

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang berkembang pesat dan banyak diminati di Indonesia, termasuk oleh kalangan pelajar. Dari sudut pandang ilmu keolahragaan, futsal termasuk cabang olahraga dengan karakteristik energi dominan campuran (*aerobik-anaerobik*) yang tinggi, karena dimainkan pada lapangan sempit dengan tempo permainan cepat, durasi kerja-istirahat yang singkat, serta tuntutan pengambilan keputusan yang cepat dalam kondisi tekanan fisik dan psikologis (Naser dkk., 2017). Karakteristik ini menjadikan futsal sebagai objek kajian yang relevan dalam bidang fisiologi olahraga dan biomekanika gerak, khususnya dalam mengidentifikasi komponen biomotor yang mendasari performa teknis pemain.

Salah satu keterampilan teknis yang performanya sangat dipengaruhi oleh komponen biomotorik adalah kemampuan menggiring bola (*Dribbling*). Dari perspektif ilmu keolahragaan, *Dribbling* bukan semata keterampilan motorik yang berdiri sendiri, melainkan hasil interaksi antara sistem neuromuskular, kapasitas fisik, dan efisiensi gerak. Kemampuan mengubah arah tubuh secara cepat sambil mempertahankan kontrol bola melibatkan kerja sistem saraf pusat dalam mengoordinasikan kontraksi otot secara presisi, yang pada gilirannya sangat dipengaruhi oleh kapasitas biomotor seperti kekuatan otot, kelincahan, koordinasi, dan keseimbangan (Komang Ari Selin dkk., 2024).

Kekuatan otot tungkai, sebagai salah satu komponen biomotor dasar, berperan penting dalam menghasilkan gaya dorong (*propulsive Force*) yang dibutuhkan untuk akselerasi, perubahan arah, dan stabilitas postural saat membawa bola. Secara fisiologis, kekuatan otot tungkai yang baik memungkinkan pemain menghasilkan output tenaga yang lebih besar dalam waktu kontraksi yang singkat, sehingga gerakan *Dribbling* dapat dilakukan secara lebih eksplosif tanpa kehilangan kontrol terhadap bola. Penelitian terdahulu mengonfirmasi adanya hubungan signifikan antara kekuatan otot tungkai dan kecepatan *Dribbling* pada pemain futsal (Nurkadri & Kholil, 2024), yang mengindikasikan bahwa kapasitas biomotor ini merupakan determinan fisiologis penting dalam performa teknis futsal.

Selain kekuatan otot tungkai, kelincahan (*agility*) merupakan komponen biomotor yang secara spesifik berkaitan dengan kemampuan sistem neuromuskular untuk mengubah arah gerak tubuh secara cepat dan efisien tanpa kehilangan keseimbangan. Dalam kajian ilmu keolahragaan, kelincahan dipandang sebagai hasil integrasi antara kecepatan reaksi, koordinasi intermuskular, dan kontrol postural, yang seluruhnya berperan dalam efektivitas gerak *Dribbling* saat pemain menghadapi tekanan lawan dalam ruang gerak yang terbatas. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kelincahan berhubungan signifikan dengan keterampilan *Dribbling* pada pemain futsal (Komang Ari Selin dkk., 2024), yang memperkuat posisi kelincahan sebagai variabel biomotor yang layak dikaji secara ilmiah dalam konteks performa futsal remaja.

Kajian mengenai hubungan antar-komponen biomotor dengan keterampilan teknis semacam ini menjadi salah satu fokus utama dalam ilmu keolahragaan, karena pemahaman terhadap determinan fisiologis suatu keterampilan menjadi dasar bagi pengembangan metode pengukuran, evaluasi performa, dan perumusan prinsip latihan yang berbasis bukti ilmiah (*evidence-based training*). Tanpa pemahaman yang jelas mengenai kontribusi masing-masing komponen biomotor terhadap keterampilan teknis, upaya pengembangan performa atlet berisiko dilakukan tanpa dasar ilmiah yang terukur.

