

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian integral dari kehidupan manusia yang melibatkan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Selain itu, olahraga juga memiliki peran dalam meningkatkan keterampilan gerak serta memberikan manfaat rekreasi bagi individu dari berbagai usia dan latar belakang. Dalam dunia pendidikan, olahraga diajarkan sebagai salah satu bidang ilmu yang berkontribusi pada pengembangan fisik, mental, dan sosial.

Salah satu cabang olahraga yang semakin populer di berbagai kalangan adalah futsal. Olahraga ini banyak diminati karena dapat dimainkan di dalam ruangan dengan lapangan yang lebih kecil dibandingkan sepak bola. Popularitas futsal juga dapat dilihat dari semakin banyaknya lapangan futsal dengan standar internasional maupun nasional yang tersedia di berbagai kota di Indonesia (Wicaksono *et al.*, 2020). Futsal merupakan permainan yang cepat dan dinamis, dimainkan dalam dua babak dengan durasi masing-masing 20 menit di lapangan berukuran 25 x 12 meter (Rinaldi *et al.*, 2020). Permainan ini memiliki kesamaan dengan sepak bola, namun dengan aturan dan strategi yang lebih spesifik (Rosita *et al.*, 2019).

Dalam permainan futsal, strategi menjadi elemen penting yang menentukan efektivitas serangan dan pertahanan. Salah satu strategi yang sering digunakan dalam kondisi tertentu adalah *power play* yaitu taktik di mana kiper digantikan oleh pemain lain untuk meningkatkan jumlah pemain dalam serangan (Aditya *et al.*, 2022). Strategi ini sering diterapkan ketika tim sedang tertinggal atau ingin

memaksimalkan penguasaan bola di area lawan. Namun, *power play* juga memiliki risiko tinggi jika tidak dijalankan dengan baik karena lawan dapat dengan mudah mencetak gol ke gawang yang kosong.

Dari hasil observasi dan wawancara awal dengan klub futsal wanita di Bogor, ditemukan bahwa pelatih cenderung lebih fokus pada latihan teknik, fisik, dan mental, sementara aspek strategi penyerangan, khususnya *power play* masih jarang dilatihkan. Pemahaman dan penerapan strategi ini sangat penting untuk meningkatkan efektivitas serangan dalam pertandingan. Kurangnya latihan strategi menyebabkan pemain sering kebingungan dalam menghadapi perubahan situasi di lapangan terutama ketika menghadapi lawan dengan pertahanan yang kuat.

Keberhasilan strategi *power play* sangat bergantung pada koordinasi tim, akurasi umpan, serta kemampuan pemain dalam mengatur ritme permainan dan memanfaatkan ruang secara efektif. Dalam konteks futsal modern, penjaga gawang tidak hanya berperan sebagai pelindung gawang tetapi juga memiliki peran dalam membangun serangan terutama saat tim menerapkan *power play* (Lhaksana & Pardosi, 2008, p.37). Oleh karena itu, diperlukan model latihan yang dirancang secara khusus untuk meningkatkan pemahaman pemain dalam menerapkan strategi ini.

Model latihan yang dikembangkan dalam penelitian ini berfokus pada penguatan aspek taktik dan strategi dalam skenario *power play*. Latihan yang diterapkan mencakup pengembangan pola pergerakan pemain, posisi, serta koordinasi antar pemain dalam skema serangan. Dengan latihan yang konsisten, sistematis, dan progresif, diharapkan pemain dapat menguasai pola permainan

secara otomatis dan lebih siap menghadapi tekanan dalam pertandingan (Sukadiyanto, 2011). Selain itu, konsep *set plays* atau pola permainan yang telah dirancang sebelumnya juga diterapkan dalam model latihan ini untuk meningkatkan efektivitas serangan, termasuk dalam situasi *goal throws* dan *power play*.

Melalui penerapan model latihan ini, diharapkan pemain futsal wanita dapat lebih antusias memiliki kesiapan lebih baik dalam menghadapi tekanan lawan serta mampu menjalankan strategi serangan yang lebih terstruktur dan efektif. Dengan demikian peluang mencetak gol dalam pertandingan juga meningkat. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan "**Model Latihan Menyerang *Power Play* pada *Club* Futsal Excellent di Bogor.**" Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan metode latihan futsal serta memperjelas pentingnya strategi *power play* dalam menentukan hasil pertandingan.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan diatas, maka penelitian ini difokuskan pada pengembangan model latihan menyerang *power play* untuk *club* futsal Excellent di Bogor. Fokus penelitian ini adalah menciptakan program latihan yang efektif untuk meningkatkan kemampuan tim dalam mengoptimalkan serangan saat kondisi *power play*. Diharapkan, model latihan yang dikembangkan dapat meningkatkan keterampilan dan ketajaman serangan tim sehingga memberikan kontribusi positif dalam pencapaian prestasi *club*.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah dikemukakan. Maka perumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana pengembangan model latihan menyerang *power play* untuk *club* futsal excellent di Bogor

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Fungsi atau manfaat penelitian ini dilihat berdasarkan rumusan masalah diatas, maka hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna serta bermanfaat untuk:

- 1) Memberikan kontribusi dalam meningkatkan keterampilan teknis dan koordinasi tim termasuk kemampuan passing yang cepat dan akurat serta kemampuan menjaga gawang.
- 2) Menyediakan referensi bagi pelatih dalam menyusun model latihan *power play* yang efektif untuk mengembangkan strategi dan pergerakan dalam olahraga futsal.
- 3) Menyediakan panduan latihan untuk menciptakan pergerakan yang membuka ruang atau celah bagi serangan yang lebih efektif.

Intelligentia - Dignitas