

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga futsal pada saat ini adalah olahraga yang sangat diminati oleh semua kalangan umur, baik laki-laki maupun wanita. Di Indonesia olahraga futsal sangat berkembang pesat, dengan adanya liga profesional sampai dengan kejuaraan antar kota yang selalu di pertandingan setiap tahunnya. Semua orang yang menggemari olahraga futsal banyak yang berkeinginan menjadi pemain profesional. Sejarah futsal masuk ke Indonesia dimulai pada tahun 1980-an. Futsal, singkatan dari "*fútbol de salón*" (sepak bola dalam ruangan) atau "*fútbol sala*" (sepak bola ruang), pertama kali dimainkan di Uruguay pada awal abad ke-20. Permainan ini kemudian menyebar ke Amerika Selatan dan Eropa. Futsal diperkenalkan di Indonesia melalui upaya-upaya Federasi Futsal Indonesia (FFI) dan para penggemar olahraga. Pada awalnya, futsal tumbuh secara natural dikalangan masyarakat, dan turnamen-turnamen lokal mulai diadakan di berbagai daerah. Namun, popularitasnya semakin berkembang seiring waktu, terutama setelah Federasi Futsal Indonesia resmi didirikan pada tahun 2006.

Federasi Futsal Indonesia kemudian menjadi anggota Asosiasi Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) dan mendapatkan dukungan untuk mengembangkan futsal di Indonesia. PSSI menyadari potensi futsal sebagai olahraga yang dapat diandalkan untuk dikembangkan di tingkat nasional. Dengan dukungan tersebut,

turnamen futsal nasional mulai diadakan, dan tim-tim futsal klub serta sekolah-sekolah aktif berpartisipasi.

Futsal kemudian menjadi semakin populer di kalangan anak muda Indonesia. Perguruan-perguruan tinggi, sekolah-sekolah, dan klub-klub futsal mulai berkembang di seluruh negeri. Pada tahun 2012, Indonesia menjadi tuan rumah Kejuaraan Futsal Asia Tenggara (*AFF Futsal Championship*), yang semakin meningkatkan ketertarikan masyarakat terhadap olahraga ini. Seiring berjalannya waktu, prestasi tim futsal Indonesia di tingkat internasional juga meningkat. Partisipasi dalam turnamen-turnamen internasional membantu meningkatkan kualitas permainan dan meningkatkan eksposur futsal di Indonesia.

Menurut Lhaksana (2011) mengemukakan bahwa “Futsal (*fu**t**bol**s**ala* dalam bahasa spanyol berarti sepak bola dalam ruangan) merupakan permainan sepak bola yang dilakukan dalam ruangan”. Hingga saat ini, futsal terus berkembang di Indonesia dengan semakin banyaknya kompetisi, klub, dan penggemar. Olahraga ini telah menjadi salah satu pilihan utama bagi mereka yang ingin berpartisipasi pada olahraga sepak bola dalam skala yang lebih kecil dan di lapangan yang tidak terlalu besar seperti lapangan sepak bola. Eksistensi olahraga futsal pada saat ini sudah terlihat dengan banyaknya remaja yang menggemari olahraga ini. Dapat dilihat dari banyaknya sekolah-sekolah, baik itu di sekolah menengah dan sekolah dasar menjadikan olahraga futsal sebagai kegiatan pengembangan bakat siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Meskipun saat ini futsal sendiri masih diberikan hanya dalam kegiatan ekstrakurikuler, tetapi banyak siswa berantusias untuk mengikutinya. Hal ini

sejalan dengan penjelasan Depdikbud (2003) dalam rambu-rambu butir 12 yang bunyinya sebagai berikut. “Untuk pembinaan siswa yang berminat terhadap salah satu atau beberapa cabang olahraga tertentu, dapat dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler”. Kegiatan ekstrakurikuler diadakan bertujuan demi berkembangnya kemampuan siswa dalam bidang tertentu.

