

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Olahraga merupakan gerak tubuh baik dalam aktivitas fisik atau psikis yang berguna untuk menjaga, meningkatkan, dan menyeimbangkan kesehatan jasmani, rohani, dan meningkatkan rasa kebersamaan serta daya saing antar seseorang. Olahraga tidak hanya sebagai sarana untuk menyehatkan jiwa dan raga tetapi juga mengajarkan bagaimana harus berlaku sportif. Olahraga juga mengajarkan pentingnya kerja sama. Olahraga merupakan wadah untuk mendisiplinkan diri, menekankan pentingnya kerja keras, sabar, teliti, dan menjaga konsentrasi (Dewi & Pakpahan, 2018) dari teori ini bisa menjadi alasan kenapa olahraga menjadi suatu kegiatan yang sangat dekat oleh manusia baik di lingkungan rumah maupun sekolah karena banyaknya manfaat yang bisa kita dapat.

Pada saat ini banyak olahraga – olahraga yang bisa kita mainkan, salah satunya adalah futsal. Futsal dapat dikaitkan sebagai miniatur speak bola karena kedua permainan ini sama-sama mengharuskan satu tim mencetak gol lebih banyak ketimbang tim lainnya untuk memenangi pertandingan. Perbedaan yang paling mencolok adalah dari jumlah pemain, lapangan dan ukuran bola. Kata futsal merupakan istilah internasional, berasal dari Bahasa Spanyol atau Portugis, yaitu *futbol* (speak bola) dan *sala* (ruangan). Jika digabungkan artinya menjadi “speak bola dalam ruangan”.

Futsal dipopulerkan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930 oleh Juan Carlos Ceriani, seorang pelatih speak bola asal Argentina. Pada saat ini olahraga futsal ada dibawah perlindungan FIFA (*Federation Internationale de football*

*association*). Di beberapa negara futsal berkembang secara pesat terutama di negara Brazil, terbukti pada tahun 1966 sampai tahun 1979 Brazil menjuari kompetisi Internasional. Hingga pada akhirnya terbentuklah FIFUSA (*The Federacao Internationale de Futebol de Salao/Federasi Futsal AS*) sebagai organisasi resmi yang membawahi futsal. Kemudian, olahraga ini pun semakin cepat menyebar ke seluruh dunia (Rinaldi, 2020).

Cabang olahraga futsal sendiri masuk ke Indonesia pada tahun 1989-an, mulai berkembang sekitar tahun 1998 - 1999, dan mulai dikenal baik keberadaannya pada tahun 2002 yang dimana pada tahun tersebut Indonesia di tunjuk sebagai tuan rumah dalam final futsal tingkat Asia yang diselenggarakan oleh AFC (*Asian Football Confederation*) di Jakarta.

Saat ini olahraga futsal adalah olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat Indonesia. Dari mulai anak usia dini, pelajar, mahasiswa dan sampai pegawai kantor baik pria maupun wanita ikut memainkan olahraga ini. Dari fasilitas pun mengalami perkembangan, hampir hampir seluruh daerah di Indonesia sudah mempunyai fasilitas lapangan futsal. Lapangan futsal yang ada di Indonesia pun beragam, dari segi ukuran dan lantai yang digunakan. Untuk lapangan futsal dengan standar internasional setidaknya pada sisi lapangan memiliki Panjang 38 - 42 meter, sedangkan untuk lebarnya 18 - 25 meter. Jenis lantai yang digunakan juga banyak macamnya, diantaranya *vinyl*, kayu, rumput sintetis, semen, dan *interlock* (Rinaldi, 2020).

Olahraga futsal merupakan olahraga yang dimainkan oleh 5 pemain terdiri dari, orang depan, flank kanan dan kiri, orang terakhir dan juga penjaga gawang

yang biasa kita kenal penjaga gawang. Penjaga Gawang futsal perannya sangat berpengaruh bagi tim untuk meraih kemenangan, banyak penjaga gawang futsal bisa bermain akan tetapi teknik yang dilakukan masih harus dilatih dan juga diulang terus – menerus agar mendapatkan hasil yang lebih baik bagi seorang penjaga gawang futsal. Penjaga gawang adalah pemain yang berada pada lini terakhir di dalam area. Posisi ini berbeda dari posisi yang lain, karena dapat menghalau bola dengan seluruh bagian tubuhnya dari serangan pemain lawan. Penjaga gawang harus mempunyai keberanian dan keputusan yang tepat, karena hasil akhir sebuah pertandingan dapat dipengaruhi oleh performa seorang penjaga gawang (Irawan, 2021).

