BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Futsal adalah olahraga beregu, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan. Futsal juga merupakan sejarah sebagai alternatif dari cabang olahraga sepak bola. Terjadi secara gerakan dinamis (gerakan aktif) dengan passing ke arah rekan-rekan satu tim. Kata “Futsal” merupakan singkatan dari *futbal* (sepak bola) dan *Sala* (ruangan) dari bahasa spanyol atau *futebol* (Portugal) dan *Salon* (Brazil). Olahraga ini membentuk seorang pemain agar selalu siap penerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan pemain lawan. Lapangan futsal yang sempit, menuntut pemainnya memiliki teknik penguasaan bola yang tinggi, kerja sama antar pemain dan kekompakan tim (Tenang 2008; hlm 15). Menurut J. Tenang (2008; hlm 1) futsal diciptakan di *Montevideo*, Uruguay pada tahun 1930 oleh *Juan Carlos Ceriani*.

Menurut pengamatan penulis, perkembangan futsal sangat cepat dan pesat sehingga begitu populer, sampai sekarang futsal sudah ada dimana-mana dalam kaum wanita ataupun pria hingga seluruh dunia. Dilihat dari karakteristik permainan futsal yang memiliki ukuran lapangan yang relatif kecil yaitu sekitar panjang 25 s/d 42 meter x lebar 15 s/d 25 meter, sehingga dalam permainan futsal cenderung lebih banyak terjadi gol daripada sepak bola. Karakteristik futsal seperti itu menuntut pemainan futsal harus memiliki kemampuan tehnik dan fisik yang sangat baik. Menurut J. Lhaksana (2011:7) : “Futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis.

Aspek kondisi fisik seseorang akan sangat mempengaruhi bahkan menentukan gerak penampilannya, Kondisi fisik yang baik. seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988): “akan berpengaruh terhadap fungsi dan sistem organisme tubuh antara lain berupa: akan ada peningkatan dalam kemampuan sistem sirkulasi dan kerja jantung, akan ada peningkatan dalam kekuatan, kelentukan, stamina dan komponen kondisi fisik lainnya, akan ada

Achmad Faisal Latif, 2021

PERBANDINGAN AEROBIC CAPACITY PEMAIN FUTSAL BERDASARKAN POSISI (ANCHOR, FLANK DAN PIVOT)

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

ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan, akan ada pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan.” Kondisi fisik yang prima akan membuat atlet tampil dengan rasa percaya diri yang tinggi, seperti diungkapkan oleh Satriya et al (2010, hlm.58) : “Kondisi fisik baik akan mempengaruhi pula terhadap aspek-aspek kejiwaan yang berupa peningkatan motivasi kerja, rasa percaya diri dan lain sebagainya”. J. Lhaksana (2011) mengemukakan Kondisi fisik utama pemain futsal yaitu daya tahan. Karena seorang pemain futsal harus mempunyai daya tahan yang kuat dan bagus agar dapat mengatur pernafasan pada saat pertandingan dan latihan futsal. J. Lhaksana (2011:15-16) mengemukakan bahwa ”melihat dari karakteristik cabang olahraga futsal, dapat disimpulkan bahwa komponen yang harus dominan dimiliki pemain futsal adalah daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), kelincahan (*agility*) dan kecepatan (*speed*).” Daya tahan (*endurance*) adalah keadaan atau kondisi tubuh yang mampu untuk berlatih untuk waktu yang lama, tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan latihan tersebut. Daya tahan terbagi menjadi dua yaitu daya tahan *aerobic* (jantung dan paru-paru) dan daya tahan *anaerobic* (otot). (Lhaksana : 2011) Daya tahan *aerobic* (jantung dan paru-paru) adalah kerja otot dan gerakan yang dilakukan menggunakan oksigen guna melepaskan energi dari bahan-bahan otot. Sedangkan daya tahan *anaerobic* (otot) adalah sistem energi yang memungkinkan otot-otot yang bekerja dengan menggunakan energi yang telah disimpan, Terdapat dua macam daya tahan *anaerobic* (otot) yaitu daya tahan kecepatan dan daya tahan kekuatan.

