

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani salah satu bagian dari mata pelajaran di dunia pendidikan. Pendidikan jasmani, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek perilaku hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dan direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani termasuk mata pelajaran yang wajib di sekolah-sekolah yang ada diseluruh penjuru dunia bahkan kegiatan ekstrakurikuler olahraga disediakan di sekolah-sekolah guna memenuhi kebutuhan siswa yang dapat menunjang prestasi siswa dibidang non akademik, bahkan kegiatan ekstrakurikuler sekolah banyak menciptakan para atlet. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang memiliki daya tarik dan cukup diminati adalah futsal.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa yang dilaksanakan di sekolah atau di luar jam sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai jenis pengetahuan, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya (M. Yudha, 1998 : 8).

Kegiatan ekstrakurikuler diharapkan dapat memenuhi kebutuhan yang diminati siswa untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman terhadap berbagai mata pelajaran yang pada suatu saat nanti bermanfaat bagi siswa dalam kehidupan sehari-hari, melalui kegiatan ekstrakurikuler akan memberikan sumbangan yang berarti bagi siswa untuk mengembangkan minat-minat baru, menanamkan tanggung jawab sebagai warga negara, melalui pengalaman-pengalaman dan pandangan-pandangan kerja sama dan terbiasa dengan kegiatan mandiri terlebih pada permainan futsal.

Futsal merupakan permainan sepak bola dalam ruangan dengan ukuran panjang lapangan 25-42 meter dan lebar lapangan 15-25 meter yang dimainkan oleh dua tim, dan setiap tim terdiri dari 5 pemain termasuk penjaga gawang (Justinus Lhaksana 2011: 7). Permainan futsal adalah permainan yang berlangsung cepat antara pemain dengan pergerakan bola, pemain tidak disarankan untuk menguasai bola berlama-lama seperti pada sepak bola. Disini pemain harus terus bergerak dan mencari tempat, mengumpan bola, dan bergerak lagi.

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak diminati sehingga perkembangannya sangat pesat. Hal itu dibuktikan dengan banyaknya lapangan futsal di Indonesia dan juga banyaknya instansi atau lembaga dan sekelompok masyarakat membentuk tim futsal. Perkembangan futsal di kota Medan kini semakin pesat sehingga banyak bermunculan penyelenggaraan-penyelenggaraan kejuaraan tingkat kota hingga nasional.

Pemain futsal haruslah memiliki kondisi fisik yang baik untuk meraih satu prestasi dalam olahraga. Kondisi fisik adalah kemampuan yang meliputi daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*Agility*). Menurut Mochamad Sajoto (1995: 8) kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharanya. Artinya bahwa di dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan. Permainan futsal yang cepat dengan durasi 2 x 20 menit dan lapangan yang relatif dituntut setiap pemain memiliki daya tahan stamina, kecepatan, kelincahan, dan kekuatan yang baik.

Sekolah Menengah Atas (SMA) Taman Siswa Medan merupakan salah satu tempat pembinaan futsal. Hal ini dibuktikan dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler/ pengembangan diri cabang olahraga futsal di SMA Taman Siswa Medan. Pelatih Arian Juraidi (Aseng) mengatakan banyak prestasi yang telah diraih tim futsal putra SMA Taman Siswa Medan, mereka berkali-kali mendapat juara pertama. Misalnya pada kejuaraan Cahaya Cup, UISU Cup, Harapan Mandiri Cup, Yapim Cup, Primbana Cup, Bank Sumut, Kajari Cup, dan masih banyak lagi. Kejuaraan terakhir adalah laga Final Pocari Sweat Futsal Championship (PSFC) 2018 Regional Sumatera Utara berlangsung pada hari Senin 30 April malam hari di Gor Disporasu Medan menghasilkan SMA Taman Siswa Medan sebagai juara untuk pertama kalinya diajang PSFC regional Sumatera Utara, sehingga mengantarkan tim futsal putra SMA Taman siswa Medan hingga Kejurnas Pelajar Piala Menpora.

Tournament kejurnas akan diselenggarakan bulan November 2018 ini adalah pertandingan perdana yang pernah dicapai hingga tingkat nasional. Tim futsal putra SMA Taman Siswa sebagai wakil tingkat pelajar Provinsi Sumatera Utara, setelah mengalahkan para tim futsal terbaik se-Provinsi Sumatera Utara lainnya. Oleh sebab itu, kesempatan itu menjadi motivasi bagi para atlet maupun pelatih untuk merebut kejuaraan tersebut, karena bukan hanya menjadi tim kebanggaan bagi sekolah, tetapi juga menjadi tim kebanggaan Provinsi Sumatera Utara.

