

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Pada dasarnya, olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas baik secara fisik maupun mental yang dilakukan oleh individu guna menjaga serta meningkatkan kondisi kesehatan dan kualitas hidupnya. Dalam dunia olahraga, kita dapat menemui berbagai dinamika, mulai dari kemenangan, pencapaian gelar, penghargaan, rasa bangga, hingga rasa kecewa, kegagalan, konflik, bahkan kericuhan. Semua aspek tersebut saling terhubung dan menyatu dalam semangat serta gairah yang tinggi terhadap olahraga (Aditia & Anggar, 2015).

Salah satu tujuan utama pembangunan olahraga nasional adalah meraih prestasi. Dalam UU Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 20 ayat 3 disebutkan bahwa olahraga prestasi bertujuan meningkatkan kemampuan atlet untuk mengangkat harkat dan martabat bangsa melalui pembinaan yang terencana, berkesinambungan, serta didukung ilmu pengetahuan dan teknologi. Keberhasilan prestasi provinsi berawal dari pembinaan di tingkat kabupaten, sehingga potensi olahraga nasional sangat bergantung pada pembinaan daerah (Prasetyo et al., 2018).

Dalam dunia olahraga, sangat penting untuk menemukan serta membina siswa-siswa yang memiliki bakat. Upaya ini bertujuan untuk mendapatkan bibit atlet usia muda yang potensial, kemudian diberikan perhatian secara berkelanjutan melalui pembinaan yang terarah. Dengan dukungan latihan yang baik, motivasi, serta fasilitas yang memadai, para atlet muda tersebut diharapkan mampu berkembang secara optimal dan pada akhirnya mencapai tingkat prestasi yang membanggakan (Afif & Muhammad, 2017).

Futsal merupakan olahraga permainan beregu yang di dalamnya membutuhkan skill ataupun teknik individu, erat kaitannya dengan kepercayaan diri setiap individu. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim beranggotakan lima orang dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan, dengan manipulasi bola dan kaki (Rosita et al., 2019).

Olahraga futsal merupakan salah satu variasi dari permainan sepak bola yang dimainkan di lapangan berukuran lebih kecil dengan menggunakan bola yang relatif lebih kecil dan lebih berat. Permainan ini menuntut kecepatan, ketepatan, serta koordinasi gerak yang baik dari setiap pemain. Oleh karena itu, futsal memerlukan persiapan latihan fisik yang terencana dan intensif agar atlet mampu mengembangkan keterampilan teknis, menjaga kondisi tubuh, serta mencapai prestasi maksimal dalam setiap pertandingan (Rosita et al., 2019).

*Passing* dalam futsal adalah teknik dasar mengoper bola ke rekan satu tim untuk menciptakan ruang, peluang, dan mencetak gol. Agar passing akurat, pemain harus berlatih rutin hingga gerakan menjadi otomatis. *Passing* yang tepat membantu tim menciptakan variasi permainan, menembus pertahanan lawan, dan menghindari kebuntuan saat menghadapi taktik bertahan. Latihan monoton tanpa variasi bisa menyebabkan bosan. Keterampilan *passing* dan menerima bola menyatukan pemain menjadi satu kesatuan yang efektif. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola sangat penting dalam pengoperan yang baik (Utomo & Nugroho, 2023).

Akurasi, sebagai keterampilan motoric dasar, merupakan aspek penting dari kebugaran jasmani yang diperlukan anak untuk melakukan tugas sehari-hari. Presisi dapat diwujudkan dalam bentuk Gerakan yang tepat atau presisi dari temuan yang diperoleh. Akurasi mengacu pada kapasitas individu untuk secara efektif membimbing dirinya sendiri menuju tujuan tertentu. Berdasarkan pemahaman beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa akurasi mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan Gerakan yang diarahkan pada suatu benda atau sasaran tertentu sesuai dengan tujuannya (Rosita et al., 2019).

Menjadi pemain futsal yang hebat tidaklah mudah dibutuhkan suatu usaha yang keras dan terus menerus yaitu Latihan. Prestasi dari sebuah tim futsal tidak lepas dari persoalan fisik, teknik dasar, dan mental para atlet. Persoalan teknik dasar akurasi *passing* tidak lepas dari diri sendiri atau individual pemain masing-masing, Ketika dalam suatu tim ingin memenangkan pertandingan maka dari setiap individu minimal memiliki kemampuan dan keterampilan yang sama rata agar dapat menjalankan *passing* dengan baik. Namun kenyataannya di beberapa tim belum meratanya kemampuan pemain dalam melakukan *passing* sehingga pemain yang

memiliki kemampuan akurasi *passing* yang lebih, lebih memilih untuk bermain secara individu dari pada bermain secara tim. Ketika dalam suatu tim mengandalkan beberapa pemain unggulan akan mudah di tebak dan di rebut oleh tim lawan tersebut.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka pembelajaran akurasi *passing* futsal sangatlah penting untuk di terapkan pada usia u-14, karena ingatan yang ada pada anak usia tersebut masih sangatlah kuat dan Gerakan motoriknya masih belum sempurna. Sebagai Gambaran untuk mempelajari dan menguasai dengan baik akurasi *passing* futsal ini memerlukan waktu yang cukup lama dan sangat diperlukan ketekunan, kesabaran dan pemahaman gerakanya. Proses pembelajaran keterampilan akurasi *passing* futsal yang didalamnya mencakup pembelajaran teori dan praktik akan lebih menarik bila menggunakan media.

