

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menendang adalah salah satu tindakan paling penting dalam sepak bola, memungkinkan pemain untuk memindahkan bola dengan presisi, mengoper ke rekan tim yang posisinya lebih baik untuk mencoba untuk mencetak gol. Namun, itu adalah gerakan dinamis yang membutuhkan kekuatan dan koordinasi tingkat tinggi (Naito et al.2010). Saat menendang harus memosisikan kaki pendukung mereka dengan jarak yang tepat dari bola, akselelator memakan segmen paha dan betis dari kaki yang mengayun dan mencapai kecepatan kaki maksimum di dekat kontak bola (Nunome at al. 2006). Setiap pemain sepak bola harus memiliki teknik *long passing* yang baik. Teknik ini dapat digunakan saat bermain saat melakukan serangan balik (counter attack) ke daerah pertahanan lawan dengan cepat untuk mencetak gol atau menghalau bola dari daerah pertahanan sendiri. dalam permainan sepak bola, *long passing* sangat penting dan sering digunakan. dengan tendangan ini, tim bekerja sama. Selain itu, banyak gol terjadi karena penendang yang tepat. Jangan lupa bahwa mendapatkan kebugaran fisik yang baik sangat penting untuk teknik sepak bola.

Kondisi fisik siswa sepakbola merupakan salah satu komponen yang perlu dibina oleh pelatih sepakbola selain teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding. Scheunemann (2008:26) menyatakan bahwa “Teknik yang hebat tidak akan banyak berarti apabila tidak didukung oleh stamina yang prima”. Artinya, seorang siswa sepakbola selain mempunyai teknik yang bagus juga harus mempunyai fisik yang baik. Kondisi fisik yang baik dan prima diperlukan untuk menghadapi lawan bertanding merupakan unsur yang penting dalam permainan sepakbola. Roesdiyanto dan Budiwanto (2008:4) mengatakan “Pembentukan kondisi fisik merupakan faktor yang paling penting dalam program latihan yang bertujuan untuk mencapai kemampuan yang tinggi”

Long passing merupakan teknik tendangan jarak jauh untuk memberikan umpan ke pemain satu tim yang berada di depan untuk melakukan penyerangan secepat mungkin (Gill, 2003). Long passing digunakan agar rekan satu tim dapat

melakukan sprint untuk menerima bola hasil operan dan menghindari lawan dengan mudah (Mielke, 2007). Dalam pertandingan sepak bola bermain dengan saling mengumpan lebih efisien dibandingkan dengan menggiring bola . *Long Passing* juga dipengaruhi oleh kekuatan otot tungkai sehingga menunjang saat melakukan tendangan dengan jauh.

Bola tidak akan mencapai sasaran tanpa otot tungkai yang memiliki daya ledak yang baik, dengan adanya daya ledak otot tungkai akan menghasilkan tendangan yang kuat, sehingga pemain dapat mengoper jarak jauh dengan maksimal(Afif, 2019).*Power* Otot tungkai merupakan komponen yang penting dalam menentukan keberhasilan teknik *long passing*. Menurut Saputra (2013) mengatakan bahwa kekuatan otot tungkai merupakan kemampuan otot tungkai kaki dalam menerima beban sewaktu bekerja. Operan yang sesuai dan terukur dapat mendukung terciptanya gol.untuk mendapatkan keterampilan passing terukur, pemain wajib berlatih dengan teratur dan konsisten(Vembaliarto & Lismadiana,2018) teknik *long passing* atlet dituntut untuk latihan long passing untuk membiasakan ketika saat pertandingan.(Wibowo,2013). Menurut Sucipto dkk (2000: 17) “ada beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki oleh seorang pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyudul (*heading*), merebut (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goalkeeping*)”

Dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan menjadi beberapa macam, yaitu menendang dengan kaki bagian dalam (*inside*) digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*), menendang dengan kaki bagian luar (*outside*) digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*), menendang dengan punggung kaki (*instep*) digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*), dan menendang dengan punggung kaki bagian dalam (*inside of instep*) digunakan untuk mengumpan jarak jauh (*long passing*) (Sucipto,dkk.2000:17)

Long passing dapat digunakan untuk menyerang dan bertahan, semua pemain sepak bola termasuk penjaga gawang, harus mampu melakukan *long passing* dengan baik. Salah satu masalah yang sering dihadapi pemain sepak bola adalah

mereka sering melakukan *long passing* yang salah, memungkinkan lawan mengambil bola dengan mudah. Tendangan sepakbola merupakan salah satu tendangan yang harus dilakukan dengan baik untuk melakukan serangan dalam pertandingan sepakbola. Menurut Lubis (2004:29) tendangan sepakbola adalah tendangan yang sering dilakukan pemain untuk menyerang gawang lawan dengan variasi tendangan *shotting* menggunakan punggung kaki dan *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Tendangan ini dapat dilakukan dengan mudah agar tepat sasaran, oleh karena itu tendangan sepakbola merupakan tendangan yang sangat efektif yang harus dikuasai dengan baik oleh pemain sepakbola.

