BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu sarana penting dalam mendukung perkembangan fisik, mental, dan sosial setiap individu, termasuk bagi anak-anak berkebutuhan khusus. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas, penyandang disabilitas berhak untuk memperoleh layanan dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk dalam olahraga. Salah satu bentuk olahraga yang dapat dikembangkan untuk anak berkebutuhan khusus, khususnya anak tunagrahita ringan, adalah futsal. Futsal tidak hanya meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga melatih koordinasi, konsentrasi, kerja sama tim, serta rasa percaya diri (Sukadiyanto, 2011).

Anak tunagrahita ringan adalah individu yang memiliki tingkat kecerdasan di bawah rata-rata (IQ 50–70) dan keterbatasan dalam keterampilan adaptif, namun masih dapat mengikuti pembelajaran dengan pendekatan khusus (Heward, 2013). Pada usia 18–21 tahun, anak-anak dengan tunagrahita ringan sedang berada dalam fase transisi menuju kemandirian. Oleh karena itu, latihan olahraga, khususnya futsal, dapat menjadi media yang tepat untuk membantu mereka dalam aspek motorik dan sosial.

Futsal, sebagai salah satu olahraga yang semakin populer, tidak hanya memerlukan keterampilan teknik, tetapi juga strategi dan latihan yang terencana dengan baik. Futsal merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berlawanan. Olahraga futsal tidak berbeda jauh dengan sepak bola. Dengan demikian

dapat dikatakan bahwa futsal adalah merupakan versi mini dari olahraga sepak bola dan yang membedakan adalah sepak bola dilakukan di luar ruangan sedangkan futsal dilakukan di dalam ruangan (Syahni et al., 2021).

Organisasi SOIna DKI Jakarta menjadi wadah anak yang mempunyai kekurangan berkebutuhan khusus intelektual yaitu tunagrahita ringan untuk tetap melakukan aktivitas olahraga atau latihan. Salah satunya yaitu cabang olahraga permainan Futsal. Teknik dasar menjadi modasi yang sangat penting dalam permainan futsal. Tujuan dalam permainan futsal yaitu memasukkan bola ke gawang lawan salah satunya, yaitu teknik *shooting*. Maka dari itu peneliti bertujuan membuat model latihan teknik *shooting* berbasis permainan yang sesuai dengan kemampuan anak yang mempunyai kekurangan intelektual yaitu tunagrahita ringan. Dalam perkembangan olahraga futsal, teknik dasar menjadi fondasi yang sangat penting untuk meningkatkan performa pemain. Salah satu teknik yang kursial dalam futsal adalah *shooting*, yaitu kemampuan untuk menembakkan bola ke arah gawang lawan dengan tepat dan efektif. Futsal, sebagai cabang olahraga yang dimainkan di ruang tertutup, menuntut keterampilan yang tinggi, terutama dalam hal kecepatan dan akurasi. Dengan tujuan utama dari permainan ini adalah mencetak gol, pemain dituntut untuk menguasai teknik *shooting* agar dapat memanfaatkan setiap peluang yang ada. Namun, pengajaran teknik dasar *shooting* sering kali terhambat oleh metode yang monoton dan kurang menarik.

Oleh karena itu, diperlukan model latihan yang kreatif dan inovatif untuk menarik minat pemain dalam berlatih. Dengan pendekatan yang menarik, diharapkan pemain dapat lebih mudah memahami dan menguasai teknik *shooting*, sehingga

dapat berkontribusi lebih maksimal dalam permainan. Peneliti merancang model latihan futsal teknik *shooting* menjadi sangat relevan untuk kualitas permainan dan hasil yang dicapai oleh tim. Latihan futsal yang efektif dapat membantu pemain mengasah keterampilan mereka, meningkatkan kebugaran fisik, dan mempersiapkan mereka untuk pertandingan dengan lebih baik.

