

Latihan Strategi Serangan Olahraga Futsal Untuk Akademi Futsal Surakarta

(Studi Pengembangan Futsal Pada Akademi Futsal Surakarta)

Anjas Asmara¹, Muchsin Doewes², Hanik Liskustyawati³

^{1,2,3} Ilmu Keolahragaan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, 57126
E-mail: anjasd0414038@gmail.com

Abstrak — Penelitian ini dilakukan karena adanya kebutuhan untuk menyusun latihan strategi serangan yang baik, pelaksanaan uji coba model strategi serangan pemain futsal, dan mengetahui efektifitas model strategi serangan yang disusun pada pemain futsal Akademi Futsal di Surakarta. Penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian *Research and Development* yang dilakukan menggunakan 4 tahap yaitu studi pendahuluan tahap pengembangan strategi serangan, tahap uji coba produk, dan uji efektifitas produk. Hasil dari evaluasi futsal dalam penelitian ini berupa data kualitatif dan data kuantitatif. Hasil evaluasi ahli futsal untuk data kuantitatif berupa hasil persentase yaitu 83,48%, Uji coba kelompok kecil dilaksanakan menggunakan 30 subjek. Hasil persentase dari uji kelompok kecil sebesar 78,23. Uji coba kelompok besar dilaksanakan menggunakan 50 subjek Hasil persentase dari uji kelompok besar sebesar 82,59%. Hasil uji efektifitas menunjukkan ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan strategi serangan dan metode latihan konvensional dalam peningkatan kemampuan serangan pemain futsal. Simpulan terakhir produk dinyatakan terbukti efektif meningkatkan kemampuan strategi serangan pemain.

Kata Kunci — Futsal, Pengembangan, Strategi Serangan

PENDAHULUAN

Cabang olahraga yang digemari oleh seluruh lapisan masyarakat mulai dari anak-anak hingga dewasa adalah olahraga futsal. Hal ini dapat dilihat dari perkembangan pembangunan lapangan futsal baik di sekolah, universitas, maupun milik umum. Permainan futsal semakin lama semakin digemari karena bersifat dinamis dan dapat dimainkan segala kalangan. Digunakannya lapangan yang lebih kecil dari pada olahraga sepak bola konvensional dan hanya dimainkan oleh lima orang pemain di dalam lapangan yang lebih kecil dan dengan lebih sedikit. Olahraga futsal lebih cenderung dinamis dan lebih membutuhkan kebugaran yang baik dari pada mainnya [1].

Futsal (futbol sala dalam bahasa Spanyol berarti sepak bola dalam ruangan) merupakan permainan sepak bola yang dimainkan di dalam ruangan [1]. Permainan futsal merupakan salah satu olahraga yang dimainkan secara kelompok yang terdiri dari 5 orang. Olahraga ini bertujuan untuk mencetak goal sebanyak-banyaknya di gawang lawan. Futsal memiliki pola permainan yang praktis dan sederhana, peralatan yang dibutuhkan sangat mudah didapatkan. Selain untuk olahraga futsal dapat dijadikan kompetisi dan rekreasi. Olahraga futsal membentuk kerjasama antar pemain untuk mencetak gol kegawang lawan sebanyak banyaknya selain itu olahraga futsal membentuk pemain untuk selalu siap mengumpan

bola dan menerima bola dengan cepat dalam tekanan pemain lawan. Dengan lapangan yang sempit, permainan futsal menuntut teknik penguasaan bola tinggi, kerja sama antar pemain, dan kekompakan tim [2].

Aspek aspek dasar yang merupakan elemen dari pola serangan dalam olahraga futsal yaitu penguasaan terhadap bola, komposisi pemain dan pola formasi permainan [3]. Komponen penguasaan terhadap bola ditingkatkan melalui latihan kelincahan dan kekuatan dalam pergerakan kaki. Pelatih dapat menerapkan teknik tersebut melalui latihan kontrol bola dan dribling. Seorang yang baik dan profesional dalam mengatur pola serangan harus memperhatikan komposisi pemain dan mencermati kemampuan individu setiap pemainnya ke dalam hal penguasaan bola untuk mendapatkan strategi yang efektif dan efisien. Komposisi pemain yang baik sangat membantu dalam menyusun model latihan yang akan diterapkan Surakarta memiliki satu sistem yang mewadahi atlet futsal dari usia 15-19 tahun untuk dibina menjadi atlet yang memiliki kemampuan melalui beberapa Akademi Futsal. Hal ini harus dilakukan dengan perencanaan program yang benar – benar matang dan hati – hati dan tidak melakukannya hanya untuk jangka yang sangat singkat [4]. Setiap tingkatan usia dibina oleh 2 pelatih dan 1 pelatih kiper. Program latihan yang disusun terdiri dari program latihan mingguan dan bulanan yang terdiri dari beberapa aspek dan telah melalui pertimbangan yang matang. Fakta dilapangan menunjukan bahwa pelatih

cenderung menekankan latihan fisik dan mental, latihan teknik dasar justru kurang disesuaikan dengan kemampuan masing-masing pemain dan cenderung menggunakan teknik pukulan rata. Hal ini menyebabkan beberapa pemain merasa bosan dengan metode latihan dan kurang berkembang. Pelatih jarang memberikan latihan strategi terutama dalam hal serangan, yang mengakibatkan strategi yang dihasilkan kurang variatif.

