

Analisis Keterampilan Teknik Dasar Futsal Dan Kondisi Fisik Dominan Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022

Fitrah Liswanda¹, Boihaqi², Aldiansyah Akbar³

Fitrah Liswanda, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
fitrahliswandafitrah@gmail.com

Boihaqi, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
boihaqi84@gmail.com

Aldiansyah Akbar, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
aldiansyah.akbar@gmail.com

Abstrak

Penelitian yang berjudul “Analisis Keterampilan Teknik Dasar Futsal Dan Kondisi Fisik Dominan Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022” penelitian ini mengangkat masalah bagaimanakah Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bola Futsal dan Kondisi Fisik Dominan Pada Klub Futsal Opanindo Tahun 2022. yang mana Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bola Futsal dan Kondisi Fisik Dominan Pada Klub Futsal Opanindo Tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 14 pemain Klub Futsal Opanindo. peneliti mengambil 100% sampel dari keseluruhan jumlah populasi dengan menggunakan teknik total sampling. Jadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 14 pemain Futsal Opanindo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan tes analisis keterampilan. Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan model tabulasi persentase mulai dari pengumpulan data, analisis data, tinjauan terhadap pertanyaan penelitian dan pembahasan hasil penelitian. Dari hasil pengolahan data dan pembahasan yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa Tingkat analisis keterampilan dalam katagori Tinggi dengan tingkat persentase sebesar 13,92% dalam katagori baik sekali dan Tingkat Evaluasi Kondisi Fisik Dominan Pada Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022, adalah sebesar 16,21 berada dalam kategori Tinggi baik Sekali.

Kata kunci: Analisis Tes Keterampilan Futsal dan Kondisi Fisik Dominan

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Untuk pembangunan bangsa dan negara seutuhnya maka olahraga mempunyai peranan yang sangat penting dalam mencapai usaha tersebut. Pembangunan yang ingin kita laksanakan bertujuan untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang maju, sejahtera lahir dan bathin, termasuk sehat jasmani dan rohani. Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya

peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila. (Cholik Mutohi 2010:17)

Di Indonesia, sudah banyak jenis olahraga yang masuk dan berkembang ditengah-tengah masyarakat Indonesia. Mulai dari olahraga permainan, olahraga beladiri maupun olahraga rekreasi. Semua jenis olahraga tersebut memiliki tujuan yang sama yaitu meningkatkan derajat kesehatan manusia, membentuk karakter, membentuk mental dan sikap sosial setiap insan yang melakukan olahraga tersebut. Futsal merupakan salah satu dari jenis olahraga permainan yang banyak digemari lapisan masyarakat. Melalui kegiatan olahraga Futsal ini para masyarakat banyak memperoleh manfaat khususnya meningkatkan kesehatan, pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Permainan Futsal saat ini mengalami perkembangan yang sangat pesat, hal itu terbukti dengan munculnya klub-klub tangguh di tengah masyarakat hingga klub tanah air dan atlet-atlet Futsal di tingkat kalangan masyarakat maupun tingkat nasional.

Futsal menjadi daya tarik tersendiri dalam masyarakat dikarenakan dalam permainannya Terdapat banyak keterampilan dalam olahraga Futsal, seperti mengoper, menembak, menggiring, dan masih banyak lagi keterampilan lainnya. Tidak hanya itu, didalam permainan Futsal juga terdapat unsur-unsur kondisi fisik. Seperti yang dikatakan oleh Bompa (2000:71) bahwa, “Permainan Futsal merupakan suatu permainan yang unik, dimana mengandung banyak unsur-unsur gerak fisik, seperti : kecepatan (*speed*), kekuatan (*strenght*), daya ledak (*power*), daya tahan (*endurance*), kelenturan (*fleksibility*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), dan koordinasi (*coordination*)”.

Untuk menjadi seorang pemain Futsal yang sukses di level puncak, keterampilan bermain dan kemampuan fisik seperti yang di ungkapkan di atas tentunya harus di kuasai dan dimiliki oleh setiap pemain Futsal. Hal ini seperti yang di ungkapkan oleh Greg Brittenham (1996:1) bahwa pada Futsal semakin baik seorang dapat mendribble,

menembak, dan mengoper, semakin baik pula kemungkinannya untuk sukses. Kemudian Greg Brittenham melanjutkan (1996:1) “tetapi keahlian khusus olahraga tersebut akan menjadi terbatas oleh kondisi fisik yang lemah”.

Sajoto (1988:16) mengatakan, “Kondisi fisik adalah salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam usaha meningkatkan prestasi seorang atlet bahkan dapat dikatakan sebagai keperluan yang tidak dapat ditunda-tunda atau ditawar-tawar lagi”. Harsono (1988:153) juga menjelaskan sebagai berikut, “sukses dalam olahraga sering menuntut keterampilan yang sempurna dalam situasi stress fisik yang tinggi, maka semakin jelas bahwa kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi atlet”.

Berdasarkan keterangan Greg Brittenham, Sajoto dan Harsono diatas, sangatlah jelas bahwa kemampuan fisik seorang pemain berhubungan erat dan memiliki peranan penting dalam keterampilan bermain Futsal Secara umum, Bempa (2001:8) menjelaskan bahwa, “terdapat 10 macam komponen kondisi fisik, 10 macam komponen kondisi fisik tersebut adalah: 1. Kekuatan (*strength*), 2. Daya tahan (*endurance*), 3. Daya ledak (*muscular power*), 4. Kecepatan (*speed*), 5. Kelenturan (*flexibility*), 6. Kelincahan (*agility*), 7. Koordinasi (*coordination*), 8. Keseimbangan (*balance*), 9. Ketepatan (*accuracy*), 10. Reaksi (*reaction*).

Kemudian lebih jauh dikatakan latihan kondisi fisik yang tepat memegang peranan yang penting dalam meningkatkan penampilan pemain, peningkatan kondisi fisik memegang peranan yang penting dalam menacapai prestasi maksimal, seperti yang dikemukakan oleh Nurhasan terdapat beberapa komponen fisik dominan yang terdapat pada olahraga Futsal yaitu 1. Daya tahan, 2. Kekuatan, 3. Power, 4. Kecepatan, 5. kelincahan, Nurhasan (1991:234).

Untuk memperoleh prestasi dalam cabang olahraga futsal tentunya tidak mudah, seperti yang diungkapkan oleh Sajoto (1995:2) bahwa, “untuk mencapai suatu prestasi dalam olahraga, merupakan suatu usaha yang benar-benar harus diperhitungkan secara masak dengan suatu usaha pembinaan melalui pembinaan secara dini”. Anwar Pasau yang disadur oleh Sajoto (1995:2) menjelaskan, “terdapat beberapa aspek penentu dalam pencapaian prestasi olahraga, yaitu: 1. Aspek biologis, 2. Aspek psikologis, 3. Aspek lingkungan, 4. Aspek penunjang”.

Salah satunya adalah klub Futsal Opanindo Banda Aceh yang dalam pembentukannya banyak melahirkan tunas muda pemain Futsal. Opanindo Banda Aceh memiliki pemain yang telah mempunyai kemampuan dan keahlian dalam bermain Futsal. Kemampuan para pemain telah teruji melalui beberapa turnamen Futsal yang telah mereka ikuti, hal ini dapat penulis lihat dari banyaknya kegiatan/kompetensi yang mereka ikuti. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik dan berkeinginan untuk melakukan sebuah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui jawaban dari permasalahan tersebut, sehingga penulis berkeinginan untuk melakukan sebuah penelitian yang berjudul “Analisis Keterampilan Teknik Dasar Futsal Dan Kondisi Fisik Dominan Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022”.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah Tingkat “Analisis Keterampilan Teknik Dasar Futsal Dan Kondisi Fisik Dominan Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022”.

Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan “Analisis Keterampilan Teknik Dasar Futsal Dan Kondisi Fisik Dominan Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022”.

Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi pelatih: memberikan sumbangan ide dan masukan kepada pelatih Futsal agar dapat memperhatikan faktor keterampilan dan kondisi fisik dominan dalam program latihan sepakbola.
2. Bagi peneliti: penambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang olahraga Futsal.
3. Bagi atlet Futsal: dapat memotivasi pemain untuk meningkatkan keterampilan bermain Futsal dan kemampuan fisiknya agar memperoleh prestasi lebih baik lagi di tingkat daerah maupun di tingkat nasional.
4. Pembaca umum: sebagai penambah wawasan dan pemahaman tentang pentingnya peran keterampilan bermain Futsal dan kemampuan fisik untuk menjadi seorang pemain Futsal yang sukses.

METODELOGI PENELITIAN

Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan, menggambarkan dan menyimpulkan data untuk memecahkan suatu permasalahan sesuai dengan prosedur penelitian menggunakan metode deskriptif, yaitu memecahkan suatu masalah dengan cara pencarian data-data mengenai masalah yang diteliti. Penelitian ini akan dilaksanakan di klub futsal Opanindo tahun 2020, yang mana penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan tes sebagai instrument penelitian.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Klub Futsal Opanindo Tahun 2020, yang berjumlah 14 Orang atlet Futsal. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. (Arikunto, 2010:131). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *total sample* atau yaitu teknik dimana populasi dijadikan sampel artinya sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang berjumlah 14 orang atlet.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan pelaksanaannya terlebih dahulu sampel di bariskan dan diberi arahan oleh panitia penelitian berkaitan dengan tes yang akan dilaksanakan oleh pemain klub futsal Opanindo, agar proses pelaksanaan tes nantinya berjalan lancar dan validitasnya dapat dipercaya. Setelah itu barulah dilakukan pengukuran analisis keterampilan dasar permainan futsal.

Teknik Analisis Data

Teknik pengolahan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan statistik deskriptif. Untuk mengolah data tersebut penulis menggunakan Rumus Statistik Sederhana.

