

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan olahraga adalah suatu bidang pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi fisik, mental, sosial, dan emosional peserta didik melalui aktivitas olahraga dan kegiatan fisik. Tujuan dari pendidikan olahraga adalah untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, keterampilan, dan pemahaman tentang pentingnya hidup aktif dan sehat. Dalam pendidikan olahraga, peserta didik diajarkan tentang berbagai jenis olahraga, aktivitas fisik, permainan, dan latihan yang dapat membantu meningkatkan keterampilan motorik, kebugaran jasmani, koordinasi, daya tahan, dan keterampilan sosial. Selain itu, pendidikan olahraga juga mengajarkan tentang pentingnya kerjasama, fair play, semangat sportif, dan etika dalam berkompetisi.

Pendidikan olahraga memiliki peran penting dalam sistem pendidikan karena dapat membantu meningkatkan kualitas hidup peserta didik, mendorong partisipasi aktif dalam aktivitas fisik, dan mengurangi risiko terjadinya masalah kesehatan terkait gaya hidup tidak sehat. Aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh siapa saja, tanpa memandang usia, jenis kelamin, suku, atau latar belakang sosial (Aprilianto & Fahrizqi, 2020). Futsal adalah olahraga paling populer di Indonesia selain sepak bola bahkan futsal juga sangat dicintai dan dimainkan oleh jutaan orang di seluruh negeri, dari level amatir hingga profesional. Futsal adalah sebuah olahraga yang merupakan variasi dari sepak bola. Permainan ini menggunakan bola

yang lebih kecil ukurannya dibanding sepak bola, dan biasanya dimainkan di dalam ruangan atau di lapangan yang berukuran lebih kecil.

Pada tahun 1930 futsal pertama kali dipopulerkan oleh Juan Carlos Ceriani di Montevideo, Uruguay. Futsal merupakan permainan yang membutuhkan kecepatan dan dinamis. Permainan futsal melibatkan 2 tim yang terdiri dari lima pemain, termasuk kiper, tujuan permainan ini adalah mencetak gol. Pedoman peraturan futsal yang digunakan di Indonesia didasarkan pada aturan standar yang ditetapkan oleh *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) untuk permainan futsal. FIFA memiliki aturan resmi yang mengatur berbagai aspek permainan, termasuk ukuran lapangan, jumlah pemain, durasi pertandingan, serta peraturan-peraturan teknis lainnya.

Menurut *Department of Education Western Australia*, bahwa Keterampilan gerak dasar adalah keterampilan teknis dasar yang menjadi dasar bagi berbagai jenis olahraga dan aktivitas fisik. Keterampilan gerak dasar membentuk pondasi bagi pengembangan keterampilan yang lebih kompleks dan spesifik dalam olahraga tertentu. Tanpa penguasaan gerak dasar yang baik, sulit bagi seseorang untuk mencapai tingkat keterampilan yang lebih tinggi dalam aktivitas fisik yang lebih spesifik.

Gerak dasar terdiri dari *Body management skill* : kemampuan mengatur tubuh dalam bentuk gerakan. Contohnya adalah keseimbangan statis dan dinamis, bergulir, berhenti, membungkuk peregangan, memutar, berayun, dan mendaki. *lokomotor skill* : kemampuan memindahkan tubuh ke segala arah dari satu titik ke titik lain. Contohnya adalah merangkak, berjalan, berlari, melompat, menghindari,

berenang dan *object control skill* : kemampuan mengendalikan alat atau objek. Contohnya adalah : melempar, menangkap, menendang, memukul, memantul, dan dribbling (Kesumawati, 2019).

Menurut Teo-Koh Sock Miang “*Running is one of the most basic movement skills required in daily activities. It is also a foundation skill required in many dynamic activities, games and sport*” (Miang, 2018). (Berlari merupakan satu dari banyaknya keterampilan bergerak dalam kehidupan sehari-hari. Berlari juga merupakan keterampilan wajib dari banyaknya aktivitas dinamis, permainan dan olahraga) (Maelani & Sukriadi, 2020).

Fase usia 7-10 tahun adalah periode yang penting dalam perkembangan keterampilan gerak dasar anak-anak. Pada rentang usia ini, anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dalam aspek fisik, motorik, dan kognitif. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pengalaman dan peluang yang tepat bagi mereka untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar. Selama fase ini, penting bagi anak-anak untuk mendapatkan pengalaman bermain dan berlatih dalam berbagai aktivitas fisik dan olahraga. Lingkungan yang mendukung dan kesempatan untuk berpartisipasi dalam permainan, latihan, dan kegiatan fisik dapat membantu mereka mengasah keterampilan gerak dasar dengan lebih baik (Rosyidin & Kumaat, 2021).

Permainan adalah aktivitas yang dilakukan untuk tujuan hiburan, rekreasi, belajar, atau bermain-main. Permainan biasanya melibatkan interaksi antara satu atau lebih peserta yang mengikuti aturan atau tata tertentu dengan tujuan mencapai kemenangan, mencapai tujuan tertentu, atau hanya untuk kesenangan semata.