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan peneliti saat mengunjungi kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMK Barunawati, teramati adanya variasi kemampuan *Dribbling* antarsiswa, antara lain berupa kecenderungan kehilangan penguasaan bola saat mendapat tekanan lawan, keterlambatan dalam melakukan perubahan arah, serta kurangnya stabilitas tubuh saat membawa bola pada kecepatan tinggi. Perlu ditegaskan bahwa pengamatan tersebut bersifat sepintas dan tidak terstruktur, tanpa disertai instrumen pengukuran atau tes baku, sehingga belum dapat dijadikan sebagai data awal yang terukur secara ilmiah. Meskipun demikian, kecenderungan yang teramati tersebut sejalan dengan fenomena yang juga banyak dilaporkan pada pemain futsal usia sekolah dalam berbagai kajian terdahulu (Dikri Farhanul Qolbi dkk., 2025), sehingga memperkuat relevansi permasalahan ini untuk dikaji lebih lanjut secara sistematis. Secara konseptual, variasi performa semacam ini dapat dijelaskan dari sudut pandang ilmu keolahragaan sebagai indikasi adanya perbedaan tingkat kapasitas biomotor antarpemain, yang pada populasi remaja sekolah menengah kejuruan kemungkinan

besar belum banyak diidentifikasi secara terukur, mengingat karakteristik pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja usia sekolah berbeda dengan atlet dewasa maupun atlet klub profesional yang lebih sering menjadi subjek penelitian sebelumnya.

Berbagai penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara komponen biomotor tertentu dengan kemampuan *Dribbling*, namun sebagian besar masih berfokus pada satu atau dua komponen fisik secara terpisah dan menggunakan subjek dari klub atau populasi yang berbeda karakteristik biologis dan tingkat latihannya (Faisal Nugroho dkk., 2025). Kajian yang secara simultan mengukur hubungan kekuatan otot tungkai dan kelincahan terhadap kemampuan *Dribbling* pada populasi remaja sekolah menengah kejuruan masih terbatas, padahal pemahaman mengenai kontribusi gabungan kedua komponen biomotor ini penting untuk memperkaya basis data ilmiah mengenai profil fisik pemain futsal usia sekolah di Indonesia.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini muncul dari perpaduan antara pengamatan langsung peneliti di lapangan dan kesenjangan yang ditemukan pada kajian pustaka. Pengamatan awal peneliti menunjukkan bahwa variasi kemampuan *Dribbling* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMK Barunawati tidak dapat dijelaskan hanya melalui satu komponen fisik saja, melainkan tampak sebagai hasil interaksi antara beberapa kapasitas biomotor sekaligus sebuah kesan yang justru sejalan dengan keterbatasan penelitian terdahulu yang cenderung mengukur komponen fisik secara terpisah. Dari sudut pandang tersebut, penelitian ini menawarkan tiga unsur kebaruan. Pertama, penelitian ini mengukur kekuatan otot tungkai dan kelincahan secara

simultan terhadap kemampuan *Dribbling*, alih-alih menguji kedua komponen tersebut secara terpisah sebagaimana lazim dilakukan pada penelitian-penelitian sebelumnya. Kedua, penelitian ini menyasar populasi peserta ekstrakurikuler futsal tingkat SMK, suatu kelompok usia dan karakteristik biologis yang berbeda dari populasi klub maupun atlet dewasa yang lebih sering menjadi subjek penelitian terdahulu. Ketiga, penelitian ini dibangun dalam kerangka ilmu keolahragaan yang menekankan penjelasan mekanisme biomotor dan neuromuskular di balik keterampilan *Dribbling*, bukan sekadar rekomendasi praktis latihan sebagaimana pendekatan kepelatihan pada umumnya. Ketiga unsur tersebut menjadikan penelitian ini relevan untuk memperkaya kajian ilmu keolahragaan sekaligus menjawab kesenjangan yang selama ini belum banyak diisi oleh penelitian sejenis.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan kajian ilmiah yang secara spesifik mengukur dan menganalisis hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada peserta ekstrakurikuler futsal, dalam hal ini pada peserta ekstrakurikuler futsal SMK Barunawati. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi keilmuan berupa data empiris mengenai determinan biomotor performa *Dribbling* pada remaja usia sekolah, sekaligus memperkaya kajian ilmu keolahragaan terkait hubungan antara komponen kondisi fisik dan keterampilan teknis dalam cabang olahraga futsal. Secara aplikatif, hasil penelitian ini juga dapat menjadi rujukan ilmiah bagi guru, pelatih, maupun pemangku kepentingan sekolah dalam merancang program pengembangan fisik dan teknis peserta ekstrakurikuler futsal secara lebih terukur.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