Berdasarkan hasil interview bebas terpimpin dengan pelatih futsal di beberapa klub futsal Surakarta, rata-rata menjelaskan bahwa dalam suatu program latihan belum menerapkan model latihan strategi serangan, kemampuan strategi serangan ditemukan permasalahan mengenai penguasaan variasi strategi serangan. Sejauh ini pelatih lebih menekankan pada latihan teknik dasar, fisik dan mental sehingga latihan strategi kurang diajarkan. Banyak tim mengalami serangan yang tidak bisa menembus pertahanan lawan, strategi serangan tidak efektif dan tim banyak kehilangan bola, dan lawan dapat melakukan serangan balik yang membahayakan. Permasalahan berikutnya yaitu melatih strategi serangan futsal tidak mudah membutuhkan seorang pelatih futsal yang paham tentang metode dan materi latihan yang paling efektif untuk memberikan latihan strategi serangan futsal dan harus memahami kemampuan para siswa atau atlet, sehingga materi strategi dapat berjalan dan efektif. Hal ini berdampak pada kurangnya pemahaman atlet terhadap strategi serangan. Dengan permasalahan dan kebutuhan pelatih untuk meningkatkan strategi serangan futsal, peneliti mengembangkan model latihan strategi serangan futsal tingkat akademi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Research and development*. Penelitian pengembangan yang dilaksanakan merupakan penelitian yang digunakan untuk mengembangkan kemampuan strategi dan skill Akademi Futsal Surakarta. Penelitian ini diawali dengan studi literatur untuk menyusun langkah yang tepat dan efisien dalam penyusunan rancangan penelitian. Penyusunan draft produk dilakukan oleh peneliti ditambahkan saran dan koreksi dari ahli sehingga memenuhi syarat kelayakan praktis. Latihan

yang direncanakan mempertimbangkan kemampuan awal baik fisik, bakat, dan mental untuk menghindari beban overload yang berdampak pada pemain supaya hasil penelitian berdampak positif untuk dapat mencapai superkompetensi.

A. Teknik Pengumpulan Data

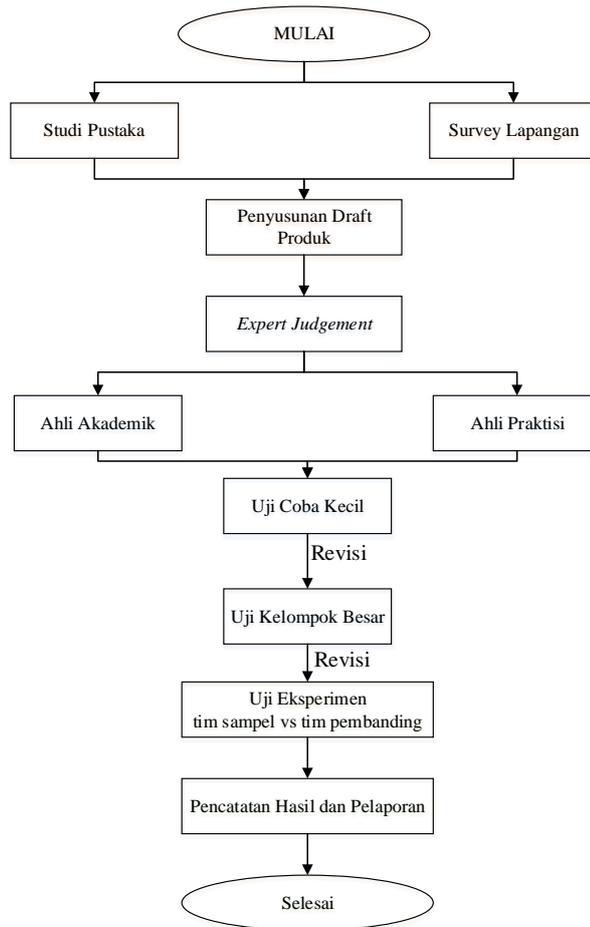
Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini melalui beberapa teknik, diantaranya, wawancara, penyebaran kuesioner, tes, dan observasi. Teknik wawancara digunakan untuk mengetahui kemampuan strategi serangan yang dimiliki pemain. Penyebaran kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data penilaian mengenai produk strategi yang disusun dari pemain dan ahli. Tes digunakan untuk mengetahui kemampuan sebelum dan setelah pemberian treatment produk strategi. Observasi untuk mengetahui keadaan melalui lembar penilaian dan catatan lapangan.

B. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan data kualitatif dan kuantitatif. Analisis data kualitatif dalam penelitian ini menggunakan beberapa tahapan analisis data, diantaranya reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Data yang telah dikumpulkan akan dianalisis dan direduksi secara sistematis berdasarkan kelompok data tereduksi, untuk selanjutnya ditamikan secara sistematis dan terorganisir untuk penarikan kesimpulan. Penelitian ini menggunakan metode pengecekan sejawat dan triangulasi. Pemeriksaan keabsahan data diperlukan untuk menjaga keabsahan dari data yang telah diambil di lapangan. Pengolahan data dengan pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini ditinjau dari jenis data yang dikumpulkan, mulai dari kuesioner, data pretest dan posttest pada saat uji eksperimen.

C. Prosedur Penelitian

Penelitian ini terdiri dari beberapa tahapan yang merupakan aspek-aspek penting. Urutan tahapan penelitian akan disajikan dalam gambar bagan berikut.



Gambar 1. Bagan Alir Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap pendahuluan dalam penelitian adalah analisis kebutuhan untuk mengidentifikasi masalah, di dalam penelitian ini analisis kebutuhan yang dilakukan berdasarkan observasi ketika latihan dan wawancara terhadap pelatih di 5 akademi di Kota Surakarta. Dengan melakukan observasi dan wawancara untuk mengetahui permasalahan kemampuan strategi serangan futsal pada akademi futsal di Surakarta. dari hasil wawancara diketahui bahwa belum adanya model-model latihan strategi serangan dalam satu program latihan. Latihan diperlukan untuk meningkatkan kemampuan strategi serangan pemain agar lebih variatif, efektif, dan efisien

Perancangan produk awal yang dalam hal ini strategi serangan didasarkan pada kajian teoritis sehingga dapat dirumuskan dalam susunan diantaranya latihan strategi serangan pola 2-2, latihan strategi serangan pola 4-0, latihan strategi serangan pola 3-1, Latihan serangan pengaturan peralihan perubahan, serangan cepat, dan penyusunan program latihan harian. Rancangan produk model latihan disusun sesuai dengan urutan

pelaksanaan sistematika dan urutan latihan penyajian produk. Rancangan produk model variasi serangan futsal ini untuk selanjutnya akan dilakukan validasi serta evaluasi oleh ahli untuk mengetahui tingkat kelayakan produk untuk di ujicobakan.

Tahap ketiga adalah uji coba produk. Uji coba yang pertama adalah uji coba ahli dengan menggunakan tiga ahli futsal dengan menggunakan 66 butir pertanyaan dengan hasil 83,48 % dan dapat diinterpretasikan bahwa rancangan produk pengembangan model latihan strategi serangan pemain futsal Akademi Futsal di Surakarta bisa diuji cobakan pada tahap selanjutnya. Penelitian yang dilakukan menggunakan Uji coba kelompok kecil dengan jumlah subjek 30 menggunakan instrumen angket dengan jumlah pertanyaan 50. Hasil uji kelompok kecil adalah 78,22%. uji coba kelompok besar dengan 50 subjek dengan hasil 82.58%. Tahap keempat dalam penelitian pengembangan ini adalah uji efektivitas, dengan membandingkan nilai rata-rata antara hasil kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Tes akhir ini didapatkan setelah dilakukan penerapan program latihan pada masing-masing kelompok. Tahap uji efektivitas dinilai melalui 4 aspek, diantaranya rotasi pemain,

pergerakan tanpa bola, penguasaan bola, dan kerjasama team. Tahap uji efektivitas menggunakan 20 subjek yang dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 10 subjek. Hasil uji efektivitas dalam penelitian ini terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan strategi serangan dan metode latihan konvensional dalam peningkatan kemampuan strategi serangan.

KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan variasi, efektifitas, dan efisiensi strategi serangan. Tahapan dari penelitian ini terdiri dari studi pendahuluan yang dilakukan dengan pelatih Akademi Futsal di Surakarta menunjukkan bahwa belum adanya program latihan strategi serangan secara khusus yang menyebabkan strategi serangan cenderung monoton. Strategi serangan yang digunakan cenderung mengutamakan pola serangan 2-2 dan 4-0 tanpa memperhatikan serangan dari situasi tertentu permainan futsal, sehingga kemampuan serangan pemain futsal belum maksimal. Tahap selanjutnya adalah pengembangan produk awal. Perancangan produk awal yang dalam hal ini model latihan strategi serangan dirumuskan dalam susunan sebagai berikut: (1) Studi Pustaka, (2) Analisis kebutuhan, (3) Latihan serangan pada futsal. (4) Program latihan strategi serangan pada futsal. (5) Evaluasi kemampuan strategi serangan dalam permainan futsal.

