

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Kegiatan olahraga adalah kegiatan fisik atau prestasi yang juga bisa digunakan untuk melatih jiwa seseorang untuk bertindak jujur, pantang menyerah, berani dan sportif. Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam permainan bola besar. Futsal, berkembang menjadi salah satu permainan alternative sepak bola, futsal dianggap sebagai permainan yang mampu memberikan sensasi bermain halnya dapat oleh pemain saat bermain sepak bola.

Bermain futsal pada dewasa ini dianggap sebagai gaya hidup, terutama dikota-kota besar. Semua kalangan umumnya bisa memainkannya, terutama kalangan remaja dan mahasiswa. Hal tersebut didukung oleh beragam fasilitas lapangan futsal yang menjamut di setiap kota, dan menjadikan olahraga ini salah satu olahraga paling banya diminati oleh masyarakat.

Futsal pertama kali dimainkan di Uruguay tepatnya berada di kota Montevideo pada tahun 1930, dengan Versi *five-to-five* yang dicetuskan oleh Juan Carlos Ceriani. Istilah “Futsal” adalah singkatan dari bahasa

Portugis "*Futebol de salao*", yang diterjemahkan secara harafiah seperti "sepak bola dalam ruangan".

Tahun 1950 Profesor warga Negara Uruguay Juan Carlos Ceriani timbul idea tau gagasan untuk memodifikasi empat cabang olahraga dijadikan satu cabang olahraga yang disebut Futsal. Empat cabang olahraga itu, adalah.

1. *Football* / Sepak Bola, mencetak gol dengan kaki atau sundulan kepala.
2. *Basketball* / Bola Basket, jumlah pemain dalam tim ada dua wasit.
3. *Handball* / Bola Tangan, ukuran lapangan dan larangan mencetak gol dari samping.
4. *Waterpolo* / Polo Air, tidak diperkenankan kontak badan yang kasar dan lain-lain, yang dirangkum dalam cabang olahraga versi baru, yang disebut futsal.

Perkembangan *Futsal* di dunia akhir-akhir ini sangat pesat terjadi di *regional* Asia. Di Asia Tenggara, termasuk Indonesia perkembangan dimulai pada tahun 2002, setelah Indonesia ditunjuk oleh Asosiasi Sepakbola Asia menjadi tuan rumah turnamen "*Futsal Asian Championship*". Pada saat itu disiarkan langsung oleh stasiun An TV di Indonesia, sehingga masyarakat Indonesia mengenal olahraga *Futsal*.

Tahun 2003 tim Nasional Indonesia gagal lolos pada babak pendahuluan atau disebut penyisihan turnamen "*Asian Championship 2003*" di Iran. Pada saat itu pemain Nasional Futsal Indonesia di dominasi oleh mahasiswa Jakarta yang keterampilan dan teknik Futsalnya kurang baik seperti menembak bola ke gawang, menggiring bola, mengumpan, menahan bola.

Tahun 2007 liga Futsal Indonesia digelar, liga ini bertujuan sebagai ajang seleksi pemain, untuk membentuk tim Nasional yang dipersiapkan untuk kualifikasi piala Asia di Osaka (Jepang) dan persiapan Sea Games yang ke 24 di Thailand. Kualifikasi Piala Asia yang diselenggarakan di China Taipei Indonesia tidak berhasil lolos ke piala Asia sedangkan Sea Games di Thailand mendapatkan Medali Perunggu.

Prestasi terbaik Tim Nasional Futsal Indonesia tahun 2010, saat menjuarai Piala AFF di Vietnam. Tahun-tahun sebelumnya prestasi Futsal Indonesia selalu ada dibawah Thailand tingkat Asean. Adapun ditingkat lebih tinggi piala AFC selalu tidak bisa tembus ke babak selanjutnya. Dan dalam jangka waktu selama ini tim Nasional Futsal Indonesia belum memiliki penjaga gawang yang berkualitas khususnya Futsal.

Dalam permainan Futsal kiper atau Penjaga gawang mempunyai peran yang sangat besar sekali. Serangan dan bertahan dimulai dari penjaga gawang, dengan distribusi bola melalui lemparan dan tendangan

(*passing* kearah pemain depan), begitu juga dalam bertahan, melalui aba-aba pertahanan yang rapi dapat dimulai. Tugas seorang penjaga gawang adalah bagaimana memperkecil kesempatan lawan membuat sebuah goal dengan teknik dasar penjaga gawang Futsal yang baik dan benar.

Teknik dasar olahraga futsal adalah mengumpan (*passaing*), menembak (*shooting*), menyundul (*heading*), dan menahan bola (*control*). Teknik dasar tersebut yang harus dikuasai oleh para pemain Futsal, bagi kiper atau penjaga gawang dibutuhkan juga teknik menangkap bola yang baik.

