

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Atlet adalah Individu yang memiliki keunikan dan memiliki bakat tersendiri lalu memiliki pola perilaku dan juga keperibadian tersendiri serta memiliki latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya. atlet adalah individu yang terlatih, memiliki keunikan, dan juga memiliki bakat dalam bidang olahraga yang terlatih dalam cabang olahraga.

Latihan adalah sebuah proses yang dilakukan dengan cara sistematis juga terencana baik individual maupun terus-menerus tujuan meningkatkan fisik maupun kesegaran dan lebugaran jasmani. Terbentuknya kemajuan latihan yang dilakukan dalam kurun waktu seminggu tiga kali, dan semaksimalnya kurang lebih 12-14 pertemuan dalam seminggu dua sesi. Penulis menyimpulkan latihan meningkat secara signifikan jika melakukan latihan tiga kali dalam seminggu dan selama empat minggu. Prinsip latihan adalah hal hal yang harus diperhatikan, dilakukan atau dihindari agar tujuan itu tercapai sesuai yang diharapkan. Prinsip prinsip latihan mempunyai peran penting kepada aspek psikologis dan fisiologis atlet. Jadi untuk melakukan prinsip-prinsip latihan harus dengan hati-hati, juga memerlukan ketelitian penyusunan, ketepatan dan pelaksanaan program latihan.

Olahraga adalah proses sistematik yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan dan membina potens – potensi jasmani dan rohani seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat berupa permainan, pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia yang

memiliki idiologi yang seutuhnya dan berkualitas berdasarkan dasar Negara atau pancasila. Zaman sekarang olahraga merupakan suatu aktivitas rutin yang dilakukan masyarakat di berbagai usia. Ada banyak jenis olahraga yang sering dilakukan oleh masyarakat salah satu contohnya adalah olahraga beregu seperti sepak bola, futsal atau olahraga beregu lainnya. Masyarakat terutama golongan remaja yang dengan giat menekuni olahraga yang mereka sukai, bahkan tidak jarang olahraga tersebut hamper dilakukan setiap hari. Salah satu olahraga beregu yang mulai dimainkan oleh kalangan remaja dan pelajar adalah futsal.

Futsal dipopulerkan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani. Keunikan futsal mendapat perhatian di seluruh Amerika Selatan, terutamanya di Brasil. Ketrampilan yang dikembangkan dalam permainan ini dapat dilihat dalam gaya terkenal dunia yang diperlihatkan pemain-pemain Brasil di luar ruangan, pada lapangan berukuran biasa. Pele, bintang terkenal Brasil, contohnya, mengembangkan bakatnya di futsal. Sementara Brasil terus menjadi pusat futsal dunia, permainan ini sekarang dimainkan di bawah perlindungan Fédération Internationale de Football Association di seluruh dunia.

Futsal adalah cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu didalam ruangan menggunakan bola futsal yang masing-masing regu terdiri dari 5 orang. Permainan ini dimainkan dua babak, setaip babak selama 2 x 20 menit dengan waktu istirahat tidak boleh lebih dari 15 menit dan mempunyai waktu time out 1 x 1 menit disetiap babak,yang dipimpin oleh 2 wasit dan dibantu oleh 1 asisten serta 1 pencatat waktu dan disetiap pelanggaran ada sangsinya. Oleh karena itu pemain diharapkan memelihara sportivitas. Tim atau regu yang paling

banyak memasukan bola ke gawang lawan adalah pemenangnya. Olahraga futsal mempunyai kesamaan dengan sepak bola, salah satu bentuk kesamaannya adalah memiliki tujuan untuk merebut bola dari penguasaan lawan dan memasukkan bola sebanyak mungkin, serta menjaga pertahanan sehingga tidak kemasukan bola, dan pemenang diketahui dari total gol tercipta. Walaupun futsal dan sepak bola itu sepintas hanya memiliki kesamaan namun ada beberapa yang membedakan.

