

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang semakin berkembang dan sangat populer di berbagai kalangan usia, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Menurut Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, olahraga diartikan sebagai kegiatan terstruktur yang bertujuan untuk mendorong, membina, dan mengembangkan potensi fisik, mental, serta sosial individu. Undang-undang ini juga membagi olahraga ke dalam tiga kategori, yaitu: (1) olahraga pendidikan, (2) olahraga rekreasi, dan (3) olahraga prestasi. Seiring berjalannya waktu, olahraga, khususnya olahraga permainan, mengalami perkembangan yang pesat. Antusiasme masyarakat terhadap olahraga permainan terlihat dari perhatian yang besar terhadap peraturan yang mengaturnya, serta munculnya cabang olahraga baru yang banyak diminati, seperti futsal, yang berhasil menarik banyak peminat.

Futsal adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing beranggotakan lima pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Tujuan utama dari futsal adalah membangun kerja sama tim yang solid untuk mencapai kemenangan, sehingga kolaborasi antar pemain menjadi elemen penting dalam permainan ini. Sebagai versi sepak bola yang lebih sederhana, futsal menggunakan lapangan dan bola yang lebih kecil, serta memiliki aturan yang berbeda. Aturan futsal ditetapkan dengan ketat oleh *FIFA* untuk memastikan *Fair Play* dan meminimalkan risiko cedera, terutama karena lapangan futsal untuk pertandingan internasional biasanya terbuat dari material keras seperti kayu atau plastik/*rubber*, yang dapat meningkatkan potensi cedera akibat benturan. Untuk meraih kesuksesan dalam

permainan futsal, dibutuhkan kerja sama tim yang solid dan keterampilan bermain yang handal, salah satunya melalui penerapan teknik *passing* yang efektif.

Passing adalah salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan futsal, meskipun teknik dasar lainnya juga memiliki peran yang tidak kalah penting. Kemampuan *passing* berfungsi untuk menjaga penguasaan bola serta membangun serangan yang efektif. Teknik ini menjadi kunci agar bola tetap terkontrol dengan baik oleh anggota tim. *Passing* yang tepat dapat menciptakan ruang dan memungkinkan pengendalian permainan, baik dalam situasi bertahan maupun menyerang. Menurut (La Kamadi & Ishak Bachtiar, 2024: 539-548), *passing* merupakan teknik penting dalam futsal yang umumnya dilakukan dengan menggunakan bagian dalam kaki. Dalam melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam, ada beberapa aspek yang perlu diperhatikan, seperti posisi kaki tumpu yang harus berada di samping bola, fokus pandangan yang tetap pada bola, ayunan kaki, titik kontak antara kaki dan bola, serta gerakan lanjutan setelah *passing*. *Passing* bukan hanya sekadar menendang bola, tetapi juga memerlukan presisi dalam mengatur kecepatan, agar bola yang diberikan kepada rekan setim tidak terlalu keras atau terlalu lemah.

Melihat permasalahan ini, penulis juga mengamati cara pemain futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi berlatih futsal di lapangan. Para pemain sering melakukan kesalahan dalam *passing*, seperti ketidakakuratan atau ketidaktepatan dalam mengoper bola, sehingga lawan dapat dengan mudah memprediksi arah bola yang diberikan. Hal ini disebabkan oleh *passing* yang kurang baik, menghasilkan bola yang mudah diprediksi, baik dari segi kecepatan, arah, maupun tujuan. Untuk

meningkatkan kemampuan *passing*, salah satu metode latihan yang dapat diterapkan adalah metode *small-sided games*.

(Hajarul Susanto Walid Djaba, 2022: 356-363), menjelaskan bahwa *small-sided games* adalah metode latihan yang menciptakan situasi permainan yang mirip dengan pertandingan sesungguhnya, sehingga pemain dapat menguasai aspek teknik, taktik, dan fisik. *Small-sided games* merupakan permainan yang dimainkan dengan jumlah pemain kurang dari sebelas orang dan di lapangan yang berukuran lebih kecil. Selain itu, menurut Clemente, *et al.* (2020: 2), *small-sided games* adalah permainan yang dimainkan di lapangan yang lebih kecil dibandingkan lapangan futsal pada umumnya, dengan aturan yang dimodifikasi dan melibatkan lebih sedikit pemain daripada jumlah pemain pada pertandingan futsal sesungguhnya.

Penerapan *small-sided games* menjadi salah satu metode latihan yang efektif, terutama dalam olahraga permainan seperti futsal. *Small-sided games* merupakan bentuk latihan yang fokus pada simulasi permainan dalam skala lebih kecil, biasanya dengan jumlah pemain dan area yang terbatas. Metode latihan ini memberikan kesempatan kepada pemain untuk mengasah keterampilan teknis, seperti *passing* dan menjaga posisi, dengan intervensi minimal dari pelatih. Hal ini, pada gilirannya, meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan dan adaptasi pemain dalam permainan.

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap tim futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi, ditemukan bahwa kemampuan *passing* pemain masih belum optimal. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian dengan judul **"Pengaruh Latihan *Small-Sided Games* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Pada Tim Futsal Putri SMK Negeri 4 Kota Jambi"**.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Kurangnya kemampuan *passing* pada pemain futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi.
2. Kurangnya penerapan metode latihan yang efektif untuk meningkatkan ketepatan *passing*.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini akan berfokus pada kesalahan teknik *passing* yang dilakukan oleh pemain futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi, khususnya dalam hal ketepatan saat melakukan *passing*, serta kurangnya penerapan metode latihan yang efektif, seperti *small-sided games*, untuk meningkatkan kemampuan *passing*. Fokus utama penelitian adalah untuk mengidentifikasi dan mengatasi kesalahan dalam teknik *passing* yang terjadi baik selama latihan maupun pertandingan.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah: Apakah latihan *small-sided games* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh latihan *small-sided games* terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman mengenai efektivitas latihan *small-sided games* dalam meningkatkan kemampuan *passing* pada tim futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi. Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan teori latihan teknik dengan membuktikan bahwa latihan yang terfokus dan intens, seperti *small-sided games*, dapat meningkatkan kemampuan *passing* pemain. Selain itu, penelitian ini juga memberikan kontribusi terhadap teori pembelajaran motorik, dengan menggambarkan bagaimana pengulangan dan variasi latihan dalam situasi permainan kecil dapat mempercepat proses pembelajaran teknik futsal. Secara keseluruhan, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya teori mengenai efektivitas *small-sided games* sebagai metode latihan untuk meningkatkan keterampilan teknis, khususnya kemampuan *passing*, pada tim futsal putri SMK Negeri 4 Kota Jambi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelatih

Penelitian ini memberikan dasar yang kuat bagi pelatih futsal di SMK Negeri 4 Kota Jambi untuk menerapkan latihan *small-sided games* sebagai upaya meningkatkan kemampuan *passing* pemain. Melalui metode ini, pelatih dapat merancang latihan yang lebih terfokus dan efektif, yang pada akhirnya dapat mempercepat perkembangan keterampilan futsal para pemain. Selain itu, penelitian ini juga dapat berkontribusi dalam

meningkatkan performa tim futsal putri dalam kompetisi, serta membantu dalam penyusunan program latihan yang lebih terstruktur dan sesuai dengan kebutuhan tim. Secara keseluruhan, penelitian ini mendukung upaya peningkatan kualitas pengajaran olahraga di sekolah, dengan memberikan wawasan yang berguna bagi pelatih dan pemain untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

b. Bagi Pemain Futsal

Memberikan kesempatan kepada pemain untuk meningkatkan kemampuan *passing* melalui latihan *small-sided games* yang lebih intens dan terfokus. Dengan metode ini, pemain dapat lebih sering terlibat dalam situasi permainan yang menyerupai kondisi nyata, yang membantu mereka mengasah teknik *passing* dengan cara yang lebih efektif. Selain itu, *small-sided games* juga memberikan peluang bagi pemain untuk memperbaiki pemahaman taktik dan komunikasi dalam tim, yang pada akhirnya dapat meningkatkan performa mereka di lapangan.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini bertujuan untuk memperluas pemahaman dan pengalaman dalam menerapkan metode latihan *small-sided games* dalam konteks futsal. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan pengetahuan mengenai efektivitas *small-sided games* dalam meningkatkan keterampilan teknik, khususnya *passing*. Penelitian ini juga membuka peluang untuk penelitian lanjutan yang lebih mendalam mengenai penerapan *small-sided games* dalam cabang olahraga lainnya.