

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu kegiatan yang memiliki tujuan, antara lain memperoleh kesehatan, kesenangan, kesegaran jasmani serta juga dapat dijadikan alat pemersatu bangsa, dimana olahraga tidak mengenal tua, muda, anak-anak, orang dewasa, suku, agama, dan ras. Dari sekian banyak olahraga yang digemari serta juga dapat dijadikan ajang untuk mencari prestasi yang setinggi – tingginya adalah futsal.

Futsal adalah suatu bentuk permainan bola yang di mainkan oleh dua regu/ tim yang setiap tim mempunyai anggota lima orang (Abdul Syakur & Tantra Paramitha Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 2017) (Mashud et al., 2019).

Futsal melatih kecepatan dalam pengambilan keputusan dalam melakukan teknik dan taktik, sehingga dapat memberikan kepercayaan diri lebih yang bisa diterapkan pada permainan. Berbeda dengan sepak bola, dalam permainan futsal semua pemain mendapat kesempatan untuk mencetak gol (Irawan, 2021).

Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola dari lawan (Sukirno, 2010:1). (Mashud et al., 2019).

Dalam mewujudkan tujuan permainan futsal sebuah tim harus mampu bermain dengan kerjasama tim yang baik (Chen & Dong, 2013). Setiap pemain harus memahami setiap posisi yang ditempati. Dengan pembagian posisi maka pemain memiliki tugas dan tanggung jawab masing-masing dalam rangka meraih kemenangan dalam sebuah permainan. (Mashud et al., 2019).

Secara umum posisi pemain dalam futsal dibagi menjadi 4 (empat) bagian yaitu: *kipper*/ penjaga gawang, yang bertugas menjaga gawang dari kemasukan bola (tercipta gol). *Anchor* yaitu posisi didepan penjaga gawang. *Flank* merupakan pemain yang berposisi di samping/ disayap yang bertugas sebagai motor serangan dan menjadi pemain penghubung antara anchor dan pivot. *Pivot*, merupakan pemain terdepan dalam sepakbola disebut striker. Pivot bertugas mencetak gol atau *goal getter* (Mashud et al., 2019)

Futsal bisa dibilang sebagai salah satu cabang olahraga yang paling populer di Dunia termasuk masyarakat Indonesia mulai dari anak-anak sampai dengan orang dewasa. Futsal memiliki lebih banyak sentuhan dengan bola dibandingkan dengan sepakbola konvensional. Sementara itu, karena tempat yang lebih sempit, bola harus bergerak lebih cepat, ini akan meningkatkan kerja kaki dan juga mengembangkan individu dan kecepatan permainan. Kecepatan pada saat mengambil keputusan memberi umpan memberikan kepercayaan diri yang bisa diaplikasikan pada permainan di luar ruangan. Permainan futsal memiliki nilai kesenangan yang tinggi, semua pemain memiliki kesempatan untuk mencetak gol karena semua pemain terus berotasi bukannya *stay* (menunggu) bola. Futsal sudah dianggap permainan *indoor* yang paling cepat tumbuh. Futsal sudah dimainkan di

seluruh dunia, baik laki-laki ataupun wanita..

Futsal dicirikan oleh transisi permainannya yang cepat, sedangkan ruang gerak yang sangat sempit, sehingga bola harus bergerak lebih cepat. Hal ini menyebabkan penggunaan kaki lebih dominan dilakukan dalam permainan futsal. Kecepatan gerak kaki juga dibutuhkan dalam permainan futsal. Pemain dituntut untuk selalu waspada secara mental dalam melakukan transisi yang cepat. Futsal melatih kecepatan dalam pengambilan keputusan dalam memainkan strategi atau taktik yang dimiliki setiap pelatih dan tim. Setiap tim harus dapat menerapkan taktik yang telah dirancang untuk bisa menyerang dengan berbagai macam cara penyerang. Maka dari itu, taktik memiliki peran penting bagi setiap tim futsal untuk bisa membantu tim tersebut meraih kemenangan.

Pada dasarnya, pendekatan taktik dimulai dari *tactical* individu sebelum beralih ke *tactical group*. Berbagai macam *tactical group* yang penting bagi pemain futsal. Seperti *One-two*, *Overlap*, *Back-door*, *Parallel move*, *Diagonal move*, *Pass to pivot*, *Blocking*, *Dragging*, dan *Same line*, perlu dipahami dengan baik. Untuk mendukung penerapan strategi dan taktik tersebut, kemahiran dalam mengoper bola menjadi kunci, karena dalam bermain futsal, penguasaan gerakan dasar dengan teknik yang efektif dan efisien diperlukan untuk mencapai hasil yang optimal.

Kompetisi Futsal putri di Indonesia mulai dikembangkan hampir di setiap provinsi, daerah maupun kota setelah digulirkan event Liga Women Futsal Profesional yang menarik perhatian kalangan futsal putri di Indonesia. Selain itu diikuti sertakannya kategori futsal putri dalam Pekan Olahraga Nasional XXI Tahun 2024 di Aceh – Sumut untuk pertama kalinya dalam sejarah. Sehingga

prestasi tim nasional Indonesia di level Internasional sangat baik dengan berhasilnya Tim Futsal Putri Indonesia menjuarai turnamen *PFF Women's Tri Nation Futsal Invitational 2023*.

Dalam melatih futsal terutama tim putri pelatih harus memiliki metode dan pendekatan yang sangat khusus dapat mempengaruhi perkembangan kemampuan yang dimiliki dengan baik. Dimulai dengan berlatih keterampilan gerak baik teknik dan fisik yang sangat kurang pada pemain futsal putri yang disebabkan oleh kemampuan pemahaman, pengalaman gerak, otot penunjang yang kurang. Keterampilan teknik, fisik, taktik dan mental yang dilatih sesuai dengan permainan yang akan dihadapi.

Seperti halnya perkembangan tim UNJ women futsal salah satu tim yang memiliki komitmen untuk memajukan dan mengembangkan futsal putri di Indonesia dengan mengikuti kompetisi di level daerah dan nasional. Terbukti dengan beberapa putri dari tim UNJ women futsal untuk tim nasional putri Indonesia. Prestasi yang telah diukir juara 1 liga mahasiswa tahun 2019, juara 1 pomprov DKI Jakarta 2023 dan juara 3 menpora cup.

Namun untuk menciptakan suatu proses terjadinya gol dan diakhiri dengan kemenangan itu tidak mudah dalam permainan futsal dikarenakan untuk terciptanya suatu proses gol itu akan dapat diraih dengan melalui kerja sama tim yang baik. Dimana dalam permainan futsal untuk meraih proses terjadinya gol dan kemenangan tidak dapat dilalui secara individual, pasti harus melibatkan pemain lain untuk terciptanya gol. Disamping itu untuk mendapatkan kemenangan yang diinginkan setiap pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar dan

mental yang baik dalam setiap pertandingan yang dimainkannya.

Strategi permainan futsal antara lain bertahan dan menyerang. Strategi menyerang dapat dilakukan pada saat menguasai bola. Sehingga tim ydapat menguasai bola dengan melakukan serangan dengan cara membangun perlahan dari bawah melalu pemain *anchor* (bawah), atau langsung menuju ke daerah pertahanan lawan belum kembali ke daerah pertahanan.

Keberhasilan strategi menyerang dalam sebuah tim dapat dipengaruhi oleh pemahaman pemain tentang prinsip – prinsip menyerang. Pelatih dituntut untuk cepat menganalisis kejadian yang ada saat pertandingan. Namun terkadang strategi menyerang *build up* yang diterapkan tim UNJ women futsal tidak berjalan dengan baikmaka pelatih harus mencari solusi atau merubah strategi.

Build up yang dimaksud adalah membangun serangan dari bawah pertahanan sendiri dan tidak memaksakan pemain untuk terburu – buru menyerang kepertahanan lawan. *Build up* sering terjadi dalam permainan futsal, dan dengan berkembangnya taktik futsal pada futsal modern maka *build up* juga dapat digunakan sebagai awal mula membuat peluang untuk dimaksimalkan menjadi gol di dalam permainan futsal. Ketika yang terjadi dilapangan masing – masing kemampuan individu serta kerja sama jauh lebih baik maka dengan memaksilkan *build up* bias menjadi jawaban untuk mencetak gol dan kemenangan yang diinginkan.

Dalam pengamatan yang telah dilakukan, tim UNJ women futsal lebih menekan pada latihan menyerang *set piece*, *counter attack* dan fisik, sedangkan

latihan strategi jarang diajarkan terutama pada strategi serangan dalam permainan futsal. Hal ini akan berakibat kurang pemahannya pemain terhadap strategi serangan salah satunya *Build up*. Strategi menyerang yang kurang baik, akan berdampak buruk pada kondisi psikologis pemain dimana pemain akan merasa frustrasi dan tidak akan menghasilkan gol apabila tidak memiliki perencanaan yang matang. Jika tim memegang kendali selama pertandingan, sebuah tim harus mempunyai perencanaan strategi serangan futsal salah satunya *build up* yang terkoordinasi saat latihan, sesuai dengan kondisi saat dilapangan/saat bertanding dan tentunya sudah disiapkan jauh sebelum bertanding.

Oleh karena itu, mengingat betapa pentingnya *build up* di dalam sebuah pertandingan futsal namun belum dapat dimanfaatkan dengan baik oleh para pemain di dalam permainan futsal, maka hal ini memicu peneliti untuk membuat model latihan *build up* dalam permainan futsal. Agar dapat membantu para pelatih untuk bisa memberikan materi latihan strategi menyerang yang lebih bervariasi dan tidak monoton hanya pada latihan strategi menyerang *set piece* saja.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah ini agar tidak terjadi interpretasi yang lebih luas, maka peneliti memfokuskan pengembangan bentuk latihan *build up* pada tim UNJ women futsal.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan fokus penelitian maka

rumusan masalah pada penelitian kali ini yaitu “Bagaimana pengembangan bentuk latihan *build up* UNJ women futsal?”

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis dan praktis dan menjadi pedoman dalam berlatih futsal untuk:

1. Untuk mengembangkan ilmu dan kepelatihan dalam futsal putri.
2. Menjadi acuan pelatih untuk berkreaitivitas dalam membuat variasi bentuklatihan *build up*.
3. Dapat digunakan seebagai model latihan *build up* pada permainan futsal
4. Membantu para pemain dalam menjalankan taktik *build up* dipermainan futsal.
5. Memberikan suasan baru kepada para pemain di dalam latihan agar tidak merasa jenuh ketika menjalani latihan.