

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga pada saat ini berkembang sangat cepat sesuai dengan perkembangan jaman. Perkembangan jaman berpengaruh terhadap muncul cabang olahraga futsal. Di Indonesia munculnya olahraga futsal dikarenakan para penggemar sepak bola yang tidak bisa melakukan permainan sepak bola, yang disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya, lapangan sepak bola yang sedikit, lapang yang tidak beratap yang memungkinkan pemainnya kehujanan dan kepanasan sehingga beresiko sakit setelah berolahraga sepak bola, jumlah pemain yang relatif banyak yaitu 11 orang per-tim maka sebagai solusinya adalah dengan melakukan olahraga futsal yang cara melakukan permainannya mirip dengan sepak bola. Ciri lain dari berkembangnya olahraga futsal yaitu, dengan semakin banyaknya gor lapangan futsal di berbagai daerah.

Olahraga futsal di Indonesia berkembang sangat pesat, hal ini dibuktikan dengan minat masyarakat yang menggemari olahraga ini, baik anak-anak, remaja, sampai orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan, disamping untuk mengisi waktu luang dan untuk kebugaran jasmani, futsal hal ini ditandai semakin banyaknya kejuaraan futsal dari mulai tingkat SMP, SMA, Universitas dan sampai kepada klub futsal.

Mengenai pengertian permainan futsal yang diungkapkan menurut Hatta dalam caturdewantoro.blogspot.com/2009/12/pengertian-futsal.html (online) : 15 Maret 2015 menjelaskan bahwa “olahraga futsal merupakan olahraga futsal mini yang dilakukan di dalam ruangan dengan panjang lapangan 38-42 meter dan lebar 15-25 meter. Dimainkan oleh 5 pemain termasuk penjaga gawang”

Yudi Herdianto, 2019

PENGARUH LATIHAN OTOT TUNGKAI MENGGUNAKAN MEDIA KARET LATEKS TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN DALAM PERMAINAN FUTSAL SMA NEGERI 27 BANDUNG

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

Seperti dalam sepak bola di futsal kemenangan suatu regu ditentukan oleh jumlah gol, regu yang paling banyak memasukan bola ke gawang lawan maka regu itu akan memenangkan pertandingan. Skor pertandingan. Skor pertandingan di futsal

Yudi Herdianto, 2019

**PENGARUH LATIHAN OTOT TUNGKAI MENGGUNAKAN MEDIA KARET LATEKS TERHADAP KECEPATAN
TENDANGAN DALAM PERMAINAN FUTSAL SMA NEGERI 27 BANDUNG**

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

cenderung lebih banyak dibandingkan dengan sekor pada pertandingan sepak bola, seperti yang di kemukakan Lhaksana, (2011, hlm. 5) yaitu ”permainan futsal cenderung lebih dinamis karena gerakan yang cepat. Ini berbeda dengan sepak bola sehingga jumlah gol yang diciptakan dalam permainan futsal umum nya jauh lebih banyak”.

Menurut Harsono (216, hlm.2004) kecepatan bukan nya berarti mengerjakan seleluruh tubuh dengan cepat, akan tetapi dapat pula terbatas pada menggerakan anggota-anggota tubuh dalam waktu yang singkat-singkatnya. Terdapat banyak bentuk latihan kecepatan di antaranya lari 20 meter, 30 meter, shuttle run, ada pula yang menggunakan bantuan alat seperti harness maupun menggunakan media karet lateks. Bentuk latihan kecepatan menggunakan media karet lateks dengan pendekatan teknik penting diberikan. Karet lateks merupakan alat olahraga fitness yang efisien dan mudah dibawa-bawa terbuat dari karet dengan pegangan tangan yang menjadi tumpuan. Karet lateks mempunyai elatisitas yang bermacam-macam, pada penelitian ini karet lateks berukuran medium dapat di gunakan untuk latihan meningkatkan kecepatan tendangan atlet futsal. Latihan yang baik tidak cukup hanya memberi materi taktik saja, akan tetapi meningkatkan kualitas teknik kecepatan tendangan penting dilakukan. Di lapangan masih banyak pelatih yang belum mengetahui bentuk latihan kecepatan tendangan menggunakan karet lateks.

Penggunaan karet lateks yang berukuran medium sangat membantu latihan yang bervariasi dalam meningkatkan prestasi atlet. Penelitian ini perlu adanya latihan yang mampu secara signifikan membantu atlet meningkatkan tendangan. Melatih tendangan menggunakan media karet lateks sangat berguna. Latihan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan kecepatan tendangan yang sangat berguna untuk atlet mencapai prestasi tertinggi.

Tugas seorang pelatih adalah membuat atlet mendekati kesempurnaan dalam penampilan untuk mencapai prestasi tertinggi. Berdasarkan uraian tersebut maka penulis ingin penelitian dengan judul **“Pengaruh Latihan Otot Tungkai Menggunakan Media Karet Lateks Terhadap Kecepatan Tendangan Dalam Permainan Futsal Di SMA Negeri 27 Bandung”**

Yudi Herdianto, 2019

PENGARUH LATIHAN OTOT TUNGKAI MENGGUNAKAN MEDIA KARET LATEKS TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN DALAM PERMAINAN FUTSAL SMA NEGERI 27 BANDUNG

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

1.2. Rumusan Masalah

Masalah penelitian merupakan suatu pernyataan yang akan di cari jawabannya melalui pengumpulan data, dan analisis data tersebut, sehingga pada akhirnya akan menjadi sebuah kesimpulan atau hasil dari sebuah penelitian. Bertitik tolak pada latar belakang masalah tersebut, penulis ingin mengetahui apakah terdapat peningkatan kecepatan tendangan melalui media karet lateks.

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka peneliti mencoba merumuskan permasalahan penelitian ini yaitu “apakah terdapat peningkatan yang signifikan terhadap kecepatan tendangan melalui media karet lateks?”

1.3. Tujuan Penelitian

Dalam suatu penelitian terdapat suatu tujuan yang ingin di capai. Karena penetapan tujuan dalam suatu kegiatan adalah penting sebagai awal untuk kegiatan selanjutnya untuk mencapai tujuan penelitian. Ada pun tujuan dari penelitian ini adalah :

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan menggunakan media karet lateks terhadap peningkatan kecepatan tendangan atlet futsal.

1.4. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoretis

Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai Pengaruh latihan menggunakan karet lateks terhadap otot tungkai atlet futsal. sehingga dapat dijadikan alternatif dalam penyusunan program latihan dalam pencapaian prestasi

2. Secara Praktis

Dapat digunakan sebagai bahan masukan dan sebagai informasi dalam pelaksanaan evaluasi program latihan yang telah dilakukan serta dapat di jadikan acuan dalam perancangan program latihan yang akan diberikan berikutnya.

Yudi Herdianto, 2019

PENGARUH LATIHAN OTOT TUNGKAI MENGGUNAKAN MEDIA KARET LATEKS TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN DALAM PERMAINAN FUTSAL SMA NEGERI 27 BANDUNG

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

1.5. Struktur Organisasi Skripsi

Untuk mempermudah dalam pembahasan dan penyusunan selanjutnya, makaberikut rencana penulis untuk membuat kerangka penulisan yang akan di uraikan berdasarkan sistematik penulisan sebagai berikut:

BAB I: Memuat tentang pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, batasan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian.

BAB II: Menerangkan tentang konsep, teori, dan pendapat para ahli terkait dengan masalah yang akan diteliti.

BAB III: Berisi penjabaran tentang metode penelitian, penentuan populasi, penentuan sampel, dan langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan.

BAB IV: Pembahasan mengenai hasil pengukuranyamg diproses melalui pengolahan dan analisis.

BAB V: Menjelaskan mengenai kesimpulan dan saran yang terkait hasil penelitian.