

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan ilmu dan teknologi saat ini mempengaruhi berbagai aspek kehidupan pada manusia, salah satunya yaitu dalam dunia pendidikan. Pendidikan merupakan hal manusiawi dan usaha sadar yang berhubungan dengan atlet, pendidik, serta lingkungan dan sarana prasarana pendidikan. Khususnya pada program studi pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi terdapat beberapa cabang olahraga yang diajarkan kepada mahasiswa sebagai calon pendidik. Dalam lingkungan masyarakat pun terdapat beberapa cabang olahraga yang digemari seperti, sepak bola, futsal, voli, bulu tangkis, dan olahraga lain sebagainya. Cabang olahraga yang digemari tersebut biasanya tergantung pada beberapa faktor seperti minat dan popularitas. Salah satu cabang olah raga yang banyak di gemari para pelajar dan massyarakat yaitu futsal. Permainan futsal dapat di gunakan sebagai sarana untuk mendidik, sebab permainan futsal dapat membentuk pribadi yang positif, jujur, tanggung jawab, dan juga kerja sama, yang semuanya itu merupakan nilai-nilai pendidikan yang dapat di tanamkan. Oleh karena itu, olahraga permainan futsal di berikan di lingkuan sekolah,olahraga permainan futsal di berikan sejak anak-anak SD, SMP, SMA, bahkan di perguruan tinggi.

Olah raga futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah berkembang di masyarakat luas, baik di klub, kantor, desa, maupun di sekolah. Olahraga futsal dapat dilaksanakan oleh semua lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, baik

masyarakat kota maupun desa. Olahraga ini sudah berkembang menjadi olahraga yang digemari maka dari itu diharapkan nantinya akan muncul bibit-bibit olahragawan khususnya untuk olahraga futsal.

Futsal merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi tim yang kompak dan tangguh. Dengan demikian penguasaan teknik dasar permainan futsal secara individual sangat diperlukan bagi seorang pemain futsal. Kesempurnaan dalam menguasai teknik-teknik dasar hanya dapat dikuasai dengan baik jika melakukan latihan yang teratur dan terprogram secara tepat. Variasi latihan yang tepat akan dapat mengurangi kesalahan-kesalahan yang dilakukan seorang pemain. Dalam permainan futsal ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain antara lain: *Passing* (Umpan) passing atau mengumpan merupakan teknik dasar yang harus dikuasai penikmat olahraga futsal. *Passing* bisa menggunakan kaki bagian luar, dalam, punggung, dan sisi samping. *Control* (menghentikan laju bola) kontrol bola. Adapun kontrol bola dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan alas kaki (diinjak). *Dribbling* (menggiring bola) setiap pemain futsal haruslah menguasai teknik dribbling atau menggiring bola. Tujuan dari teknik dribbling ini adalah pemain dapat melewati pemain lawan sambil membawa bola. Teknik dribbling bisa menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung. *Shooting* (tendangan) shooting merupakan teknik dasar futsal memanfaatkan bagian bagian punggung kaki. Jika seorang pemain memiliki teknik shooting yang mumpuni, maka semakin besar pula peluangnya untuk

mencetak gol. *Tackling* (sleding) tackling atau menyeleding bola merupakan teknik dasar yang digunakan untuk merebut bola dari lawan. Namun untuk melakukan tackling haruslah hati-hati. *Heading* (menyundul) heading merupakan teknik dasar futsal yang memanfaatkan bagian kepala. Adapun bagian kepala yang digunakan untuk menyundul bola adalah ubun-ubun kepala. Penguasaan teknik dasar futsal merupakan faktor yang utama yang harus diajarkan kepada siswa agar mampu bermain dengan baik.

Permainan futsal dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan futsal. Permainan futsal adalah olahraga permainan yang kompleks dan memerlukan koordinasi gerak yang baik untuk bisa melakukan teknik-teknik yang ada dalam olahraga tersebut.

Kegiatan futsal dapat diselenggarakan di sekolah berupa ekstrakurikuler maupun dalam klub untuk mewadahi para atlet yang memiliki bakat dan potensi dalam permainan futsal. Dalam kegiatan tersebut para atlet berkesempatan untuk berlatih teknik dasar dalam permainan futsal. Kegiatan tersebut diselenggarakan sebagai salah satu penunjang dalam pengembangan potensi bermain futsal dari setiap atlet.

