

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak digemari masyarakat di Indonesia. Perkembangan prestasi sepakbola di Indonesia nampaknya masih kurang menggembirakan, dapat dilihat dari prestasi tim Nasional di dalam kejuaraan di tingkat Asia maupun Dunia. Pada kejuaraan AFF 2011 tim Nasional hanya berada di posisi ke dua dan pada kejuaraan AFF 2013 tim Nasional tidak lolos grup. Baik masyarakat maupun pemerintah Indonesia sangat mengharapkan agar prestasi persepakbolaan Indonesia berkembang, sehingga dapat menjadi kebanggaan bagi bangsa. Untuk mencapai hal tersebut tidaklah mudah. Pemerintah dan didukung masyarakat perlu mengambil langkah-langkah kongkret untuk menunjang terhadap peningkatan prestasi persepakbolaan. Langkah-langkah yang perlu dilakukan diantaranya yaitu peningkatan pengadaan prasarana dan sarana, permasalahan, pemanduan bakat, peningkatan kualitas pembinaan dan sebagainya.

Dalam proses pembinaan prestasi, seorang pelatih sepakbola dituntut untuk dapat membimbing dan melatih pemainnya agar dapat menguasai keterampilan yang diperlukan sehingga dapat mencapai prestasi yang

setinggi mungkin. Teknik-teknik dasar bermain yang harus dikuasai dalam permainan sepakbola antara lain adalah menendang bola, mengontrol bola, menyundul, menggiring, melempar bola dan sebagainya. Sejak awal unsur-unsur teknik dasar bermain sepakbola tersebut harus ditanamkan pada tiap pemain sepakbola.

Salah satu unsur teknik dasar yang sangat penting dalam sepakbola adalah menendang bola. Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Maka teknik dasar menendang bola merupakan dasar dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan sempurna tidak mungkin menjadi pemain yang baik (Sukatamsi, 2001: 2.38).

Kemampuan menendang bola akan ikut menentukan suatu tim dalam memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan. Prinsip dasar permainan sepak bola adalah membuat gol ke gawang lawan dan mencegah gol ke gawang sendiri. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya kedalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan (A. Sarumpaet, 1992: 5). Selama permainan, segala kemampuan baik fisik, teknik maupun taktik dan strategi dikerahkan dalam usaha untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan, dan mencegah gawangnya sendiri kemasukan gol. Pemain sepakbola harus memiliki kemampuan teknik untuk memasukan bola dengan baik. Teknik yang

biasa digunakan untuk memasukkan bola ke gawang lawan adalah dengan teknik menendang bola. Tendangan bola yang baik, cermat dan tepat pada sasaran akan lebih memudahkan untuk membuat gol ke gawang lawan.

Upaya untuk meningkatkan prestasi sepakbola perlu dimulai dengan melalui pembinaan secara berkelanjutan yang dimulai sejak usia dini. Perkembangan pembinaan persepakbolaan di Indonesia secara kuantitas, pada saat ini cukup menggembirakan. Hal ini terbukti dengan munculnya klub-klub Sekolah Sepakbola atau Lembaga Pendidikan Sepakbola di daerah-daerah. Salah satu sekolah sepakbola yang muncul di daerah Lampung khususnya kota Bandar Lampung yaitu Sekolah Sepakbola Bintang Utara Pratama.

Lembaga pendidikan sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama sudah sering mengikuti kompetisi namun hasilnya belum begitu memuaskan. Masalah-masalah yang dapat mempengaruhi pencapaian prestasi suatu klub sepakbola yang perlu ditinjau diantaranya yaitu, kualitas pelatih, sarana dan prasarana yang dimiliki, dukungan pemerintah dan masyarakat, serta kualitas pemain itu sendiri. Masalah terpenting dalam upaya peningkatan prestasi dalam sepakbola adalah peningkatan kualitas pemain. Dalam upaya peningkatan kualitas pemain, diperlukan peningkatan kualitas pembinaan dan pelatihan. Penguasaan teknik dasar permainan sepakbola perlu diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Salah satu permasalahan yang penting dalam bermain sepakbola adalah tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar bermain sepakbola.

Mengingat pentingnya keterampilan menendang bola tersebut, maka keterampilan menendang bola ini harus mendapat perhatian yang serius dalam pembinaan prestasi sepakbola. Setiap pemain sepakbola perlu dilatih keterampilan menendang bola. Demikian juga pada para pemain sepakbola di sekolah sepak bola Bintang Utara Pratama, dalam rangka untuk meningkatkan prestasinya ketepatan menendang bola para pemainnya harus ditingkatkan. Pelatih harus memberikan latihan menendang bola secara intensif dengan program latihan yang benar. Latihan yang diberikan harus memperhatikan faktor kondisi fisik yang mempengaruhi kemampuan menendang bola. Kemampuan menendang bola, sangat dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik pemain. Unsur kondisi fisik yang mempengaruhi kemampuan menendang bola, diantaranya yaitu panjang tungkai, kekuatan otot tungkai, lingkaran paha dan tebal lemak.

Panjang tungkai seorang pemain berpengaruh pada kemampuan menendang bola. Kaki yang panjang akan menguntungkan bagi pemain sepakbola. Sebab dengan kaki yang panjang pemain akan memiliki tuas yang lebih panjang dalam menendang bola, sehingga tenaga yang digunakan dalam menendang lebih besar. Kekuatan merupakan komponen yang sangat penting untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan karena kekuatan otot merupakan daya penggerak setiap aktifitas fisik. *Strength* adalah kemampuan otot untuk membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan (Harsono, 1988:178). Disamping itu kekuatan memegang peranan penting melindungi atlet dari kemungkinan cedera. Dalam

melakukan tembakan bebas kekuatan otot tungkai mempunyai peranan yang sangat penting terhadap keberhasilan tumpuan.

