

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kegiatan ekstrakurikuler bukanlah hal yang baru, mulai dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA) bahkan Perguruan Tinggi, semua lapisan pendidikan pasti mengenal kegiatan ini karena kegiatan ekstrakurikuler merupakan proses yang sistematis dengan sadar di dalam membudayakan warga negaranya, agar memiliki kedewasaan sebagai bekal kehidupannya.

Di tingkat Sekolah Dasar (SD) umumnya kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan hanyalah pramuka, kemudian pada tingkat SMP dan SMA kegiatan ekstrakurikuler terus berkembang dan bertambah jenisnya, tidak hanya kegiatan pramuka, tetapi meliputi kegiatan-kegiatan lain seperti palang merah remaja (PMR), seni, olahraga, keagamaan, bahkan ilmu teknologi. Kebutuhan belajar anak didik diharapkan terpenuhi melalui kegiatan ekstrakurikuler selain juga belajar dalam intrakurikuler.

Bakat dan minat suatu kegiatan yang diprogramkan dalam kegiatan ekstrakurikuler diharapkan pula dapat tersalurkan, sehingga potensi anak didik dapat berkembang secara maksimal. Selain itu kegiatan ekstrakurikuler yang terprogram dapat memberikan nilai-nilai positif bagi siswa. Peranan pembinaan dalam kegiatan ekstrakurikuler mempunyai dampak yang besar terhadap tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler tersebut. Pembinaan dalam kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang sangat penting, selain berdampak

pada prestasi yang diraih, namun juga terdapat sikap dan karakter siswa di dalamnya termasuk sikap disiplin. Ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran baik dilaksanakan di sekolah maupun diluar sekolah. Ekstrakurikuler olahraga berkaitan dengan aktivitas fisik siswa, sebelum melakukan ekstrakurikuler olahraga biasanya pelatih atau Pembina memberikan pengarahan mengenai nilai-nilai yang terkandung dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler seperti, fair play, disiplin, bekerjasama, empati, toleransi, dan lain sebagainya.

Mengenai definisi kegiatan ekstrakurikuler Sugiyono dalam Kurniawan (2011:16) mengatakan bahwa: Kegiatan ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang dilakukan pada jam diluar sekolah (dilakukan termasuk hari libur) yang dilakukan diluar sekolah dan bertujuan memperluas pengetahuan siswa, mengenal dan menambah berbagai kegiatan macam-macam olahraga, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan seutuhnya, kegiatan ini dilakukan secara berkala atau hanya dalam kurun waktu dan ikut dinilai. Maka dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga nilai-nilai yang terkandung didalamnya secara tidak langsung akan masuk ke dalam karakteristik siswa melalui ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan siswa di luar kegiatan belajar mengajar. Kegiatan ekstrakurikuler dapat memberikan pengaruh terhadap minat, bakat dan potensi yang dimiliki oleh siswa. Melalui kegiatan ekstrakurikuler di lingkungan sekolah siswa dapat memenuhi kebutuhan yang diminatinya untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman terhadap

berbagai mata pelajaran yang pada suatu saat nanti dapat bermanfaat bagi dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Pada kegiatan ekstrakurikuler ini khususnya dalam kegiatan olahraga dikembangkan pengalaman-pengalaman yang bersifat nyata yang dapat membawa siswa pada kesadaran atas pribadi, sesama, dan lingkungan.

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki karakteristik yang menarik, selain stamina, kecepatan dan kelincahan, juga dibutuhkan mental dan strategi, terutama dalam menggiring bola, mengumpan, serta menjaga pertahanan dan menyerang ke daerah lawan secara cepat, dan akurat. Banyak cara dilakukan dalam bermain futsal, menyerang dengan reaksi yang cepat melalui *dribble*, *long passing* dan umpan pendek dengan satu atau dua sentuhan. Dalam permainan ini diperlukan kerjasama yang baik dan juga harus didukung dengan teknik, fisik, taktik dan mental yang bagus agar dapat bermain dengan baik. Keempat aspek ini mutlak harus dimiliki oleh setiap atlet sebelum pertandingan, termasuk pemain futsal.

Olahraga futsal menjadi salah satu olahraga yang sangat digemari oleh sebagian besar masyarakat di Indonesia. Peminat olahraga futsal ini dikarenakan olahraga futsal sangat mudah dimainkan oleh siapa saja dan sarana prasarana untuk melakukan olahraga ini sangat mudah ditemui. Olahraga ini akhir-akhir ini sangat mewabah dikalangan masyarakat Indonesia baik dari orang tua, muda sampai, anak-anak pun gemar olahraga ini meskipun tergolong olahraga baru, tak hanya kalangan mahasiswa olahraga futsal juga mempengaruhi kalangan pelajar salah satunya siswa Sekolah Menengah Atas

(SMA) atau sederajat. Bahkan saat ini banyak sekolah-sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler futsal.

SMKN 1 Kalianget merupakan salah satu Sekolah Menengah Kejuruan yang mengadakan ekstrakurikuler sekolah. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang digemari yaitu Futsal. Kegiatan Ekstrakurikuler dilakukan 2 kali dalam seminggu bertempat di Lapangan Jawara. Jumlah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal ada 10 orang. Dari 10 pemain tersebut, beberapa diantaranya telah tergabung dengan klub lokal futsal, dengan rincian 2 pemain tergabung pada Tropik, 4 pemain Galaxi, 7 pemain Indoras dan 5 pemain masih belum bergabung dengan klub.

Beberapa kejuaraan futsal pernah diikuti oleh SMKN 1 Kalianget, diantaranya MAN Cup 2018, UNIJA Cup 2018, Arudam Cup 2018, dan lainnya. Dalam 3 tahun terakhir Futsal SMKN 1 Kalianget belum meraih juara. Dengan intensitas latihan yang rutin seharusnya dapat mencapai prestasi yang maksimal tetapi pada kenyataannya para peserta ekstrakurikuler futsal ini tidak dapat prestasi maksimal dikarenakan fisik masih sangat kurang, mudah lelah saat pertandingan sehingga sering terjadi salah paham antar pemain dan kesalahan yang paling terjadi adalah kontrol bola yang kurang baik sehingga bola sering terlepas saat mendapat umpan dari teman, *passing* yang tidak akurat, sering terjadi salah umpan dan *dribbling* yang kurang baik terkadang membuat laju bola saat digiring lebih kencang dari pada pemain.

Dalam hal ini para remaja tidak bisa lepas dari lingkungan sekolah. Sekolah juga seharusnya memberikan fasilitas yang dapat membangun mental,

emosional, sosial dan fisik yang baik maka pihak sekolah harus pandai mencari solusi untuk mengarahkan siswanya kearah yang positif, misal dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler. Sebagian besar sekolah terutama SMA/SMK/MA sederajat di kota Sumenep pasti ada kegiatan Ekstrakurikuler. Dalam upaya membina prestasi yang baik maka pembinaan harus dimulai dari pembinaan usia muda dan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga futsal. Bibit yang unggul perlu pengolahan dan proses kepelatihan secara ilmiah, barulah muncul prestasi atlet semaksimal mungkin pada usia-usia tertentu. Atlet yang usianya muda dapat ditemukan di sekolah-sekolah, klub, dan organisasi pemuda. Permainan futsal adalah permainan bola dengan kecepatan.

Menurut Justinus Lhaksana (2011:29) menyatakan bahwa Permainan futsal mengharuskan para pemainnya diajarkan bermain dengan sirkulasi bola yang sangat cepat, menyerang dan bertahan dan juga sirkulasi permainan tanpa bola ataupun timing yang tepat. Seorang pemain juga harus memiliki fisik, mental dan teknik bermain yang baik. Teknik dasar yang perlu dikuasai seorang pemain futsal yaitu *passing*, *control*, *chipping*, *dribbling* dan *shooting*. Teknik dasar sangatlah penting, karena menunjang performa pemain di lapangan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Prestasi Ekstrakurikuler futsal SMKN 1 Kalianget dari tiga tahun terakhir belum maksimal.

2. Kondisi fisik atlet futsal SMKN 1 Kalianget masih kurang baik.

### **C. Batasan Masalah**

Adapun dalam penelitian ini dibatasi pada tingkat kondisi fisik setiap pemain futsal SMKN 1 Kalianget.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan batasan masalah di atas, peneliti merumuskan masalah penelitian ini yaitu: Bagaimana Tingkat Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Kalianget Tahun Ajaran 2018-2019 ?.

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui Tingkat Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Kalianget Tahun Ajaran 2018-2019.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian yang di harapkan dapat menambah wawasan serta pembendaharaan ilmu pengetahuan, khususnya yang berkenaan dengan Tingkat Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Kalianget.

#### 2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Peneliti akan menjadi pengalaman yang bermanfaat untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh dibangku kuliah. Serta peneliti mendapat jawaban yang konkret tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul.

- b) Bagi Pelatih akan menjadi evaluasi, pedoman dan acuan dalam merencanakan program latihan fisik selanjutnya.
- c) Bagi Atlet akan menjadi informasi dan koreksi untuk meningkatkan kemampuannya khususnya kondisi fisiknya.
- d) Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Kalianget akan menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan dalam merencanakan program latihan fisik untuk mempertahankan serta meningkatkan prestasinya.

## **G. Definisi Operasional**

### **1. Pengertian Survei**

Menurut Kerngiler (1996) seperti dikutip oleh Riduwan (2006), “penelitian survei adalah penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data dari sampel yang diambil dari populasi tersebut, sehingga ditemukan kejadian-kejadian relatif, distribusi, dan hubungan antar variabel sosiogis maupun psikologis”.

### **2. Pengertian Tingkat Kondisi Fisik**

Menurut T. Cholik Muthohir (1999) dalam Ismaryati (2006:40) Kondisi Fisik ialah kondisi yang menggambarkan kemampuan seseorang untuk melakukan tugas dengan produktif tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan.

### **3. Ekstrakurikuler**

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang Pembinaan Kesiswaan (2008), kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu jalur pembinaan kesiswaan. Kegiatan

ekstrakurikuler yang diikuti dan dilaksanakan oleh siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah, bertujuan agar siswa dapat memperkaya dan memperluas diri. Memperluas diri ini dapat dilakukan dengan memperluas wawasan pengetahuan dan mendorong pembinaan sikap dan nilai-nilai.

#### 4. Futsal

Menurut Justinus Lhaksana, (2011:5) Futsal adalah permainan beregu yang dimainkan lima lawan lima dalam durasi waktu tertentu dalam sebuah lapangan yang relatif kecil, ukuran bola dan ukuran gawang yang relatif kecil dibandingkan dengan sepakbola, permainan futsal sangat mengembirakan dan menarik dimana tim yang memasukkan bola paling banyak ke gawang lawan maka tim itu yang memenangkan permainan.