Karakteristik utama penjaga gawang adalah spiritual, mental dan fisik. Seorang penjaga gawang sangat membutuhkan, yaitu keberanian, konsentrasi, kepercayaan diri, kecepatan reaksi, kelenturan, keseimbangan, kekuatan, power. Seorang penjaga gawang futsal membutuhkan kekuatan, kecepatan, kelincahan, dan tentunya reaksi dalam menjalankan tugasnya. Disamping itu juga diperlukan sikap mental yang kuat serta disiplin yang tinggi. Penjaga gawang futsal adalah pemain yang sangat berperan dalam setiap pertandingan. Penjaga gawang harus siap block (menghadang) bola dari tendangan dari jarak dekat ataupun jarak yang jauh, dari sisi depan kanan ataupun dari kiri. Hal ini menyebabkan penjaga gawang dalam permainan futsal juga menjadi kunci sukses kemenangan. Para penjaga gawang futsal masing-masing memiliki kemampuan antisipasi yang beraneka ragam, dan berbagai macam kejadian pada saat pertandingan (Sejati, 2022)

Untuk melaksanakan taktik menangkap, memblok, dan menendang bola serta tepat dalam menempatkan posisi saat menghadapi lawan memerlukan *footwork* atau langkah kaki yang tepat apabila tidak tepat bisa saja terjadi kesalahan dalam melaksanakannya, apabila terjadi kesalahan dalam melaksanakannya itu bisa merugikan tim dalam permainan olahraga futsal, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam dan meneliti tentang “Model Latihan *Footwork* Penjaga Gawang Futsal Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 31 Jakarta”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian diatas yang telah dikemukakan pada latar belakang, identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penjaga gawang tim futsal SMA Negeri 31 Jakarta hanya berfokus pada teknik gerak dasar penjaga gawang saja tidak melaksanakan *footwork* dengan baik.
2. Kurangnya variasi latihan *footwork* untuk penjaga gawang futsal terutama di tim futsal SMA Negeri 31 Jakarta.
3. Meningkatkan kemampuan *footwork* penjaga gawang SMA Negeri 31 Jakarta
4. Latihan *footwork* penjaga gawang membutuhkan waktu yang tidak sebentar dan membutuhkan pengulangan.

### C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan masalah yang sudah diidentifikasi, maka masalah pada penelitian ini perlu dibatasi sehingga menjadi lebih fokus dan tidak melebar. Dengan segala keterbatasan pada diri penulis, masalah pada penelitian ini dibatasi menjadi “Bagaimana Hasil Latihan Footwork Penjaga Gawang Futsal, Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 31 Jakarta”

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah dibahas, masalah dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah model yang dapat digunakan dalam latihan footwork pada penjaga gawang tim futsal SMA Negeri 31 Jakarta?
2. Bagaimanakah penerapan latihan footwork penjaga gawang dengan teknik dasar penjaga gawang futsal secara bersamaan?

### E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk membuat model latihan *footwork* penjaga gawang futsal yang bisa digunakan untuk latihan bagi siswa agar bisa menerapkan teknik dasar dan *footwork* penjaga gawang futsal dengan benar.

### F. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian diharapkan memberikan manfaat teoritis, sekurang – kurangnya dapat berguna sebagai penambah wawasan di dunia olahraga futsal terutama pada

penjaga gawang dan dijadikan pelatih sebagai acuan meningkatkan footwork penjaga gawang Penjaga Gawang futsal.

## 2. Manfaat Praktis

Menambah wawasan nilai pendidikan khususnya bidang keolahragaan, selanjutnya dijadikan ilmu pengetahuan yang dapat bermanfaat bagi kehidupan.

- a. Bagi pelatih dapat menerapkan proses latihan footwork penjaga gawang untuk penampilan penjaga gawang yang diharapkan.
- b. Bagi pemain, dengan mengetahui latihan footwork penjaga gawang dapat dipakai sebagai bahan latihan untuk peningkatan prestasi.

## 3. Manfaat kebijakan

Memberikan arahan kebijakan untuk mengembangkan pendidikan bagi pelatih-pelatih dalam pembelajaran model latihan footwork penjaga gawang yang baik untuk diterapkan dan diajarkan.

## 4. Manfaat sosial

Memberikan kepada semua pihak mengenai pembelajaran latihan footwork penjaga gawang, sehingga dapat menjadi bahan masukan untuk lembaga-lembaga formal maupun non-formal untuk mempelajari dan mengenalkan latihan footwork penjaga gawang.