

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga kini telah menjadi trend atau gaya hidup masyarakat, baik di kalangan anak-anak, remaja maupun orang tua. Kegiatan olahraga yang dilakukan dapat memberikan banyak manfaat bagi tubuh seperti kesehatan dan kebugaran. Olahraga adalah rangkaian aktivitas fisik terencana yang membantu untuk tetap aktif dengan meningkatkan latihan atau mobilitas (Fahrizqi et al, 2020).

Olahraga yang teratur dapat meningkatkan Kesehatan jasmani dan rohani secara menyeluruh dan olahraga juga berperan penting untuk kehidupan seseorang dalam menjalankan kehidupan sehari-hari (Mirhan, J. B. K, J. 2016). Kegiatan olahraga adalah olahraga yang memajukan dan mengembangkan atlet secara terencana, teratur, bertahap, dan berkelanjutan. Dengan adanya ilmu pengetahuan dan teknologi, olahraga semakin dibutuhkan dan dimanfaatkan di sekolah-sekolah sebagai salah satu ekstrakurikuler untuk mengembangkan diri dan karakternya.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran. Kegiatan ekstrakurikuler berbeda dengan kegiatan pembelajaran jasmani karena memiliki tujuan yang berbeda. Misalnya dalam Pendidikan jasmani menekankan pada kebugaran siswa namun dalam ekstrakurikuler olahraga lebih menekankan pada hal prestasi. Dalam ekstrakurikuler, ketrampilan siswa dapat ditingkatkan dengan bentuk latihan khusus sesuai cabang olahraga yang diikuti dan diminati. Hal tersebut sangat penting agar

terbentuknya pemain pemain yang berkualitas. Dilingkungan sekolah sudah banyak sekolah yang memasukan futsal ke dalam kegiatan ekstrakurikuler sekolah. Banyaknya minat siswa terhadap olahraga futsal menyebabkan beberapa sekolah mengadakan kegiatan ekstrakurikuler futsal. Futsal merupakan olahraga kompetitif yang dinikmati oleh masyarakat di seluruh dunia. Futsal merupakan olahraga kontak fisik yang membutuhkan kekuatan fisik prima. Intensitas yang tinggi membuat perpindahan bola dalam permainan futsal sangat cepat. Hal itu mengharuskan para pemain futsal memiliki keterampilan *passing* yang baik untuk mengalirkan bola dengan cepat dan tepat.

Dalam permainan futsal seorang individu perlu mempunyai kemampuan *passing* yang baik karena dalam hal ini membantu dalam mengontrol alur permainan, menguasai permainan dan memberikan umpan yang terkontrol dari kaki ke kaki kepada pemainnya. Oleh karena itu, pemain harus melakukan latihan harian dan mencapai otomatisasi agar memiliki akurasi *passing* yang tinggi.

Latihan *Small Sided Games* merupakan metode latihan yang diterapkan pada pertandingan futsal yang hamper menyerupai pertandingan sebenarnya dengan memvariasikan peraturan, ukuran lapangan dan personel yang terlibat dalam permainan. *small sided games* merupakan suatu metode permainan dengan tingkat tekanan yang tinggi terhadap permainan *passing* melalui modifikasi peraturan dan ukuran lapangan permainan, dengan keunggulan meningkatkan akurasi *passing*.

Oleh karena itu, pelatihan akurasi *passing* pada permainan *Small Sided Games* adalah membuat pemain berfikir cepat dan mengoper secara akurat dengan memodifikasi aturan permainan, ukuran lapangan dan jumlah pemain. Permainan yang buruk atau meleset akan mengakibatkan kebobolan gol, yang dapat dengan mudah dikendalikan oleh lawan karena modifikasi factor lapangan, dan cara memainkan permainan sampingan kecil-kecilan secara terus menerus akan berdampak baik pada skil dasar, salah satunya adalah skill *passing*. Permasalahan dalam penelitian ini ditemukan pada saat peneliti melakukan observasi dan wawancara pada salah satu program ekstrakurikuler futsal yang ada di Kotabumi yaitu ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Abung Semuli, dimana peneliti menemukan bahwa salah satu permasalahannya adalah pada permainan *passing*, dimana pemain sering melakukan kesalahan dan secara keseluruhan *passing* permainan bisa dikatakan buruk. Pernyataan tersebut diperkuat Ketika peneliti menyaksikan pertandingan ekstrakurikuler futsal antara SMA Negeri 1 Abung Semuli dengan STM Karya Darma. Hasil dari pertandingan ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Abung Semuli adalah para pemainnya sering melakukan kesalahan mendasar salah satu kegagalan yang sangat fatal pasalnya, merka sering salah mengoper bola sehingga menyebabkan bola yang dikuasai mudah ditangkap lawan, sehingga memudahkan lawan menyerang dan akhirnya mencetak gol untuk lawan.

Pelatih ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Abung Semuli membenarkan bahwa penyebab kegagalan klub futsal SMA Negeri 1 Abung Semuli adalah karena pemainnya sering melakukan kesalahan dalam keterampilan *passing*

dan keterampilan *passing* nya kurang baik. Oleh karena itu, futsal SMA Negeri 1 Abung Semuli kesulitan menjaga bola dan mencetak gol. Dan dari segi modus latihannya, pelatih juga mengatakan telah melakukan latihan untuk meningkatkan *passing*, namun latihannya masih monoton atau kurang beragam.

Oleh karena itu peneliti berharap dapat membantu pelatih meningkatkan kemampuan teknik *passing* pemain ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Abung Semuli melalui metode latihan *small sided games*, dengan masalah akurasi *passing* sang pemain.

Peneliti terdahulu seperti Hendera Tomy, Andika Triansyah, Fitriana Puspa Hidasari (2022) telah melakukan penelitian mengenai dampak kemampuan *passing* peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Abung Semuli dan hasilnya menunjukkan bahwa *small sided games* berpengaruh pada *passing* kemampuan meningkat sebesar 41,42%. Peneliti lain yang dilaksanakan oleh Agung Setyadi (2016) dinyatakan bahwa pengaruh latihan *Small Sided Games* terhadap keterampilan *Passing* siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman Tahun 2016 menunjukan kemampuan meningkat sebesar 16,39%. Serta peneliti lain yang dilaksanakan oleh Nurwahidin Hakim, Firmansyah Dahlan, Andi Heri Riswanto, Rasyidah Jalil, Syahrul Ramadhan Bandy (2021) bahwa pengaruh latihan *Small Sided Games* terhadap kemampuan *passing* pada ekstrakurikuler futsal di SMKN 2 Palopo memberikan pengaruh dengan peningkatan sebesar 2,2 %.

Berdasarkan uraian dan permasalahan yang ditemukan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang memiliki tujuan untuk mengetahui

Pengaruh Metode Latihan *Small Sided Games* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 1 Abung Semuli.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

Apakah terdapat pengaruh metode *Small Sided Games* terhadap kemampuan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Abung semuli?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan sebelumnya, tujuan penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui pengaruh metode *Small Sided Games* terhadap kemampuan *passing* pada ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Abung Semuli

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi sekolah
 - a. Sebagai referensi dalam pengembangan program Latihan futsal di ekstrakurikuler SMA N 1 Abung Semuli.
 - b. Meningkatkan kualitas dan efektivitas pelatihan futsal yang dapat mempengaruhi prestasi tim dalam kompetisi.
2. Bagi peserta ekstrakurikuler futsal
 - a. Meningkatkan kemampuan *passing* peserta secara signifikan melalui penerapan metode latihan *Small Sided Games*.

- b. Meningkatkan pemahaman tentang pentingnya Kerjasama tim dan keterampilan individu dalam permainan futsal
3. Bagi pelatih dan instruktur futsal
- a. Menambah pengetahuan tentang metode latihan *Small Sided Games* dan manfaatnya dalam meningkatkan kemampuan *passing*.
 - b. Membantu dalam perencanaan latihan yang lebih efektif dan berfokus pada pengembangan ketrampilan *passing*
4. Bagi peneliti selanjutnya
- a. Menjadi referensi untuk penelitian lebih lanjut dalam bidang pengembangan metode latihan futsal dan peningkatan kemampuan teknis peserta.
 - b. Memberikan wawasan tambahan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan *passing* dalam konteks ekstrakurikuler futsal.

Dengan manfaat tersebut, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang positif dalam pengembangan olahraga futsal, khususnya dalam meningkatkan kemampuan *Passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA N 1 Abung Semuli.

1.5 Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini mencakup:

1. Lokasi Penelitian: Penelitian ini akan dilakukan di SMA N 1 Abung Semuli, dengan fokus pada peserta ekstrakurikuler futsal di sekolah tersebut.

2. Variable Penelitian: Penelitian ini akan difokuskan pada pengaruh metode latihan *Small Sided Games* terhadap kemampuan *passing* peserta ekstrakurikuler futsal.
3. Sampel Penelitian: Sampel penelitian terdiri dari peserta ekstrakurikuler futsal yang aktif di SMA N 1 Abung Semuli. Jumlah dan karakteristik peserta akan ditentukan lebih lanjut dalam proses penelitian.
4. Waktu Penelitian: Penelitian ini akan dilakukan dalam periode tertentu yang ditentukan, dengan memperhitungkan ketersediaan waktu peserta dan fasilitas yang diperlukan.
5. Instrumen Penelitian: Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan *passing* yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya, serta kuesioner untuk mengumpulkan data tentang respon peserta terhadap metode latihan *Small Sided Games*.
6. Hasil: Hasil pengukuran yang akan di amati adalah peningkatan kemampuan *passing* peserta sebelum dan setelah penerapan metode latihan *Small Sided Games*.

Batasan masalah tersebut akan membantu memfokuskan penelitian pada aspek yang relevan dan memberikan pemahaman yang lebih spesifik tentang pengaruh metode latihan *Small Sided Games* terhadap kemampuan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA N 1 Abung Semuli.