Pada umumnya setiap siswa harus mengikuti setidaknya satu ekstrakurikuler untuk menunjang kemampuannya. Menurut Depdikbud, (2003) “standar kompetensi bahan kajian mata pelajaran pendidikan jasmani dalam aspek permainan dan olahraga yang harus dimiliki siswa adalah siswa mampu melakukan berbagai macam permainan dan cabang olahraga, siswa memiliki pengetahuan/konsep dan keterampilan berpikir yang relevan dalam berbagai permainan olahraga, dan siswa memiliki apresiasi terhadap perilaku bermain dan berolahraga yang termanifestasikan ke dalam nilai-nilai, seperti kerja sama, menghargai teman dan lawan, jujur, adil terbuka, dan lain-lain”. Dalam hal ini setiap dituntut mampu memiliki satu keahlian di bidang jasmani yang akan menunjang perilaku positif siswa terhadap hal di sekitarnya seperti saling bekerja sama, menghargai teman serta orang di sekitarnya, jujur dan adil bahkan hal-hal positif lainnya. Nilai-nilai tersebut juga banyak dilatih dalam olahraga futsal, yang mana olahraga futsal adalah olahraga beregu yang sangat mengandalkan kerja sama tim dan saling menghargai antar sesama pemain.

Dalam olahraga futsal terdapat beberapa aspek yang dikembangkan, di antaranya aspek teknik, fisik, taktik dan mental. Dan setiap aspek saling mempengaruhi satu sama lain. Pada tahap awal pembinaan olahraga futsal, aspek

yang paling penting dikembangkan adalah aspek teknik dan fisik. Salah satu teknik dasar olahraga futsal yang harus dikuasai adalah teknik dasar menggiring bola. Menggiring bola sangat erat kaitannya dengan aspek fisik yaitu kecepatan dan kelincahan.

Futsal merupakan cabang olahraga yang membutuhkan keterampilan teknis tinggi, termasuk kemampuan menggiring bola yang efektif. Dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola futsal, faktor-faktor seperti kecepatan, ketangkasan, dan daya ledakan memainkan peran penting dalam menentukan sejauh mana seorang pemain dapat berhasil melewati pertahanan lawan. Keberhasilan seorang pemain dalam menjalankan teknik *dribble* dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, di antaranya adalah kecepatan (*speed*) dan ketangkasan (*agility*). Hubungan erat antara kedua elemen tersebut dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kemampuan *dribble* seorang pemain futsal.

Kondisi fisik secara fungsional yaitu kecepatan, tidak dapat dipungkiri bahwa kecepatan sangat berpengaruh pada saat melakukan *dribbling* karena teknik ini dibutuhkan sebagai cara untuk bergerak ketika melewati lawan dan membuka ruang untuk melakukan operan atau tembakan, hal ini sejalan dengan pendapat Mielke (2007) bahwa “Pemain harus mampu menguasai bola pada saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Selanjutnya menurut Mulyono (2014) mengemukakan bahwa “seorang pemain futsal teknik kecepatan yang mumpuni, baik saat mengontrol bola, menggiring bola, melakukan *shooting*, maupun mengumpan bola pada temannya”.

Kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kecepatan merupakan kondisi fisik yang mempengaruhi seorang pemain ketika melakukan teknik *dribbling* dengan menggunakan kaki bagian mana saja untuk melakukan sebuah akselerasi serta memberikan suatu kontribusi kepada tim pada sebuah pertandingan. Hal ini juga membuat keefektivitasan untuk tim melakukan kerja sama yang membuat sebuah peluang demi menciptakan gol. Karena tujuan akhir dalam sebuah usaha yang melibatkan kecepatan dalam menggiring bola untuk menembus pertahanan lawan yaitu menciptakan peluang atau gol.

Kecepatan (*speed*) merupakan unsur kunci dalam memahami kemampuan menggiring bola. Seorang pemain yang cepat memiliki keunggulan untuk melewati pertahanan lawan dengan mudah, memanfaatkan celah-celah kecil, dan menciptakan peluang berbahaya di area lawan. Beberapa faktor yang mempengaruhi kecepatan dalam futsal termasuk kecepatan reaksi, kecepatan akselerasi, dan kecepatan maksimal. Kecepatan reaksi diperlukan untuk merespons dengan cepat terhadap perubahan situasi permainan, sedangkan kecepatan akselerasi dan maksimal menjadi kunci dalam melibas pertahanan lawan. Kecepatan memiliki keterkaitan yang erat dengan keterampilan *dribble*. Pemain yang cepat dapat dengan mudah mengatasi lawan dalam situasi satu lawan satu, membuka peluang untuk mencetak gol, atau menciptakan ruang untuk rekan satu tim.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecepatan antara lain, keturunan, waktu reaksi, kemampuan mengatasi beban, teknik, konsentrasi, dan kemauan, elastisitas otot (Bompa & Buzzichelli, 2019). Kecepatan gerak bila di lihat dari sifat dan

karakteristik gerak cabang olahraga dibagi atas dua bagian, yaitu: kecepatan gerak siklus (siklis) dan kecepatan gerak non siklus (asiklis) (Matitaputty, 2019). Kecepatan gerak siklus adalah kemampuan seseorang untuk melakukan serangkaian gerak dalam waktu sesingkat mungkin. Sedangkan kecepatan gerakan non siklus adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerak tunggal atau kemampuan mengubah arah dengan gerakan secepat-cepatnya atau kelincahan.

Kondisi fisik secara fungsional yaitu kelincahan, hal ini juga berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* seorang atlet karena dibutuhkan koordinasi antara keseimbangan dan kecepatan ketika mengubah arah bola untuk melewati lawan dan mempertahankan laju bola ketika pemain berlari dan mendorong bola sehingga bisa mempertahankan bola tersebut, menurut Mielke (2007) bahwa “keterampilan ini digunakan ketika seorang pemain mencoba mengubah arah atau bersiap untuk mengoper bola ke teman satu timnya”. Selanjutnya menurut Lhaksana dan Pardosi (2008) mengemukakan bahwa “futsal merupakan permainan cepat dengan waktu relatif pendek, serta memiliki ruang gerak yang sempit. Oleh karena itu, ke gesitan dan kelincahan mutlak dibutuhkan pemain. Setiap pemain wajib berlari, menggiring, mengoper, dan berusaha memasukkan bola ke gawang lawan”. Peneliti memilih kondisi fisik secara fungsional dalam hal yang berhubungan dengan kondisi saat menggiring bola yang dimaksud dari kondisi fisik secara fungsional yaitu kecepatan dan kelincahan.

Kelincahan adalah kemampuan tubuh atau bagian-bagian tubuh untuk mengubah arah gerakan secara cepat dan mendadak dengan kecepatan yang tinggi (Toho dan Ali, 2007). Mampu berlari berkelok-kelok, lari bolak-balik dalam suatu

jarak dan waktu tertentu, ataupun kemampuan berkelit menggunakan kecepatan dalam posisi badan berdiri seimbang. Kelincahan juga terjadi disebabkan oleh daya ledak tubuh. Tenaga yang besar ditentukan oleh kekuatan dari kontraksi serabut otot. Orang lincah merupakan orang yang mempunyai kemampuan dalam mengubah arah dan posisi badan dengan cepat dan tepat bersamaan saat dia bergerak, tanpa sedikit pun kehilangan keseimbangan dan kesadaran terhadap posisi tubuhnya.

Menurut Cholik dan Ali (2007) menyebutkan komponen kelincahan berkaitan erat dengan komponen kecepatan dan koordinasi. Kelincahan adalah kemampuan membelokkan atau mengubah arah badan dengan cepat, dalam pernyataan tersebut memang benar kelincahan memang erat kaitannya dengan kecepatan dan koordinasi tubuh juga. Dilihat dari perannya dalam beraktivitas, kelincahan dibagi menjadi 2 bagian yaitu kelincahan umum dan kelincahan khusus. Kelincahan umum digunakan pada aktivitas kita sehari-hari, seperti berolahraga secara umum. Kelincahan khusus yaitu kelincahan yang bersifat khusus untuk melakukan sebuah kegiatan atau olahraga tertentu pula. Kelincahan khusus tersebut memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh kegiatan olahraga yang dilakukan (Ismaryati, 2008).

Menurut Purwanto (2004) Jika memiliki kelincahan yang baik maka seseorang memiliki beberapa keuntungan seperti tidak terlalu kesusahan ketika melakukan gerakan yang sulit sekalipun, tidak gampang terkena cedera, dan mendukung teknik-teknik yang digunakannya terutama teknik menggiring bola. Dalam pernyataan diatas dapat kita simpulkan bahwa jika seorang atlet memiliki

tingkat kelincahan yang bagus maka itu akan menjadi sebuah aspek penunjang bagi atlet tersebut untuk terhindar dari cedera, dapat melakukan semua gerakan dengan mudah, mendukung teknik-teknik yang digunakan dalam menggiring bola sekalipun.

