

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer di dunia. Ini dapat dilihat dari antusias penonton di stadion, dan siaran televisi yang banyak menyiarkan pertandingan liga-liga sepakbola terbaik di dunia seperti liga Inggris, liga Spanyol, dan masih banyak liga-liga yang lainnya. Hal ini dikarenakan sepakbola sangat mudah dilakukan dimana saja, kapan saja, baik oleh anak-anak, para pemuda, bapak-bapak bahkan sekarang ini kaum wanita pun ikut andil bagian dalam olahraga yang tidak memerlukan biaya yang mahal. Ini bisa dilihat dengan banyaknya perkumpulan-perkumpulan sepakbola didirikan serta semakin banyaknya kejuaraan yang diadakan baik tingkat lokal, nasional, maupun tingkat internasional.

Olahraga sepakbola apabila dilihat dari pola gerakannya, maka yang dominannya adalah menendang. Pola gerak dominan inilah yang menjadi ciri khas atau karakteristik cabang olahraga ini. Untuk mencapai prestasi maksimal dalam olahraga khususnya permainan sepakbola banyak faktor yang mempengaruhi, faktor-faktor tersebut menurut Harsono (1988: 100) yaitu “ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan teknik, (c) latihan taktik, (d) latihan mental.” Keempat faktor ini mutlak harus dimiliki oleh setiap atlet termasuk pesepakbola.

Seorang pemain sepakbola harus mampu menguasai teknik dasar yang ada dalam permainan sepakbola. Beberapa teknik dasar sepakbola menurut Sucipto dkk, (1999:17) bahwa :

“Teknik – teknik dasar bermain sepakbola terdiri dari (a) Menendang bola (*kicking*), (b) Menghentikan bola (*stopping*), (c) Menggiring bola (*dribbling*), (d) Menyundul bola (*heading*), (e) Merampas bola (*tackling*), (f) Lempar bola (*throw in*), (g) Menjaga gawang (*goal keeping*).”

Dari pernyataan di atas, jelaslah untuk menjadi seorang pemain sepakbola yang handal maka seorang pemain harus mampu menguasai seluruh teknik dasar sepakbola. Teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola adalah menendang bola. Teknik dasar menendang bola sendiri terdiri dari beberapa jenis tendangan, dilihat dari perkenaan kaki dengan bola, Sucipto dkk (1999:17) menjelaskan “menendang dibedakan beberapa macam, yaitu menendang dengan kaki bagian dalam (*inside*), kaki bagian luar (*outside*), punggung kaki (*instep*), dan punggung kaki bagian dalam (*inside of the instep*).”

Kemampuan menendang dalam permainan sepakbola merupakan keterampilan yang harus dimiliki oleh setiap pemain sebab selain merupakan alat penghubung antara pemain yang satu dengan pemain yang lainnya maka tendangan juga harus dilakukan dengan tepat ketepatan seragu sehingga dapat melakukan serangan ke daerah lawan atau untuk menyelamatkan daerah sendiri dari serangan lawan, selain itu juga kerja sama tim sangat dibutuhkan sekali dalam permainan sepakbola, seperti tujuan sepakbola itu sendiri yaitu memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan. Sucipto dkk (1999:7) : ”Fungsi tendangan dari olahraga sepakbola terdiri dari tiga macam yaitu tendangan mengumpan, menghalau bola, bahkan mencetak gol.”

Shooting adalah suatu tendangan yang mengarah ke gawang untuk menciptakan gol. Pada umumnya *shooting* dilakukan dengan menggunakan punggung kaki penuh, dan teknik ini merupakan salah satu cara yang sering digunakan untuk mencetak gol ke gawang lawan dari jarak jauh apabila para pemain depan sulit untuk mendekati gawang.

Pengalaman dilapangan menunjukkan bahwa setiap pemain sepakbola memiliki kelemahan dalam menendang bola ke arah gawang (*shooting*). Disamping itu banyak pemain tidak mampu menendang menggunakan kaki kanan dan kiri sama baiknya, tentu saja hal tersebut menjadi kelemahan bagi prestasi atlet. Mielke (2007:105) yang dialih bahasakan oleh Pakar Raya menjelaskan ”keberhasilan mencetak gol tergantung beberapa faktor, kemampuan untuk melakukan tendangan dengan kuat dan akurat menggunakan kaki kanan atau kaki kiri adalah faktor yang sangat penting.”

