

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Futsal merupakan suatu bentuk permainan bola yang dimainkan oleh dua regu atau tim masing-masing beranggotakan lima orang pemain. Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola dari lawan. Selain kelima pemain inti, dalam futsal juga memiliki pemain cadangan. Istilah futsal dikenal dengan berbagai nama, namun istilah Internasionalnya berasal dari bahasa Spanyol atau Portugis, foot ball 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 dinaungi PSSI. (Sutanto, 2016:136).

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 akan dibina atau dilatih dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas dengan kegiatan ekstrakurikuler di tiap-tiap sekolah sekarang juga banyak sekolah atau akademi futsal yang melakukan pembinaan agar dapat menghasilkan pemain yang berkualitas, berkembang dan bersaing dengan para pemain luar negeri.

Futsal adalah permainan yang dilakukan oleh dua tim, yang masing – masing 1 tim beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah memasukan bola ke gawang lawan dengan mencetak skor. Selain dari 5 pemain inti setiap tim diizinkan mempunyai 5 pemain cadangan yang berada di luar garis lapangan. Lapangan yang digunakannya pun lebih kecil daripada sepak bola konvensional. Dengan ukuran yang lebih kecil dan dengan pemain yang lebih sedikit, permainan futsal lebih cenderung dinamis dan lebih membutuhkan kebugaran yang baik dari pemainnya (Lhaksana, 2012). Unsur-unsur kebugaran meliputi kecepatan, daya ledak,

kekuatan otot, daya tahan, kelenturan, keseimbangan, ketepatan, koordinasi, tenaga, dan kelincahan. Diantara unsur-unsur diatas, peneliti akan membahas lebih mendalam mengenai kelincahan, karena kelincahan merupakan komponen yang sangat penting bagi permainan futsal.

Di dalam permainan olahraga futsal terdapat berbagai macam teknik – teknik dasar dalam permainan futsal semua pemain wajib menguasai teknik dasar futsal. Dengan menguasai teknik dasar pemain mampu memainkan dalam semua lini permainan, dan juga memberikan kemudahan dalam menerapkan taktik permainan, dan menciptakan kerja sama tim tim yang kompak sehingga dapat meningkatkan kualitas pemain.

Salah satu teknik dasar yang penting untuk dikuasai oleh semua pemain yaitu kemampuan menggiring bola (*Dribble*). Semua pemain harus benar – benar bisa menguasai teknik menggiring bola (*Dribble*) untuk mendukung teknik dasar lainnya. *Dribble* merupakan kemampuan dimana setiap pemain dalam menguasai bola sebelum di berikan kepada temanya untuk menciptakan gol.

Kelincahan memiliki peran yang sangat penting dalam permainan futsal terutama dalam menghindari lawan pada saat menggiring bola, maupun digunakan untuk menereobos keperrtahanan lawan, sehingga bisa mencetak skor. Kelincahan penting fungsinya untuk meningkatkan prestasi dalam cabang olahraga (Suharno, 1985). Kelincahan merupakan salah satu aspek kondisi fisik yang banyak diperlukan dalam cabang olahraga futsal. 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).

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Berdasarkan hasil pengamatan, maka indetifikasi makalah dalam penelitian ini adalah :

1. Rendahnya kelincahan dan keseimbangan gerak siswa dalam *dribble* bola.
2. Keseimbangan tubuh yang kurang maksimal pada saat *dribble* bola.

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 terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Jati Agung Wage Taman Sidoarjo.

C. Rumusan Masalah

Setelah latar belakang masalah di kemukakan maka selanjutnya akan di tetapkan rumusan masalah dimana akan dicari jawaban dalam penelitian ini. Masalah dalam penelitian ini:

1. Adakah pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Jati Agung Wage Taman Sidoarjo?
2. Adakah peningkatan yang signifikan dari latihan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Jati Agung Wage Taman Sidoarjo?
3. Adakah perbedaan nilai rata-rata kemampuan *dribble* antara siswa yang memperoleh latihan kelincahan (kelompok eksperimen) dengan siswa yang tidak memperoleh latihan kelincahan (kelompok kontrol).

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini untuk mengetahui:

1. Pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan *dribble* ekstrakurikuler siswa SMP Jati Agung Taman Sidoarjo.
2. Peningkatan kemampuan *dribble* ekstrakurikuler futsal siswa SMP Jati Agung Wage Taman Sidoarjo yang diberikan latihan kelincahan.
3. Perbedaan nilai rata-rata kemampuan *dribble* antara siswa yang memperoleh latihan kelincahan (kelompok eksperimen) dengan siswa yang tidak memperoleh latihan kelincahan (kelompok kontrol).

E. Variabel Penelitian

Sumadi Suryabrata (2006: 29) mengemukakan definisi operasional adalah, definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan yang dapat diamati (diobservasi). Suharsimi Arikunto (2006: 118) mengemukakan “Variabel adalah objek penelitian atau

apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Definisi operasional variabel dimaksudkan untuk memberikan gambaran bagaimana variabel penelitian akan diukur, sehingga tidak terjadi kesalah pahaman terhadap masalah yang diteliti.

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (*independent variable*) adalah variabel yang dipandang sebagai penyebab munculnya variabel terikat yang diduga sebagai akibatnya. Sedangkan variabel terikat (*dependent variable*) adalah variabel (akibat) yang dipradugakan, yang bervariasi mengikuti perubahan dari variabel-variabel bebas. Umumnya merupakan kondisi yang ingin kita ungkapkan dan jelaskan (Kerlinger, 1992:58). Adapun definisinya sebagai berikut:

1. Latihan Kelincahan (X)

Latihan kelincahan-latihan kecepatan yaitu latihan dengan cara lari berbelok-belok (zig-zag) dengan melewati cones yang sudah diatur jaraknya bagi siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Jati Agung Taman Sidoarjo dengan secepat-cepatnya sampai garis finish yang dilakukan selama 12 kali pertemuan.

2. Kemampuan Menggiring Bola (Y)

Menggiring bola adalah kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Jati Agung Taman Sidoarjo menggunakan teknik menendang bola dengan punggung kaki bagian luar melewati cones dengan jumlah 8 buah dengan cara lari zig-zag melewati cones yang diukur menggunakan tes menggiring bola Bobby Charlton.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat Penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti sebagai salah satu syarat untuk laporan tugas akhir dan menambah pengetahuan tentang cara untuk meningkatkan kemampuan kelincahan terhadap hasil *dribble* futsal.
2. Bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan kelincahan terhadap hasil *dribble* futsal dalam penelitian pengaruh latihan kelincahan *dribble* futsal bagi guru penjaskes.