Ditinjau dari pelaksanaan permainan futsal, bahwa permainan futsal membutuhkan *skill* dan teknik penguasaan bola yang matang. Setelah mematangkan latihan fisik, pelatih mengajarkan teknik penguasaan bola seperti mengontrol, menendang, mengumpan, dan menyundul. Latihan fisik didahulukan sebelum latihan *skill* dan teknik seperti kecepatan dalam berlari, *endurance*, dan keseimbangan (*speed balance*). Hal ini sangat berpengaruh terhadap akselerasi dan pergerakan dengan atau tanpa bola. teknik-teknik memainkan bola dalam permainan futsal ada beberapa macam seperti “mengontrol dan menggiring bola, menendang bola, mengoper bola (*passing*), shooting, menyundul (*heading*)”, setiap pemain dituntut menguasainya. Tanpa memiliki teknik yang baik, penguasaan bola akan sulit dilakukan. Untuk dapat meningkatkan tentunya harus didahului dengan latihan yang rutin dan serius.

Salah satu teknik dasar dengan futsal adalah *passing* dan *controll*. *Passing* merupakan dasar di dalam bermain futsal, karena tim yang baik adalah apabila seluruh pemainnya menguasai teknik *passing* dengan baik. *Passing* merupakan usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. *Passing* dapat dilakukan dalam keadaan bola

diam, menggelinding, maupun melayang di udara. *Passing* yang baik adalah hal yang mutlak untuk bermain futsal dengan baik. Sekitar 80% permainan melibatkan memberikan *passing* dan menerima *passing*. Teknik dasar yang paling perlu dalam proses permainan futsal adalah *passing*, maka dari itu peneliti melakukan inovasi baru untuk meningkatkan hasil latihan *passing* atlet dalam permainan futsal. Sementara untuk teknik kontrol sendiri, menurut saya hanya ada 1 teknik yang tepat yaitu kontrol dengan telapak kaki, karena futsal dimainkan dilapangan yang rata (parquit/vinyl) sehingga bola akan mudah dikuasai dengan telapak kaki dan akan lebih aman dari rebutan lawan.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran. Kegiatan ekstrakurikuler berbeda dengan kegiatan pembelajaran jasmani karena memiliki tujuan yang berbeda. Misalnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani menekankan pada kebugaran siswa namun dalam ekstrakurikuler olahraga lebih menekankan pada hal prestasi. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya pembinaan bakat yang dimiliki oleh siswa. Biasanya dalam kegiatannya terdapat seleksi untuk pembentukan tim yang nantinya dapat dimainkan dalam perlombaan. Dalam ekstrakurikuler, keterampilan siswa dapat ditingkatkan dengan bentuk latihan khusus sesuai cabang olahraga yang diikuti dan diminati. Hal tersebut sangat penting agar terbentuk bibit-bibit unggul untuk mencapai hasil yang maksimal.

Proses kegiatan latihan merupakan suatu aktivitas yang bertujuan mengarahkan siswa ekstrakurikuler MTS memiliki perubahan fisik dan teknik yang diinginkan. Pengertian ini kelihatan cukup simpel dan sederhana, akan tetapi

pengertian ini ditelaah lebih mendasar, maka akan terlihat rumit dan begitu kompleksnya proses yang dituntut dalam proses kegiatan latihan itu sendiri. Hal tersebut bisa dipahami karena mengarahkan siswa menuju perubahan yang mengkedepankan suatu pencapaian yang berat. Pekerjaan ini membutuhkan suatu perencanaan yang matang, berkesinambungan serta cara penerapan kepada siswa tentang konsep latihan yang diberikan pelatihan.

Penulis melakukan observasi pada ekstrakurikuler futsal MTS Cendekia Medan yang ada di Kota Medan. Penulis mengamati teknik dasar latihan dalam cabang olahraga permainan futsal yang sedang berlangsung yaitu teknik *passing* dan *controll*. Kegiatan latihan yang dilakukan ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan 1 minggu terdapat 3x pertemuan pada hari selasa, kamis dan sabtu. Teknik dasar *passing-controll* pada permainan futsal di ekstrakurikuler tersebut masih memiliki sedikit kekurangan dimana kekurangan tersebut dikarenakan media latihan yang efektif dan variasi yang diberikan pelatih masih kurang efektif. Penulis melihat kegiatan latihan yang diberikan pelatih kepada atlet sehingga peneliti mendapatkan gambaran masalah yang ada pada ekstrakurikuler futsal tersebut. Ekstrakurikuler futsal MTS Cendekia Medan masih tergolong baru dimana ekstrakurikuler tersebut berdiri pada tahun 2018 dan pada perjalanan ekstrakurikuler di tahun 2019 akhir hingga tahun 2021 bulan 6 terhambat dikarenakan indonesia mengalami kondisi pandemi virus covid-19 dan dimana seluruh kegiatan belajar mengajar, kegiatan ekstrakurikuler dan yang lainnya terhambat, maka dari itu prestasi di sekolah tersebut tidak ada. Observasi tersebut

dilakukan agar mengetahui tingkat masalah yang ada pada ekstrakurikuler tentang kurangnya media alat bantu latihan dan kemampuan teknik dasar *passing-controll*.

Hasil dari observasi tersebut menunjukkan bahwa atlet masih kurang menguasai teknik dasar *passing* dan *controll* dalam cabang olahraga permainan futsal, maka dari itu peneliti berinisiatif melakukan terobosan baru untuk meningkatkan hasil *passing* dan *controll* atlet dalam cabang permainan futsal dengan mengembangkan suatu media alat bantu yang bernama *stop chasing the ball* yang akan membantu latihan atlet dalam meningkatkan teknik dasar *passing* dan *controll* dalam permainan futsal. Oleh karena itu, perlu sebuah pemecahan masalah yang sederhana dan bisa dilakukan oleh peneliti untuk membantu pelatih dan atlet dalam melakukan kegiatan latihan teknik dasar *passing* dan *controll* dalam permainan futsal. Melihat permasalahan di atas saat peneliti melakukan observasi, maka peneliti mendapatkan satu pemikiran yang muncul seperti perlu adanya media alat bantu yang bernama *stop chasing the ball* untuk membantu teknik dasar *passing-controll* pada atlet dalam permainan futsal agar proses latihan di ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan berjalan dengan baik dan bagus. Melihat permasalahan tersebut maka penulis mengadakan penelitian dengan judul : “Pengembangan Media *Stop Chassing The Ball* Untuk Meningkatkan Latihan *Passing-Contoll* Permainan Futsal Peserta Ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan”.

## 1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan diatas fokus masalah dalam penelitian ini pada pengembangan media *stop chasing the ball* untuk

meningkatkan latihan *passing-controll* dalam permainan futsal peserta ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan.

### 1.3 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka rumusan masalah yang dapat diajukan adalah “bagaimanakah pengembangan media *stop chasing the ball* untuk meningkatkan latihan *passing-controll* dalam permainan futsal peserta ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan ?

### 1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dikemukakan diatas maka tujuan dalam penelitian ini untuk “mengetahui pengembangan media *stop chasing the ball* untuk meningkatkan latihan *passing-controll* dalam permainan futsal peserta ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan”.

### 1.5 Kegunaan Hasil Penelitian

#### 1) Bagi Peneliti

- a. Penelitian dapat menjadi bahan pengetahuan dan inspirasi bila kelak peneliti menjadi seorang pelatih yang ahli di bidang olahraga permainan futsal.
- b. Mengembangkan pembelajaran agar dapat dilaksanakan dengan mudah, efektif, dan efisien.

## 2) Bagi Pelatih

- a. Sebagai dasar dalam pelaksanaan latihan pengembangan media *stop chasing the ball* untuk meningkatkan latihan *passing-controll* dalam permainan futsal peserta ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan.
- b. Sebagai dorongan dan motivasi agar mampu menciptakan bentuk latihan yang sesuai dengan kebutuhan atlet melalui pengembangan media *stop chasing the ball* untuk meningkatkan latihan *passing-controll* dalam permainan futsal peserta ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan.
- c. Sebagai bahan pertimbangan dalam kegiatan latihan *passing-controll* pada olahraga permainan futsal.

## 3) Bagi Atlet

- a. Adanya motivasi tinggi dalam mengikuti kegiatan latihan karena menggunakan pengembangan media *stop chasing the ball* untuk meningkatkan latihan *passing-controll* dalam permainan futsal peserta ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan sehingga lebih menarik.
- b. media *stop chasing the ball* untuk meningkatkan latihan *passing-controll* dalam permainan futsal peserta ekstrakurikuler MTS Cendekia Medan futsal menjadi indikator meningkatnya pemahaman atlet pada bentuk latihan sehingga atlet lebih terbantu dan mengerti bagaimana cara melakukan teknik dasar yang benar.