

## Penguasaan Teknik Dasar Futsal Siswa Ekstrakurikuler SMA NW Narmada

Fadli Zainuddin<sup>1</sup>, P Muhammad Yusuf<sup>2</sup>

Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Ilmu

Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Undikma

Email: [pmyusufundikma@gmail.com](mailto:pmyusufundikma@gmail.com)

**Abstrak.** Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang favorit di SMA NW Narmada adalah Futsal. Ekstrakurikuler futsal merupakan kegiatan yang diselenggarakan untuk menambah kemampuan dan meningkatkan prestasi siswa yang mempunyai bakat, minat dan kemampuan dalam olahraga futsal dan sebagai salah satu kegiatan positif bagi siswa untuk menghindari dari pengaruh–pengaruh lingkungan yang negatif seperti pergaulan bebas, seperti narkoba yang sedang marak akhir-akhir ini. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei teknik dasar futsal siswa ekstrakurikuler SMA NW Narmada. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif kuantitatif yang berupa persentase dan untuk mengumpulkan data digunakan instrumen tes teknik dasar futsal siswa ekstrakurikuler SMA NW Narmada. Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMA NW Narmada yang berjumlah 10 orang putra yang terdiri dari kelas X dan XI. Penelitian ini menggunakan studi populasi maka sampel penelitian ini juga menggunakan seluruh populasi yang ada. Instrumen penelitian menggunakan tes teknik mengumpan (passing dan kontrol (control, tes teknik menggiring bola (dribling) dan tes teknik menembak (shooting). tes passing control, 3 orang meraih skor 7 dengan persentase 30%, 4 orang meraih skor 8 dengan persentase 40% dan selebihnya 3 orang meraih skor 9 dengan persentase 30%. Untuk tes dribling 5 orang meraih waktu rata rata 18 detik dengan persentase 50%, 2 orang meraih waktu rata rata 19 detik dengan persentase 20%, 2 orang meraih waktu rata rata 20 detik dengan persentase 20% dan 1 orang meraih waktu rata rata 21 detik dengan persentase 10%. Sedangkan untuk tes shooting 5 orang meraih poin rata rata 3 dengan persentase 50%, 2 orang meraih poin rata rata 4 dengan persentase 20% dan 3 orang meraih poin rata rata 5 dengan persentase 30%. Luaran dalam penelitian ini adalah (1) Draft jurnal nasional tidak terakreditasi.

**Kata Kunci:** *Teknik Dasar Futsal*

### .PENDAHULUAN

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang favorit di SMA NW Narmada adalah Futsal. Ekstrakurikuler futsal merupakan kegiatan yang diselenggarakan untuk menambah kemampuan dan meningkatkan prestasi siswa yang mempunyai bakat, minat dan kemampuan dalam olahraga futsal dan sebagai salah satu kegiatan positif bagi siswa untuk menghindari dari pengaruh–pengaruh lingkungan yang negatif seperti pergaulan bebas, seperti narkoba yang sedang marak akhir-akhir ini.

Kegiatan ekstrakurikuler ini biasanya dilaksanakan 2-3 kali seminggu, sedangkan durasi waktunya tiap pertemuan kurang lebih 90 menit. (Hastuti, 2008: 46). Ekstrakurikuler

futsal di SMA NW Narmada terdiri dari satu tim. Yang berjumlah 20 siswa, latihannya setiap hari senin, kamis dan sabtu.

Latihan teknik dasar futsal sangat diperlukan dalam mempersiapkan skill seorang atlet sebelum pertandingan. Keterampilan dasar merupakan faktor yang menjadi komponen penting dalam sebuah tim yang sedang melakukan pertandingan selain faktor teknik, strategi dan mental.

Hasil survei yang saya lakukan tim futsal SMA NW Narmada sudah banyak mengikuti turnamen berbagai tingkat dan belum mendapatkan prestasi di karenakan terbatasnya waktu dan hari untuk latihan teknik dasar bermain futsal. Setiap latihan hanya latihan teknik buat bertanding jadi tidak

pernah diterapkan metode latihan yang baik untuk meningkatkan teknik dasar bermain futsal. Oleh karena itu penulis bermaksud melaksanakan penelitian yang berjudul “Penguasaan Teknik Dasar Futsal Siswa Ekstrakurikuler SMA NW Narmada”.

### METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei teknik dasar futsal siswa ekstrakurikuler SMA NW Narmada.

Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMA NW Narmada yang berjumlah 10 orang putra yang terdiri dari kelas X dan XI. Penelitian ini menggunakan studi populasi maka sampel penelitian ini juga menggunakan seluruh populasi yang ada.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, yang bermaksud untuk mengeksplorasi dan klarifikasi suatu fenomena atau fakta sosial, dengan jalan menjabarkan beberapa variabel yang berkaitan dengan masalah yang diteliti. Jenis penelitian ini tidak menjelaskan jalianan hubungan antara variabel yang ada, tidak bertujuan untuk menarik generalisasi yang menjelaskan sejumlah variabel yang berdampak adanya suatu gejala atau dampak sosial.

Adapun penelitian bermaksud mengeksplorasi teknik dasar futsal siswa ekstrakurikuler SMA NW Narmada. Dalam mengolah dan menganalisis data, lazimnya menggunakan pengolahan statistik yang bersifat deskriptif kuantitatif.

Pengumpulan data dilakukan adalah mengukur teknik mengumpan (passing dan kontrol), mengukur tes menggiring bola (dribling), mengukur tes menembak (shooting) kemudian mencari persentasi hasil dari masing masing tes.

### HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian pada bab ini menyajikan analisis Penguasaan Teknik Dasar Futsal Siswa Ekstrakurikuler SMA NW

Narmada. Hasil perhitungan dari penelitian ini disajikan sebagai berikut.

No	Nama	Passing control	Dribling (detik)	Shooting
1.	A	7	18,3	3,3
2.	B	8	19,2	4,3
3.	C	8	18,5	3
4.	D	8	18,6	5
5.	E	9	19,3	3,6
6.	F	7	20,2	3,6
7.	G	9	21,8	3,6
8.	H	9	18,6	5
9.	I	8	18,7	5
10.	J	7	20,4	4,3

Berdasarkan Tabel diatas untuk tes *passing control*, 3 orang meraih skor 7 dengan persentase 30%, 4 orang meraih skor 8 dengan persentase 40% dan selebihnya 3 orang meraih skor 9 dengan persentase 30%. Untuk tes *dribling* 5 orang meraih waktu rata rata 18 detik dengan persentase 50%, 2 orang meraih waktu rata rata 19 detik dengan persentase 20%, 2 orang meraih waktu rata rata 20 detik dengan persentase 20% dan 1 orang meraih waktu rata rata 21 detik dengan persentase 10%. Sedangkan untuk tes *shooting* 5 orang meraih poin rata rata 3 dengan persentase 50%, 2 orang meraih poin rata rata 4 dengan persentase 20% dan 3 orang meraih poin rata rata 5 dengan persentase 30%.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 10 pemain selama penelitian didapat hasil berupa untuk tes *passing control*, 3 orang meraih skor 7 dengan persentase 30%, 4 orang meraih skor 8 dengan persentase 40% dan selebihnya 3 orang meraih skor 9 dengan persentase 30%. Untuk tes *dribling* 5 orang meraih waktu rata rata 18 detik dengan persentase 50%, 2 orang meraih waktu rata rata 19 detik dengan persentase 20%, 2 orang meraih waktu rata rata 20 detik dengan persentase 20% dan 1 orang meraih waktu rata

rata 21 detik dengan persentase 10%. Sedangkan untuk tes *shooting* 5 orang meraih poin rata rata 3 dengan persentase 50%, 2 orang meraih poin rata rata 4 dengan persentase 20% dan 3 orang meraih poin rata rata 5 dengan persentase 30%.

Futsal adalah Olahraga bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan 5 orang pemain. Tujuan Olahraga Futsal adalah memasukkan bola ke gawang lawan. Dengan menggunakan kaki, kepala, dan semua bagian tubuh kecuali tangan.

Tidak seperti Sepak Bola Olahraga Futsal dimainkan di ruang tertutup dan di tempat yang rata. Dengan ukuran lapangan yang lebih kecil dan jumlah pemain yang lebih sedikit dari Sepak Bola. Juga lapangan Futsal dibatasi oleh garis bukan dengan net atau dengan sebuah papan.

Futsal berasal dari Bahasa Spanyol dari kata Futbol (sepak bola) dan Sala (ruangan). Apabila dua kata tersebut digabungkan maka menjadi Sepak Bola dalam ruangan (Futsal). Olahraga Futsal pertama dipopulerkan di Montevideo, Uruguay tahun 1930. Oleh salah satu pelatih sepak bola asal Argentina yang bernama Juan Carlos Ceriani. Olahraga ini mendapatkan banyak perhatian dari Amerika Selatan, terutama Brasil. Keindahan permainan ini dapat dilihat seperti yang diperlihatkan pemain Brasil di luar lapangan. (Bermain Sepak bola).

## SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian menunjukkan hasil tes penguasaan teknik dasar futsal siswa ekstrakurikuler SMA NW Narmada, tes *passing control*, 3 orang meraih skor 7 dengan persentase 30%, 4 orang meraih skor 8 dengan persentase 40% dan selebihnya 3 orang meraih skor 9 dengan persentase 30%. Untuk tes *dribbling* 5 orang meraih waktu rata rata 18 detik dengan persentase 50%, 2 orang meraih waktu rata rata 19 detik dengan persentase 20%, 2 orang meraih waktu rata rata 20 detik dengan persentase 20% dan 1 orang meraih waktu rata rata 21 detik dengan

persentase 10%. Sedangkan untuk tes *shooting* 5 orang meraih poin rata rata 3 dengan persentase 50%, 2 orang meraih poin rata rata 4 dengan persentase 20% dan 3 orang meraih poin rata rata 5 dengan persentase 30%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bizzini, M., Junge, A., & Dvorak, J. (2011). *The "11+" Manual. A complete warmup Programme to prevent injuries.*(FIFA Medical Assessment and Research
- Bizzini, M., Junge, A., & Dvorak, J. (2013). Implementation of the FIFA 11+ football warm up program: How to approach and convince the Football associations to invest in prevention. *British Journal of Sports Medicine*, 47(12), 803–6. <http://doi.org/10.1136/bjsports-2012-092124> Rossler R, Centre, Ed.). Zurich. <https://www.researchgate.net/publication/275052587> Champion
- Donath L, Verhagen E, et al. Exercise-based injury prevention in child and adolescent sport: a systematic review and meta-analysis. *Sports Med* 2014;44:1733–48.
- Fédération Internationale de Football Association (FIFA). *The "11+" A Complete Warm-up Programme to Prevent Injuries. Manual.* Zürich, Switzerland: FIFA Medical Assessment and Research Centre (F-MARC); 2007.
- Hulfian, Lalu; 2014, *Kondisi Fisik dan tes pengukuran dalam olahraga*, Mataram: LPP Mandala