Menggiring bola dengan baik bisa dilakukan jika seorang atlet menguasai aspek kecepatan dan kelincahan tersebut. Ketertarikan tersebut dilatar belakangi dari pengamatan penulis terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal, latihan klub futsal, dan saat peneliti mengamati sebuah pembelajaran mengenai permainan bola besar khususnya futsal. Kemampuan kondisi fisik atlet secara fungsional tentunya memiliki persamaan dan perbedaan seperti kecepatan dan kelincahan.

Kemampuan menggiring bola pada setiap atlet sangat bervariasi ada persamaan dan perbedaannya. Persamaan dan perbedaan tersebut terlihat dari penguasaan teknik menggiring bola, baik dari kecepatan saat menggiring bola maupun dari kelincahan saat menggiring bola. Dalam hal ini terdapat beberapa pemain yang memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik tetapi unsur kecepatan dan kelincahannya kurang, juga terdapat pemain yang memiliki kemampuan menggiring bola dengan ditunjang oleh unsur kecepatan dan kelincahan. Hal tersebut terjadi karena adanya faktor penunjang yang dapat mempengaruhinya.

Pada sekolah SMP N 109 Jakarta aspek kecepatan dan kelincahan juga sangat bervariasi pada siswa ekstrakurikulernya, ada beberapa siswa yang menguasai teknik menggiring bola yang baik dan ada juga yang kurang dalam hal

menggiring bola. Keterampilan tersebut menunjang klub ekstrakurikuler futsal SMP N 109 Jakarta dapat menjuarai beberapa kompetisi tingkat SMP seperti juara 1 pada event 255 Smartcup pada bulan Oktober 2022, peringkat 4 pada *event* Abu Cup II *Fourfeo* pada September 2023, peringkat 3 pada *event* Development Futsal *League* Jakarta pada bulan juli 2023. Meski pernah menjuarai beberapa kejuaraan, siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 109 Jakarta masih perlu pengujian teknis kecepatan dan kelincahan berhubungan dengan keterampilan menggiring bola.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian untuk mengkaji permasalahan dalam latar belakang masalah tersebut. Adapun masalah yang ingin peneliti teliti adalah “Hubungan Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP N 109 Jakarta”

B. Identifikasi Masalah

Hasil dari pengamatan dan pernyataan yang telah di uraikan pada latar belakang, maka peneliti mengidentifikasi masalah yang akan dapat di teliti dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Perkembangan futsal di Indonesia.
2. Daya tarik futsal di Indonesia.
3. Teknik dasar dalam permainan futsal.
4. Pentingnya para pemain futsal menguasai teknik menggiring bola dengan baik dan benar.
5. Komponen fisik yang mempengaruhi teknik bermain futsal, terutama teknik dasar pada olahraga futsal.

6. Terdapat hubungan antara kecepatan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 109 Jakarta.
7. Terdapat hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 109 Jakarta.
8. Terdapat hubungan antara kecepatan dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal SMP N 109 Jakarta.

C. Pembatasan Masalah

Menurut rumusan masalah dan batasan masalah yang dibahas di atas dapat diambil bahwa batasan masalah dalam penelitian ini adalah “Hubungan Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP N 109 Jakarta”

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang peneliti ambil dari identifikasi masalah di atas adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola futsal ?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola futsal ?
3. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola futsal ?

E. Manfaat Penelitian

Selain menjadi jawaban dari kepenasaran peneliti secara ilmiah, hasil penelitian ini ke depan juga dapat berguna untuk :

1. Untuk menjadi bahan acuan bagi pelatih untuk memperhatikan komponen fisik seperti kecepatan dan kelincahan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar pada olahraga futsal terutama menggiring bola.
2. Untuk menjadi bahan referensi bagi pelatih futsal untuk memasukkan komponen fisik seperti kecepatan dan kelincahan dalam program latihan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar terutama menggiring bola.
3. Untuk menjadi bahan bagi peneliti yang lain untuk melakukan penelitian yang serupa pada cabang olahraga futsal namun berbeda komponen fisik dan teknik dasar yang ingin diteliti.

