

II. KAJIAN PUSTAKA

A. Pengertian Sepak Bola

Sepak bola adalah jenis permainan beregu yang menggunakan bola sepak dan dimainkan oleh dua kelompok yang berlainan regu dengan jumlah pemain masing masing terdiri atas 11 pemain. Permainan sepak bola dimainkan di lapangan yang permukaan tanahnya berumput asli atau buatan dan bentuk lapangannya adalah empat persegi panjang dengan ukuran lapangan yaitu panjang 100 sampai 110 meter dan lebar 64 samapai 75 meter, pada kedua garis lebar lapangan di tengah tengahnya masing masing didirikan sebuah gawang yang saling berhadapan. Bola yang digunakan dalam permainan yaitu pada bagian luarnya terbuat dari kulit dan bagian dalamnya terdiri dari karet yang berisi udara dengan berat bola tidak lebih dari 450 gram dan tidak kurang dari 410 gram (Abdul Rohim 2008:4)

Permainan sepak bola dimainkan oleh dua kelompok yang masing masing beranggota sebelas orang. Permainan sepak bola dipimpin oleh seorang wasit, wasit tersebut menerapkan peraturan permainan dan memiliki kekuasaan mutlak di atas lapangan. Dua penjaga garis mendampingi wasit, penjaga garis menunjukkan ketika bola keluar (tunduk kepada keputusan wasit) dan menentukan tim manakah yang harus melakukan lemparan ke dalam, tendangan gawang atau tendangan sudut. Mereka yang mendampingi wasit ketika pelanggaran offside terjadi (Muhammad Zein, 2008:6)

Permainan sepak bola dipimpin oleh seorang wasit dan dibantu oleh dua orang penjaga garis atau disebut asisten wasit. Tujuan dari masing-masing kesebelasan adalah berusaha untuk memasukan bola ke dalam gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha

menggagalkan serangan lawan untuk menjaga atau melindungi agar gawangnya tidak kemasukan bola.

Permainan sepak bola dilakukan dalam dua babak, antara babak pertama dan kedua diberi waktu istirahat, dilakukan pertukaran tempat. Kesebelasan yang dinyatakan menang adalah kesebelasan yang sampai akhir pertandingan lebih banyak memasukan bola ke gawang lawannya (M. Zaein, 2008 :30)

B. Sejarah Sepak Bola

1. Awal mula sepak bola

Permainan sepak bola awal mulanya berasal dari negeri Tiongkok pada masa musim semi dan musim gugur, catatan tertua mengenai sepak bola ditemukan pada masa dinasti Tsin (255-206 SM). Dalam permainan sepak bola tersebut, jumlah pemain satu tim terdiri dari 6 orang bola terbuat dari kulit binatang yang diisi rambut berdiameter 40 cm untuk jaringnya setinggi 10,5 m yang ditancapkan di tengah lapangan yang dikelilingi tembok. Di Yunani permainan sepak bola telah dikenal 800 tahun SM dengan nama episkyro dan harpastron. Di Inggris sepak bola mulai dikenal sekitar abad ke 8. Permainan ini dimainkan di lapangan yang luas, tetapi pada April 1314 pemerintah Inggris melarang permainan tersebut.

2. Perkembangan Sepak Bola di Indonesia.

Induk organisasi sepak bola di Indonesia adalah PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) dibentuk pada tanggal 19 April 1930 di Yogyakarta. Pendirinya adalah Suratin Sosro Soegondo. Beliau adalah alumni mahasiswa sekolah teknik tinggi di Heckelenburg Jerman, sepulangnya dari Jerman tahun 1928 beliau bersama teman-

temannya mendirikan PSSI. Soeratin melihat sepak bola merupakan wahana terbaik untuk nasionalisme di kalangan pemuda sebagai tindakan untuk menentang penjajahan. (Ina Hasanah 2009:7)

3. Perkembangan Sepak Bola Dunia

Pada tahun 1580 Brovani Bahdi dari Italia dan Richard Mulcaster dari Inggris membukukan serentetan aturan sepak bola. 200 tahun kemudian Yoseph Strutt menyempurnakan aturan tersebut, sepak bola harus dimainkan 2 tim yang berebut bola untuk memasukannya ke gawang lawan yang terpisah oleh jarak 70-90 meter.

Pada tahun 1863 peraturannya disempurnakan lagi selain ada wasit, luas lapangan dan jumlah pemain di batasi. Sepak bola juga hanya memakai kulit binatang yang diisi oleh udara (Ina Hasanah 2009: 3).

C. Gerak Dasar Menggiring Bola

Menggiring bola / mendrible sangat perlu dikuasai oleh seorang pemain sepakbola, karena menggiring bola merupakan kelanjutan dari suatu penyerangan ke pihak lawan.