Berdasarkan pengamatan pada saat dilapangan beberapa pemain Akademi Persib Cimahi U-15 yang memiliki tungkai yang panjang memiliki tendangan yang lebih jauh namun sebagian juga ada tendangannya lemah, begitu juga sebaliknya, ada beberapa juga yang memiliki tungkai yang lebih jauh pendek memiliki tendangan yang lebih keras namun ada juga tungkai lebih pendek tendangannya lemah.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tito Rama Maydhike (2018) menemukan korelasi positif antara panjang tungkai dan hasil tendangan jarak jauh (*long passing*). Namun, penelitian yang dilakukan oleh Yudi Purwanta (2016) menemukan korelasi yang tidak signifikan antara panjang tungkai dan hasil tendangan jarak jauh.

Penelitian yang terdahulu dilakukan orang lain yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan acuan atau referensi peneliti untuk menguatkan kajian teori penelitian yang sudah ada. Adapun penelitian yang sudah relevan dengan penelitian antara lain :

Tito Rama Maydhike² (2018) dalam Penelitian yang berjudul “Hubungan Panjang Tungkai Kekuatan Otot Tungkai Power dengan Ketepatan Hasil Umpan Jauh (*Long Passing*)”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan panjang tungkai, kekuatan otot tungkai, dan power dengan ketepatan hasil umpan jauh (*long pass*) pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 2 Sewon.

Dalam sepak bola, tendangan *long passing* adalah yang paling efektif karena setiap pemain dapat melakukan kesebelasan, termasuk penjaga gawang,

bertahan, gelandang, dan penyerang. Tendangan *long passing* jauh dan keras membutuhkan kekuatan otot tungkai, keseimbangan, dan struktur anatomi panjang tungkai untuk melakukannya.

Penelitian sebelumnya hanya meneliti *power* otot tungkai dan panjang tungkai, Oleh karena itu peneliti menambahkan keseimbangan dari penelitian sebelumnya yang dapat ditambahkan karena pada saat melakukan *long passing* keseimbangan tersebut ikut berperan saat melakukan *long passing*.

Berdasarkan Uraian diatas, maka peneliti sangat tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Korelasi antara *power* otot tungkai, keseimbangan dan panjang tungkai dengan hasil *long passing* sepak bola .

1.2 Rumusan Masalah

Dari Pendahuluan di atas, maka terdapat rumusan masalah sebagai berikut.

- 1.2.1 Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai dengan hasil *long passing*?
- 1.2.2 Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan hasil *long passing*?
- 1.2.3 Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara panjang tungkai dengan hasil *long passing*?
- 1.2.4 Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai, keseimbangan dan panjang tungkai dengan hasil *long passing*?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah diatas maka tujuann penulis dalam penelitian ini :

- 1.3.1 Untuk mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai dengan hasil *long passing* pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15
- 1.3.2 Untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan dengan hasil *long passing* pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15
- 1.3.3 Untuk mengetahui hubungan yang panjang antara panjang tungkai dengan hasil *long passing* pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15

- 1.3.4 Untuk mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai, keseimbangan dan panjang tungkai dengan hasil *long passing* pada Siswa Akademi Persib Cimahi U-15

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut :

- 1.4.1 Bagi Pemain, meningkatkan kondisi fisik yang menunjang dalam melakukan keterampilan *long passing* dalam bermain sepak bola
- 1.4.2 Membantu peran pelatih untuk memperbaiki mutu dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan
- 1.4.3. Penelitian ini berguna untuk mengetahui adanya hubungan *power* otot tungkai, keseimbangan, dan panjang tungkai dengan ketepatan hasil *long passing* sepakbola pada Siswa Akademi Persib CimahiU-15
- 1.4.4 Sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi strata 1 (S1) guna untuk mendapatkan gelara sarjana di Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan