

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aktivitas yang amat penting dalam kehidupan manusia, terutama bila ditinjau dari segi kesehatan, baik kesehatan jasmani maupun rohani. Namun di sisi lain olahraga juga dapat memberikan prestasi bagi atlet tersebut bila dikaitkan dengan prestasi yang diraih dalam suatu cabang olahraga. Aktifitas olahraga sangat mutlak dibutuhkan dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia seutuhnya. Olahraga dilaksanakan sebagai latihan pengembangan diri, pembentukan fisik dan mental, pembentukan watak dan kepribadian, sarana rekreasi, pendidikan dan kebudayaan.

Dengan semakin pesatnya kemajuan di bidang teknologi, dimana manusia mampu menciptakan berbagai alat yang serba otomatis, yang membantu meringankan beban kerja manusia, sehingga hal ini mengurangi aktifitas jasmani manusia. Berkurangnya aktifitas jasmani ini akan mengakibatkan menurunnya tingkat kesehatan manusia sehingga akan mudah terserang oleh berbagai penyakit. Karena penyakit akan mudah menyerang bila tubuh dalam keadaan lemah, untuk menghindari hal ini maka olahraga aktifitas yang paling tepat yang dilakukan di luar aktifitas kerja sehari-hari.

Dengan olahraga yang dilakukan secara baik dan teratur otot-otot akan bertambah kuat, peredaran darah menjadi lancar, organ-organ tubuh akan bekerja sebagaimana mestinya. Jika kita melakukan olahraga dengan baik dan teratur maka organ-organ tubuh akan bekerja dengan baik sehingga kesegaran jasmani tercapai.

Manusia dapat dikatakan memiliki kesegaran jasmani yang baik apabila setelah ia melakukan kegiatan atau tugasnya sehari-hari tidak menimbulkan kelelahan pada dirinya, namun ia masih mempunyai kekuatan, dan tenaga cadangan sehingga mampu untuk melaksanakan aktifitas lainnya. Selain untuk meningkatkan taraf kesegaran jasmani atau kesehatan jasmani, olahraga juga besar pengaruhnya terhadap pembinaan mental, pembentukan watak dan kepribadian. Ketika kita melakukan aktifitas olahraga terutama di sebuah klub, kita akan berhubungan dengan banyak orang yang mempunyai berbagai watak dan kepribadian. Di sana kita dilatih untuk bisa beradaptasi, menempatkan diri, menghargai satu sama lain kerja sama dan sebagainya, sedangkan ketika kita melakukan olahraga (olahraga permainan) kita dituntut untuk percaya diri, kerja sama yang baik dengan teman, tidak saling menyakiti, jujur dan sportif tidak kenal menyerah, sifat kompetensi, dan semangat yang tinggi, maka dengan aktifitas olahraga yang dilakukan secara rutin maka lambat laun akan terbentuk watak dan pribadi seperti diuraikan di atas.

Olahraga pada masa sekarang ini merupakan suatu kegiatan yang banyak dilakukan oleh masyarakat dan sekitarnya. Dimana dari sekian banyak cabang olah raga yang ada pada saat ini salah satunya yaitu sepakbola. Dimana cabang sepakbola tersebut banyak semua orang baik laki-laki maupun perempuan. Dari anak-anak hingga dewasa yang gemar dalam sepakbola.

Sepakbola tidak hanya dapat di negara-negara besar tetapi juga di daerah perkotaan maupun diperdesaan. Dengan perkembangan zaman sepakbola kini sering dimainkan didalam ruangan dengan jumlah pemain lebih sedikit yang lebih dikenal dengan nama Futsal. Futsal diciptakan di *Montevideo, Uruguay* pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani. Futsal

berasal dari bahasa Spanyol, yaitu *futbol* (sepakbola) dan *sala* (ruangan), yang jika digabung artinya menjadi “sepakbola dalam ruangan”. Futsal hampir sama dengan sepakbola, yaitu dimainkan oleh dua tim, tujuannya juga sama yaitu memasukkan bola ke gawang lawan namun, bedanya dalam permainan futsal masing-masing tim beranggotakan lima orang, dan mempunyai peraturan yang berbeda, ukuran lapangan lebih kecil, bola lebih kecil dan lama bermain 2x20 menit.

Di Indonesia cabang futsal masuk pada tahun 2000an dimana ditunjukoleh AFC (*Asian Football Federation*) menjadi tuan rumah “*Futsal Asian Championship*”. Pada saat itu disiarkan langsung salah satu stasiun televisi swasta di Indonesia sehingga masyarakat Indonesia dapat menonton dan mengenal secara langsung olahraga Futsal. Dalam beberapa tahun terakhir, futsal berkembang sangat pesat dan dikenal masyarakat Indonesia terutama perkotaan. Dengan melihat fenomena ini cabang olah raga futsal perlu mendapatkan perhatian yang serius dari seluruh elemen-elemen masyarakat yang terkait dalam masalah pembinaan futsal di daerah kita. Oleh karena itu dalam permainan futsal dibutuhkan pembinaan yang baik, efisien dan sistematis baik dari segi umur dari anak-anak, remaja dan dewasa.

Olahraga futsal sangat menarik, karena olahraga ini mempunyai ciri yang khas yaitu cepat, dinamis, serta seluruh pemainnya dituntut mempunyai determinasi yang tinggi, dikarenakan bola bergulir secara cepat dari kaki ke kaki. Pada permainan futsal perubahan situasinya sangat cepat dan dibutuhkan kemampuan membuat keputusan yang tepat dan benar dalam waktu yang singkat.

Pada dasarnya seorang pemain futsal diharapkan memiliki jasmani yang sehat dan tentu saja kuat. Harapan tersebut akan tercapai apabila

sebuah klub dapat menerapkan latihan fisik yang mencukupi, baik dari segi kuantitas maupun kualitasnya. Maksud dari pernyataan tersebut adalah latihan fisik bukan hanya harus rutin, tetapi juga harus variatif dan menyenangkan.

Dalam permainan futsal dibutuhkan suatu kelincahan (*agility*) dimana kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang di perlukan dan dikuasai oleh seorang pemain atau atlet guna untuk menunjang dalam penguasaan teknik bermain. Baik membawa bola maupun melewati lawan sehingga diperlukan latihan yang teratur dan pada dasarnya bentuk kelincahan sangat diperlukan oleh seorang pemain atau seorang atlet guna mencapai prestasi maksimal.

Pemain futsal yang baik selain kelincahan juga menguasai teknik dasar futsal yang baik, fisik dan mental. Salah satu teknik yang tidak jauh beda dengan sepakbola harus dikuasai yaitu teknik dasar menggiring bola. Banyak orang beranggapan bahwa bisa menendang dan menggiring bola berarti ia bisa bermain futsal dengan muda. Namun pada kenyataannya kemampuan orang-orang yang beranggapan seperti itu masih kurang menguasai dalam permainan futsal, sehingga dapat menghambat permainan di lapangan.

Salah satu teknik dasar bermain futsal yang harus dikuasai setiap pemain adalah teknik dasar menggiring bola. Tidak semua orang mampu melakukan menggiring bola dengan benar. Menggiring bola (*dribbling*) adalah membawa bola dengan kaki saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang terbuka. Namun pada kenyataan yang terjadi dilapangan, tidak semua orang mampu melakukannya.

Ada salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan menggiring bola, salah satunya adalah kondisi fisik yang mempunyai hubungan yang

sangat erat untuk menunjang keterampilan dasar bermain futsal. Dengan mempunyai keterampilan menggiring bola dengan baik dan sempurna maka pemain tersebut akan lebih mudah untuk menjaga bola dari jangkauan lawan dan juga dapat membongkar pertahanan lawan serta dapat mempermudah dalam mengumpan ke teman yang lain, jadi keterampilan menggiring bola (*dribling*) pada pemain futsal sangat dibutuhkan agar penguasaan bola tetap terjaga baik secara individu maupun secara tim khususnya KRD FC, selama mengikuti beberapa turnamen seperti, Madura Cup 2012, Jossdiator 2012, Jokotole Cup 2013, Gemuk Cup 2014 dan Iluska Cup 2014 masih tertahan di babak penyisihan.

Melihat dari fenomena atas kenyataan yang dipaparkan di maka peneliti ingin meneliti tentang olahraga futsal khususnya "hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain KRD FC"

## **B. Identifikasi Masalah**

Untuk menentukan rumusan masalah, peneliti mengawali identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kemampuan bermain terutama tehnik dasar menggiring bola kurang optimal.
2. Prestasi KRD FC menurun.

## **C. Rumusan Masalah**

Dengan melihat latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang di angkat adalah :

1. Adakah hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain KRD FC ?
2. Seberapa besar hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain KRD FC ?

#### D. Tujuan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain KR D FC.
2. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pada pemain KR D FC.

#### E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Sebagai bahan acuan untuk pelaksanaan latihan futsal, sehingga peneliti akan lebih mudah menerapkan model latihan yang dibutuhkan.

2. Bagi Pemain atau Atlet

Dapat membantu dalam peningkatan keterampilan dan kelincahan menggiring bola futsal pada prestasi pemain atau atlet.

3. Bagi Pelatih

Membantu pembinaan bibit atlet terutama dalam bidang futsal.

#### F. Batasan Istilah

Untuk menghindari perbedaan persepsi antara peneliti dengan pembaca maka perlu adanya batasan istilah yang antara lain :

1. Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan.
2. Keterampilan adalah gerakan yang menggambarkan tingkat kemahiran seseorang melaksanakan suatu tugas.
3. Menggiring bola (*dribling*) adalah cara membawa bola dari satu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki kita sebagai pengontrol.