Klub futsal ini sangat berperan penting dalam meningkatkan dan mengembangkan keterampilan teknik dasar futsal. Dalam klub terdapat pelatih sebagai tutor maupun fasilitator dalam latihan. Pelatih harus mampu memberikan teknik, model dan metode yang variatif, inovatif serta interaktif bagi atlet. Dengan adanya variasi latihan diharapkan para atlet akan

mendapatkan pembinaan dan latihan yang optimal. Variasi latihan juga dapat mengurangi kebosanan para atlet, didalam latihan sering terjadi karena pelatih kurang bervariasi dalam sebuah program latihan yang diberikan setiap pertemuannya.

Pembinaan dan latihan yang dilakukan terkadang kurang seimbang dalam pemberian materi antara keterampilan teknik dasar bermain dengan latihan kondisi fisik. Sehingga perlu diterapkannya cara latihan yang efektif dan efisien, terutama untuk memilih dan menyusun metode latihan yang baik. Peran pelatih sebagai pengelola pembinaan dan latihan yang mencakup kegiatan perencanaan, pelaksanaan, pengawasan dan penilaian. Selain itu, pelatih juga dituntut untuk bisa menganalisis apa yang menjadi kekurangan dan kelebihan dari seorang atlet. Kekurangan dan kelebihan inilah yang akan menjadi acuan oleh pelatih dalam menyusun program latihan yang sesuai dengan kebutuhan atlet agar dalam pertandingan tercapai hasil yang maksimal.

Berdasarkan wawancara di lapangan yang dilakukan peneliti kepada beberapa pelatih club yang ada di Pacitan, diketahui bahwa para atlet yang ingin bergabung di klub untuk mengikuti pembinaan dan pelatihan tidak ada penyaringan bakat dan potensi dari atlet, siapapun dapat bergabung di klub ini dengan bakat dan potensi yang berbeda-beda. Sehingga terjadi kesenjangan tingkat kemampuan antara individu satu dengan individu lain saat latihan. Beberapa masalah yang terjadi di klub ini adalah sebagian besar dari para atlet kurang menguasai kemampuan dribbling dan heading diantaranya kurang

tepatnya posisi atlet saat menerima dan mengolah bola, gerak atlet yang kurang lincah, ketepatan atlet dalam melakukan dribling dan heading. Guna meningkatkan kemampuan dribling dan heading seorang pelatih harus mampu memberikan metode latihan yang bervariasi dan inovatif. Berdasarkan permasalahan tersebut pelatih dapat mengembangkan metode latihan dan pengembangan alat bantu untuk *dribling* dan *heading*.

Berdasarkan data di lapangan, latihan *dribling* dan *heading* selama ini masih menggunakan alat seadanya dan pelatih membantu proses latihan dengan cara melemparkan dan menendang bola secara manual. Selain itu, latihan *dribling* dan *heading* masih dilakukan dengan cara berpasangan. Belum adanya alat bantu yang digunakan pelatih saat melakukan latihan *dribling* dan *heading*. Peneliti tertarik untuk mengembangkan model latihan dan penggunaan alat bantu untuk latihan. Bentuk latihan yang diasumsikan untuk meningkatkan kemampuan dribling dan heading para atlet adalah metode latihan dribling dan heading dengan batuan tali yang diharapkan agar atlet dapat meningkatkan keterampilan gerakannya, baik itu keterampilan gerak menyeluruh maupun keterampilan gerak dasarnya.

Metode latihan dribling dan heading dengan menggunakan tali ini merupakan inovasi metode latihan yang di tujukan untuk memudahkan atlet memudahkan dalam mengontrol bola pada saat latihan. Hal ini di karenakan fokus utama dalam latihan dribling dan heading adalah mengontrol dan mengolah bola yang di terima. Adapun secara garis besar cara latihan dengan metode ini adalah mengikat bola dengan tali yang di kaitkan ke badan atlet.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti tertarik mengadakan penelitian tentang pengembangan alat bantu latihan *dribbling dan heading* pada permainan futsal dengan menggunakan alat peraga berupa alat bantu latihan menggunakan tali untuk memudahkan atlet dalam mengontrol bola.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis dapat mengidentifikasi masalah tentang kurang efektifnya metode latihan yang diterapkan dalam latihan, hal ini terlihat dari kemampuan atlet dalam menguasai bola masih cukup rendah, dan kurangnya sarana dan prasarana latihan futsal sehingga berdampak pada proses latihan *dribbling dan heading*. Selain itu seorang pemain harus semangat dalam latihan, membangun kerja sama, melatih kemistri antar pemain, dan juga komunikasi antara sesama pemain dan juga mengikuti arahan dari pelatih agar dapat menciptakan prestasi yang bagus.

C. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini penulis membatasi masalah tentang pengembangan metode latihan dengan batuan tali pada permainan futsal, pengembangan alat bantu tali digunakan untuk latihan *dribbling dan heading*, dan subjek penelitian adalah pemain futsal Pacitan

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana prosedur pengembangan dan hasil pengembangan alat bantu tali untuk melatih *dribbling dan heading*.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang diharapkan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan prosedur pengembangan dan hasil pengembangan alat bantu tali untuk melatih *dribbling* dan *heading* pada futsal.

F. Spesifikasi Produk yang dikembangkan

Alat bantu tali pada pengembangan alat bantu latihan ini berupa tali berbahan tali gelang nilon, kain perca sebagai pengikat pada bola, dilengkapi dengan perekat velcro. Dengan alat bantu *dribbling* dan *heading* akan memudahkan pelatih untuk melatih atlet mengasah kemampuan *dribing* dan *heading*. Selain itu, dengan penggunaan tali ini diharapkan dapat menambah variasi latihan kepada atlet.

Alat bantu yang dibuat oleh peneliti pada alat ini memiliki spesifikasi, sebagai berikut:

- 1) Kain perca yang di gunakan untuk mengikat lati ke tubuh dan juga di gunakan untuk mengikan bola.
- 2) Tali gelang nilon bersungsi untuk memudahkan pengguna untuk mengontrol bola.
- 3) Perekat velcro berfungsi untuk mengunci bola agar tidak terlepas dengan pengikatnya.



Gambar 1. 1 Model Alat Bantu Dribbling dan Heading

G. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini memiliki manfaat, antara lain:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi peneliti pendidikan dan menambah hasil penelitian yang telah ada sebelumnya serta memberi gambaran mengenai alat bant latihan menggunakan tali yang dapat digunakan sebagai sarana (alat) dalam latihan *dribbling* dan *heading* pada olah raga futsal.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Atlet

Sebagai alat untuk menunjang para atlet dalam proses latihan *dribbling* dan *heading* sehingga dalam latihan para atlet mendapatkan variasi latihan dan tidak merasa bosan.

b. Bagi Pelatih

Sebagai alat untuk mempermudah para pelatih melakukan latihan *dribbling* dan *heading*.

c. Bagi Peneliti

Mengembangkan wawasan yang berkaitan dengan pengembangan alat bantu atau peraga dalam latihan futsal. Menambah pengetahuan kepada peneliti tentang pengembangan alat bantu tali untuk melatih *dribbling* dan *heading* atlet Futsal Pacitan.

H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Asumsi pengembangan yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan alat ini adalah suatu alat yang dapat membantu dalam proses latihan *dribbling* dan *heading* pada olah raga futsal sehingga dapat digunakan atlet. Permasalahan pada penelitian ini perlu dibatasi agar masalah yang dikaji lebih fokus dan tidak terlalu luas. Adapun batasan-batasannya:

1. Penelitian dilakukan pada club futsal Pacitan
2. Metode latihan ini hanya fokus pada *dribbling* dan *heading* pada olahraga futsal

I. Definisi Istilah

Untuk menghindari kesalah pahaman presepsi, beberapa istilah penting dalam pelaksanaan pengembangan ini didefinisikan sebagai berikut:

1) Latihan

Latihan adalah suatu proses menyiapkan fisik dan mental atlet untuk mencapai tujuan prestasi optimal dengan diberikan beban latihan yang teratur, terarah, dan meningkatkan kualitas secara individu maupun tim.

2) Futsal

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Selain lima pemain utama, setiap regu juga diizinkan memiliki pemain cadangan. Tidak seperti permainan sepak bola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi garis. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki. Kata Futsal berasal dari bahasa Spanyol, yaitu *Futbol* (sepak bola) dan *Sala* (ruangan), yang jika digabung artinya menjadi “sepak bola dalam ruangan”

- 3) *Dribbling* adalah untuk mengecoh pemain lawan dalam sebuah permainan futsal, seorang pemain futsal harus memiliki kemampuan dalam menggiring bola. Ada beberapa teknik dalam menggiring bola yang harus dikuasai dalam bermain futsal
- 4) *Heading* adalah teknik menanduk atau menyundul bola menggunakan kepala untuk mengoper bola atau mencetak gol.