

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Futsal mulai berkembang di Indonesia pada tahun 2000-an dan baru tergabung dalam organisasi di bawah naungan PSSI yang kini futsal mempunyai badan yang dinamakan Asosiasi Futsal Nasional (AFN) yang sebelumnya bernama Badan Futsal Nasional (BFN). Perkembangan futsal ditandai dengan banyak didirikannya lapangan futsal. Meskipun tergolong baru, olahraga futsal memiliki banyak peminat mulai dari pria hingga wanita, serta dari berbagai usia (Casey Jonathan, 2017)

Permainan futsal tergolong olahraga cepat hal itu disebabkan karena pemain harus bergerak dari menyerang ke bertahan dan bertahan ke menyerang. Pemain disarankan tidak banyak memegang bola pada saat pertandingan. Pemain tidak disarankan untuk menguasai bola berlama-lama, pemain harus terus bergerak dan mencari stempat, mengumpan bola, dan bergerak lagi. (Hamzah & Hadiana, 2019). Futsal sebenarnya merupakan olahraga yang kompleks, karena memerlukan teknik dan taktik khusus (Estriana Fiwka, 2017). Begitu juga dengan kondisi fisik, bermain futsal mengharuskan atletnya mempunyai kondisi fisik yang baik, karena apabila kondisi fisiknya baik maka performa teknik dan taktiknya pasti akan baik, sebaliknya bila kondisi fisik atletnya buruk maka performa atlet dilapangan akan buruk.

Permainan sepakbola adalah permainan yang membutuhkan gerakan tubuh yang sangat cepat yang ditentukan oleh situasi dalam pertandingan (Adhi & Wismanadi, 2018). Oleh karena itu futsal membutuhkan pergerakan kecepatan dan kelincahan untuk menunjang performa atletnya saat bertanding. Dalam permainan futsal ini diperlukan speed and game dikarenakan dibutuhkan kecepatan dan kelincahan pemain sepak bola. Jadi latihan SAQ (Speed, Agility, Quickness) yang meliputi Kecepatan atau Speed adalah kerja cepat yang meliputi penekanan aktivitas dalam waktu

yang sesingkat mungkin. Seperti telah di kemukakan oleh (Kemenpora, 2009). (Safi'i, 2015) juga berpendapat bahwa kelincihan sangat penting dalam futsal dan sepak bola dan itu merupakan karakteristik umum.

Apabila setiap pemain futsal memiliki kecepatan dan kelincihan (*agility*) yang baik tentunya akan dapat mendukung pergerakan pemain seperti mengejar atau menghindari lawan serta bereaksi terhadap pergerakan bola. Selama pertandingan, pemain sering melakukan aktivitas yang membutuhkan pengembangan kekuatan yang cepat, seperti berlari cepat atau mengubah arah dengan cepat (Bangsbo, Mohr, & Krustup, 2006). Meskipun tindakan kecepatan tinggi hanya berkontribusi 11% dari total jarak yang tercakup dalam sepak bola, mereka sebenarnya berkontribusi langsung untuk memenangkan kepemilikan bola dan untuk mencetak gol (Reilly, Bangsbo, & Franks, 2000). Begitu juga dalam olahraga futsal dibutuhkan kecepatan dan kelincihan agar dapat berpengaruh juga terhadap penguasaan bolanya. Akibatnya, metode SAQ (*speed, agility dan quickness*) dominan dalam futsal (Kurniawati, 2018).

Dalam jurnal (Hinda Zhannisa & Sugiyanto, 2015) menyatakan bahwa Anak usia 9-11 tahun sangat bagus untuk berolahraga karena masa ini anak mengalami perkembangan dan pertumbuhan tubuh. Dilansir dari berita antaranews.com negara-negara di asia seperti Thailand dan Jepang sudah melakukan pembinaan anak mulai dari U-7 sampai U-19 tahun. Bahkan di Jepang sepakbola dimainkan dari mulai sekolah dasar dan ketika anak menginjak umur 10 tahun, mereka boleh memilih klub resmi untuk mengasah kemampuan sekaligus bertanding dikompetisi usia muda. Berbeda halnya dengan Indonesia yang belum terbiasa membina tim usia muda. PSSI baru mewajibkan klub memiliki tim U-19 sejak tahun 2017 dan U-16 sejak tahun 2018. Oleh karena itu sangat penting untuk membina anak usia muda dan melatih kondisi fisik anak agar jangka panjangnya anak dapat lebih berprestasi dalam bidang olahraganya.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh metode SAQ (*speed, agility, quickness*) terhadap kecepatan dribble bola anak u-10 tahun dalam cabang olahraga futsal?