Latihan ialah upaya sadar yang dilakukan secara berkelanjutan dan sistematis untuk meningkatkan kemampuan fungsional raga (Giriwijoyo, 2010). Latihan adalah suatu kegiatan aktivitas fisik yang sistematis, terencana, dan dilakukan secara berulang-ulang ditandai sebuah progres atau peningkatan. Proses melakukan gerak berulang-ulang untuk meningkatkan kemampuan yang maksimal. Latihan merupakan suatu aktivitas yang di lakukan secara sistematis dan terencana dalam meningkatkan fungsional tubuh. Dalam kegiatan olahraga, latihan berguna untuk meningkatkan keterampilan. Harsono menyatakan bahwa latihan adalah suatu proses yang sistematis dari berlatih yang di lakukkan secara berulang-ulang, dengan lama kelamaan bertambah jumlah bebannya.

Hasil observasi peneliti yang telah dilakukan bahwa sebagian anak tunagrahita di SOIna DKI Jakarta, didapat bahwa pada umumnya mengalami ketidak aktifan dalam melakukan kegiatan sehari-hari anak tunagrahita cenderung lebih sedikit melakukan aktivitas fisik, berolahraga dan latihan dibandingkan dengan anak normal. Individu anak tunagrahita ringan membutuhkan lebih banyak bantuan dan perhatian dengan perkembangan psikologis dan fisiknya. Dengan keterbatasan anak tunagrahita, peran orang tua sangatlah penting dalam membimbing dan mengarahkan aktivitas sehari-hari. Sebagai contoh, pada saat latihan, banyak yang masih enggan

atau tidak bergerak ketika di minta untuk mengikuti program latihan rutin oleh pelatih.

Permasalahan dari tujuan peneliti yaitu melatih dan memperbaiki teknik *shooting* yang tidak terarah dan tidak sesuai dengan target atau sasaran dalam latihan dan pertandingan. Dalam latihan futsal, teknik *shooting* yang tidak terarah merupakan suatu kondisi di mana pemain gagal mengarahkan bola secara tepat ke sasaran, seperti ke dalam gawang atau ke area yang diinginkan (misalnya pojok atas atau bawah gawang). Masalah ini ditandai dengan bola sering melenceng ke samping, terlalu tinggi, terlalu lemah, atau mudah ditangkap kiper. Faktor penyebab permasalahan yaitu teknik dasar yang kurang baik seperti posisi kaki tumpu, ayunan kaki, dan bagian kaki yang digunakan untuk menendang. Lalu kurangnya latihan secara pengulangan (drilling) dengan target yang jelas membuat kurang fokus dan konsentrasi saat melakukan *shooting*. Koordinasi mata, kaki, dan tubuh yang belum optimal membuat tidak terbiasa menembak dalam kondisi game atau tekanan lawan.

Tujuan perbaikan teknik *shooting* yang tidak terarah dalam latihan dan pertandingan yaitu untuk melatih akurasi *shooting* secara terarah dengan teknik yang benar dan meningkatkan kemampuan mengarahkan bola kearah gawang yang di inginkan dengan menggunakan model latihan berbasis modifikasi permainan. Namun anak tunagrahita ringan jika diberi model latihan menggunakan modifikasi permainan atau alat yang tepat untuk mencoba berlatih mereka juga dapat unggul dalam latihan. Anak tunagrahita ringan membutuhkan perlakuan yang lebih dibandingkan oleh anak normal namun jika diberi metode yang lebih bervariasi dan efektif maka mereka akan memiliki skill yang bagus dalam latihan. Kegiatan latihan

olahraga futsal untuk anak tunagrahita ringan dengan membuat suatu model permainan yang bisa dilakukkan pelatih dan dimodifikasi dari alat dengan cara bermain model dibuat dalam bentuk latihan dalam unsur permainan di dalamnya.

Tujuan dari di buatnya permainan ialah untuk membuat kegiatan bermain menjadi lebih bervariasi, menarik dan menyenangkan, sehingga anak tunagrahita ringan bisa melakukan kegiatan latihan futsal di dalam waktu luang dengan senang bahkan memotivasi mereka menjadi lebih aktif untuk bergerak serta rajin dalam melakukan latihan. Bermain akan meningkatkan aktivitas fisik anak bahwa akan meningkatkan pula rasa keinginan tahuan anak dan membuat anak-anak memperhatikan benda-benda, menangkapnya, menendangnya, mencobanya, meleparnya atau menjatuhkannya.

Kegiatan yang meningkatkan pengembangan fisik motorik dapat dilakukan melalui permainan dengan alat atau tanpa alat, salah satu permainan yang dapat melatih dan meningkatkan kemampuan motorik kasar adalah permainan futsal. Permainan merupakan satu setting yang sangat bagus bagi perkembangan kognitif khususnya pada aspek-aspek simbolis dan khayalan permainan dapat dilakukan oleh berbagai kalangan anak- anak hingga dewasa bahkan orang yang menyandang disabilitas tunagrahita sekalipun. Oleh karena itu, penulis ingin membuat model latihan dengan menggunakan modifikasi permainan untuk menarik minat anak tunagrahita terhadap latihan futsal dengan menggunakan metode permainan.

Dengan cara tersebut, mereka dapat beradaptasi dan bermain bersama teman-teman mereka. Modifikasi permainan secara umum adalah mengubah atau menyesuaikan. Modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi

pembelajaran dengan cara menentukannya dalam bentuk aktivitas belajar potensi yang dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Modifikasi permainan merupakan salah satu cara alternatif yang dapat digunakan untuk memperbaiki permainan. Tunagrahita adalah suatu keadaan perkembangan mental yang terhenti atau tidak lengkap yang ditandai oleh kendala keterampilan selama masa perkembangan sehingga berpengaruh terhadap semua tingkat intelegensi, antara lain kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial Widiati dan Murtadlo (2007: 61).

Tunagrahita merupakan suatu jenis anak berkebutuhan khusus yang berkaitan dengan keterbatasan fungsi intelektual dan adaptasi, juga dalam aspek perkembangan motorik lebih lambat di banding anak normal pada umumnya. Tunagrahita merupakan anak yang memiliki kemampuan intelektual dibawah rata rata, dalam istilah bahasa asing mental *reterdation mentaly retarted*, mental *defetive* (S. Somantri, 2007). Istilah tersebut memiliki arti yang sama yaitu menjelaskan kondisi anak yang kecerdasannya jauh di bawah rata-rata dan ditandai oleh keterbatasan intelegensi dan ketidak cakapan dalam interaksi sosial.

Peneliti sebelumnya yang membahas model latihan futsal teknik *shooting* berbasis modifikasi permainan pada anak tunagrahita ringan usia 18- 21 tahun di SOIna DKI Jakarta belum ada. Berdasarkan uraian tersebut, penulis bermaksud untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang cara anak tunagrahita dapat melakukan latihan dengan senang dan bersemangat melalui olahraga dalam bentuk modifikasi permainan. Penelitian ini bertujuan agar anak tunagrahita tetap bersedia melakukan latihan dengan memanfaatkan modifikasi permainan.

B. Fokus Penelitian

Fokus masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini agar lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Penelitian ini hanya membahas tentang Model latihan futsal teknik *shooting* berbasis modifikasi permainan pada anak tunagrahita ringan usia 18- 21 tahun di SOIna DKI Jakarta. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu kegiatan yang menarik sekaligus menyenangkan dalam bentuk model latihan futsal teknik *shooting* berbasis modifikasi permainan pada anak tunagrahita ringan usia 18-21 tahun di SOIna DKI Jakarta yang dapat memberikan trobosan baru.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan dari fokus masalah tersebut, dapat ditarik suatu rumusan masalah dalam Penelitian yaitu sebagai berikut:

- Bagaimana model latihan futsal teknik shooting berbasis modif
    -

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat teoritis bagi pengembangan model latihan futsal teknik *shooting* bagi peneliti, pelatih, lembaga, dan peserta maupun pembaca pada umumnya yang meliputi :

a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dijadikan referensi bagi mahasiswa, guru, pembaca dan yang akan menjadi relawan atau pelatih dengan memperhatikan model yang lebih efektif dan inovatif.
b. Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran, informasi dan pengetahuan bagi

para pelatih dengan model latihan futsal teknik *shooting* berbasis modifikasi permainan pada anak disabilitas tunagrahita ringan.

c. Penelitian ini menjadi inspirasi untuk mengembangkan lebih lanjut inovasi model latihan futsal teknik *shooting* berbasis modifikasi permainan pada anak disabilitas tunagrahita ringan.

d. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai peningkatan ketertarikan dalam permainan yang sudah di modifikasi untuk model latihan futsal teknik *shooting*.