Tempat dan Jadwal Penelitian

Penelitian ini Di laksanakan pada tanggal 5 Januari 2023 di lapangan Zero Futsal Jl. Dr. Mr. Mohd Hasan No.17-18, Lampeuneurut Gampong, Kec. Darul Imarah, Kota Banda Aceh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data tes analisis keterampilan teknik dasar bola futsal pada Klub Futsal Opanindo tahun 2022 dalam mengikuti kegiatan proses

penelitian, yang dilakukan dengan cara melakukan tes terhadap responden telah diperoleh hasil sebagaimana terlihat dalam jawaban pertanyaan penelitian:

Dari perhitungan data maka dapat diambil klasifikasi analisis keterampilan teknik dasar bola futsal pada klub Futsal Opanindo tahun 2022 diantaranya: (1) Sebanyak 14 responden berada pada kategori tinggi dengan tingkat persentase 100%, (2) Sebanyak 0 responden berada pada kategori sedang dengan tingkat persentase 0%. Dan katagori rendah sebanyak 0%

Selanjutnya Analisis Evaluasi Kondisi Fisik Dominan Pada Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022 diantaranya: (1) Sebanyak 14 responden berada pada kategori tinggi dengan tingkat persentase 100%, (2) Sebanyak 0 responden berada pada kategori sedang dengan tingkat persentase 0%. Dan katagori rendah sebanyak 0%

Setelah dilakukan penelitian dapat disimpulkan bahwa kondisi keterampilan pemain dan kondisi fisik memegang peran penting dalam meningkatkan prestasi atlet, karena atlet yang telah memiliki keterampilan yang baik, akan mampu untuk menghadapi intensitas dan stress tinggi dalam pertandingan. Oleh karena itu untuk dapat memiliki kondisi keterampilan yang baik di perlukan juga fisik yang baik, maka diperlukan proses belajar berlatih dalam jangka waktu relatif lama dan teratur, sebab itu seseorang yang ingin terampil dalam permainan futsal, maka diperlukan proses latihan yang benar dan didukung oleh unsur-unsur gerak dan keterampilan dasar bermain futsal yang baik pula. (Bompa 2001:128). Agar tujuan mencapai prestasi puncak tercapai, Hal ini juga sesuai dengan pendapat dari Harsono (2006:100) bahwa “Ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama, yaitu latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, dan latihan mental”. Keempat aspek ini mutlak harus dimiliki oleh setiap atlet sebelum pertandingan, termasuk pemain futsal.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang analisis keterampilan teknik dasar futsal dan kondisi fisik dominan, telah diperoleh hasil sebagai berikut: Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bola Futsal Pada Klub Futsal Opanindo Tahun 2022 diantaranya: (1) Sebanyak 14 responden berada pada kategori tinggi dengan tingkat persentase 100%, (2) Sebanyak 0 responden berada pada kategori sedang dengan tingkat persentase 0%. Dan katagori rendah

sebanyak 0%.Selanjutnya Analisis Evaluasi Kondisi Fisik Dominan Pada Klub Opanindo Banda Aceh Tahun 2022 diantaranya: (1) Sebanyak 14 responden berada pada kategori tinggi dengan tingkat persentase 100%, (2) Sebanyak 0 responden berada pada kategori sedang dengan tingkat persentase 0%. Dan katagori rendah sebanyak 0%.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah. (2009). *Dasar-dasar Permainan Bola Futsal*. Yogyakarta: Diktat.
- Arikunto. (2010). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Bompa. (2000) *Theiry and Methodologi of Training*. Lowa: Kendala/Hunt.
- Bompa. (2013). *Power Training For Sport*, Canada: York Universiti Toronto Ontorio, Second Printing.
- Cholik Mutohi. (2010). *Gagasan-gagasan tentang Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Harsono. (2006). *Tes Pengukuran Kondisi Fisik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hadi. (2008). *Statistik Permainan Bola Besar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Greg, Brittenham. (1996). *Bola Besar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Justinus Lhaksana . (2010). *Dasar Bermain Futsal. Edisi Kedua*. Yogyakarta: Intan.
- Komarudin. (2010). *Teknik Permainan Analisi Olahraga*. Bandung: Arkola.
- Muhajir. (2007). *Sasaran Pendidikan Jasmani, sekolah Tinggi Olahraga*. Bandung.
- Nasution. (2010). *Analisi Daya Penggerak Tingkah Laku*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Roeslan Hatta. (2011). *Bola Futysal Panduan Lengkap Latihan Khusus Pemantapan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sukintaka. (2001). *Kamus BesarBahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sukatamasi. (2001). *Teknik Permainan Analisi Olahraga*. Bandung: Arkola.
- Sumanto. (2002). *Bola Futsali Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Soepartono. (2005). *Dasar-dasar Permainan Bola Futsal*. Yogyakarta: Diktat.
- Sucipto. (2008). *Metodik Melatih Permainan Bola Futsal*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metoda Analisis Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sajoto, M. (2015). *Kekuatan kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Wirjasantosa. (2011). *Pengantar psikologi Umum*. Jakarta: Penerbit Andi.