

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, karena sudah banyak fasilitas yang dapat dijadikan tempat olahraga. Olahraga juga sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat baik orang tua, remaja, maupun anak-anak. Olahraga mempunyai makna lain bukan hanya karena kesehatan, tetapi juga bisa sebagai suatu bentuk kesenangan bahkan prestasi. Selain itu, kegiatan olahraga dapat membentuk kedisiplinan, perilaku, dan sportifitas yang tinggi. Banyak cabang olahraga saat ini yang mudah dilakukan dan banyak digemari oleh masyarakat. Salah satu contohnya yaitu cabang olahraga futsal yang banyak digemari oleh masyarakat. Melalui kegiatan futsal ini para remaja banyak mendapatkan manfaat, baik pertumbuhan fisik, mental, maupun sosial. Futsal adalah salah satu cabang olahraga yang paling digemari atau disukai di bumi. Daya tarik dari permainan ini terletak pada kealiaman permainan.

Futsal adalah permainan sepakbola dalam ruangan dengan jumlah pemain lima melawan lima dengan ukuran lapangan yang lebih kecil. Futsal ideal untuk mengembangkan keterampilan teknik, taktik, kecerdasan, dan keterampilan. Dalam Futsal jumlah sentuhan bola jauh lebih banyak dibandingkan dengan sepak bola. Hal ini memungkinkan pemain untuk mengembangkan keterampilan kaki

yang lebih cepat (Futsal Coaching Manual, 2021). Jumlah pemain yang sedikit dalam Futsal membuat setiap pemain sangat penting untuk bertahan dan menyerang. Futsal dicirikan oleh transisi permainannya yang cepat, sedangkan ruang gerak yang ada sangat sempit, sehingga bola harus bergerak lebih cepat. Hal ini juga melatih gerak kaki dan pengembangan individu dalam kecepatan permainan. Futsal melatih kecepatan dalam pengambilan keputusan dalam melakukan teknik dan taktik, sehingga dapat memberikan kepercayaan diri lebih yang bisa diterapkan pada permainan. Berbeda dengan sepakbola, dalam permainan Futsal semua pemain mendapat kesempatan untuk mencetak gol (Dasar-dasar Permainan Futsal:sesuai dengan peraturan FIFA, 2006).

Futsal adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari lima pemain yaitu satu penjaga gawang, satu *anchor*, dua *ala*, dan satu *pivot* . Permainan boleh dilakukan dengan seluruh tubuh kecuali kedua tangan (lengan), hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, dengan kaki maupun tangannya (Sukatamsi, 2001 : 1.3).

Olahraga ini tidak mengenal ras, usia, kekayaan, jenis kelamin, atau agama. Futsal dapat dilakukan orang tua, pemuda, anak remaja, dan dapat mereka lakukan di setiap waktu baik secara formal maupun informal, artinya bermain futsal dapat dilakukan di klub yang terorganisasi atau hanya sekedar bersenang-senang. Futsal bukan hanya sekedar permainan yang hanya dimainkan di

lapangan, tetapi futsal bahkan mampu menjadi atmosfer yang berpengaruh pada kehidupan dunia.

Olahraga futsal banyak memetik keuntungan baik secara ekonomi dan sosial. Dilihat dari segi ekonomi perkembangan futsal mampu mendapatkan keuntungan. Salah satu contoh yaitu dengan diadakan turnamen, entah liga maupun kompetisi baik tingkat nasional maupun internasional yang mampu mendatangkan antusias pecinta futsal untuk menyaksikan langsung pertandingan sehingga dapat mendapatkan keuntungan melalui penjualan tiket, sponsor, *merchandise*, dan lain-lain. Dari segi sosial, pertandingan bisa diselenggarakan dengan hasil untuk amal. Hasil dari penjualan tiket dan lain-lain bisa disumbangkan kepada korban bencana alam dan juga memberikan kepada korban yang terjangkit penyakit, ini berarti futsal mampu menjadi media kegiatan sosial.

