

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Futsal berasal dari bahasa spanyol atau portugis yaitu *futbol* dan *sala*.kendatipun secara pengertian futsal merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim masing –masing tim terdiri dari 5 orang dengan tujuan yaitu menciptakan gol sebanyak mungkin dan melindungi daerah pertahanannya agar tidak kebobolan ,permainan ini dapat di lakukan di ruangan terbuka tergantung situasi dan kondisi yang ada, futsal adalah olah raga sepak bola dalam ruangan,olah raga ini memungkinkan area dengan lahan yang sempit memberikan fasilitas yang hampir mirip dengan lapangan rumput sepak bola, bahkan futsal sudah di pertandingan secara internasional baru-baru ini futsal di ciptakan di *Montevideo*,Uruguay. (Asmarjaya,2008:1)

Futsal merupakan olahraga yang di gemari hampir di seluruh dunia termasuk Indonesia,tidak hanya orang dewasa anak-anak juga menyukai permainan futsal,bahkan tidak hanya laki-laki saja yang memainkannya,tapi permainan ini mulai diminati oleh perempuan.permainan futsal berkembang dan masuk ke Indonesia pada sekitar tahun 1998-1999 dan pada tahun 2000 an permainan futsal mulai di kenal dimasyarakat,pada saat itulah futsal mulai berkembang dengan maraknya klub futsal di Indonesia, futsal yang ada di Indonesia sejauh ini berkembang sangat pesat pada tahun 2010 indonesia bisa

menyelenggarakan futsal se-Asia di Jakarta pada saat itu,lahirlah tim nasional Indonesia yang pertama kali, seiring dengan perkembangan zaman dan perkembangan olah raga, olah raga futsal dapat di terima oleh masyarakat luas yang ada di seluruh Indonesia Bahkan sudah banyak berdiri komonitas futsal atau *club*, selain itu banyak di selenggarakan pertandingan futsal pada umumnya permainan futsal hampir sama dengan sepak bola yang bermain dari kaki ke kaki, tetapi untuk penjaga gawang mereka boleh menggunakan tangan perbedaan permainan ini adalah zais medan, bilangan, pemain, peraturan dalam permainan dan berat bola di futsal.

Menurut Justinus Lhaksana (2011:13) Permainan futsal boleh di katakan hampir sama dengan permainan bola sepak. Futsal merupakan olah raga yang kompleks karna membutuhkan teknik dan taktik khusus, begitu juga dalam hal kondisi fisik karna permainan futsal memiliki perbedaan dengan lah raga yang lain karakteristik olah raga futsal adalah membutuhkan daya tahan ,kecepatan, daya tahan kekuatandan kelincahan dalam waktu yang relatif lama. Permainan juga memberikan manfaat bagi sistem ketahanan tubuh karna nyaris sepanjang permainan seorang pemain akan berlari ke segala penjuru arah lapangan nyaris tanpa henti. futsal adalah aktivitas permainan invasi (*invasion game*) yang di mainkan oleh lima lawan lima orang dalam durasi tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang dan bola yang relative kecil dari permainan sepak bola yang mensyaratkan kecepatan bergerak menyenangkan serta aman dimainkan serta tim yang menang adalah tim yang paling banyak mencetak gol ke gawang lawannya. (Agus Suwono D.M, dkk, 2009:148)

Kondisi yang prima tentu sangat berpengaruh dalam permainan baik taktik maupun teknik, kondisi yang buruk tentu penampilan akan buruk pula di dalam lapangan maka karena itu seorang pemain diuntut untuk memiliki kondisi fisik yang baik sebagai faktor pendukung untuk mencapai prestasi yang optimal. Menurut Justinus Lhaksana(2011:16), sehebat apapun seorang pemain dalam hal taktik dan teknik, tetapi tanpa disadari oleh kondisi fisik yang baik maka prestasi yang akan di raih tidaklah sama dengan pemain yang memiliki kemampuan teknik, strategidan tentunya kondisi fisik yang baik, persiapan fisik merupakan satu hal penting dalam masa persiapan dalam sebuah tim untuk mencapai prestasi yang optimal, seperti yang telah di paparkan sebelumnya bahwa kondisi fisik sangat sangat mempengaruhi penampilan seseorang didalam lapangan, melalui latihan, kondisi fisik pemain yang kurang baik akan meningkat.

Dalam kondisi fisik ada komponen yang menjadi pelengkap, Menurut Justinus Lhaksana(2011:12), melihat dari karakteristik cabang olah raga futsal, dapat di simpulkan bahwa komponen kondisi fisik yang harus dominan dimiliki oleh pemain futsal adalah daya tahan(*endurance*), kekuatan(*strength*), kecepatan(*speed*) seiring masuknya futsal ditingkat satuan pendidikan banyak di gelar kompetisi baik tingkat kabupaten, provinsi maupun nasional dan SMA maupun SMP membuka ekstrakurikuler merupakan program sekolah dengan tujuan mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal dalam rangka mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional.