Model latihan *passing* berbasis *small sided* adalah bentuk Latihan yang berada di dalam permainan yang terdiri dari teknik, taktik, dan fisik (Dhae et al., 2023), Media audio-visual merupakan alat bantu yang digunakan dalam proses pelatihan dan pembelajaran, serta diyakini mampu meningkatkan minat peserta dalam mengikuti kegiatan tersebut. Sebagai salah satu sarana berbasis teknologi, media audio-visual menjadi alternatif yang efektif untuk mengoptimalkan proses pelatihan dan pembelajaran secara lebih interaktif dan menarik (Pranata & Iqbal, 2024), Model latihan *passing* dan *movement wirtout the ball* Penelitian ini bertujuan mengembangkan model latihan *passing* dan *movement without the ball* dalam futsal untuk meningkatkan teknik, keputusan, dan tempo permainan, serta menjadi panduan bagi pelatih dan pemain (Idris et al., 2020), Model latihan drill dan bermain digunakan untuk meningkatkan keterampilan *passing*, di mana drill dilakukan secara berulang untuk mengasah teknik dasar yang penting dalam futsal (Haris et al., 2020). Sedangkan 20 model latihan yang saya buat model-model ini menghadirkan bentuk latihan yang lebih kontekstual, variatif, menantang, serta terintegrasi secara teknis dan mental, sehingga berpotensi menghasilkan pemain yang lebih adaptif, cerdas, dan siap bersaing dalam dinamika pertandingan futsal sesungguhnya.

Berdasarkan pembelajaran yang telah dilakukan, penulis merasa perlu untuk mengembangkan latihan akurasi *passing* futsal yang sudah ada agar menjadi lebih

bervariasi, menarik, dan mudah dipahami oleh pemain. Permasalahan yang sering muncul di lapangan adalah pemain terkadang melakukan passing yang kurang akurat kepada rekan satu tim, sehingga bola tidak sampai sesuai sasaran. Selain itu, passing yang dilakukan juga sering dipotong oleh pemain lawan, sehingga alur permainan menjadi terhambat. Hal-hal tersebut menjadi dasar pertimbangan bagi penulis untuk melakukan penelitian dengan judul: **“Pengembangan Model Latihan Napas pada Permainan Futsal Kota Palembang”**.

Model latihan Napas yang dimaksud dalam penelitian ini adalah singkatan dari *Nurmilah Akurasi Passing Futsal*, yaitu sebuah inovasi latihan yang dirancang khusus untuk meningkatkan kemampuan passing pemain futsal agar lebih tepat, cepat, dan efektif dalam situasi permainan.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang kemungkinan timbul dalam penelitian yaitu :

1. Perlu adanya variasi-variasi baru dalam akurasi *passing* futsal agar pada saat bertanding tidak mudah dipotong lawan.
2. Perlu adanya pengembangan model latihan akurasi *passing* futsal pada permainan futsal.
3. Para pelatih dan atlet rata-rata belum mempunyai pedoman buku tentang akurasi *passing* futsal.
4. Belum banyak kemampuan pemain dalam melakukan *passing* yang benar.

## 1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi permasalahan di atas peneliti tidak meneliti semua permasalahan yang ada, peneliti memberi batasan masalah. Pemberian Batasan masalah ini penting sebagai acuan dan arahan yang jelas dalam penelitian. Peneliti memberi Batasan penelitian tentang bagaimana mengembangkan model Latihan *napas* pada permainan futsal kota Palembang.

## 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas identifikasi masalah maka diambil

rumusan masalah penelitiannya sebagai berikut: “bagaimana mengembangkan model Latihan *Napas* pada permainan futsal kota Palembang?”

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang diatas ,maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menghasilkan model Latihan *napas* pada permainan futsal kota Palembang

### **1.6. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti dalam penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat ke berbagai pihak baik secara teoritis maupun praktis,manfaat tersebut sebagai berikut.

#### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Peneliti ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian ilmiah bagi mahasiswa dan insan olahraga futsal, terutama mendalami tentang pengetahuan terhadap akurasi passing pada permainan futsal.
- b. Bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan dapat dijadikan bahan untuk dijadikan referens untuk penelitian-penelitian selanjutnya serta menambah wawasan dalam bidang pengembangan model Latihan akurasi *passing* futsal.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi pelatih, dapat digunakan untuk acuan serta referensi untuk pembuatan program Latihan dengan landasan ilmiah sehingga dapat memberikan prestasi yang maksimal.
- b. Bagi pemain, dengan adanya pengembangan model akurasi *passing* dapat memberikan Gambaran baru tentang akurasi passing sehingga dapat mencapai prestasi yang lebih maksimal.
- c. Bagi Lembaga, penelitian ini dapat sebagai bahan pertimbangan bahwa *passing* khususnya akurasi passing itu sangat penting untuk di terapkan pada pemain guna mencapai prestasi yang maksimal.
- d. Bagi Masyarakat umum, penelitian ini dapat bermanfaat menambah informasi masyarakat dalam bidang permainan futsal.