

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Kata futsal berarti sepakbola ruangan. Kata futsal berasal dari kata "Fut" yang diambil dari kata *Futbol* atau *Futebol*, yang dalam bahasa Spanyol dan Portugal berarti sepakbola. Dan "Sal" yang diambil dari kata *Sala* atau *Salao* yang berarti di dalam ruangan. Permainan futsal relatif sama dengan sepakbola pada umumnya, hanya ada sedikit perbedaan diantara keduanya. Futsal adalah permainan jenis sepakbola yang dimainkan oleh 10 orang (masing-masing 5 orang), serta menggunakan bola lebih kecil dan lebih berat daripada yang digunakan dalam sepakbola. Gawang yang digunakan dalam futsal juga lebih kecil.

Faktor-faktor yang menunjang prestasi olahraga futsal terdiri dari persiapan fisik, teknik, taktik/strategi, psikologis, dan teori. Setiap pemain harus memiliki dan menguasai faktor-faktor prestasi tersebut. Masing-masing dari pemain futsal juga harus menguasai teknik dasar yang baik, sehingga dapat memudahkan pemain untuk menerapkan strategi yang diberikan oleh pelatih pada saat pertandingan. Teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain futsal antara lain yaitu *kicking*, *ball reception*, *heading*, *dribbling*, *sliding*, dan *goal keeping*.

Faktor fisik juga harus dilatih secara maksimal oleh setiap pemain, sehingga pemain dapat menunjukkan atau mengeksplorasi kemampuan yang dimiliki pada saat pertandingan. Kemampuan fisik yang harus dilatih oleh setiap pemain futsal diantaranya daya tahan, kekuatan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi, kelentukan, daya ledak, kelincahan, aksi reaksi, dan ketepatan. Setiap pemain futsal harus melatih semua komponen fisik tersebut, karena faktor fisik merupakan salah satu penunjang yang paling utama, agar setiap pemain futsal dapat menggunakan teknik dengan efisien dan efektif ketika dalam pertandingan.

Keseimbangan merupakan salah satu komponen fisik yang harus dilatih dan dimiliki oleh setiap pemain futsal. Keseimbangan penting untuk dilatih supaya tidak mudah terjatuh ketika pemain lawan melakukan *body charge* pada saat pertandingan. Hal ini memungkinkan, karena olahraga futsal sangat sering terjadi *body contact* antar pemain. Pemain juga futsal harus melatih keseimbangan karena ketika sedang melakukan *dribbling*, bola tersebut tidak boleh jauh dari kaki sehingga bola tetap dalam penguasaan pemain. Pemain yang memiliki keseimbangan dapat dengan mudah untuk melakukan *feinting* dan dapat melewati penjagaan pemain lawan ketika sedang berada dalam situasi satu lawan satu.

Beberapa hal pendukung yang di perlukan dalam futsal adalah kelincahan. Dimana kelincahan adalah salah satu faktor terpenting dalam

futsal karena dengan kelincahan kita dapat bermain futsal dengan baik dan dapatkan menciptakan suatu keberhasilan dalam mencetak gol.

Pemain futsal yang mampu menggiring bola dengan baik sehingga dapat membuat peluang untuk mencetak gol dari proses menggiring bola tersebut. Namun demikian, masih ada penyalahgunaan terhadap keterampilan menggiring bola yang dilakukan para anggota klub futsal putri Universitas Negeri Jakarta. Kebanyakan pemain melakukan penggiringan bola pada situasi yang tidak tepat, dimana ketika mendapatkan moment untuk melakukan *dribbling* mereka melakukan *passing* atau melakukan keterampilan lainnya dalam permainan futsal, sehingga permainan tim jadi tidak efektif dan mudah kehilangan bola.

*Dribbling* merupakan salah satu teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain futsal, karena *dribbling* bagian dari materi *ball feeling* yaitu teknik yang dilatih pertama kali pada saat awal latihan. Pada saat situasi pertandingan sering terjadi satu lawan satu dengan pemain lawan. Oleh karena itu, ketika dihadapkan situasi satu lawan satu dan tidak ada support dari teman, maka salah satu cara untuk melepaskan dari penjagaan pemain lawan adalah dengan melakukan *dribbling*. Teknik dasar *dribbling* juga salah satu alat untuk melakukan penetrasi agar dapat masuk dan membongkar ke daerah pertahanan lawan ketika tim sedang melakukan penyerangan.

Faktor-faktor latihan sangat penting untuk dilatih dengan terus-menerus dan dilakukan secara sistematis, agar setiap pemain futsal dapat selalu siap dan mengeksplorasi kemampuan yang dimiliki oleh masing-masing pemain pada saat pertandingan. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti bermaksud untuk mengukur suatu hubungan antara keseimbangan dan kelincahan terhadap kecepatan *dribbling* pada permainan futsal.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah kecepatan *dribbling* memerlukan keseimbangan?
2. Apakah kecepatan *dribbling* memerlukan kelincahan?
3. Apakah kecepatan *dribbling* memerlukan keseimbangan dan kelincahan?
4. Bagaimanakah hubungan antara keseimbangan terhadap kecepatan *dribbling*?
5. Bagaimanakah hubungan antara kelincahan terhadap kecepatan *dribbling*?
6. Apakah terdapat hubungan keseimbangan dan kelincahan terhadap kecepatan *dribbling*?

### **C. Pembatasan Masalah**

Agar penelitian ini tidak meluas, maka penelitian ini dibatasi pada hubungan antara keseimbangan dan kelincahan terhadap kecepatan *dribbling* pada anggota Klub Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dengan kecepatan *dribbling* pada anggota Klub Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dengan kecepatan *dribbling* pada anggota Klub Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta?
3. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dan kelincahan terhadap kecepatan *dribbling* pada anggota Klub Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta?

## **E. Kegunaan Penelitian**

Kegunaan dari penelitian yang akan diteliti oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Untuk menjawab permasalahan yang ada di dalam penelitian ini tentang hubungan antara keseimbangan dan kelincahan terhadap kecepatan *dribbling* pada anggota Klub Futsal Putri Universitas Negeri Jakarta.
2. Sebagai data bagi pelatih tentang kondisi fisik pemain khususnya tentang keseimbangan dan kelincahan pemain.
3. Sebagai bahan evaluasi bagi pelatih dalam meningkatkan keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan *dribbling*.