

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang mendunia serta memberikan hal-hal yang baik dan indah sehingga populer dikalangan masyarakat. Seperti halnya jenis olahraga lainnya, Untuk bermain sepak bola yang baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik. Teknik dasar yang perlu di punya pemain sepak bola yaitu teknik *longpass*, karena dengan *longpass* pemain mampu mengumpan jarak jauh kepada teman sehingga dapat dijadikan cara untuk menciptakan peluang terjadinya gol. Hal tersebut sesuai dengan pendapat (Ghozali, Imam, 2013) yaitu dalam permainan sepak bola *longpass* memiliki tujuan antara lain “Mengoper bola pada teman, mengoper bola ke daerah yang kosong, mengoper bola terobosan diantara lawan, menendang bola untuk membuat gol ke gawang lawan, dan menendang bola untuk menggunakan daerah permainannya sendiri”.

Sedangkan Depdikbud (Alfian, Mufti, 2012) menjelaskan sebagai berikut: “*Longpass* atau tendangan jarak jauh adalah mengoper bola ke teman yang berdiri jauh melalui tendangan”. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa tendangan *long pass* merupakan salah satu teknik dasar sepak bola yang digunakan untuk mengumpan bola ke teman yang berdiri jauh dari tendangan.

(*Longpass*) mempunyai arti penting dalam permainan sepakbola, dalam setiap pertandingan sepakbola, tendangan jarak jauh sangat sering dilakukan oleh setiap pemain, karena selain digunakan untuk mencetak gol, juga dapat digunakan untuk memberikan umpan jauh kepada teman satu tim atau sapuan di daerah pertahanan sendiri (*clearent*) saat diserang lawan. Misalnya saja pemain belakang dari daerah pertahanan memberikan umpan kepada pemain depan. Tendangan jarak jauh pun dapat digunakan untuk tendangan penjuru, tendangan bebas untuk membuang bola dari serangan lawan dan sebagainya. Jadi tendangan jarak jauh dalam permainan sepakbola sangat dibutuhkan dan mempunyai arti yang sangat

penting. Untuk menghasilkan tendangan yang maksimal selain dibutuhkan penguasaan teknik yang baik, kemampuan fisik juga ikut berperan karena hasil tendangan yang jauh selain didapatkan dari penguasaan teknik yang baik juga kondisi fisik yang baik pula. Seorang pemain yang memiliki proporsi badan yang tinggi biasanya memiliki ukuran tungkai yang panjang. Asumsi peneliti di lapangan bahwa pemain sepakbola yang tungkainya panjang dan lengan memiliki tendangan yang lebih jauh dari pada pemain yang tungkainya pendek.

pemain sepak bola juga harus memiliki bentuk tubuh yang ideal dan proporsional agar memudahkan dalam gerakan. Namun sayangnya, ukuran tubuh yang ideal tersebut kurang menjadi perhatian baik oleh pemain sendiri maupun terkadang oleh pelatih. Padahal dengan proporsi tubuh yang ideal, akan memudahkan gerak dan gerakan-gerakan yang dihasilkan juga lebih terarah. Untuk mengukur idealitas dan kesesuaian proporsi tubuh dapat digunakan pengukuran antropometri. Banyak pelatih olahraga yang tidak memperhatikan perkembangan atlitnya, termasuk antropometri dan kondisi fisik. Potensi antropometri menyangkut komposisi tubuh yang dimiliki atlet terkadang masih kurang perhatian dari para pelatih olahraga (Allsabab, M.A.H. & Weda, 2020) .

Setiap atlet perlu memiliki komponen-komponen kondisi fisik yang prima, agar mampu mempertahankan dan meningkatkan prestasi meliputi beberapa komponen. Komponen tersebut terdiri atas kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, daya tahan, daya ledak otot, koordinasi, keseimbangan, daya lentur, dan reaksi. Serta ditunjang dari tinggi badan, berat badan, panjang lengan dan panjang tungkai yang baik. Sehingga antropometri dapat dijadikan rujukan pada pengukuran bentuk fisik yang berbeda setiap individu. Ketika bermain, penampilan yang baik dapat dilakukan jika kemampuan fisiknya memadai, kemampuan terbaik sangat diperlukan bagi pemain agar keterampilan ketika bermain dapat berjalan dengan baik. (Allsabab, M.A.H. & Weda, 2020) juga menjelaskan bahwa dalam semua cabang olahraga, antropometri dibutuhkan sekali untuk mendapatkan hasil dan prestasi yang maksimal dari atlet, sehingga jelas bahwa antropometri yang ideal akan memaksimalkan prestasi atlet.

Dengan keterampilan yang dimilikinya seorang pemain sepak bola dituntut

memiliki keterampilan bermain yang bagus agar mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan diatas lapangan dengan waktu yang terbatas, juga kelelahan fisik dan lawan tanding yang tangguh. Pengetahuan tentang taktik dan strategi juga sangat penting, meskipun dalam permainan sepak bola tidak ditentukan berat atau ukuran pemain secara khusus, namun semua pemain harus memiliki tingkat kebugaran yang tinggi. Seorang pemain sepak bola diuntut memiliki fisik yang prima ketika di lapangan dan pada saat pertandingan berlangsung. Maka dari itu dari uraian di atas faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan *longpass*: *Longpass* tidak hanya melibatkan keterampilan teknis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor-faktor fisik pemain, seperti antropometri dan kondisi fisik. Antropometri, seperti tinggi badan, panjang kaki, dan kekuatan otot, dapat memengaruhi kekuatan dan akurasi *longpass*. Sementara kondisi fisik, seperti kekuatan otot, fleksibilitas, dan kecepatan, juga berperan dalam kemampuan melakukan *longpass* dengan baik.

