

EVALUASI KEMAMPUAN FISIK DAN TEKNIK PEMAIN FUTSAL ATADROE FUTSAL ACEH BARAT

¹⁾ Muhammad Zikrul Hairat; ²⁾ Aldiansyah Akbar; ³⁾ Boihaqi

^{1,2,3)} Penjaskesrek, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan , Universitas Serambi Mekkah,
Aceh, Indonesia

Article Info

Email Corresponding Author:
zikrulhairat@gmail.com

Keyword:

evaluasi; kemampuan fisik;
futsal

ABSTRACT

Tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui Evaluasi kemampuan fisik dan teknik pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023. Penelitian ini termasuk kedalam penelitian kuantitatif. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 yang telah terjaring dan ditetapkan sebagai pemain. Populasi yang ada hanya berjumlah 21 orang. Teknik pengumpulan data dengan item tesnya adalah kecepatan dan kelincahan, dan tes keterampilan dasar bermain futsal. Tehnik analisis data yang digunakan adalah dengan rumus persentase. Kesimpulan sebagai berikut: Hasil penelitian dengan pengolahan serta analisis data, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut: tes kelincahan pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023, Berkategori Baik 18 (85%), kategori Sedang 7 (15%). Maka tes kelincahan pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah Baik. lari 50 meter pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 , Berkategori Baik Sekali 5 (23%), kategori Baik 9 (42%), kategori Cukup 7 (35%). Maka lari 50 meter pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah Baik dan keterampilan bermain futsal pada pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah sebagai berikut: (1) kategori kurang sebanyak 1 orang pemain (6.6%), (2) kategori kurang sekali sebanyak 21 orang pemain (93.4%), jadi dapat di ketahui bahwa keterampilan bermain futsal pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah kurang sekali.

PENDAHULUAN

Futsal merupakan salah satu jenis olahraga yang sangat digemari oleh banyak orang dipenjuru dunia pada saat ini. Di lingkungan universitas terdapat pula banyak mahasiswa yang secara teratur memelihara kesehatannya. Ada berbagai macam jenis olahraga yang digemari mahasiswa, salah satunya adalah olahraga futsal. Permainan futsal dimainkan oleh lima orang dalam setiap timnya. Lapangan yang digunakannya pun lebih kecil dari pada sepak bola konvensional. Dengan ukuran yang lebih kecil dan dengan pemain yang lebih sedikit, permainan futsal lebih cenderung dinamis dan lebih

membutuhkan kebugaran yang baik dari pemainnya (Lhaksana, 2012). Unsur-unsur kebugaran meliputi kecepatan, daya ledak, kekuatan otot, daya tahan, kelenturan, keseimbangan, ketepatan, koordinasi, tenaga, dan kelincahan. Diantara unsur-unsur diatas, peneliti akan membahas mengenai fisik dan teknik, karena fisik dan teknik merupakan komponen yang sangat penting bagi permainan futsal.

Hasil pemantauan, pemain-pemain Atadroe Futsal Aceh Barat melakukan latihan 1 kali dalam seminggu, yaitu jumat. Dan sebulan sekali melakukan uji coba dengan tim-tim yang ada disekitaran Aceh Barat. Dalam uji coba tersebut jarang memperoleh kemenangan, bahkan kadang-kadang mengalami kekalahan. Ditinjau dari materi pemain yang memperkuat Atadroe Futsal Aceh Barat, kekalahan-kekalahan itu tidak perlu terjadi, kemampuan fisik, teknik dan mental yang dimiliki bermain futsal yang diperlihatkan, hanya ada awal-awal babak pertama akan tetapi tidak dapat dipertahankan sampai pertandingan usai. Untuk dapat mempertahankan keterampilan bermain dengan baik sepanjang pertandingan harus didukung oleh kemampuan fisik yang baik. Peningkatan kemampuan fisik dapat dilakukan dengan melatih komponen kondisi fisik terutama kekuatan otot, kecepatan, daya ledak otot dan daya tahan jantung paru.

Teknik dalam olahraga futsal merupakan keterampilan dan kemampuan manusia untuk bergerak secara ekonomis dan dengan satu tujuan. Hal ini merupakan dasar permulaan untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Dalam permainan futsal menuntut penguasaan teknik yang kompleks sekali. Menurut Tenang (2008:67) bahwa “permainan futsal membutuhkan skill dan teknik penguasaan bola yang matang”. Oleh karena itu tanpa penguasaan teknik dasar yang memadai maka tujuan permainan futsal tidak akan tercapai. Menurut Irawan (2009:22) bahwa “pemain futsal harus memiliki teknik dasar yang mumpuni, seperti mengumpan (*passing*), menerima (*receiving*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring (*dribbling*), menembak (*shooting*) dan menyundul (*heading*). Macam-macam dribbling sesuai dengan perkenaan kaki dibagi menjadi empat. Menurut Irawan (2009:32) dalam permainan futsal menggiring bola dapat dilakukan menggunakan telapak kaki (*sole of the foot*), menggunakan kaki bagian dalam (*inside of the foot*) kaki bagian luar (*out side of the foot*) dan bagian punggung kaki (*instep of the foot*)”. Teknik dribbling memiliki peranan penting terhadap permainan futsal. Menurut Robert Koger (2007:51) bahwa:

“Menggiring bola (*dribbling*) adalah metode pergerakan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki”. Dribbling merupakan kemampuan yang penting dan mutlak harus dikuasai oleh pemain futsal.

Pada cabang olahraga futsal keunggulan kondisi fisik seorang pemain dapat dilihat dari kemampuan mempertahankan keterampilan bermain futsal sepanjang pertandingan. Kemampuan mempertahankan keterampilan sampai pertandingan usai sulit, apabila kondisi fisik tidak mendukung. Untuk mendukung kemampuan fisik selama pertandingan 2x20 menit bahkan sampai perpanjangan waktu ini diperlukan tingkat kondisi fisik yang prima. Kondisi yang diharapkan tersebut dapat dipenuhi dengan mengikuti suatu program latihan kondisi fisik yang disusun secara terencana, terprogram, teratur dan dilaksanakan dengan kontinyu. Rumusan masalah dalam penelitian “Evaluasi kemampuan fisik dan teknik pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023”. Tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui tingkat kondisi fisik dan teknik pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

penelitian ini termasuk kedalam penelitian kuantitatif. Karena ingin mengetahui tingkat kemampuan fisik dan teknik pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023. populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 yang berjumlah 21 orang. Pada penelitian ini, untuk mengumpulkan data digunakan instrumen yang telah ada. Instrumen yang dimaksud adalah Instrumen Model Tes Keterampilan Dasar Futsal (Dian Ika Purba Ratna dan kawan-kawan: 2014:25). Tes yang disusun untuk mengukur keterampilan dasar bermain futsal meliputi: *passing*, *controlling*, *dribbling*, dan *shooting*. Pengukuran kemampuan fisik dengan menggunakan test yang dikemukakan oleh (Widiastuti, 2015)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Persentase Keterampilan Bermain Futsal pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023

NO	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Baik Sekali	0	0%
2	Baik	0	0%
3	Cukup	0	0%
4	Kurang	1	6.6%

5	Kurang Sekali	20	93.4%
Jumlah		21	100%

Berdasarkan table di atas dapat di jelaskan bahwa keterampilan bermain futsal pada pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah sebagai berikut: (1) kategori baik Sekali dengan frekuensi sebanyak 0 orang pemain (0.00%), (2) kategori baik dengan frekuensi sebanyak 0 orang pemain (0%), (3) kategori cukup dengan frekuensi sebanyak 0 orang pemain (0%), (4) kategori kurang dengan frekuensi sebanyak 1 orang pemain (6.6%), (5) kategori kurang sekali dengan frekuensi sebanyak 21 orang pemain (93.4%), jadi dapat di ketahui bahwa keterampilan bermain futsal pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah kurang sekali.

Tabel 2. Distribusi frekuensi tes kelincahan pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik Sekali	0	0%
Baik	18	85%
Sedang	3	15%
Kurang	0	0%
Kurang Sekali	0	0%
Jumlah	21	

Sumber : Hasil Pengolahan data menggunakan rumus statistik dan aplikasi Excel

Tabel di atas menunjukkan tes kelincahan pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023, Berkategori Baik 18 (85%), kategori Sedang 3 (15%). Maka tes kelincahan pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah Baik.

Tabel 3. Distribusi frekuensi lari 50 meter pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023

Kategori	Frekuensi	Persentase
1	2	3
Baik Sekali	5	23%
Baik	9	42%
Cukup	7	35%
Kurang	0	0%
Kurang Sekali	0	0%
Jumlah	21	

Sumber : Hasil Pengolahan data menggunakan rumus statistik dan aplikasi Excel

Tabel di atas menunjukkan lari 50 meter pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023, Berkategori Baik Sekali 5 (23%), kategori Baik 9 (42%), kategori Cukup 7 (35%). Maka lari 50 meter pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah Baik.

KESIMPULAN

Hasil penelitian dengan pengolahan serta analisis data, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut: tes kelincahan pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023, Berkategori Baik 18 (85%), kategori Sedang 7 (15%). Maka tes kelincahan pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah Baik. lari 50 meter pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 , Berkategori Baik Sekali 5 (23%), kategori Baik 9 (42%), kategori Cukup 7 (35%). Maka lari 50 meter pada pemain futsal Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah Baik dan keterampilan bermain futsal pada pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah sebagai berikut: (1) kategori kurang sebanyak 1 orang pemain (6.6%), (2) kategori kurang sekali sebanyak 21 orang pemain (93.4%), jadi dapat di ketahui bahwa keterampilan bermain futsal pemain Atadroe Futsal Aceh Barat Tahun 2023 adalah kurang sekali.

REFERENSI

- Lhaksana, Justinus, (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be champion
- _____. (2012). *Taktik & Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion
- Lhaksana, Justinus & Ishak H. Pardosi, (2008). *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
- Robert, Koger, (2007). *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten. Saka Mitra Kompetensi.
- Widiastuti, (2015) *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tenang. (2008). *Mahir bermain futsal*. Bandung: Mizan.
- Irawan, A. (2009). *Teknik dasar modern futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Wijayanti, D. I. P. R., & Kushartanti, B. W. (2014). Model tes keterampilan dasar futsal bagi pemain KU 10-12 tahun. *Jurnal Keolahragaan*,