Pemain futsal yang baik harus memenuhi sebagai peran baik untuk individu maupun sebagai anggota tim atau klub tersebut. Artinya sebagai individu pemain harus memiliki kemampuan fisik dan teknik yang baik dan sempurna. Sedangkan sebagai pemain untuk tim, dengan kemampuannya pemain harus dapat berkerjasama dengan pemain lain untuk membentuk tim yang tangguh. Untuk mencapai dan meningkatkan kualitas yang tinggi dalam pemain futsal, harus memiliki komponen fisik yaitu : 1) Daya tahan yang baik, 2) Kecepatan, 3) Kekuatan, 4) Kelentukan yang benar, 5) Kelincahan yang bagus, dan 6) Daya ledak (Hermans & Engler, *Futsal technique, tactics, training by Vic Hermans Rainer Engler*, 2011).

Prestasi yang tinggi dalam permainan futsal dapat dicapai apabila pemain dapat menguasai teknik dasar dalam bermain futsal. Teknik dasar merupakan pondasi bagi seseorang dalam bermain futsal. Pengertian teknik dasar ini adalah semua kegiatan yang mendasar, sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain futsal akan dapat bermain dengan baik disegala posisi (A. Sarumpaet, 1992 : 17). Beberapa teknik dasar tersebut yaitu : 1) *Passing* atau mengumpan bola, 2) *Control* atau menahan bola, 3) bola lambung, 4) *Shooting* atau menembak bola, 5) *Dribbling* atau menggiring bola, 6) *Heading* atau menyundul bola. Dan untuk penjaga gawang teknik dasar yang paling penting adalah menangkap, melempar, dan *memblocking* (Futsal Coaching Manual, 2021).

Adapun strategi yang digunakan oleh pelatih dalam permainan futsal, salah satunya yaitu *Counter Attack* atau serangan balik. *Counter Attack* atau serangan balik merupakan salah satu strategi dalam suatu permainan yang cepat dengan satu atau dua sentuhan antar pemain. Dan juga *Counter Attack* adalah permainan menyerang cepat oleh sebuah tim yang sedang bertahan, kemudian menunggu tim lawan melakukan kesalahan sehingga mampu membalikan keadaan dan memanfaatkan situasi dan mencetak gol. Penjaga gawang sangat penting dalam strategi ini dalam futsal karena dengan lemparan dari penjaga gawang dapat membantu pemain lain dapat memanfaatkan serangan balik.

Teknik dasar pada penjaga gawang juga tidak kalah pentingnya dengan pemain diposisi yang lainnya. Salah satu teknik dasar yang paling penting dari

seorang penjaga gawang adalah melempar karena dapat membantu pada saat posisi serangan balik. Pada umumnya lemparan digunakan untuk mengumpan bola kepada rekan satu tim dalam suatu permainan futsal. Yang diperlukan dalam melempar yaitu dapat memberikan daya ledak otot lengan agar mendapatkan hasil yang baik. Dan tidak hanya itu saja, lemparan penjaga gawang juga harus memiliki ketepatan atau *accuracy* agar dapat menjalankan strategi serangan balik lebih baik. Sebagai contoh apabila terjadi bola *out* dan terjadi *kick in* dan seorang penjaga gawang harus cepat memberikan bola dengan tepat kedepan untuk rekannya agar memperbesar peluang terjadinya gol.

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan, jarang ditemui strategi serangan balik yang digunakan oleh pelatih, dan masih sedikit penjaga gawang yang berhasil memanfaatkan strategi serangan balik. Ada beberapa hal yang berpengaruh terhadap ketepatan lemparan bola bila teknik ini digunakan sebagai strategi serangan balik antara lain : *power* otot lengan yang dihasilkan oleh kontraksi otot, panjang lengan penjaga gawang, penguasaan teknik lemparan agar mendapatkan ketepatan bola, dan sebagainya.

