

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kebutuhan hidup untuk mendapatkan kebugaran dan kesehatan jasmani, agar tubuh sehat dan menjalankan aktivitas sepanjang hari tanpa merasakan penurunan kondisi fisik tubuh yang berarti. Peran olahraga bagi manusia sangat penting untuk menunjang kesehatan jasmani yang berpengaruh ketika kita berkegiatan sepanjang hari. Ada banyak pilihan cabang olahraga yang bisa dipilih sesuai dengan minat pilihan kita.

Futsal merupakan salah satu yang paling populer dan olahraga yang banyak dilakukan. Futsal adalah singkatan singkatan dari indoor football. Futsal yang berarti " dalam ruangan". "*futbol*" atau "*futebol*", yang berarti "sepak bola" dalam bahasa Spanyol dan Portugis , dan "*sal*", yang berasal dari kata "*sala*" atau "*salao*", yang berarti "dalam ruangan ". FIFA menciptakan kata ini kata setelah memegang kendali Futsal pada tahun 1989. Olahraga Futsal dikenal dengan berbagai nama , antara lain Futsal, *mini football*, dan *indoor football*.

Olahraga Futsal merupakan olahraga yang dinamis sehingga menuntut pemain untuk melakukan aktivitas fisik yang ekstra. Tentunya selain dari teknik dasar seperti *passing*, *control*, dan *dribbling*, daya tahan seorang atlet juga berpengaruh terhadap kelincahan gerak di dalam situasi permainan. Daya

tahan akan berpengaruh terhadap kelincuhan sehingga hal ini juga terbilang penting untuk menguasai permainan dan memenangkan sebuah pertandingan.

Karena teknik yang dipraktikkan melibatkan pengulangan atau intensitas tinggi, kondisi fisik atlet mempengaruhi pola latihan dan kesiapan bertanding. (Sofyan, 2017:3)

Sudut pandang ini mengarah pada kesimpulan bahwa keadaan fisik seorang atlet mempengaruhi kemampuannya untuk menguasai teknik olahraga. Teknik yang baik yang harus dikuasai oleh para atlet tidak diragukan lagi membutuhkan latihan yang terus-menerus dan berulang-ulang. Teknik penguatan akan berhubungan dengan tubuh yang baik. Hal ini sejalan dengan pendapat dari (Gunawan, 2016:619) bahwa “pemain harus dapat menguasai bola pada saat bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”.

Bahkan dewasa ini, olahraga Futsal menjadi salah satu cabang olahraga yang digemari khususnya pada masyarakat Indonesia. Hampir di setiap provinsi, daerah, sekolah-sekolah di seluruh Indonesia telah memiliki tim Futsal masing-masing. Berkembangnya olahraga Futsal di Indonesia bisa dilihat dari banyaknya kancah turnamen yang diselenggarakan hampir setiap minimal dua bulan sekali di banyak daerah di Indonesia.

Perkembangan olahraga Futsal kian diminati di berbagai lapisan masyarakat Indonesia. Bahkan di dunia pendidikan, Futsal menjadi salah satu olahraga ekstrakurikuler yang banyak diterapkan banyak sekolah di Indonesia. Kegiatan ekstrakurikuler tentunya sudah sangat familiar dan sudah diterapkan

di sekolah-sekolah saat ini. Contoh kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan di sekolah-sekolah seperti drum band, pramuka, silat, volly, sepak bola, Futsal, basket, dan lain-lain. Banyaknya minat siswa terhadap olahraga Futsal tak jarang membuat Futsal menjadi yang salah satu ekstrakurikuler favorit yang banyak diminati.

Kegiatan ekstrakurikuler sekolah menyediakan wadah bagi siswa untuk mengeksplorasi minat dan bakatnya di bidang seni, kemasyarakatan, budaya, agama, dan olahraga. Olahraga adalah salah satu jenis kegiatan setelah sekolah yang paling populer. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dimaksudkan untuk meningkatkan bakat dan minat jasmani siswa, serta membangun dan mengembangkan kemampuan siswa dalam bidang olahraga tertentu. Dengan demikian, di sekolah kemampuan dan minat siswa disalurkan ke dalam kegiatan ekstrakurikuler, yaitu kegiatan yang diselenggarakan oleh sekolah untuk menumbuhkembangkan bakat dan minat siswa. (Akhmadi, 2018:412)

Salah satu contoh sekolah yang telah melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler yaitu di SMPN 4 Samarinda. SMP Negeri 4 Samarinda memiliki kurang lebih 1022 siswa terdiri dari kelas VII-IX dan juga terdapat kurang lebih 20 ekstrakurikuler baik olahraga maupun non olahraga, yang bertujuan memberikan tempat kepada pelajar agar dapat menggali bakat dan minat serta keterampilan yang dimiliki.

