

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Sepak bola adalah olahraga yang sangat populer di masyarakat Indonesia maupun di dunia (Haikal Millah, et al. 2022) Hal itu dapat dilihat dari banyaknya orang yang menggemari sepak bola, baik dari pelosok desa sampai ke kota, semua orang bisa melakukannya (Nidhomuddin & Suryandari, 2021). Sepak bola adalah olahraga prestasi yang memerlukan kebugaran fisik dan keterampilan dasar sepak bola serta mentalitas yang baik untuk bersaing. (Mahfud et al. 2020). Pertandingan sepak bola dipengaruhi oleh komponen kebugaran fisik seperti ketahanan aerobik (kardiorespirasi), kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, kekuatan, ketahanan otot dan waktu reaksi (Agustiyawan dan Pratama. 2019). Salah satu unsur fisik yang diperlukan dalam olahraga sepakbola adalah kelincahan. *Agility* merupakan kemampuan untuk mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan. Seseorang dikatakan memiliki kelincahan jika dapat bergerak secara cepat sekaligus dapat mengubah arah secara cepat pula tanpa terganggu keseimbangannya (Tarmizi. 2021). *Agility* dapat di definisikan sebagai kemampuan yang memungkinkan untuk bertindak dan mengubah arah dengan cepat dan efektif untuk mencapai tujuan tertentu misalnya, menghindari, menipu, bereaksi terhadap lawan, menciptakan ruang, dll. (Taksin et al. 2017)

Menjadi seorang atlet sepak bola adalah seperti 2 mata uang yang tidak dapat dipisahkan antara prestasi dan cedera. Cedera yang dialami atlet dapat mempengaruhi kebugaran fisik yang pada akhirnya mempengaruhi *functional performance*. Dengan kuatnya kemauan dari setiap individu untuk berkembang dan memberikan hasil yang baik, dan banyaknya perubahan arah dan gerakan yang di ambil dalam setiap keputusan bermain bola dapat menyebabkan pemain cidera kapan saja, dan mempengaruhi *functional performance* dari pemain bola. *Functional performance* (kinerja fungsional) mengacu pada tindakan apa pun yang dilakukan dengan tujuan atau tindakan tertentu dengan tujuan disebut gerak.

Bayu Rizqi Ramadhan, 2023

HUBUNGAN ANTARA *AGILITY* DENGAN *FUNCTIONAL PERFORMANCE* PADA REMAJA DI SEKOLAH *SEPAKBOLA SPARTA LIMO*

UPN "Veteran" Jakarta, , Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id)– [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) - [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

fungsional (Priyas S et al. 2021). *Functional performance* yang baik dengan kesimetrisan ekstremitas diyakini penting untuk meminimalkan risiko cedera (Anne Faltstrom et al. 2017)

Setiap anak memiliki kemampuan *agility* dan kondisi tubuh yang berbeda-beda satu sama lain, sebagai akibatnya kelincahan dan kondisi tubuh pun dapat berbeda satu anak dengan yang lain nya. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan dan jika nantinya terdapat hubungan maka seberapa besar hubungan *agility* dengan *functional performance* pada anak 13-15 tahun di sekolah sepak bola SPARTA.

## **I.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan hal diatas, penulis mengidentifikasi masalah berikut:

- a. Apakah *agility* berperan penting pada pemain sepakbola amatir?
- b. Apakah *Functional Performance* berperan penting pada pemain sepakbola amatir?
- c. Keterkaitan *agility* dan *functional performance* pada pemain sepakbola amatir?

## **I.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan beban latar belakang dan indentifikasi masalah di atas penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat Hubungan yang erat dengan *agility* dan *fuctional permormance* pada pada remaja di sekolah sepak bola sparta limo?”

## **I.4 Tujuan Penelitian**

### **I.4.1 Tujuan umum**

Mengenai tujuan yang akan di raih pada penelitian ini yakni dapat mengetahui adakah hubungan yang erat dengan *agility* dan *fuctional permormance* pada remaja di sekolah sepak bola sparta limo.

### **I.4.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui kemampuan *agilitiy* pemain sepakbola amatir

- b. Mengetahui *Functional performance* pada pemain sepak bola amatir
- c. Mengetahui hubungan keeratan *agility* dan *functional performace* pada remaja di sekolah sepak bola sparta limo.

## **I.5 Manfaat Penelitian**

### **I.5.1 Manfaat Bagi Institusi**

Luaran dari penelitian ini diharapkan dapat menyajikan beberapa masukan dan saran mengenai keeratan hubungan dengan *agility* dan *functional performance*

### **I.5.2 Manfaat Bagi Masyarakat**

Luaran dari penelitian ini diharapkan dapat menambahkan edukasi tentang ilmu fisioterapi olahraga kepada masyarakat agar wawasan kesehatannya bertambah luas, dapat dijadikan acuan untuk program latihan pada pemain sepakbola amatir, dan khususnya memberikan informasi pada pemain sepakbola mengenai *agility* dan *Functional performance*

### **I.5.3 Manfaat Bagi Peneliti**

Luaran penelitian ini diharapkan bisa mengetahui seberapa besar hubungan atau seberapa erat hubungan dengan *agility* dan *functional performance* pemain sepak bola dan di harapkan dapat menambah wawasan penulis mengenai peranan *agility* dan *functional performance* pada pemain sepak bola amatir.