Khusus dalam penelitian ini, masalah yang akan diteliti adalah daya ledak otot lengan, panjang lengan, dan ketepatan lemparan. Daya ledak otot lengan adalah gabungan kekuatan dan kecepatan yang dihasilkan dari penggabungan kontraksi seluruh otot yang terdapat pada persendian bahu, pangkal lengan yang digunakan untuk mengayun bola, hingga pergelangan tangan dan jari-jari yang digunakan untuk memegang dan melecutkan bola. Dan ketepatan lemparan adalah suatu

kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran yang sesuai dengan tujuan (Parno, 1992:121). Sebagai salah satu lembaga pendidikan, SMP Global Insani School (GIS) Tajur Halang yang mempunyai ekstrakurikuler juga bertanggung jawab untuk mengembangkan olahraga khususnya olahraga futsal.

Dengan permasalahan yang ada, mendorong peneliti untuk menjalankan penelitian tentang ketepatan lemparan pada penjaga gawang siswa SMP GIS Tajur Halang dengan menggunakan variabel daya ledak otot lengan dan panjang lengan. Sehubungan dengan latar belakang yang telah di paparkan diatas, maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Panjang Lengan Terhadap Ketepatan Lemparan Penjaga Gawang Futsal SMP Global Insani School Tajur Halang".

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Mengacu pada latar belakang penelitian dan agar tidak meluasnya penjabaran masalah yang di teliti, maka dapat diidentifikasi menjadi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahui ada tidaknya hubungan daya ledak otot lengan terhadap ketepatan lemparan penjaga gawang ekstrakurikuler futsal SMP GIS
2. Belum diketahui ada tidaknya hubungan panjang lengan terhadap ketepatan lemparan penjaga gawang ekstrakurikuler futsal SMP GIS

3. Belum diketahui ada tidaknya hubungan daya ledak otot lengan dan panjang lengan terhadap ketepatan lemparan penjaga gawang ekstrakurikuler futsal SMP GIS.

C. PEMBATASAN MASALAH

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, dalam penelitian ini hanya menjelaskan sesuai variabel yang diteliti, maka pada penulisan ini hanya mencakup penelitian untuk mengetahui hubungan antara daya ledak otot lengan dan panjang lengan terhadap ketepatan lemparan penjaga gawang futsal SMP Global Insani School Tajur Halang.

D. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan pada identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot lengan terhadap ketepatan lemparan penjaga gawang ekstrakurikuler futsal SMP GIS?
2. Apakah terdapat hubungan panjang lengan terhadap ketepatan lemparan penjaga gawang ekstrakurikuler futsal SMP GIS?
3. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot lengan dan panjang lengan terhadap ketepatan lemparan penjaga gawang ekstrakurikuler futsal SMP GIS?

E. KEGUNAAN HASIL PENELITIAN

Dengan tercapainya penelitian ini maka hasil dari penelitian diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

1. Untuk memberikan informasi mengenai hasil penelitian yang dilakukan kepada pelatih futsal SMP GIS Tajur Halang agar bisa memperhatikan tentang daya ledak otot lengan dan panjang lengan khususnya penjaga gawang ketika menyusun program latihan khusus penjaga gawang.
2. Bahan referensi dalam memberikan materi latihan kepada siswa di lingkungan tempat latihan di SMP GIS Tajur Halang

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Pelatih

Agar dapat dijadikan sebagai masukan dalam memberikan materi latihan dan peningkatan kemampuan ketepatan lemparan penjaga gawang futsal

2. Bagi Siswa

Pembetulan terhadap lemparan yang salah sehingga kemampuan ketepatan lemparan pada penjaga gawang futsal akan meningkat.

3. Bagi Peneliti

Mengembangkan teori - teori yang hasilnya bisa berguna bagi guru, siswa, dan pihak - pihak yang terkait dengan prestasi permainan futsal