Kesimpulan Menurut Penulis, bahwa penelitian ini menjelaskan tentang membandingkan *Aerobic Capacity* pemain futsal berdasarkan posisi (*Anchor*, *Flank* dan *Pivot*) dengan menggunakan alat instrument penelitian tes lari multistap (*Bleep test*). Untuk melihat kapasitas aerobik seorang pemain futsal. Karena seorang penulis belum ada yang meneliti tentang posisi futsal di dalam berbagai posisi. Untuk partisipan, populasi dan sampel yang dijadikan sebagai penelitian yaitu Siswa-siswa yang aktif ekstrakurikuler futsal tingkat Sekolah Menengah Atas/Kejuruan (SMA/SMK).

Penelitian mengenai kapasitas aerobik dalam olahraga futsal telah banyak dilakukan, contohnya penelitian yang dilakukan oleh Alvarez (2015 : 339-344) tentang *Aerobic fitness test and performance in elite female futsal player* hasil penelitiannya menjelaskan 14 pemain futsal wanita dari negara *venezuela*. Tes ini menggunakan daya tahan aerobik yaitu *Tread mill* dengan hasil VO_2Max rata-rata 45,3 ml $kg^{-1}min^{-1}$. Dengan hasil VO_2Max dan hasil kecepatan aerobik maksimal (MAS) tidak berbeda nyata antara tes.

Lalu penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (2011: 63-64), hanya menampilkan profil daya tahan kardiorespiratori saja. Sementara penelitian yang membandingkan kapasitas aerobik terbatas. Sedangkan penelitian yang membandingkan diantara posisi dalam olahraga futsal baru diteliti tentang pengeluaran kalori Amin (2012).

Menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Selanjutnya hasil penelitian dari Amin (2012: 72-76), dari analisis pengeluaran kalori diperoleh hasil bahwa tidak terdapat perbandingan yang signifikan kalori yang dikeluarkan diberbagai posisi dalam olahraga futsal. Dari analisis data heart rate diperoleh hasil bahwa tidak terdapat perbandingan yang signifikan heart rate diberbagai posisi dalam olahraga futsal. Namun dalam penelitian tersebut, belum diungkapkan kapasitas *Aerobic* berdasarkan posisi futsal.

Posisi permainan dalam olahraga futsal terdiri dari empat posisi, yaitu kiper (penjaga gawang), *anchor*, *flank* dan *pivot* yang penulis teliti hanya menggunakan tiga posisi. Karena kalau kiper hasilnya sudah pasti berbeda dibandingkan dengan pemain. Daya tahan aerobik dengan posisi *anchor*, *flank* dan *pivot*. Daya tahan aerobik untuk seorang pemain futsal harus bagus. Semakin tingkat kebugaran meningkat maka tingkat daya tahan semakin bagus dan kuat. Maka dari hasil penelitian tersebut, untuk mengetahui berperannya posisi dalam permainan futsal.

Dari penjelasan di atas penulis bertujuan untuk meneliti tentang “PERBANDINGAN *AEROBIC CAPACITY* PEMAIN FUTSAL BERDASARKAN POSISI (*ANCHOR, FLANK* DAN *PIVOT*).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka rumusan masalahnya yaitu apakah terdapat perbedaan *aerobic capacity* pemain futsal berdasarkan posisi (*Anchor, Flank* dan *Pivot*) ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian mendalam yaitu untuk mengetahui perbedaan *Aerobic Capacity* pemain futsal berdasarkan posisi (*Anchor, Flank* dan *Pivot*).