Kemampuan mengolah bola dengan baik mutlak harus dimiliki seorang kiper karena dialah yang sering mendapat umpan dari rekannya selama pertandingan berlangsung. Seorang kiper harus mampu mengontrol bola dengan baik, memberikan umpan dengan pasti dan tepat serta paham mengenai kemana bola harus di arahkan. Maka, biarkan kiper ikut berlatih bersama pemain-pemain lain sesering mungkin. Dengan demikian, kemampuan mengolah bola dengan kedua kakinya semakin terasa.

Posisi penjaga gawang ialah posisi kemampuan khusus. Tugas seorang penjaga gawang adalah mencegah bola masuk ke gawang. Penjaga gawang sering kali menjadi palang pintu terakhir bagi lawan sebelum memasukkan bola ke gawang. Penjaga gawang umumnya

memiliki kemampuan kecepatan, reaksi, insting, keberanian, determinasi, penglihatan, posisi dan lain sebagainya untuk mencegah terjadinya gol.

Menangkap bola atau penjaga gawang merupakan teknik yang tidak mudah dikuasai oleh penjaga gawang. Dalam latihan menangkap bola atau menjaga gawang pelatih memberikan tahapan-tahapan kepada kiper untuk melakukannya yaitu dimulai dengan melakukan latihan memegang bola dengan jari-jari tangan, kemudian dilanjutkan dengan tahapan-tahapan selanjutnya.

Teknik untuk kiper atau penjaga gawang futsal mencakup teknik menangkap bola, blok atau menepis, melempar dan menendang. Keempat teknik ini merupakan teknik dasar untuk kiper atau penjaga gawang futsal yang harus dikuasai dengan baik. Bila kiper mempunyai teknik menangkap bola dengan baik, akan dapat memberikan distribusi bola yang cepat kepada rekannya dalam mendukung permainan terutama dalam *counter attack*.

Penjaga gawang perlu memiliki lemparan yang cepat dan akurat diatas permukaan lapangan. Dengan memiliki teknik lemparan yang baik, dapat menentukan keberhasilan sebuah serangan, beberapa situasi serangan harus dipelajari oleh seorang kiper atau penjaga gawang, pada saat *counter attack* atau serangan balik, lemparan bola dari kiper harus tajam dan tepat dikaki atau ditubuh penyerang atau pemain depan.

Untuk memiliki kemampuan menangkap bola bagi penjaga gawang, seorang kiper atau penjaga gawang membutuhkan dan melakukan suatu tahapan latihan dalam melakukannya, karena melalui tahapan-tahapan latihan yang baik dan benar kiper atau penjaga gawang dapat menguasai teknik menangkap bola atau menjaga gawang dengan baik dan benar. Melihat kenyataan tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana ketepatan lemparan dipengaruhi oleh *Fleksibilitas otot bahu* dan daya ledak otot lengan.

Fleksibilitas otot bahu dan daya ledak otot lengan dirasa sangat mendukung teknik-teknik berbagai macam tangkapan dan lemparan dalam teknik penjaga gawang, karena teknik gerakan dalam menangkap dan melempar bagi penjaga gawang sangat kompleks. Untuk mendapatkan otomatis lemparan maka perlu latihan yang berkesinambungan dan terprogram.

Dari uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang hubungan antara fleksibilitas otot bahu dan daya ledak otot lengan terhadap ketepatan lemparan pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta.

B. Identifikasi Masalah

Didasari oleh latar belakang di atas, maka diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana fleksibilitas otot bahu pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta?
2. Bagaimana daya ledak otot lengan pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta?
3. Bagaimana ketepatan lemparan bola pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta?
4. Apakah berhubungan fleksibilitas otot bahu dan daya ledak otot lengan terhadap ketepatan lemparan bola pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta?

C. Pembatasan Masalah

Agar tidak meluasnya pembahasan, maka pembahasan hanya pada hubungan antara fleksibilitas otot bahu dan daya ledak otot lengan terhadap ketepatan lemparan bola pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara fleksibilitas otot bahu dengan lemparan bola pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta?
2. Apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot lengan dengan ketepatan lemparan bola pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta?
3. Apakah terdapat hubungan antara fleksibilitas otot bahu dan daya ledak otot lengan terhadap ketepatan ketepatan lemparan bola penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta?

E. Kegunaan Penelitian

Peneliti terhadap penelitian ini berguna untuk:

1. Sebagai jawaban peneliti untuk mengetahui bagaimana hubungan antara fleksibilitas otot bahu dan daya ledak otot lengan terhadap ketepatan lemparan bola pada penjaga gawang KOP Futsal FIO Universitas Negeri Jakarta.
2. Sebagai masukan bagi pelatih dan atlet cabang olahraga Futsal.
3. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan khususnya mahasiswa FIO Universitas Negeri Jakarta.