(Marta Dinata, 2003 : 12)

Ketika berjalan atau berlari sambil membawa dan mencoba untuk mengalahkan pemain bertahan atau di depannya, disebut menggiring, jagalah bola selalu dekat dengan kaki dan terkontrol setiap saat, saat bergerak doronglah bola ke depan dengan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar hal ini untuk mengalahkan lawan dan bola dapat dibelokkan untuk melakukan gerak tipu.(Clive Gifford 2007:20)

Untuk dapat menggiring bola dengan sempurna, posisi kaki tumpu harus sesuai dengan posisi kaki yang akan digunakan untuk menendang bola, kaki yang digunakan untuk menggiring bola ditarik ke bawah dan diputar ke arah dalam pergelangan kaki tumpu, bola disentuh dengan kura kura kaki bagian dalam atau luar untuk bergerak maju. Posisi badan harus ditempelkan di antara bola dan lawan. Kemudian bola digiring oleh kaki yang jauh dari lawan

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau perlahan-lahan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Semua tipe menggiring bola yang baik terdiri dari beberapa komponen. Komponen tersebut mencakup perubahan kecepatan dan arah yang mendadak, gerakan tipuan tubuh dan kaki, dan kontrol bola yang rapat. Mengontrol bola dengan rapat dalam situasi dimana lawan-lawan memenuhi ruang gerak . Beberapa perubahan kecepatan dan arah yang cepat disertai dengan gerak tipu tubuh dan kaki terhadap lawan.

Pada umumnya, menggiring bola dilakukan dengan tiga cara, yaitu sebagai berikut :

1. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
2. menggiring bola dengan kaki bagian luar
3. Menggiring bola dengan kura-kura kaki

(Muhadjir 2007 : 18)

Untuk dapat menggiring bola dengan sempurna, posisi kaki tumpu harus sesuai dengan posisi kaki yang akan digunakan untuk menggiring bola ditarik ke bawah dan diputar ke arah dalam pergelangan kaki tumpu, bola disentuh kura-kura kaki bagian dalam atau

bagian luar untuk bergerak maju atau apabila lintasannya melengkung. Posisi badan harus di dekatkan di antara bola dan lawan, kemudian bola digiring oleh kaki yang jauh dari lawan (A. Sutisna 2007 : 14)

1. Menggiring bola dengan kontrol yang cepat :

Persiapan :

- a. Lutut ditekukkan
- b. Badan di rendahkan
- c. tubuh di atas bola
- d. Kepala tegak jika mungkin

Pelaksanaan :

- a. Fokuskan perhatian pada bola
- b. Gunakan gerak tipu tubuh dan kaki
- c. Kontrol bola dengan bagian kaki yang tepat
- d. Gantilah kecepatan arah atau keduanya

2. Menggiring bola dengan cepat :

Dorong bola beberapa kaki di depan ke arah ruang yang terbuka, berlari dengan cepat ke arah bola tersebut dan kemudian mendorongnya kembali.

Persiapan :

- a. Posisi badan tegak
- b. Bola di dekat kaki
- c. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik

Pelaksanaan :

- a. Fokuskan perhatian pada bola
- b. Tendang bola dengan permukaan kura-kura kaki
- c. Dorong bola ke depan beberapa meter

(Joseph A. Luxbacher, 2004:49)

3. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam :
 - a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki bagian dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola. Akan tetapi setiap langkah secara teratur menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki. Dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut oleh lawan.
 - b. Pada saat menggiring bola, lutut kedua kaki harus selalu ditekuk sedikit. Dan pada waktu kaki menyentuh bola, pandangan mata melihat situasi lapangan, melihat posisi lawan dan posisi teman.
4. Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh :
 - a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki bagian dalam menendang bola dengan kura-kura kaki penuh.
 - b. Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki penuh, kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan, dan bola harus selalu dekat dengan kaki.
 - c. Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola, juga melihat situasi lapangan, melihat posisi lawan dan posisi teman.
5. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar :
 - a. Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki bagian dalam

menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar.

- b. Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar. Kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan. Dan bola harus selalu dekat dengan kaki, sesuai dengan irama lari.
 - c. Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan, posisi lawan dan posisi teman.
6. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar ini paling banyak digunakan dalam bermain karena :
- a. Bagian kaki yang bersentuhan dengan bola cukup luas
 - b. Pemain dengan mudah dapat bergerak ke depan atau membelok, berputar, mengubah arah,. Hal ini sesuai dengan arah sikap kaki pada waktu lari.
 - c. Pemain dapat mengontrol bola atau menguasai bola dengan baik.
 - d. Pemain dengan cepat mudah memberikan bola kepada teman.

Menggiring bola berputar ke arah lawan digunakan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan. Sesuai dengan irama lari, setiap langkah kaki kanan bola didorong dengan kura-kura kaki bagian luar.

Menggiring bola harus ke depan dapat juga dilakukan dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam kaki kanan dan kaki kiri secara berganti-ganti. Sesuai dengan irama langkah lari.