Di kabupaten sumenep pun banyak digelar kompetisi futsal tingkat SMA sederajat seperti primavera cup, SMADA cup, 916 cup dan 916 tersebut merupakan kejuaraan turnamen futsal tiap tahunan yang diperuntukkan untuk kalangan siswa tingkat SMP dan SMA di kepulauan kangean kabupaten sumenep. Salah satu tim futsal yang mengikuti kompetisi 916 cup adalah sekolah SMA NEGERI 1 ARJASA mulai dari tahun 2015 hingga saat ini belum bisa memberikan prestasi yang optimal untuk sekolah SMA NEGERI 1 ARJASA, terbukti dengan hasil yang mengecewakan saat mengikuti kejuaraan futsal 916 cup tahun 2019 yang hanya bisa lolos di fase grup, pada saat peneliti melakukan observasi, sarana dan prasarana sangat mendukung untuk melakukan ekstrakurikuler futsal, namun karena kondisi fisik siswa yang kurang bagus, terlihat saat beberapa kali melakukan *drill* latihan ada beberapa siswa yang kecapean dan kewalahan untuk melanjutkan pada porsi latihan selanjutnya, karena kondisi yang kurang baik membuat sekolah SMA NEGERI 1 ARJASA sulit untuk mendapatkan prestasi, kondisi fisik siswa juga sempat di keluhkan oleh guru pjok yang di tunjuk sebagai pelatih namun masih belum bersertifikat pada cabang ke olahraga yang menyebabkan tidak stabilnya performa siswa saat bertanding padahal kondisi fisik mempunyai peranan yang sangat penting saat bermain\bertanding untuk mencapai prestasi yang baik.

Berdasarkan dengan penjelasan di atas bahwa kondisi fisik merupakan pondasi untuk mencapai prestasi yang maksimal, serta kondisi fisik siswa yang

mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 ARJASA masih di pertanyakan.Oleh karna itu,diadakan penelitian di sekolah SMAN 1 ARJASA,permasalahan-permasalahan tersebut mendorong peneliti untuk mengetahui lebih jauh bagaimana kondisi fisik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 ARJASA atas dasar permasalahan-permasalahan tersebut,peneliti melakukan penelitian dengan judul“TINGKAT KONDISI FISIK SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMAN 1 ARJASA TAHUN 2019”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di paparkan di atas, dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Pada saat mengikuti kompetisi futsal prestasi yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Arjasa kurang maksimal.
2. Kondisi fisikpeserta ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Arjasa kurang bagus.
3. Belum diketahuinya tingkat kondisi fisik putra peserta ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Arjasa tahun 2019.

### **C. Batasan Masalah**

Mengingat luasnya permasalahan yang dihadapi dan keterbatasan yang ada pada peneliti, serta agar penelitian ini mempunyai arah dan tujuan yang jelas, maka perlu adanya pembatasan masalah, permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada tingkat kondisi fisik siswa putra peserta

ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Arjasa tahun 2019 yang meliputi kelincahan, power otot tungkai, kecepatan, daya tahan kardiorespirasi.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah, yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu: “Bagaimanakah tingkat kondisi fisik siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal SMAN I Arjasa tahun 2019 Kabupaten Sumenep?”.

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

Selaras dengan masalah yang dirumuskan di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimana tingkat kondisi fisik siswa putra peserta ekstrakurikuler futsal SMAN I Arjasa 2019.

#### **F. Manfaat penelitian**

1. Manfaat teoritis
  - a. Dapat di jadikan sumbangan informasi dan keilmuan yang berarti bagi para atlet maupun pelatih futsal dalam upaya menambahkan keilmuan di bidang kepelatihan.
  - b. Memberikan sumbangan ilmiah dalam ilmu pendidikan khususnya smn 1 arjasa.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi guru penjaskes, dapat mengetahui bagaimana cara membangkitkan atau memberi motivasi dengan pendekatan yang baik dan efektif.
  - b. Bagi siswa, dapat memahami dan memotivasi diri dalam bermain futsal.

- c. Bagi peneliti, sebagai langkah awal untuk belajar melakukan proses penelitian ilmiah, sehingga nantinya dapat melakukan penelitian-penelitian yang lebih baik.

## **G. Definisi Operasional**

### **1. Kondisi Fisik**

Kondisi fisik adalah keadaan tubuh yang didukung oleh fisik untuk melakukan serangkaian kegiatan fisik

### **2. Ekstrakurikuler**

Ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran dengan tujuan untuk mengembangkan potensi dan keterampilan peserta didik sesuai dengan bidang cabang olahraga yang diminati

### **3. Futsal**

Futsal adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim masing-masing tim terdiri atas lima pemain dengan tujuan menciptakan gol ke gawang lawan sebanyak mungkin agar terhindar dari kekalahan dan melindungi daerah pertahanannya sendiri agar tidak kebobolan