

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang banyak digemari semua lapisan komunitas dunia mulai dari tingkat anak-anak, remaja sampai orang dewasa, dan baik pria maupun wanita (Bujang, 2020). Olahraga memiliki tujuan yang jelas, khususnya pencapaian keunggulan. Pada dasarnya, olahraga berfungsi sebagai mekanisme untuk meningkatkan kesehatan, sehingga meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Olahraga bukan hanya cara untuk membangun kebugaran fisik, tetapi juga sarana bagi individu untuk mengekspresikan kemampuan luar biasa mereka, seperti yang terlihat di dunia futsal. (Yoda, 2020).

Futsal merupakan satu diantara cabang olahraga yang saat ini sangat banyak diminati oleh seluruh lapis masyarakat terutama kaum muda. Hal ini dikarenakan olahraga futsal hanya memerlukan peralatan yang sederhana serta mendatangkan kesenangan bagi yang bermain. Setiap harus memiliki penampilan dan kondisi fisik yang prima untuk menunjang performa pada saat bertanding (Lasma et al., 2019). Futsal merupakan olahraga yang tidak kalah populer dari olahraga sepakbola. Futsal merupakan permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang kecil (Nasuki et al., 2021).

Dribbling bola adalah kemampuan memainkan bola atau membawa bola menggunakan kedua kaki dan mampu mengontrol jalannya bola, Kemampuan

dalam menguasai dan mempertahankan bola dalam menghindari lawan dan melewati lawan untuk melakukan sebuah serangan ke daerah lawan (Linggan et al., 2021). Tujuan utama *dribbling* adalah untuk melewati lawan atau menjaga kendali bola. Kemampuan untuk melakukan *dribbling* dengan baik dapat memberikan keuntungan besar kepada pemain dan tim dalam menciptakan peluang gol, menjaga posisi bola, dan mengatasi tekanan dari lawan (Fazri et al., 2024). *Dribbling* merupakan salah satu teknik dasar bermain futsal yang harus dikuasai pemain. kemampuan *dribbling* dilakukan dengan menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus di atas tanah dengan waktu yang singkat (Reynaldi & Nugraheni, 2023). *Dribbling* atau mengiring bola adalah gerakan membawa bola dengan menggunakan kaki untuk menuju pertahanan lawan dan menerobos pemain lawan, *dribbling* bertujuan untuk melewati pemain lawan, *dribbling* memiliki keterampilan *dribbling* yang berbeda-beda setiap pemain, kita sama-sama tahu bahwa pemain futsal dunia memiliki keterampilan men-*dribbling* yang sangat baik (Syarwandi, 2016).

Pada saat bertanding masih banyak atlet futsal yang mengalami permasalahan dalam keterampilan *dribbling*. Permasalahan tersebut terlihat dari kurangnya kontrol bola saat bergerak, kesulitan mengubah arah dengan cepat, serta rendahnya kemampuan mempertahankan bola ketika mendapat tekanan dari lawan. Kondisi ini menyebabkan atlet mudah kehilangan bola, sehingga menghambat efektivitas serangan dan berdampak pada menurunnya performa tim secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil observasi penulis, dalam pelaksanaan kegiatan latihan dan juga dilihat ketika dalam pertandingan saat turnamen liga Lively regional Kota Bekasi dan diperkuat wawancara dengan pelatih bahwa para atlet masih kurang terampil dalam melakukan *dribbling*. Dalam pertandingan banyak kehilangan bola karena penguasaan bola atau *dribbling* yang mudah lepas dari penguasaan atlet, karena *dribbling* sangat diperlukan dalam futsal apalagi disaat terjadi keadaan satu lawan satu antar individu atau permainan suatu tim sudah buntu ketika melakukan penyerangan, sehingga pemain dituntut untuk mempunyai kemampuan *dribbling* yang baik untuk melewati lawan, mendekati kesasaran yang bertujuan agar dapat menciptakan peluang untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya, tim futsal Pondok Cipta Academy U14 Kota Bekasi ini menunjukkan keterbatasan dalam keterampilan *dribbling*.

Dengan adanya masalah di atas peneliti akan mencoba memecahkan masalah dengan memberikan model latihan yang disesuaikan dengan karakteristik usia mereka yang bersangkutan, khususnya keterampilan *dribbling* para atlet futsal, peneliti bermaksud ingin melakukan penelitian eksperimen untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* atlet dengan menggunakan latihan *figure 8 dribble*, dengan menggunakan metode latihan *figure 8 dribble* diharapkan para atlet akan lebih semangat dan termotivasi.

