

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aktivitas penting dalam kehidupan manusia yang berperan besar dalam menjaga kesehatan fisik dan mental. Melalui olahraga, individu dapat mengembangkan kebugaran jasmani, membentuk karakter, serta menanamkan nilai-nilai positif seperti sportivitas, kerja sama, dan disiplin. Di lingkungan sekolah, olahraga menjadi bagian integral dari pembelajaran yang bertujuan untuk membentuk peserta didik yang sehat, bugar, dan aktif.

Salah satu cabang olahraga yang sangat diminati oleh siswa di tingkat sekolah menengah pertama adalah futsal. Futsal tidak hanya menjadi sarana rekreasi, tetapi juga media pembelajaran teknik dasar permainan bola, seperti passing, shooting, dan *dribbling*. Di antara teknik dasar tersebut, *dribbling* memiliki peran yang sangat penting karena menjadi dasar dalam mempertahankan penguasaan bola dan menciptakan peluang dalam permainan.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi. Ekstrakurikuler dilihat sebagai “pengalaman yang lebih lanjut dari hasil

perkembangan murid” dari pandangan definisi ini ekstrakurikuler tidak hanya memudahkan untuk mencapai hasil dalam bidang nonakademik tetapi juga memudahkan dalam mencapai hasil pada bidang akademik. Ekstrakurikuler sendiri berasal dari dua kata yaitu ekstra dan kurikuler yakni secara terminologi di artikan sebagai kegiatan yang di lakukan di luar rencana. pentingnya kegiatan ekstrakurikuler olahraga, setiap sekolah diharapkan dapat melakukan kegiatan ekstrakurikuler secara maksimal dan sungguh-sungguh. (Ferrari Valentino & Iskandar, 2020), Dalam ekstrakurikuler terdapat beberapa cabang olahraga yaitu salah satunya Permainan futsal, permainan Futsal sendiri di dunia sangat populer di semua kalangan masyarakat dan telah diselenggarakan dari tingkat dunia, benua, antar negara, nasional hingga daerah terpencil. Untuk mendapatkan prestasi yang baik dalam permainan futsal tentunya harus ditunjang dengan penguasaan.

Menggiring bola sendiri merupakan suatu teknik dasar yang digunakan oleh pemain dengan cara berlari membawa bola dan mempertahankan bola agar tidak direbut oleh pemain lawan, prinsip menggiring bola menurut Giffort (Sunarto 2009:11) menggiring bola harus menggunakan prinsip-prinsip sebagai berikut (1) bola didalam penguasaan pemain, tidak mudah direbut lawan dan bola selalu terkontrol, (2) didepan pemain terdapat daerah kosong yang artinya bebas dari lawan adapun halhal penting yang perlu diperhatikan dalam menggiring bola salah satunya adalah posisi bola dengan kaki, posisi bola dan kaki yang tepat dalam menggiring bola adalah didepan dengan jarak 1-2 meter dari pemain yaitu dengan cara (1) menggiring bola

dengan kaki bagian dalam, (2) menggiring bola dengan kaki bagian luar (3) menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki

Selain teknik dasar bermain futsal diperlukan variasi latihan variasi latihan merupakan penyajian bentuk-bentuk latihan yang beranekaragam sehingga proses latihan menjadi lebih berwarna dan dapat menghindari kejenuhan dari program- program latihan yang sebelumnya terlihat kurang efektif. dengan adanya variasi latihan ini maka siswa- siswa akan lebih tertarik dan semangat dalam latihan. Latihan menggiring juga memerlukan bentuk-bentuk variasi latihan, dengan variasi latihan siswa akan lebih semangat mengikuti program latihan menggiring bola, sehingga siswa tidak merasakan kebosanan. Apabila siswa semangat dalam latihan ini maka siswa akan lebih terampil dalam melaksanakan teknik dasar menggiring bola. Mennggiring (dirbbling) merupakan salah satu unsur teknik dalam permainan futsal yang harus dikuasai oleh seorang pemain agar dapat bermain dengan baik, Ini berorientasi pada pentingnya latihan *dribbling* bola, maka di perlukan suatu model dan variasi latihan yang relevan dengan di tunjang pada keseriusan pemain saat melakukan gerakan. Latihan untuk menunjang kemampuan siswa dalam bermain futsal.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara peneliti dengan Guru Penjas di SMP Angkasa Kupang, didapati bahawa banyak siswa di SMP Angkasa Kupang ketika mereka dalam sesi latihan menggiring bola masih kurang efektif disebabkan oleh beberapa factor yang dialami oleh siswa antara lain, kurangnya latihan teknik dasar, minimnya pemahaman siswa

tentang taktik *dbribbling* dalam permainan, metode pelatihan yang kurang efektif serta kurangnya variasi dalam latihan. Gejala yang terjadi dilapangan pada siswa mengiring bola terlihat bahwa bola masih jauh dari jangkauan kaki, sehingga belum terciptanya koodinasi gerakan yang baik dalam pelaksanaan latihan mengiring bola. Pada saat siswa SMP angkasa Kupang mengikuti turnamen futsal antara sekolah di SMP Dian Harapan Kupang ditemukan bahwa kemampuan *dribbling* beberapa pemain masih kurang optimal, terlihat seringnya kehilangan penguasaan bola pada saat menghadapi tekanan lawan.

Sehingga peneliti perlu menggunakan implementasi latihan variasi untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* permainan futsal di SMP Angkasa Kupang

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang di kemukakan di atas maka identifikasi masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Implementasi latihan yang digunakan masi sangat minim
2. Kurangnya variasi latihan dalam teknik dasar menggiring yang benar

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu: Implementasi variasi latihan untuk meningkatkan kemampuan menggiring siswa di SMP Angkasa Kupang

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan identifikasi masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Implementasi latihan variasi untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* permainan futsal di SMP Angkasa Kupang?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui dan menerapkan Implementasi variasi permainan futsal di SMP Angkasa Kupang

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat akademis

- a. Hasil penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan tentang keterampilan menggiring bola.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat disumbangkan kepada FKIP UKAW Kupang khususnya program studi PJKR, guna memperkaya bahan penelitian, sumber bacaan, dan sebagai bahan acuan bagi peneliti selanjutnya.
- c. Sumbangsi bagi pembaca tentang keterampilan menggiring bola.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi kampus, agar dapat memfasilitasi mahasiswa dalam proses pembelajaran permainan futsal
- b. Bagi dosen, agar lebih kreatif dan memotivasi mahasiswa pjkr dalam pembelajaran permainan Futsal

- c. Bagi mahasiswa, agar dapat termotivasi dan antusias dalam pembelajaran permainan futsal