- 1) Kemampuan Kekuatan Otot Tungkai pada pemain futsal ekstrakurikuler SMK Banurawati masih belum optimal.
- 2) Kemampuan Kelincahan pada pemain futsal ekstrakurikuler SMK Barunawati masih belum optimal
- 3) Kemampuan Menggiring Bola (*Dribbling*) pada pemain futsal ekstrakurikuler SMK Barunawati masih belum optimal
- 4) Belum diketahui hubungan kekuatan otot tungkai dan kelincahan secara bersama-sama dengan kemampuan menggiring bola.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka Batasan masalah yang diteliti Adalah Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Kelincahan Dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Pemain Futsal Ekstrakurikuler SMK BARUNAWATI JAKARTA UTARA.

D. Perumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan kemampuan menggiring bola pada pemain futsal ekstrakurikuler SMK Barunawati Jakarta Utara ?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada pemain futsal ekstrakurikuler SMK Barunawati Jakarta Utara ?
3. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kelincahan secara bersama sama dengan kemampuan menggiring bola pada pemain futsal ekstrakurikuler SMK Barunawati Jakarta Utara?

E. Manfaat Penelitian

Penelitian yang berjudul “Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola pada Pemain Futsal Ekstrakurikuler SMK Barunawati” diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, khususnya bagi pengembangan kajian ilmu keolahragaan serta pembinaan olahraga futsal di lingkungan sekolah.

a) Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian ilmu keolahragaan, khususnya pada bidang fisiologi olahraga dan biomekanika gerak, dengan memperkaya pemahaman mengenai determinan biomotor yang mendasari keterampilan teknis dalam permainan futsal. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan data empiris yang memperkuat kerangka konseptual mengenai hubungan antara kapasitas biomotor dalam hal ini kekuatan otot tungkai dan kelincahan dengan performa keterampilan *Dribbling*

pada populasi remaja usia sekolah, sekaligus menjadi rujukan ilmiah bagi mahasiswa, akademisi, maupun peneliti lain yang mengkaji topik sejenis dalam bidang ilmu keolahragaan.

Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar pijakan bagi penelitian selanjutnya, khususnya dalam mengembangkan kajian mengenai determinan biomotor lain yang turut berkontribusi terhadap keterampilan teknis futsal, seperti kecepatan, koordinasi neuromuskular, keseimbangan, maupun daya tahan, sehingga pemahaman mengenai profil biomotor pemain futsal usia sekolah dapat dikaji secara lebih komprehensif pada penelitian berikutnya.

b) Manfaat Praktis

1. Bagi pelatih atau pembina ekstrakurikuler futsal SMK Barunawati, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan ilmiah dalam menyusun program pengembangan fisik yang lebih terarah dan berbasis bukti (*evidence-based*), khususnya dalam menentukan komponen biomotor yang paling relevan untuk ditingkatkan guna mendukung performa *Dribbling* siswa. Data hubungan antara kekuatan otot tungkai, kelincahan, dan kemampuan menggiring bola juga dapat dimanfaatkan sebagai acuan dalam melakukan evaluasi kondisi fisik pemain secara berkala dan terukur.
2. Bagi siswa peserta ekstrakurikuler futsal, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bahwa keterampilan menggiring bola tidak semata ditentukan oleh penguasaan teknik, melainkan juga oleh kapasitas biomotor yang mendasarinya, khususnya kekuatan otot tungkai dan kelincahan. Pemahaman ini diharapkan mendorong kesadaran siswa akan

pentingnya pengembangan kondisi fisik secara terprogram, yang juga berkontribusi terhadap efisiensi gerak dan penurunan risiko cedera selama latihan maupun pertandingan.

3. Bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dan dasar pertimbangan ilmiah dalam meningkatkan kualitas pembinaan ekstrakurikuler futsal, termasuk dalam mendukung penyediaan sarana pengukuran dan pengembangan kondisi fisik siswa. Peningkatan kualitas pembinaan yang berbasis data ilmiah berpotensi turut mendukung capaian prestasi tim futsal sekolah.
4. Bagi peneliti, pelaksanaan penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengalaman dan wawasan dalam melakukan kajian ilmiah di bidang ilmu keolahragaan, mulai dari perumusan masalah, pengukuran variabel biomotor, pengolahan data statistik, hingga interpretasi hasil penelitian, sekaligus menjadi sarana penerapan konsep ilmu keolahragaan yang telah dipelajari selama masa perkuliahan.