Dalam rangka mengikuti Kejurnas Pelajar Piala Menpora di Jakarta tahun 2018, Pelatih tim futsal SMA Taman Siswa Medan mempersiapkan diri dengan melatih para atletnya. Perlu disadari bahwa tercapainya prestasi sumbangan terbesar bersumber dari atlet, akan tetapi untuk meningkatkan kondisi fisik juga membutuhkan kemampuan seorang pelatih. Tinggi rendahnya prestasi atlet tergantung pada baik buruknya perencanaan program latihannya, pelatih yang sukses harus mempersiapkan atletnya dalam jangka panjang dan dalam melaksanakan tugasnya pelatih telah merancang program latihan, menuangkan program latihan dalam tulisan, dan mengaplikasikannya dengan baik, tanpa itu pelatih tidak akan mendapatkan hasil yang maksimal.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Agustus 2018 di SMA Taman Siswa Medan bahwa, latihan yang dilakukan kurang sesuai dengan kebutuhan atlet, hal ini dikarenakan pelatih belum mengukur kondisi fisik para atletnya sehingga kualitas latihan yang kurang maksimal. Permasalahan juga muncul pada saat tim futsal melakukan

pertandingan. Permasalahan tersebut antarlain: ada pemain yang memiliki tendangan keras namun kecepatan berlari dalam menyerang sering terjadi keterlambatan, ada juga pemain yang memiliki kelincahan dan kecepatan namun untuk *shooting* ke arah gawang masih mudah dihalau penjaga gawang, ada pemain yang memiliki daya tahan tubuh yang baik akan tetapi memiliki stamina yang kurang, dan ada juga pemain yang kurang memiliki koordinasi dan kelincahan saat mengiring bola. Dari pengamatan tersebut dibutuhkan peningkatan tiap aspek komponennya dengan latihan kondisi fisik.

Berdasarkan permasalahan di atas, kondisi fisik para pemain harus perlu diketahui sehingga pelatih mengetahui kondisi fisik yang perlu dilatih atau ditingkatkan, agar para atlet memiliki kondisi fisik yang sangat prima sehingga tidak mudah lelah, terlebih di saat ingin melakukan pertandingan Kejurnas di Jakarta.

Mencermati permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk mengadakan suatu penelitian yaitu profil kondisi fisik tim futsal putra SMA Taman Siswa Medan persiapan Kejurnas Pelajar Piala Menpora Tahun 2018.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas yang menjadi identifikasi masalah dalam proposal ini adalah

1. Latihan yang dilakukan tidak sesuai dengan kebutuhan atlet.
2. Kondisi fisik para atlet masih kurang maksimal.

3. Pelatih belum mengukur kondisi fisik para atletnya sehingga kualitas latihan yang kurang maksimal.
4. Selama pertandingan daya tahan para pemain menurun membuat kecepatan berlari sering terjadi keterlambatan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi pada: “Profil Kondisi Fisik Tim Futsal Putra SMA Taman Siswa Medan Persiapan Kejurnas Pelajar Piala Menpora Tahun 2018.”

Tim futsal SMA Taman Siswa ini adalah binaan sekolah SMA Taman Siswa Medan dalam kegiatan ekstrakurikuler.

D. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah profil kondisi fisik tim futsal putra SMA Taman Siswa Medan persiapan Kejurnas Pelajar Piala Menpora Tahun 2018?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilaksanakan senantiasa berorientasi pada tujuan. Tujuan tersebut merupakan sasaran yang hendak dicapai. Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian sebagai berikut untuk mengetahui profil kondisi fisik tim futsal putra SMA Taman Siswa Medan persiapan Kejurnas Pelajar Piala Menpora Tahun 2018.

F. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian yang dilakukan diharapkan mempunyai manfaat sendiri.

Manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

Secara teoritik dapat menunjukkan bukti – bukti secara ilmiah mengenai profil kondisi fisik tim futsal putra SMA Taman Siswa Medan, sehingga dapat dijadikan wahana dalam pembinaan pemain futsal.

2. Secara Praktis

a. Bagi pemain, agar mengetahui profil kondisi fisik yang dimilikinya, serta memotivasi pemain untuk meningkatkan kondisi fisik karena untuk meraih prestasi olahraga dibutuhkan kondisi fisik yang baik selain komponen taktik, teknik, dan mental.

b. Bagi tim futsal putra SMA Taman Siswa Medan, dapat digunakan sebagai dokumentasi atau pendataan atlet secara lengkap serta sebagai bahan pertimbangan dalam mempersiapkan tim saat akan menghadapi kompetisi.

c. Bagi pelatih, dapat digunakan sebagai data untuk melakukan evaluasi terhadap program yang telah dilaksanakan, serta untuk merancang program yang akan dilaksanakan