Permainan memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kebugaran tubuh anak. Ketika anak bermain, mereka secara alami terlibat dalam aktivitas fisik yang beragam, yang membantu meningkatkan kesehatan dan kebugaran mereka. Permainan sering melibatkan interaksi sosial antara peserta, ini bisa menjadi kesempatan untuk berkolaborasi, berkompetisi, atau sekadar bersenang-senang bersama. (Siregar et al., 2018).

Gerakan dasar berlari pada U-10 tahun dalam permainan futsal dikaitkan dengan pendekatan berbasis permainan dalam pengajaran dan latihan. Pendekatan berbasis permainan mengintegrasikan unsur-unsur permainan ke dalam latihan, yang memberikan pengalaman yang menyenangkan dan bermakna bagi anak-anak. Dalam konteks futsal, pendekatan berbasis permainan melibatkan pembelajaran melalui permainan yang disesuaikan untuk mengajarkan gerakan dasar berlari. Ini memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk belajar dan mempraktikkan gerakan dasar berlari dalam konteks permainan yang lebih realistis dan menarik bagi mereka. Setiap cabang olahraga mempunyai tujuan dari permainannya.

Tujuan dari permainan futsal adalah mencetak gol dengan memasukkan bola ke dalam gawang lawan. Pemain harus menggunakan keterampilan teknis mereka, seperti dribbling, passing, dan shooting, untuk mengendalikan bola dan mencetak gol. Saat permainan berlangsung, tim saling berusaha untuk mencetak gol lebih banyak daripada lawannya. Dalam futsal modern, kolektivitas menjadi kunci keberhasilan sebuah tim. Dengan bekerja sama sebagai satu kesatuan, tim dapat mencapai potensi penuh mereka dan menghadapi tantangan permainan dengan lebih baik. (Matitaputty, 2019).

Klub Futsal BTB Delapan adalah kepanjangan dari Bukan Team Biasa dan angka Delapan adalah angka yang tidak pernah putus walaupun ada rintangan dan arah yang berubah, klub ini berdiri sejak tahun 2008 sampai saat ini. Klub futsal btb delapan beranggotakan anak-anak U-10, U-14, U-18 tujuan didirikannya klub ini bukan hanya untuk mengejar prestasi melainkan untuk memperkenalkan dan mengembangkan keterampilan dasar bermain futsal.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti berupa pengamatan dan wawancara secara langsung terhadap pelatih klub futsal btb delapan ditemukan permasalahan pada anak U-10 tahun gerak dasar berlari pada saat bermain futsal masih kurang baik serta pemberian program terkait latihan gerak dasar khususnya berlari pada usia ini kurang menjadi perhatian pelatih. Pada dasarnya gerak dasar berlari pada U-10 tahun dalam permainan futsal sangat penting dalam mengembangkan keterampilan motorik, kebugaran fisik serta menghindarkan resiko cedera pada saat anak-anak melakukan gerakan lari yang kurang baik pada permainan futsal. Dimana futsal merupakan olahraga yang membutuhkan kecepatan, kelincahan, daya tahan, dan gerakan dasar berlari merupakan pondasi penting dalam membangun keterampilan ini.

Dari latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul “Model Gerak Dasar Berlari Berbasis Permainan Pada U-10 Tahun Di Klub Futsal BTB-Delapan”. Diharapkan penelitian ini peneliti mengetahui gambaran dari model gerak dasar berlari berbasis permainan. Gambarnya berupa berbasis permainan, agar pelaksanaan mengenai keterampilan model gerak dasar berlari berjalan dengan baik.

B. Fokus Penelitian

Agar masalah tidak meluas, maka berdasarkan penjabaran dari latar belakang diatas fokus penelitian perlu dibatasi yaitu “Model Gerak Dasar Berlari Berbasis Permainan Pada Anak U-10 Tahun Di Klub Futsal BTB-Delapan”.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut: Bagaimana model gerak dasar berlari berbasis permainan pada anak U-10 tahun di Klub Futsal BTB Delapan?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan dengan rumusan masalah di atas, adapun kegunaan hasil penelitiannya adalah:

1) Bagi Peneliti

Hasil penelitian model gerak dasar berlari berbasis permainan pada anak U-10 tahun di Klub Futsal BTB-Delapan untuk menambah wawasan dan pengetahuan.

2) Bagi Mahasiswa Pendidikan Jasmani

Hasil penelitian model gerak dasar berlari berbasis permainan pada anak U-10 tahun di Klub Futsal BTB-Delapan dapat dijadikan referensi untuk mahasiswa sebagai bahan untuk kuliah dan tugas akhir skripsi.

3) Bagi Pelatih

Hasil penelitian model gerak dasar berlari berbasis permainan pada anak U-10 tahun di Klub Futsal BTB-Delapan untuk pelatih dapat dijadikan sebagai sumber belajar dan latihan gerak dasar berlari.

4) Bagi Pembaca

Hasil penelitian model gerak dasar berlari berbasis permainan pada anak U-10 tahun di Klub Futsal BTB-Delapan untuk dijadikan sebagai bahan referensi sumber pengetahuan bagi pembacanya.

