

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Permainan sepak bola adalah salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia sampai saat ini. Sepak bola banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana sampai menjadi permainan sepakbola yang sangat digemari banyak orang yang mulai dari anak-anak, orang dewasa, orang tua bahkan wanita. Sepak bola tidak hanya sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi luang waktu saja, akan tetapi menuntut suatu prestasi yang optimal dan nilai bisnis yang tinggi.

Sampai saat ini permainan sepak bola belum jelas asalnya dari mana, tetapi permainan sepak bola sangat populer di Inggris, karena sepak bola mulai berkembang di Inggris, maka Inggris diakui sebagai bangsa yang pertama kali mendirikan perserikatan sepak bola yang dinamakan *Football Association* dan dibentuk pada tahun 1863. Sejalan dengan perkembangan sepak bola dunia maka dibentuklah *Federation International The Football Association* (FIFA) yang lahir di Prancis pada 21 Mei 1904, untuk lebih mempersatu antar bangsa di dunia.

Permainan sepak bola di Indonesia sudah dilakukan dari zaman penjajahan Belanda, untuk menaungi persepakbolaan di Indonesia maka dibentuklah *Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia* (PSSI). Namun prestasi kesebelasan nasional kita belum memenuhi apa yang diharapkan oleh pecinta sepak bola di tanah air, ditambah carut-marutnya lembaga yang menaungi sepakbola Indonesia seperti kisruh dua kubu PSSI dan KPSI yang berlangsung beberapa tahun, yang akhirnya pesepakbolaan Indonesia dibubarkan. Sudah terbukti bahwa sepakbola di Indonesia bisa menyatukan seluruh masyarakat Indonesia demi satu nama tim nasional Indonesia. Oleh karena itu dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan.

Seorang pemain sepak bola agar dapat mencapai hasil permainan yang baik harus memiliki fisik, mental dan berbagai macam teknik dasar bermain sepak bola, teknik dasar permainan sepak bola menentukan sampai sejauh

mana seorang pemain dapat meningkatkan keterampilan bermainnya, karena teknik dasar merupakan keterampilan pokok yang harus dikuasai oleh seorang pemain agar dapat berprestasi. Nurhasan, (2002, hlm. 17) menyatakan bahwa, untuk meningkatkan gerak dasar sepakbola biasanya akan dilakukan drill cara menendang bola (*kick*), mengumpan bola (*passing*), mengontrol bola (*controlling*), menggiring bola (*dribbling*), dan menyundul bola (*heading*).

Menendang bola merupakan faktor penting dalam permainan sepak bola. *Long passing* adalah salah satu teknik dalam sepak bola yang dilakukan dengan cara menendang bola secara melambung, yang bertujuan untuk memberikan bola kepada teman atau bisa juga untuk membuang bola sejauh-jauhnya. *long passing* sangat penting dalam permainan sepak bola terutama pada tipe permainan yang cepat dan agresif dengan bola-bola jauh. Sucipto dkk. (2000, Hlm. 21) menyatakan bahwa menendang dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam umumnya digunakan untuk mengumpan jarak jauh (*long passing*).

*Long passing* atau menendang jauh dalam sepak bola merupakan suatu teknik dimana seorang pemain sepak bola atau atlet dapat dikatakan mahir bila proses melakukannya benar. Dilihat dari segi gerak biomekanika, dalam melakukan *long passing* terjadi dua gerakan yang saling berkaitan yaitu gerak *translasi (linear)* dan gerak rotasi (*angular*). Ruhiat et al (2011, hlm. 3) menyatakan bahwa pada saat pelaksanaannya bola bisa bergerak lurus atau gerak *rektilinear* dan bola bisa bergerak melengkung atau *kurvilinear*. Ruhiat et al (2011, hlm. 4) Pada saat seorang pemain sepak bola menendang bola, maka gerakan kaki akan membentuk gerakan rotasi atau *angular* yang berarti berputar terjadi bila objek bergerak pada lintasan lingkaran mengelilingi satu titik yang tetap. Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa pada saat melakukan *long passing* terdapat *leg angular velocity* yang akan mendorong bola kedepan. *Leg angular velocity* adalah kecepatan sudut tungkai pada saat melakukan *long passing*. Menurut McGinnis (2013, hlm. 73) *Angular velocity* didefinisikan sebagai laju perubahan perpindahan sudut. satuannya pengukuran yang radian per detik ( rad/s ), derajat per detik, putaran per menit

(rpm). Maka dapat disimpulkan bahwa *leg Angular velocity* adalah besarnya sudut yang ditempuh dalam waktu yang sangat singkat.

Untuk menghasilkan *leg angular velocity* yang cepat, maka dibutuhkan kekuatan otot tungkai yang maksimal, karena kekuatan otot kaki berasal dari kekuatan otot tungkai untuk melakukan gerakan. Kekuatan merupakan dasar dari kondisi fisik yang sangat berperan penting dalam pencapaian prestasi, hampir semua cabang olahraga membutuhkan kekuatan dalam usaha memperoleh hasil yang maksimal. Kekuatan otot tungkai adalah kemampuan otot-otot tungkai untuk menahan beban sewaktu bekerja. Seperti yang dijelaskan oleh M.Sajoto (1995, hlm. 8) kekuatan otot tungkai adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam mempergunakan otot untuk menerima beban sewaktu bekerja. Untuk mendapatkan power yang besar maka perlu adanya latihan power yakni latihan beban (*weight training*). Menurut Iman Imanudin (2014, hlm. 100), menyatakan bahwa “cara meningkatkan kondisi fisik power yaitu dengan latihan tahanan dengan beban 40 – 80 % kemampuan maksimal, kontraksi cepat, kalau kecepatan berkurang pengulangan refetisinya dihentikan, istirahat moderat.” Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa untuk mendapatkan hasil tendangan *long passing* yang jauh dan tepat dibutuhkan teknik dan *angular velocity* yang baik. Untuk mendapatkan *leg angular velocity* yang baik pemain harus memilik kemampuan otot tungkai dan power yang mendukung.

Menurut Sucipto (2000) dalam Haerudin (2015, hlm 2) mengatakan bahwa pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Hal tersebut disimpulkan dalam permainan sepak bola itu harus mementingkan latihan teknik-teknik dalam sepak bola agar menghasilkan permainan yang baik. Akan tetapi menurut Johan (2015) dalam Lufisanto (2014, hlm 1) menyatakan bahwa faktor pendukung yang sangat penting bagi penguasaan keterampilan sepakbola adalah unsur fisik : yang meliputi kelentukan (*fleksibility*), kekuatan (*strenght*), Daya ledak (*power*), Daya tahan (*endurance*). Berikut diperkuat oleh pendapat Yuyun (2008) dalam

Ardiyanto (2015, hlm 3) yang menyatakan bahwa “latihan fisik dalam pelaksanaannya lebih difokuskan kepada proses pembinaan kondisi fisik atlet secara keseluruhan dan merupakan salah satu faktor utama dan terpenting yang harus dipertimbangkan sebagai unsur yang diperlukan dalam proses mencapai prestasi yang tertinggi.” Dari pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa para pelatih hanya mementingkan latihan teknik saja untuk penguasaan keterampilan dan pencapaian prestasi sepak bola, tanpa didukung oleh unsur fisik. Padahal pada saat melakukan teknik mengumpan (*long passing*) memerlukan unsur fisik, seperti melatih power untuk menghasilkan *angular velocity* yang baik dan pada pertandingan sepakbola sering saya lihat masih banyak pemain pada saat melakukan *long passing* hasilnya tidak sampai tujuan.

Oleh karena itu, berdasarkan pernyataan diatas maka penulis tertarik untuk meneliti permasalahan ini dan mengambil judul sebagai berikut. **“Hubungan Leg Angular Velocity Dengan Hasil Long Passing Dalam Cabang Olahraga Sepak Bola”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dapat ditarik dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut : Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *leg angular velocity* dengan jarak *long passing* pada atlet sepak bola?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu sebagai berikut : Mengetahui hubungan *leg angular velocity* dengan hasil *long passing* pada atlet sepak bola.

## **D. Manfaat/ Signifikansi Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan oleh peneliti dengan adanya penelitian ini yakni sebagai berikut :

1. Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yaitu :

- a. Praktisi olahraga, memberikan perkembangan pengetahuan dan memberikan gambaran tentang keilmuan olahraga dibidang biomekanika khususnya dalam olahraga sepak bola.
  - b. Penelitian ini dapat dijadikan kajian penelitian selanjutnya agar hasil yang didapat lebih baik.
2. Secara praktis, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan hasil *long passing* dalam permainan sepak bola.

## E. Struktur Organisasi Skripsi

### 1. BAB I PENDAHULUAN

BAB I merupakan tahapan awal yang ditulis oleh peneliti sebelum menyusun skripsi. Pada pendahuluan ini dijelaskan mengapa peneliti ingin melakukan penelitian mengenai hubungan *leg angular velocity* dengan hasil long passing dalam cabang olahraga sepak bola

Dalam bab I peneliti memberikan informasi mengenai penelitian yang akan dilakukan. Urutan penulisan pada bab ini yaitu sebagai berikut :

- a. Latar Belakang Penelitian
  - b. Rumusan Masalah
  - c. Tujuan Penelitian
  - d. Manfaat/ Signifikansi Penelitian
  - e. Struktur Organisasi Skripsi
2. BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS

Bab II peneliti menulis mengenai teori-teori yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Selain kajian teori dari berbagai sumber, serta hipotesis dari penelitian yang akan dilakukan.

Urutan penulisan pada bab II ini yakni sebagai berikut :

- a. Kajian Teori
  - 1) Permainan sepakbola
  - 2) Teknik dasar sepak bola
  - 3) Tendangan long passing

- 4) Power otot tungkai
- 5) Analisis tendangan long passing
- 6) Biomekanika tendangan long passing
- 7) Faktor yang Mempengaruhi Tendangan *Long Passing*
- 8) Penelitian terdahulu yang relevan
- 9) Hipotesis penelitian

### 3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab III ini peneliti menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode kuantitatif, dengan desain penelitian deskriptif komparatif. Selain itu pada bab ini juga dijelaskan mengenai instrument penelitian yang akan digunakan, serta prosedur penelitian yang akan dilakukan. Urutan penulisan pada bab III ini yakni sebagai berikut :

- a. Desain Penelitian
- b. Metode penelitian
- c. Populasi dan Sampel
- d. Instrumen Penelitian
- e. Prosedur Penelitian
- f. Analisis Data