

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Olahraga bermanfaat bagi tubuh manusia karena melindungi diri dari berbagai penyakit seperti penyakit jantung, stroke, obesitas sehingga mengurangi stres (Miftahul and Kiram, 2019). Futsal adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari 5 pemain. Teknik dasar futsal hampir sama dengan sepak bola, teknik dasar futsal adalah mengoper, menahan bola (*controlling*), mengumpan perut (*cutting the ball*), *dribbling* dan *shooting* (Hasbillah *et al.*, 2021). Permainan ini dimainkan dalam waktu singkat dan memiliki ruang terbatas untuk bergerak. Setiap pemain harus berlari, mengiringi, mengoper dan berusaha memasukkan bola ke gawang lawan (Nurkadri and Kholil, 2021) Keterampilan penting dalam permainan futsal adalah teknik menggiring bola, untuk menghasilkan pola menggiring yang baik dibutuhkan fisik dan faktor pendukung lainnya seperti kelincahan, kekuatan otot tungkai dan koordinasi pergelangan kaki yang baik (Nurkadri and Kholil, 2021).

Dribble atau menggiring bola adalah tindakan berlari dengan kaki, mendorong bola menggelinding terus menerus di lapangan untuk bertemu, menarik perhatian lawan, dan memberikan ritme untuk menghilangkan kendali lawan. Menggiring bola membantu mencetak gol ke gawang lawan. (Budiman and Sin, 2019). Kemampuan menggiring seorang pemain futsal memerlukan optimalisasi kebugaran fisik dengan salah satu komponennya yaitu kelincahan (*agility*) (Hamzah, 2019).

Kelincahan didefinisikan sebagai keterampilan yang dengannya pemain dapat dengan cepat mengubah arah sambil bergerak tanpa kehilangan keseimbangan (Ardianda and Arwandi, 2018). Peran penting kelincahan seorang pemain futsal terhadap kemampuan menggiring sebesar 25,07% (Andriansyah, F and Winarno, E, 2020). Pada penelitian lain, pengaruh kelincahan terhadap kemampuan menggiring sebesar 31,6% (Darmawan and Setyawati, 2020). Latihan kelincahan bermanfaat bagi bagian tubuh tertentu seperti lengan, kaki, dan lain

sebagainya (Saputra, 2019).

Penelitian sebelumnya oleh Endrawan et al., 2020 berjudul “Hubungan Kelincahan dan kecepatan lari dengan kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler futsal” menggunakan *dogging run tes* dan menunjukkan hubungan yang signifikan dalam hubungan kelincahan dan keterampilan menggiring, dan pada penelitian ini peneliti menggunakan alat ukur yaitu *T-drill test* yang mengukur kelincahan, dan *slalom dribbling test* yang mengukur kemampuan keterampilan menggiring. Tes ini jarang digunakan pada penelitian-penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tersebut. untuk membuktikan ada atau tidaknya hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan urian latar belakang diatas maka dapat diambil rumusan masalah Apakah terdapat Hubungan kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola Pemain Futsal Remaja?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola pemain futsal remaja.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi karakteristik usia, tinggi badan dan berat badan.
- b. Untuk mengetahui distribusi karakteristik kelincahan.
- c. Untuk mengetahui distribusi karakteristik keterampilan menggiring.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat untuk Penulis

- a. Dapat menerapkan ilmu yang diperoleh dari hasil penelitian dan dapat digunakan untuk kemajuan ilmu pengetahuan dibidang Fisioterapi.

- b. Meningkatkan wawasan mengenai Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola Pemain Futsal Remaja

I.4.2 Manfaat untuk Masyarakat

Masyarakat dapat mengetahui hubungan kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola dalam Pemain Futsal Remaja.

I.4.3 Manfaat untuk Universitas

- a. Dapat berkontribusi dalam kegiatan penelitian di bidang ilmu Fisioterapi
- b. Menjadi salah satu syarat guna menyelesaikan Studi Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga Universitas Veteran Jakarta