- Dengan kura-kura bagian dalam kaki kanan bola didorong ke depan sesuai dengan langkah kaki kanan.
- Kemudian dilanjutkan dengan kura-kura bagian dalam kaki kiri bola didorong ke depan sesuai dengan langkah kaki kiri dan seterusnya. (Sukatamsi, 2004:34)

Menggiring bola dengan kaki bagian dalam dapat dilakukan dengan cara :

1. Diawali dengan sikap berdiri menghadap arah gerakan, pandangan ke depan.
2. Sikap kedua lengan di samping badan agak telentang
3. Pergelangan kaki diputar keluar
4. Dorong bola dengan kaki bagian dalam ke arah depan dengan posisi kaki agak terangkat dari tanah dan berat badan dibawa ke depan.
5. Tumpuan berat badan berada pada kaki yang tidak digunakan menggiring bola.

Menggiring bola dengan kaki bagian luar dapat dilakukan dengan cara:

1. Diawali sikap berdiri menghadap ke arah gerakan, pandangan ke depan.
2. Sikap kedua lengan di samping badan agak telentang
3. Pergelangan kaki diputar kedalam
4. Dorong bola dengan kaki bagian luar ke arah depan dengan posisi kaki agak terangkat dari tanah.
5. Tumpuan berat badan pada kaki yang tidak digunakan menggiring bola. (Abdul Rohim 2008:19)

D. Modifikasi

Dalam kamus besar bahasa Indonesia arti dari modifikasi adalah perubahan

Pengubahan berasal dari kata dasar ubah yang berarti lain atau beda mengubah dapat diartikan dengan menjadikan lain dari yang sebelumnya sedangkan arti dari perubahan adalah proses, perbuatan atau cara mengubah.

Mengubah dapat juga diartikan dengan pembaruan. Dalam pendidikan pembaruan dapat diartikan sebagai suatu upaya sadar yang dilakukan untuk memperbaiki praktik pendidikan dengan sungguh-sungguh. Pembaruan sistem pengajaran (instructional system)

apalagi dalam hal pembaruan kebijaksanaan pendidikan umumnya mengandung unsur kesengajaan, dan karenaannya istilah pembaruan pada umumnya dapat disamakan dengan inovasi. Karena yang akan diperbaiki ialah praktik atau kegiatan, inti pembaruan sebenarnya ialah proses pendidikan. Tidak mengherankan bahwa pada mulanya pembaruan berpokok pada metode mengajar. Bukan karena mengajar itu penting, melainkan karena mengajar itu bermaksud menimbulkan efek belajar pada siswa.

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, alat merupakan bagian dari fasilitas pendidikan yang digunakan untuk proses kegiatan belajar mengajar. Dengan alat pembelajaran guru dapat memberikan contoh secara langsung tentang materi yang akan diberikan kepada siswa, dengan tujuan materi tersebut agar mudah dipahami dan dimengerti oleh siswa. (Qonita Alya 2009 : 471)

Dari uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa modifikasi alat permainan merupakan suatu upaya seseorang untuk merubah alat permainan yang sesungguhnya menjadi berbeda dari yang sebelumnya dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan agar tujuan yang direncanakan sebelumnya dapat dicapai dengan sebaik-baiknya. Modifikasi alat permainan merupakan bagian dari inovasi yang dapat dilakukan dalam dunia pendidikan. Adapun kegiatan inovatif dalam hal ini antara lain pengembangan dan produksi alat-alat pelajaran.

Modifikasi alat yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bola yang terbuat dari plastik yang relatif lebih ringan dan tidak keras. Hal ini dapat memberikan kemudahan bagi anak dalam usahanya menuju gerakan teknik dasar menggiring bola seperti yang diharapkan, karena anak dapat mencoba secara berulang

ulang melakukan menggiring tanpa ragu dan rasa takut karena sakit yang ditimbulkan saat menggiring bola..

Berikut ini adalah modifikasi alat permainan yang akan digunakan



Gambar 1 Bola yang terbuat dari gulungan kertas menyerupai bola untuk pembelajaran pada siklus I



Gambar 2. Bola yang terbuat dari plastik untuk Pembelajaran pada siklus II



Gambar 3 Bola karet untuk pembelajaran pada siklus III

E. Hipotesis

Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.

Dalam Penelitian Tindakan Kelas, (PTK) rumusan hipotesisnya bukan hipotesis tentang perbedaan atau hubungan antar variabel, melainkan hipotesis tindakan. Idealnya hipotesis tindakan itu mampu mendekati ketepatan penelitian formal. (Mohammad Asrori 2009 : 96)

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Jika pembelajaran menggunakan alat modifikasi bola kertas, bola plastik dan bola karet, maka ada peningkatan gerak dasar menggiring bola pada siswa kelas V SD Negeri 2 Sumur Putri Bandar Lampung