

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Istilah futsal dikenal dengan berbagai nama, namun istilah Internasionalnya berasal dari bahasa Spanyol atau Portugis, *football* dan *sala*. (Sukirno, 2010:1). Induk organisasi futsal dinaungi oleh organisasi yang juga menaungi sepak bola, baik di tingkat Nasional maupun Internasional. Artinya, futsal Internasional berada di bawah naungan *Federation International de Football Association* (FIFA). Sedangkan secara Nasional, futsal berada dinaungan PSSI.(Sutanto, 2016:136). Futsal bermula pada tahun 1930 tepatnya di Montevideo, Uruguay. Juan Carlos Ceriani ialah orang yang pertama kali memperkenalkan futsal, ia merupakan seorang pelatih sepak bola yang berasal dari Argentina. Meskipun berasal dari Uruguay, namun pusat olahraga ini berada di Brazil. Sebagai peraih enam kali berturut-turut pertandingan futsal internasional, Brazil dianggap sebagai titik perkembangan olahraga ini.

Permainan Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat gemari oleh masyarakat Indonesia dan banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat, baik itu untuk anak – anak remaja, orang dewasa maupun orang tua, tidak peduli pria atau wanita. Pemain muda yang berbakat untuk dibina atau dilatih dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas dengan kegiatan ekstrakurikuler di tiap-tiap sekolah sudah mulai banyak sekolah atau akademi futsal yang melaku

kan pembinaan agar dapat menghasilkan pemain yang berkualitas, berkembang dan bersaing dengan para pemain luar negeri. Futsal merupakan suatu bentuk permainan bola kecil yang dimainkan oleh dua regu dan masing-masing beranggotakan lima orang pemain inti dan pemain cadangan. Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola dari lawan.

Ukuran lapangan yang lebih kecil dan jumlah pemain yang lebih sedikit menyebabkan permainan futsal cenderung lebih dinamis sehingga membutuhkan kebugaran yang baik dari pemainnya (Lhaksana, 2012). Beberapa unsur yang termasuk dalam kebugaran yaitu kecepatan, daya ledak, kekuatan otot, daya tahan, kelenturan, keseimbangan, ketepatan, koordinasi, tenaga, dan kelincahan. Dengan menguasai teknik dasar seperti *passing*, *control*, *dribble*, *shooting* maka pemain akan mampu memainkan permainan futsal, dan juga memberikan kemudahan dalam menerapkan taktik permainan. Salah satu teknik dasar yang penting untuk dikuasai oleh semua pemain yaitu kemampuan menggiring bola (*Dribble*). Teknik dasar menggiring bola (*Dribble*) seorang pemain akan mampu memberikan ruang terhadap pemain lain, juga memberikan peluang untuk dapat mencetak skor dengan cara melewati lawan dan membuka ruang untuk melakukan shooting (Irawan, 2009). Menurut Ade Lukman (2020: 58) Teknik dasar *dribble* yang baik sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu penguasaan bola yang baik, keseimbangan tubuh ketika

mempertahankan bola, serta kondisi fisik yang baik secara fungsional yaitu kelincahan ketika melakukan pergerakan dalam berakselerasi.

Menurut Humaedi (2017: 82) Kelincahan memiliki peran yang sangat penting dalam permainan futsal terutama dalam menghindari lawan pada saat menggiring bola, maupun digunakan untuk menerobos pertahanan lawan, sehingga bisa mencetak skor. Kelincahan merupakan salah satu aspek kondisi fisik yang banyak diperlukan dalam cabang olahraga futsal. Kelincahan penting untuk meningkatkan prestasi dalam cabang olahraga. Menurut Bagus Dwi Harjanto, Eri Pratiknyo Dwi Kusworo, Musyafari Waluyo (2013: 29) Prestasi olahraga memerlukan usaha yang harus dilaksanakan secara sungguh-sungguh, sebab banyak faktor yang menentukan keberhasilan seorang dalam mencapai prestasi. Oleh karena itu seorang pembina atau pelatih olahraga harus mengetahui dan memahami faktor-faktor pendukung dalam pencapaian prestasi (Sajoto, 1988).

Berdasarkan hasil pengamatan siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Sukodono saat bermain futsal di lapangan, terlihat beberapa siswa yang masih kurang maksimal dalam melakukan teknik dasar *dribble*. Hal ini disebabkan karena kelincahan siswa tersebut masih kurang baik. Oleh karena itu peneliti menyajikan latihan kelincahaan yang baik dan dengan cara latihannya menggunakan permainan tradisional yaitu gobak sodor. Olahraga permainan tradisional gobak sodor mempunyai banyak gerakan yang memberikan dampak pada tubuh, antara lain kecepatan gerak, kelincahan dan kemampuan reaksi dalam

kerja sama. Dalam penerapan permainan ini mengandung teknik penguasaan keterampilan fisik yang salah satunya dapat diamati pada aspek kelincahan. Karena ketika kita memainkan permainan ini maka, kita harus melewati hadangan lawan agar bisa lolos melewati garis ke garis terakhir. Maksud dari proses permainan gobak sodor ini untuk melatih kelincahan pada futsal. Semakin gesit siswa dapat menghindari dari hadangan lawan maka nilai yang didapatkan siswa mengenai kelincahan akan semakin tinggi, agar tim futsal SMP Negeri 2 Sukodono bisa melakukan kelincahan *dribble* yang baik dan dapat menyajikan berbagai bentuk variasi permainan yang bertujuan untuk memperkaya gerak saling memahami dan membangkitkan semangat siswa.

Hal ini yang menjadi dasar peneliti untuk meneliti “Pengaruh latihan kelincahan melalui permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 2 Sukodono”.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, serta untuk menghindari meluasnya pembahasan, dibuat batasan masalah. Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh latihan kelincahan melalui permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 2 Sukodono.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah ditulis, maka dalam penelitian ini akan merumuskan masalah sebagai berikut :

Adakah Pengaruh latihan kelincahan melalui permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 2 Sukodono?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini untuk mengetahui:

Pengaruh latihan kelincahan melalui permainan tradisional gobak sodor terhadap kemampuan *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 2 Sukodono.

E. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan di tarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014:38). Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yakni:

1. Variabel bebas (*independent variable*), merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2014:39). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu latihan kelincahan melalui permainan tradisional gobak sodor.
2. Variabel terikat (*dependent variable*), merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel

bebas (Sugiyono,2014:39). Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu kemampuan *dribble* pada futsal.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat Penelitian ini adalah :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu cara dalam meningkatkan kemampuan kelincahan terhadap hasil *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Negeri 2 Sukodono.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber informasi tentang olahraga futsal. Agar peserta didik memiliki kemampuan kelincahan terhadap hasil *dribble* futsal.

a) Manfaat untuk pelatih

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bentuk variasi latihan untuk meningkatkan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* futsal

b) Manfaat untuk siswa

Hasil penelitian ini sebagai variasi latihan agar tidak terlalu monoton dan tidak terlalu jenuh dalam latihan

c) Manfaat untuk peneliti

Hasil penelitian ini sebagai sumber informasi tambahan untuk meningkatkan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* futsal