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dalam skripsi, terbagi menjadi 2 yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis :

1. Manfaat Teoritis :
 - a. Ingin mengukur hasil kemampuan $VO_2\max$ berdasarkan posisi futsal pemain *Anchor, Flank* dan *Pivot*.
 - b. Ingin melihat apakah terdapat perbedaan *aerobic capacity* seorang pemain futsal berdasarkan posisi futsal pemain *anchor, pivot* dan *plank* ?
2. Manfaat Praktis :
 - a. Hasil tes ini mengacu kepada seorang pelatih tingkat SMA/SMK dengan melihat hasil anak asuhannya *Aerobic capacity* dengan menggunakan *bleep test*.
 - b. Hasil tes lari multi tahap (*bleep test*) untuk menyusun pada saat seorang pelatih bisa membuat program latihan terutama ekstrakurikuler futsal.
 - c. Bagi seorang pelatih, sangat acuan melihat hasil para asuhannya dari ekskul futsal dengan rata rata seminggu tiga kali dengan *aerobic capacity* $VO_2\max$ harus dilakukan setiap tes awal (*Free test*) dan tes akhir sampai saat mengikuti turnamen event-event tertentu.

E. Batasan Penelitian

Pada penelitian ini penulis membatasi pada masalah perbandingan *Aerobic Capacity* pemain futsal berdasarkan posisi (*Anchor, Flank* dan *Pivot*). ingin mengetahui karakteristik setiap posisi pemain dengan menggunakan kapasitas aerobik kemampuan seorang pemain futsal. Maka penulis mengambil tentang perbandingan *Aerobic Capacity* dengan pemain futsal berdasarkan posisi (*anchor, pivot* dan *plank*). kemudian untuk dibedakan menggunakan tes lari multistage (*bleep test*), praktek ini seorang pemain futsal tingkat SMA melakukan *bleep test* dengan fisik semampunya, karena tes ini bukan dalam waktu tetapi hasil VO_{2max} . dan untuk komponen fisiknya yang diambil dalam penelitian ini adalah daya tahan kardiovaskular untuk melihat hasil VO_{2max} .

Untuk kesalah pahaman tentang penelitian yang dipelajari oleh penulis, maka dijelaskan ruang lingkupnya penelitian ini sebagai berikut :

1. Perbandingan *Aerobic Capacity* pemain futsal berdasarkan posisi (*Anchor, Flank* dan *Pivot*) khususnya pemain usia muda, amatir dan profesional (statusnya pelajar).
2. Populasi atau sampel penelitian yang dijadikan obyek penelitian adalah antara seluruh Anggota Ekstrakurikuler Futsal yang aktif Futsal SMA Pasundan 3 Cimahi, SMAS ALFA CENTAURI Bandung, SMA PGRI 1 Bandung, SMKN 2 Bandung, dan SMA Nasional Bandung.
3. Sampel yang di ambil sebanyak 15-20 orang dengan memenuhi syarat kualifikasi dan proporsional.

F. Struktur Organisasi Penelitian

Penulisan ini akan dituliskan dalam bentuk laporan penelitian yang terdiri dari lima bab: pendahuluan, kajian teoritis dan kerangka piker, metodologi penelitian, temuan dan pembahasan, simpulan, implikasi dan rekomendasi. Berdasarkan buku pedoman karya ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia (2016). Maka sistematika penulisan pelaporan penelitian (skripsi) yang akan disusun adalah sebagai berikut :

BAB 1 : Berisi uraian pendahuluan yang akan memberikan gambaran mengenali penelitian yang meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah

penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan penelitian dan struktur organisasi penelitian.

BAB 2 : Berisi landasan teori, kajian pustaka, anggapan dasar, dan hipotesis penelitian, kajian pustaka mempunyai peran yang sangat penting dalam suatu penelitian karena sebagai dasar suatu penelitian tersebut. Bab ini membahas tentang teori-teori yang melandasi permasalahan skripsi yang merupakan kerangka teoritis yang diterapkan dalam penelitian.

BAB 3 : Berisi tentang metode penelitian, prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini meliputi, desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian dan analisis data.

BAB 4 : Berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan hasil analisa data berikut diskusi terkait temuan yang ada.

BAB 5 : Berisi tentang kesimpulan, implikasi, rekomendasi dan saran dari hasil temuan penelitian.