Di harapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi serta informasi yang bermanfaat bagi pelatih dan anggota tim Pondok Cipta Academy U14 Kota Bekasi khususnya dan juga bagi club olahraga secara umum. Diharapkan

bahwa pemahaman yang lebih mendalam tentang latihan *figure 8 dribble* terhadap keterampilan *dribbling* akan meningkatkan prestasi tim. Selain itu, penelitian ini dapat membukajalan bagi penelitian tambahan tentang metode dan strategi latihan yang lebih efisien untuk meningkatkan keterampilan tim.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Untuk memperoleh hasil gambaran yang lebih jelas, penelitian perlu membatasi ruang lingkup masalah yang akan diteliti agar tidak terlalu luas dan tetap fokus pada aspek-aspek yang relevan, serta penelitian ini hanya membahas bagaimana latihan *figure 8 dribble* dapat mempengaruhi keterampilan *dribbling* terhadap para atlet futsal Pondok Cipta Academy U14 Kota Bekasi. Penelitian ini akan mempelajari permainan futsal yang aktif yang tergabung dalam kegiatan turnamen futsal di Kota Bekasi.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan batasan masalah yang telah dijelaskan, rumusan masalah yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini adalah “Apakah latihan *figure 8 dribble* berpengaruh terhadap keterampilan *dribbling* para atlet futsal Pondok Cipta Academy U14 Kota Bekasi?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan dan sasaran yang ingin dicapai. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah “untuk melatih keterampilan *dribbling* siswa

menggunakan latihan *figure 8 dribble* kepada para atlet futsal Pondok Cipta Academy U14 Kota Bekasi”.

D. Manfaat Penelitian

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan bahwa latihan *figure 8 dribble* terhadap keterampilan *dribbling* akan memiliki manfaat, seperti berikut:

1. Untuk Peneliti

Meningkatkan serta menambahkan pengalaman dan kreativitas selama latihan, menambah pengetahuan tentang metode pelatihan dan menambah kemampuan dalam melakukan analisis.

2. Untuk Pelatih

Pelatih seharusnya dilengkapi bukan hanya dengan keahlian teknis tetapi juga dengan kemampuan untuk memotivasi dan menginspirasi anak-anak, menciptakan pengalaman awal yang positif dengan olahraga yang dapat membentuk keterlibatan mereka di masa depan. (Do Carmo, 2025)

3. Untuk Atlet

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu atlet dalam meningkatkan keterampilan mereka.

4. Untuk Club

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan membantu lokasi yang terlibat dalam pengembangan atlet dengan meningkatkan keterampilan *dribbling*.

E. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman, peneliti mencatat istilah-istilah dalam judul karya ini yang lebih berorientasi pada penelitian.

1. Latihan

. Latihan merupakan suatu proses perubahan kearah yang lebih baik yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsional peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih. (Kurniawan & Mylsidayu, 2017). Dalam penelitian ini, latihan *figure 8 dribble* terhadap keterampilan *dribbling* yang dimaksud.

2. *Figure 8 Dribble*

Latihan *figure 8 dribble* merupakan latihan yang dimodifikasi dari latihan *agility* (kelincahan) (Ansori & Akhmad, 2023). Latihan ini bertujuan untuk perubahan arah dan reaksi. Keterampilan *dribble* bola yang baik tentunya berkaitan dengan hal tersebut. Pelaksanaan latihan *figure 8 dribble* pada aba-aba “mulai” pemain *dribble* bola secepatnya melewati lintasan yang membentuk angka delapan dengan panjang 15 meter yang terdiri dari dua lintasan diagonal dengan panjang 5 meter dan dua lintasan berbelok dengan panjang 2,5 m, kemudian kembali ke titik awal. *Dribble* dilakukan dengan cepat.

3. Futsal

Futsal merupakan permainan yang dimainkan dengan aktivitas dengan intensitas tinggi seperti *sprint*, percepatan perlambatan, dan perubahan arah pertandingan (Yustika, 2024). Futsal merupakan satu antara sekian banyak

permainan yang digemari oleh penduduk di seluruh belahan dunia (Mulyono, 2014). Ada keasyikan tersendiri yang dirasakan oleh mereka yang memainkan olahraga jenis futsal ini. Selain mampu menciptakan suasana kebersamaan antar individu dalam satu tim, olahraga ini pun mampu menciptakan suasana kompetisi antar tim yang bertanding.

4. *Dribbling*

Dribbling merupakan teknik dasar yang digunakan pemain untuk memindahkan bola dari satu ke tempat lain dengan tetap mempertahankan penguasaan bola agar tidak direbut oleh lawan (Herwin & Mulyani, 2017). *Dribbling* adalah bentuk keterampilan dasar dalam permainan futsal yang mengutamakan kecepatan, ketepatan, dan koordinasi dalam mengontrol bola menggunakan kaki. (Syafuddin 2011:). *Dribbling* bola juga harus dalam penguasaan pemain yang *dribbling* bola tidak boleh jauh dari kaki agar tidak direbut lawan dan bola juga harus stabil tidak memantul karena akan menyulitkan pemain ketika bola memantul pada saat *dribbling*..