Dalam melakukan tendangan *longpass* anggota tubuh bagian bawah memiliki peranan penting. Pada saat awalan, persendian bergerak dimulai dari fleksi dari persendian lutut dan panggul serta angkel kaki kanan yang terangkat ke atas. Sedangkan pada saat melurus di kaki kiri terjadi eketensi panggul, lutut dan engkel yang memberikan tolakan. Demikian seterusnya hingga pergantian langkah kaki. Ketika kaki kiri berhenti maka akan terjadi penahanan berat badan pada kaki kiri. Pada saat menendang bola dengan kaki kanan maka poros pertama persendian terdapat pada sendi pinggul (Hamill et al., 2019). Dari analisis gerak *longpass* ini peneliti menyimpulkan bahwa antropometri dan kondisi fisik memiliki peran yang lebih dominan.

Pemain yang lebih kuat dapat berlari lebih cepat, melompat lebih tinggi, mengubah arah lebih cepat, dan menendang bola lebih keras (Bran Swinnen, 2016).

Pemain dengan kondisi fisik yang tinggi lebih sedikit lelah setelah pertandingan, meskipun beban yang diterima lebih besar dalam sebuah permainan (Johnston et al., 2014). Dalam melakukan *long passing*, otot tungkai memiliki peranan penting yang merupakan salah satu komponen fisik yang membantu

melakukan hal pada umumnya dalam permainan sepak bola.

Penelitian terdahulu berjudul antropometri tubuh terhadap tendangan (*longpass*) dalam sepak bola (Romdhoni, 2020). Dalam penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh positif berat badan terhadap *Longpass*. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional. Kebaruan dari peneliti ini dengan penelitian selanjutnya adalah antropometri dan kondisi fisik terhadap *longpass*. Dilihat dari masalah tersebut peneliti ingin lebih jauh mengetahui hubungan antara antropometri dan kondisi fisik, terhadap kemampuan *longpass*, maka perlu dikaji secara ilmiah melalui penelitian dengan judul, “Hubungan antropometri, dan kondisi fisik, terhadap kemampuan (*longpass*).

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Masih kurangnya kemampuan atlet menendang jauh (*longpass*).
2. Pelatih kurang memperhatikan tentang pentingnya antropometri
3. Pelatih harus meningkatkan latihan fisik atlet untuk melatih tendangan *longpass* dalam olahraga sepakbola seperti latihan kecepatan, *power* dan keseimbangan.
4. Belum adanya pemahaman atlet sepakbola tentang antropometri, kondisi fisik, dan manfaat latihan kondisi fisik.

1.2.1 Batasan Masalah

Penelitian ini akan memfokuskan permasalahannya pada hubungan antropometri, dan kondisi fisik terhadap kemampuan (*longpass*) dalam permainan sepakbola pada pemain PS BRT Subang.

1.2.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, penulis mengambil sebuah rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Seberapa besar hubungan antara Antropometri terhadap kemampuan (*longpass*) para pemain sepakbola PS BRT subang secara bersamaan?
2. Seberapa besar hubungan kondisi fisik terhadap kemampuan (*longpass*) para pemain sepak bola PS BRT subang secara bersamaan?

3. Seberapa besar hubungan antropometri dan kondisi fisik seluruh pemain PS BRT subang terhadap kemampuan (*longpass*) yang dilakukan secara bersamaan?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang telah dirumuskan di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan antropometri terhadap kemampuan (*longpass*) dalam permainan sepakbola pada pemain PS BRT Subang secara bersamaan.
2. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan kondisi fisik terhadap kemampuan (*longpass*) dalam permainan sepakbola pada pemain PS BRT Subang secara bersamaan
3. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan antropometri dan kondisi fisik terhadap kemampuan (*longpass*) dalam permainan sepak bola pada pemain PS BRT Subang secara bersamaan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Dapat memberikan gambaran bahwa pemain sepakbola yang tungkainya panjang lebih memiliki kekuatan dalam melakukan tendangan, walaupun masih ada faktor lain yang mempengaruhi diantaranya kekuatan otot tungkai. Dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai kajian dalam peningkatan prestasi pemain khususnya pada cabang sepakbola.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pemain hasil ini diharapkan sebagai acuan dan motivasi untuk berlatih lebih baik lagi agar dapat mencapai prestasi yang maksimal.
2. Bagi klub hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi tolak ukur kemampuan pemain sehingga pada saat mengikuti turnamen atau kompetisi dapat memanfaatkan kelebihan pemain yang mempunyai hasil tendangan yang jauh.
3. Bagi pembaca hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan untuk menambah wawasan tentang perbedaan permainan sepakbola yang

memiliki tungkai panjang dan pendek khususnya dalam menendang bola.

4. Bagi peneliti hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan antara pemain sepakbola yang tungkainya panjang dan pemain sepak bola yang tungkainya pendek dalam melakukan tendangan.