

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah salah satu dari kebutuhan hidup yang harus dipenuhi oleh setiap orang. Pada kehidupan modern ini manusia tidak bisa dipisahkan dari olahraga baik sebagai pekerjaan khusus, rekreasi, kesehatan, budaya, mata pencaharian maupun sebagai tontonan. Olahraga mempunyai tujuan menjadikan manusia kuat dan sehat. Dalam agama islam, sehat dipandang sebagai nikmat kedua setelah iman. Adapun salah satu ayat al-Qur'an terkait dengan olahraga adalah Q.S Al-Qashash, ayat 26, yaitu:

قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ ۖ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ

Artinya: Salah seorang dari kedua wanita itu berkata: "Ya bapakku ambillah ia sebagai orang yang bekerja (pada kita), karena sesungguhnya orang yang paling baik yang kamu ambil untuk bekerja (pada kita) ialah orang yang kuat lagi dapat dipercaya".

SMK Muhammadiyah Bligo adalah salah satu sekolah yang memiliki kegiatan ekstrakurikuler futsal yang menjadi favorit di antara sekolah-sekolah di Pekalongan. Pelatih Futsal SMK Muhammadiyah Bligo mengatakan bahwa selama 3 tahun terakhir ini tim futsal SMK Muhammadiyah Bligo sudah meraih banyak kejuaraan pada turnamen lokal maupun turnamen yang besar dan bergengsi di Jawa Tengah. Tingginya popularitas futsal di SMK Muhammadiyah Bligo membuat futsalnya maju berkembang dan berprestasi. SMK Muhammadiyah Bligo memiliki tiga tim

futsal, dimana tim pertama yang akan bermain di turnamen yang besar dan bergengsi, sedangkan tim dua dan tiga untuk turnamen lokal disekitar Pekalongan. Untuk mengetahui kelincahan dan kecepatan pemain futsal di SMK Muhammadiyah Bligo Pekalongan bisa dilihat dari bentuk telapak kaki dan panjang tungkai pada pemain tersebut.

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang disukai oleh masyarakat pada akhir-akhir ini, yang popularitasnya tidak saja sebagai olahraga prestasi tetapi juga sering sebagai olahraga rekreasi maupun kesehatan. Futsal menjadi ajang olahraga berkompetisi serta bermain bagi pemainnya dan juga menjadi olahraga yang praktis dan murah bagi masyarakat karena banyaknya sarana dan prasarana futsal sekarang ini (Aliza, 2014).

Kelincahan memiliki fungsi untuk meningkatkan prestasi dalam cabang olahraga. Secara langsung kelincahan merupakan kemampuan untuk merubah posisi tubuh dan arah dengan tepat dan cepat tanpa kehilangan kesadaran serta keseimbangan akan posisi tubuh pada waktu sedang bergerak. Jadi kelincahan tidak hanya menuntut kecepatan, tetapi juga fleksibilitas yang baik dari sendi-sendi anggota tubuh. Orang tidak akan bisa bergerak lincah tanpa memiliki fleksibilitas. Selain itu, kelincahan juga membutuhkan keseimbangan yang bagus (Kardjono, 2008). Salah satu bagian yang paling penting dan mempengaruhi struktur *musculoskeletal* dan biomekanik pada kaki adalah arkus pedis atau lengkung kaki. Tahap lengkungan tulang tapak kaki setiap orang tidak sama. Secara umum dapat dibagi menjadi tiga yaitu arkus normal, tinggi, dan rendah. 20% orang dewasa mengalami kaki datar

dan hampir semua bayi yang baru lahir tidak mempunyai arkus seperti orang dewasa normal (Lendra & Santoso, 2009).

Selain tiga pokok masalah diatas, kelincahan dan kecepatan juga perlu factor fisik atau jasmani seperti panjang tungkai. Panjang tungkai termasuk bagian dari antropometri yang berpengaruh dengan sumbangan yang diberikan pada titik kecil terhadap kelincahan dan kecepatan pemain futsal. Setiap cabang olahraga memiliki karakteristik tertentu, maka diperlukan kesesuaian perbandingan dan perimbangan tubuh agar dapat menunjang prestasinya. Manusia tidak akan pernah mempunyai sifat-sifat jasmani atau fisik yang sama persis satu dengan yang lainnya, sehingga panjang tungkai pemain dan kelincahan serta kecepatan juga berbeda (Rudiyanto, *et al.*, 2012).

Berdasarkan uraian di atas maka penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan bentuk telapak kaki dan panjang tungkai dengan kelincahan dan kecepatan pemain futsal.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat diambil suatu rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan bentuk telapak kaki dengan kelincahan dan kecepatan pemain futsal?
2. Apakah ada hubungan panjang tungkai dengan kelincahan dan kecepatan pemain futsal?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan bentuk telapak kaki dan panjang tungkai dengan kelincahan dan kecepatan pemain futsal.

2. Tujuan khusus

Mengetahui seberapa kuat hubungan bentuk telapak kaki dan panjang tungkai dengan kelincahan dan kecepatan pemain futsal.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini semoga dapat menjadi masukan atau referensi bagi perkembangan ilmu kesehatan tentang hubungan bentuk telapak kaki dan panjang tungkai dengan kelincahan dan kecepatan pemain futsal.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi bagi penelitian selanjutnya yang ada kaitannya dengan bentuk telapak kaki, panjang tungkai, kecepatan, dan kelincahan pada pemain futsal.