Aktivitas ekstrakurikuler yang ada di SMPN 4 Samarinda antara lain pramuka, bola voli, basket Futsal dan lain-lain. Antusias dan semangat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler Futsal menjadikannya salah satu olahraga

favorit ekstrakurikuler di SMPN 4 Samarinda. Sudah banyak prestasi-prestasi Futsal yang diraih oleh SMPN 4 Samarinda, dan bahkan SMP N 4 Samarinda terbilang di perhitungkan dalam olahraga Futsal di tingkat pelajar se-Samarinda karena memiliki segudang prestasi yang telah dicapai.

Salah satu tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler Futsal yaitu meningkatkan daya tahan dan kelincahan pemain serta meningkatkan kemampuan teknik-teknik dasar terkhususnya yang peneliti bahas pada penelitian ini pada teknik dasar *dribbling*. Tentunya faktor-faktor tersebut berpengaruh besar terhadap pencapaian prestasi Futsal. Ada beberapa faktor penunjang yang menjadi fokus pada penelitian ini diantaranya adalah daya tahan, karena bagi seorang atlet mempunyai daya tahan yang baik dan tubuh yang sehat merupakan hal penting bagi pemain Futsal. Program latihan daya tahan pada ekstrakurikuler Futsal di SMPNegeri 4 Samarinda sudah ada dan berjalan. Namun, program latihan daya tahan masih kurang konsisten atau kurang berkesinambungan diadakan dalam sesi latihan latihan. Faktor berikutnya yang mempengaruhi kinerja seorang atlet di lapangan adalah faktor kelincahan. Kelincahan merupakan kepintaran untuk mengubah posisi gerak tubuh dengan lincah. Dalam program latihan Futsal ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda, penerapan program latihan kelincahan bagi atletnya dapat dikatakan masih kurang dan harus lebih diterapkan mengingat situasi game pada permainan Futsal yang dinamis membutuhkan kelincahan yang baik. Faktor selanjutnya yang menentukan kualitas pemain adalah faktor keterampilan teknik dasar yang baik terutama

yang peneliti bahas pada penelitian ini adalah *dribbling*. Penguasaan *dribbling* yang baik adalah sebuah proses dalam mencetak gol.

Model latihan daya tahan pada sesi latihan ekstrakurikuler Futsal masih kurang ditekankan, contoh kecil adalah perlunya diterapkan program jogging sebelum latihan untuk meningkatkan kualitas fisik pemain. Selanjutnya model latihan kelincahan pada sesi latihan ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda masih kurang dan harus ditingkatkan lagi dan yang terakhir adalah penerapan model latihan *dribbling* Futsal yang juga masih terbilang kurang dilatih pada program latihan. Berdasarkan observasi di lapangan didapatkan pada saat latihan, penerapan latihan *dribbling* masih kurang dan masih terfokus pada latihan *shooting* dan *passing*. Dengan demikian bahwa latihan *dribbling* sangat diperlukan dalam penerapan latihan Futsal di ekstrakurikuler SMPN 4 Samarinda, agar siswa memiliki bekal teknik dasar *dribbling* dalam permainan Futsal.

Berdasarkan latar yang telah dijelaskan, maka telah ditentukan sebuah usaha penelitian yang membahas tentang hubungan daya tahan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* Futsal pada siswa ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda. Dan penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk mengembangkan dan memajukan olahraga Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda

Maka dengan demikian, peneliti akan meneliti hubungan daya tahan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* Futsal pada siswa ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Belum diketahui kondisi daya tahan terkini pada peserta ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 4 Samarinda
2. Belum diketahui kondisi kelincahan terkini pada peserta ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 4 Samarinda
3. Belum diketahui sejauh mana kemampuan *dribbling* Futsal pada setiap peserta ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 4 Samarinda.

## **C. Batasan Masalah**

Permasalahan dalam penelitian ini hanya membahas tentang hubungan daya tahan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* Futsal pada siswa ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Samarinda.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka masalah yang menjadi pokok penelitian ini adalah:

1. Adakah hubungan antara daya tahan dengan keterampilan *dribbling* Futsal peserta ekstrakurikuler Futsal SMP negeri 4 Samarinda?
2. Adakah hubungan antara kelincahan dengan keterampilan *dribbling* Futsal peserta ekstrakurikuler Futsal SMP negeri 4 Samarinda?

3. Adakah hubungan antara daya tahan dan kelincahan dengan keterampilan *dribbling* Futsal peserta ekstrakurikuler Futsal SMP negeri 4 Samarinda?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Dalam hal ini tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara daya tahan terhadap keterampilan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler SMP N 4 Samarinda.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* Futsal peserta ekstrakurikuler SMP N 4 Samarinda.
3. Untuk mengetahui hubungan antara daya tahan dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* Futsal peserta ekstrakurikuler SMP N 4 Samarinda.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian yang peneliti lakukan terbagi atas dua manfaat yaitu

(1) secara teoritis dan (2) secara praktis.

##### 1. Teoritis

Mengetahui seberapa besar pengaruh dari daya tahan dan kelincahan terhadap keterampilan *dribbling* Futsal.

##### 2. Praktis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dengan referensi bagi pelatih ekstrakurikuler Futsal untuk lebih meningkatkan fisik atlet sehingga dapat meningkatkan prestasi siswa dan mengharumkan nama sekolah