latihan akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai media dan referensi pelatih untuk melakukan latihan akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*. Hasil dari penelitian ini nantinya diharapkan dapat menambah model latihan akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*.

1.3 Perumusan Masalah

Berdasarkan fokus masalah maka dirumuskan masalah sebagai berikut:
Bagaimana model latihan akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*?

1.4 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa kegunaan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Dapat menjadi bentuk latihan akurasi *passing* yang baku sehingga mampu meningkatkan akurasi *passing* atlet terhadap cabang olahraga *Floorball*.
2. Sebagai bahan referensi atau pedoman bagi pelatih dalam melatih akurasi *passing* pada cabang olahraga *Floorball*.
3. Bagi peneliti, hasil penelitian model ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan diri dalam mempersiapkan profesi menjadi seorang pelatih.
4. Bagi Institusi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmu dalam bidang olahraga sehingga melahirkan penelitian-penelitian yang lebih baik dari sebelumnya.