Hasil dari evaluasi futsal dalam penelitian ini berupa data kualitatif dan data kuantitatif. Hasil evaluasi ahli futsal untuk data kuantitatif berupa hasil persentase yaitu 83,48%, dari hasil tersebut bisa diinterpretasikan bahwa produk pengembangan model latihan strategi serangan pada futsal bisa dilanjutkan ke tahap selanjutnya dengan memperhatikan saran dari ahli. Uji coba kelompok kecil dilaksanakan menggunakan 30 subjek. Hasil persentase dari uji kelompok kecil sebesar 78,23%, sehingga bisa diinterpretasikan bahwa produk pengembangan model latihan strategi serangan diterima oleh pemain futsal dan siap diuji coba pada kelompok yang lebih luas. Uji coba kelompok besar dilaksanakan menggunakan 50 subjek Hasil persentase dari uji kelompok besar sebesar 82,59%, sehingga bisa diinterpretasikan bahwa produk pengembangan model latihan strategi serangan diterima oleh pemain futsal dan siap untuk dilakukan uji efektifitas. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan strategi serangan dan metode latihan konvensional dalam peningkatan kemampuan serangan pemain futsal.

IMPLIKASI

Penelitian ini mengandung pengembangan ide yang terperinci, apabila dikaji mengenai implikasi yang ditimbulkan.

Model latihan yang disusun dapat dimanfaatkan sebagai alternative dalam memilih model latihan strategi serangan untuk meningkatkan skill dalam olahraga futsal. Peningkatan skill dan strategi dalam bermain juga akan berdampak baik dalam pengembangan prestasi akademi futsal di Surakarta. teori umum yang mengandung prinsip, faktor-faktor, dan karakteristik dalam bertanding harus dipahami secara baik oleh pelatih untuk disampaikan kepada pemain. Ketika menyampaikan strategi pelatih juga harus memperhatikan beberapa disiplin ilmu yang menunjang kepelatihan seperti pedagogi dan biomekanika.

Pemberian variasi model latihan strategi serangan futsal dapat digunakan untuk meminimalisir kejenuhan pemain terhadap model latihan yang diterapkan sebelumnya. Setting latihan yang dihadirkan dalam model latihan strategi latihan yang disusun mempertimbangkan semua prosedur penyusunan program latihan dapat dimanfaatkan sebagai referensi untuk setting latihan di masa depan.

Kami berterima kasih atas partisipasi anda dalam Seminar Nasional "Efektivitas Literasi Digital pada Pembelajaran Olahraga". Semoga mampu memberikan manfaat sebagaimana mestinya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Lhaksana, J. (2012) *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: be champion.
- [2] Tenang, John d. (2008) *Mahir Bermain Futsal: Dilengkapi Teknik dan Strategi Bermain*. Bandung: mizan media utama.
- [3] Jaya, A. (2008) 'Futsal: Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan', Yogyakarta: Pustaka Timur.
- [4] Wijayanti, D. I. P. R. and Kushartanti, B. M. W. (2014) 'Model tes keterampilan dasar futsal bagi pemain KU 10-12 tahun', *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), pp. 32-45.
- [5] Hermans, V. and Engler, R. (2011) *Futsal: Technique, Tactics, Training*. united kingdom: meyer & meyer verlag.
- [6] Moleong, L. J. (2004) 'Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya..(2009)', *Metodologi penelitian kualitatif (edisi revisi)*.
- [7] Notoatmodjo, S. (2010) 'Metodologi penelitian kesehatan'. Jakarta: rineka cipta
- [8] Sugiono, D. P. (2015) 'Metode Penelitian & Pengembangan Research and Development'. Bandung: Alfabeta.
- [9] Suharsimi, A. (2009) 'Dasar-dasar evaluasi pendidikan', *Jakarta: Bumi Aksara*.
- [10] Sukadiyanto, S. (2010) 'Stress dan cara mengurangnya', *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 1(1).
- [11] Sukmadinata, N. S. (2012) 'Metode penelitian memberikan deskripsi, eksplorasi, prediksi, inovasi, dan juga dasar-dasar teoretis bagi pengembangan pendidikan', *Bandung: PT. Remaja Rosdakarya*. Windschitl, M.(2004). *What types of knowledge do teachers use to engage learners in doing science*. Seattle: the National Academy of Sciences.
- [12] Winarno, M. E. (2011) 'Metodologi penelitian dalam pendidikan jasmani', *Media Cakrawala Utama Press, Malang*.

- [13] Wiyono, B. B. (2007) 'Metodologi Penelitian (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan Action Research)', *Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang*.