Addie Ridwan Firdaus, 2014

Kontribusi power tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola (Studi deskriptif pada tim Sepakbola SMA Negeri 1 Mandirancan)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Dalam melakukan tendangan ke arah gawang (*shooting*) pemain diharapkan mampu melakukan *shooting* dengan menggunakan kaki kanan atau kaki kirinya agar kesempatan dilapangan dimanfaatkan secara maksimal. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Mielke (2007:67) yang dialih bahasakan oleh Pakar Raya bahwa “kebanyakan peluang melakukan *shooting* datang secara tiba-tiba dan seorang pemain harus siap memanfaatkan kesempatan melakukan *shooting* jika telah tiba waktunya.” Dari keterangan-keterangan di atas, maka *shooting* merupakan salah satu hal yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola dan menjadi kunci dalam meraih kemenangan. Karena tujuan dari *shooting* itu sendiri lebih untuk mencetak gol ke gawang lawan. Untuk mendapatkan hasil *shooting* yang baik, terdapat beberapa faktor, tiga diantaranya yang mempengaruhi hasil tersebut adalah *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai.

Dalam permainan sepakbola, menembak (*shooting*) harus dilakukan dengan cepat dan tepat, keberhasilan cepatnya laju bola ditentukan oleh *power* tungkai saat melakukan tendangan. Agar tendangan menjadi cepat dan keras tentu dibutuhkan *power* otot tungkai yang baik. Power menurut Harsono (1988:200) adalah “Kemampuan otot untuk menggerakkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat.”

Sedangkan tungkai menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1988:101) adalah “salah satu anggota tubuh bagian bawah yang terbagi dua bagian yaitu tungkai bagian atas dari lutut ke pangkal paha dan tungkai bagian bawah dari lutut ke pergelangan kaki.”

Fleksibilitas sendi panggul, fleksibilitas sangatlah diperlukan untuk teknik gerakan gerakan dalam *shooting*, kelentukan menurut Bastinus (2009:20) adalah “Tingkat ruang gerak suatu persendian. Fleksibilitas erat sekali hubungannya dengan elastisitas satuan otot, tendon, dan ligamen sekitar suatu persendian.” Sendi panggul adalah persendian yang dibentuk oleh dua buah tulang pangkal paha dan sebuah tulang kelangkang. Sendi panggul (*hip joint*) dilihat dari anatomi manusia, sendi ini termasuk kedalam sendi peluru (*articulatin globoidea*). Sendi panggul adalah salah satu sendi yang paling luas gerakannya

dibandingkan sendi-sendi yang lainnya. Adapun gerakan-gerakan yang dilakukan sendi ini, seperti yang dijelaskan Damiri (1994:93):

- a. Mengayun tungkai ke depan (*flexor/swinging forward*)
- b. Mengayun tungkai ke belakang (*extention/swinging backward*)
- c. Mengangkat tungkai ke tengah mendekati poros tubuh (*adduction/deppresin*)
- d. Memutar ke arah dalam (*inward rotation/medial rotation*)
- e. Sirkumduksi tungkai (*circumduction*)

Selain *power* tungkai dan fleksibilitas sendi panggul, adapun faktor lain yang mempengaruhi adalah antropometrik sangat berpengaruh khususnya adalah panjang tungkai. Orang yang mempunyai panjang tungkai akan lebih diuntungkan dari pada orang yang mempunyai pendek tungkai. Dengan sudut yang sama orang yang memiliki panjang tungkai memiliki busur yang lebih panjang, ini akan sangat menguntungkan ketika *impact* dengan bola, sehingga akan menghasilkan laju bola yang lebih cepat.

Berdasarkan keterangan di atas, maka untuk menghasilkan gol dalam olahraga sepakbola diperlukan *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul dan panjang tungkai karena untuk meraih gol dengan *shooting* yang baik harus memiliki tungkai yang kuat untuk menendang, serta kelentukan sendi panggul yang baik agar jangkauan lebih luas.

Dari penjelasan di atas tentang kondisi fisik dan antropometrik yang berpengaruh terhadap hasil *shooting*, khususnya yang berkaitan dengan ketepatan penempatan bola yang diakibatkan dari *shooting* tersebut, maka timbul permasalahan yang perlu diteliti lebih dalam, yakni seberapa besar kontribusi *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi penelitian adalah kontribusi *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai. Adapun yang menjadi pertanyaan peneliti adalah :

1. Apakah *power* tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola?

Addie Ridwan Firdaus, 2014

Kontribusi power tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (shooting) pada cabang olahraga sepakbola
(Studi deskriptif pada tim Sepakbola SMA Negeri 1 Mandirancan)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Apakah fleksibilitas sendi panggul memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola?
3. Apakah panjang tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola?
4. Apakah *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang kontribusi *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola. Adapun penulisan merumuskan tujuan penelitian seperti yang tertera pada halaman 5.

1. Untuk mengetahui apakah *power* tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola.
2. Untuk mengetahui apakah fleksibilitas sendi panggul memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola.
3. Untuk mengetahui apakah panjang tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola.
4. Untuk mengetahui apakah *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola.

D. Kegunaan penelitian

1. Secara teoretis

Addie Ridwan Firdaus, 2014

Kontribusi power tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (shooting) pada cabang olahraga sepakbola
(Studi deskriptif pada tim Sepakbola SMA Negeri 1 Mandirancan)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai salah satu referensi bagi pengembangan teoritis mengenai teknik-teknik sepakbola terutama yang terkait dengan *shooting*.

2. Secara praktis

a Hasil penelitian dapat digunakan sebagai salah satu bahan masukan masukan bagi pembina dan pelatih sepakbola untuk memperbaiki kemampuan *shooting* para atlet sepakbola.

b Bagi atlet sepakbola

Sebagai bahan referensi dan informasi tambahan yang dapat memberikan motivasi bagi para atlet untuk meningkatkan kemampuan teknik yang mumpuni terutama teknik *shooting*.

E. Batasan Penelitian

Untuk menghindari timbulnya penafsiran yang terlalu luas, dan untuk memperoleh gambaran yang jelas maka perlu adanya ruang lingkup penelitian sebagai berikut :

1. Permasalahan dalam penelitian ini adalah memfokuskan pada kontribusi *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola.
2. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Mandirancan Kabupaten Kuningan.
3. Populasi penelitian ini adalah tim SMA Negeri 1 Mandirancan Kabupaten Kuningan.
4. Sampel yang digunakan adalah tim sepakbola SMA Negeri 1 Mandirancan Kabupaten Kuningan sebanyak 20 siswa.
5. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai.
6. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif.

Addie Ridwan Firdaus, 2014

Kontribusi power tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (shooting) pada cabang olahraga sepakbola (Studi deskriptif pada tim Sepakbola SMA Negeri 1 Mandirancan)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

F. Definisi operasional

Dalam bagian ini penulis kemukakan batasan dan definisi istilah yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. **Kontribusi** (*contribution*). Menurut John M. Echols dan Hasan Sadly, (1996:145) adalah sumbangan atau dukungan. Dalam hal ini kontribusi adalah dukungan dari *power* tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (*shooting*) pada cabang olahraga sepakbola.
2. **Power** Menurut Harsono (1988:200) adalah "Kemampuan otot untuk menggerakkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat. Dalam hal ini adalah *power* tungkai.
3. **Tungkai** Menurut KBBI (1988:101) adalah "salah satu anggota tubuh bagian bawah yang terbagi dua bagian yaitu tungkai bagian atas dari lutut ke pangkal paha dan tungkai bagian bawah dari lutut ke pergelangan kaki".
4. **Power tungkai** (dari kedua penjelasan di atas dapat di ambil kesimpulan) adalah "hasil dari kekuatan dan kecepatan yang berasal dari otot-otot yang disusun oleh tulang paha atau tungkai kaki atas, dan dari tungkai bagian bawah tempurung lutut, tulang kering, tulang betis, tulang pangkal kaki, tapak kaki, dan tulang jari-jari."
5. **Fleksibilitas** menurut Harsono (1998:163) adalah "Kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi yang luas dan mempunyai otot yang elastis."
6. **Sendi panggul** menurut Damiri (1994:56) adalah "Sendi yang menghubungkan tungkai dengan tulang kelangkang atau tulang belakang yang memindahkan berat badan bagian atas ke tungkai."
7. **Fleksibilitas sendi panggul** (dari kedua penjelasan dapat diambil kesimpulan) adalah "Kemampuan untuk melakukan gerakan dalam gerak sendi yang luas pada perhubungan dua buah tulang yang dibentuk oleh tulang pangkal paha dan sebuah tulang kelangkang"
8. **Panjang tungkai.** Tungkai menurut Damiri (1994:7) adalah "susunan tulang paha atau tungkai atas tempurung lutut tulang kering, tulang betis,

Addie Ridwan Firdaus, 2014

Kontribusi power tungkai, fleksibilitas sendi panggul, dan panjang tungkai terhadap hasil menembak (shooting) pada cabang olahraga sepakbola
(Studi deskriptif pada tim Sepakbola SMA Negeri 1 Mandirancan)

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

tulang pangkal paha, telapak kaki, dan tulang jari-jari kaki.” Panjang tungkai dalam penelitian ini adalah ukuran panjang tungkai sampel yang diukur dari mulai pangkal paha sampai dengan ujung telapak kaki.

9. **Shooting** yaitu suatu tendangan yang mengarah ke gawang untuk menciptakan gol.
10. **Sepak Bola** menurut Sucipto,dkk (1999:7), adalah:

Sepak bola adalah permainan beregu, masing-masing regu terdiri dan sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang, yang dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.