Lingkar paha juga merupakan unsur yang berpengaruh terhadap keberhasilan tendangan. karena jika seorang atlet atau siswa sekolah sepakbola mempunyai lingkar paha yang lebih besar, maka kemungkinan atlet atau siswa pada saat melakukan tendangan akan terjadi sentuhan dari kedua paha sehingga menyulitkan pada saat menendang bola ke gawang.

Dalam hal ini bisa kita lihat pada pemain top dunia seperti Totti, Messi dan C. Ronaldo. Pemain-pemain tersebut mempunyai postur tubuh yang berbeda dengan demikian keahlian atau skill dalam hal melakukan tendangan pun berbeda-beda pula. Totti mempunyai karakteristik tubuh gempal atau mempunyai ukuran tebal lemak yang tinggi akan sulit melakukan tendangan dengan akurasi tinggi karena keseimbangan sulit terjaga tetapi akurasi tendangan yang dimiliki Totti cukup tinggi. Atlet pesepakbola yang mempunyai postur tubuh yang tidak ideal akan sulit untuk melakukan tendangan dengan akurasi tinggi tetapi kata-kata itu tidak untuk seorang Lionel Messi. Messi yang mempunyai ukuran tubuh yang tidak ideal namun mampu melakukan tendangan dengan akurasi tinggi sama halnya yang dilakukan oleh C. Ronaldo yang mempunyai ukuran tubuh ideal bagi seorang atlet sepakbola. Begitu juga dengan karakteristik postur tubuh siswa sepakbola Bintang Utara Pratama yang mempunyai keberagaman, sehingga kemampuan atau skill dalam melakukan tendangan berbeda juga. Dari gambaran diatas karakteristik

postur tubuh seorang atlet tidak dapat dijadikan acuan baku dalam menilai kemampuan atau *skil* seorang atlet.

Menurut hasil pengamatan dan observasi di sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung, didasarkan data-data yang diperoleh atlet atau siswa memiliki berbagai bentuk postur tubuh yang berbeda dari atlet satu dengan atlet yang lainnya. Dengan demikian kemampuan atau *skil* yang dimiliki dalam hal tendangan *penalty* berbeda pula. Maka penulis bermaksud mengadakan penelitian tentang "Kontribusi panjang tungkai, kekuatan otot tungkai dan lingkaran paha dengan hasil tendangan *penalty* sepakbola pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Teknik dasar bermain sepakbola merupakan unsur yang sangat *fundamental* yang harus dimiliki oleh pemain sepakbola.
2. Teknik menendang bola, besar peranannya untuk memasukkan bola ke dalam gawang.
3. Kemampuan teknik menendang bola para pemain di sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama perlu ditingkatkan.
4. Panjang tungkai merupakan unsur yang berpengaruh dengan hasil tendangan *penalty*.
5. Kekuatan otot tungkai merupakan unsur yang berpengaruh terhadap hasil tendangan *penalty*.

6. Lingkar paha merupakan unsur yang berpengaruh terhadap hasil tendangan *penalty*.

1.3 Batasan Masalah

Dari banyaknya masalah yang muncul, maka perlu diadakan pembatasan masalah, agar penelitian ini lebih mendalam pengkajiannya. Adapun pembatasan masalahnya yaitu:

1. Unsur panjang tungkai yang berpengaruh dengan hasil tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.
2. Kekuatan otot tungkai yang berpengaruh dengan hasil tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.
3. Lingkar paha yang berpengaruh dengan hasil tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.
4. Tendangan *penalty* dalam permainan sepakbola pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang dikemukakan, maka dirumuskan suatu masalah sebagai berikut :

1. Seberapa besar hubungan panjang tungkai dengan hasil ketepatan tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.

2. Seberapa besar hubungan kekuatan otot tungkai dengan hasil tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.
3. Seberapa besar hubungan lingkaran paha dengan hasil tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang dirumuskan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Kontribusi panjang tungkai dengan hasil tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.
2. Kontribusi kekuatan otot tungkai dengan hasil tendangan *penalty* pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.
3. Kontribusi lingkaran paha dengan hasil tendangan *penalty* pada siswa sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung.

1.6 Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini penulis berharap antara lain :

1. Bagi atlet
Meningkatkan pengetahuan atlet dalam meningkatkan tendangan *penalty*.
2. Bagi pelatih
Sebagai salah satu metode dalam melatih atlet khususnya dalam hal menendang dalam permainan sepakbola.

3. Bagi Klub Bintang Utara

- a. Salah satu pertimbangan dalam melaksanakan pembinaan dan latihan untuk meningkatkan keterampilan menendang *penalty* dalam permaiann sepakbola pada sekolah sepakbola Bintang Utara Pratama.
- b. Untuk memberikan informasi dan memperkaya pengetahuan tentang hubungan panjang tungkai dan kekuatan otot tungkai dengan tendangan *penalty* dalam permainan sepakbola.

4. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hasil tendangan *penalty* dalam permainan sepakbola. Dan juga memberikan pengalaman berharga untuk pembelajaran dalam permainan sepakbola.

5. Bagi Program Studi

Sebagai informasi dan pengembangan ilmu bagi pihak yang ingin melaksanakan penelitian.