Aditya Nur Fauzan, 2019

PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBLE PADA ANAK USIA
10TAHUN CABANG OLAHRAHGA FUTSAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode *SAQ* (*speed, agility, quickness*) terhadap kecepatan dribble bola anak u-10 tahun dalam cabang olahraga futsal.

1.4. Manfaat Penelitian

Pada akhirnya, dengan adanya penelitian ini penulis berharap dapat memberikan manfaat atau kegunaan sebagai berikut :

- 1) Segi teori
Dapat digunakan sebagai informasi mengenai perkembangan keilmuan di bidang kondisi fisik dan sebagai gambaran tingkat efektifitas latihan *SAQ*.
- 2) Segi Kebijakan
Hasil penelitian ini dapat dijadikan kebijakan untuk pengembangan pendidikan bagi mahasiswa untuk lebih memperhatikan komponen kondisi fisik untuk semua kalangan terutama anak usia dini, sehingga menjadi edukasi dalam melatih anak usia dini agar latihannya efektif dan bagus untuk prestasi jangka panjangnya.
- 3) Segi Praktik
Penelitian ini memberikan gambaran kepada para pelaku olahraga terutama pelatih agar memberikan latihan yang efektif untuk atletnya.
- 4) Segi Isu serta Aksi Sosial
Dari segi isu hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai gambaran atau referensi untuk penelitian selanjutnya. Dari segi aksi social penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi dan referensi bagi para peneliti yang hendak meneliti hal-hal yang berhubungan dengan bentuk latihan *SAQ* dalam latihan futsal.

1.5. Struktur Organisasi

Dalam upaya untuk memudahkan pemahaman isi dari laporan penelitian ini, penulis membagi laporan menjadi 5 bab. Kelima bab tersebut meliputi:

Bab I pendahuluan bab ini berisikan tentang latar belakang masalah pentingnya komponen kondisi fisik seperti speed, agility, dan quickness dalam pembinaan atau pelatihan cabang olahraga futsal usia dini. Usia 9-11 tahun sangat bagus untuk berolahraga dikarenakan dimasa ini anak sedang mengalami perkembangan dan pertumbuhan tubuh.

Bab II ini berisi tentang speed, agility, dan quickness yang di dalamnya terdapat penjelasan bagaimana SAQ dapat mempengaruhi kecepatan dribble pada anak usia 10 tahun. Dalam penelitian terdahulu yang relevan yang pembahasannya berkaitan dengan permasalahan peneliti. Kerangka berpikir peneliti mengenai jalannya penelitian. Peneliti berhipotesis terdapat pengaruh SAQ terhadap kecepatan dribble.

Bab III, Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan desain penelitian eksperimen Randomized Pretest-Posttest Control Group Design. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 10 tahun yang berada di jalan KOF Sarijadi Bandung dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang menggunakan teknik total sampling. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes sprint dengan bola sejauh 20m, dan tes slalom dengan bola.

Bab IV, hasil perhitungan statistik menunjukkan terdapat pengaruh SAQ terhadap kecepatan dribble bola pada anak usia 10 tahun. Tes kecepatan dribble pada penelitian ini menggunakan tes sprint dengan bola sejauh 20m, dan tes slalom dengan bola. ini berisi tentang temuan penelitian berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan temuan penelitian.

Bab V, dengan latihan menggunakan metode SAQ akan berpengaruh terhadap kecepatan dribble pada atletnyadibuktikan dengan. hasil uji hipotesis *sprint* 20m dengan bola 0,001, *slalom test* dengan bola 0,000. Dari semua hasil uji hipotesis semua data $< 0,05$ maka H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh *speed*, *agility*, *quickness* terhadap kecepatan dribble bola anak u-10 tahun.

Aditya Nur Fauzan, 2019

PENGARUH SAQ TERHADAP KECEPATAN DRIBBLE PADA ANAK USIA
10TAHUN CABANG OLAHRAHGA FUTSAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu