

## **BAB 2 TINJAUAN TEORETIS**

### **2.1 Kajian Pustaka**

#### **2.1.1 Sepakbola**

Permainan sepakbola memiliki arti luas permainan ini di mainkan oleh 2 tim yang berjumlah 11 pemain dari masing- masing tim dan memiliki waktu bermain 2x45 menit yang di mainkan 2 babak dengan tujuan ke 2tim untuk bisa mencetak goal dengan cara apapun. Olahraga permainan sepakbola banyak di gemari dan populer di seluruh dunia. Hampir semua anak laki-laki bahkan di zaman sekarang mulai ada anak-anak perempuan yang menyukai olahraga ini, mulai dari anak-anak, remaja hingga orang tua sering memainkan olahraga ini. Meskipun memiliki tujuan berbeda saan bermain olahraga ini namun sepakbola ini dapat memberikan kesehatan pada tubuh termasuk kebugaran dan juga membuat hati senang ketika bermain sepakbola. Dalam olahraga sepakbola ada yang bertujuan untuk mencapai sebuah prestasi sebagai pemain sepakbola professional, maraknya kompetisi liga super, di visi utama, divisi satu dan sebagainya menunjukkan bahwa masyarakat masih memilik *euphoria* terdapat perkembangan sepakbola di tanah air meskipun prestasi timnas senior PSSI mulai menunjukkan perkembangan yang bertahap akhir-akhir ini. (Irianto, 2011).

Sepakbola berasal dari dua kata yakni “Sepak” dan “Bola” sepak atau menyepak bisa diartikan sedang menendang (menggunakan kaki) sedangkan untuk “Bola” merupakan alat permainan yang memiliki bentuk bulat yang terbuat dari bahan karet kulit dan sejenisnya. Jadi secara singkat sepakbola merupakan permainan yang dilakukan dengan cara menendang bola yang di lakukan pemain, menggunakan teknik *passing*, *dribbling*, *shooting* dengan sasaran gawang dan bertujuan memasukan bola ke gawang lawan.

#### 1. Sejarah sepakbola dunia

Sepak bola zaman dulu memiliki sejarah yang di mulai dari negra china dan lebih spesifiknya berada di zaman dinasti dan sekitar abad kedua sebelum masehi.

Sepakbola di zaman itu menggunakan bola kulit dan dilakukan dengan memasukan bola ke dalam jarring yang kecil. Olahraga sepakbola sering di hadiri orang orang kemiliteran yang bertujuan agar tentara china tetapi memiliki fisik yang terlatih dan menjadi sebuah pesta ulang tahun kaisar atau bila pada zaman pemain sepakbola di beri nama *Tsu Chu*, kemudian sepakbola meluas ke eropa di masa Raja Edwar di inggris, pada pemerintahannya sempat muncul pelarangan terhadap pemain sepakbola karena begitu olahraga sepakbola pada zaman ini di nilai anarkis yang mengarah pada tindakan brutal yang tidak memiliki sebuah aturan yang tidak begitu jelas. Tetapi pada tahun 1396 Raja Edwar III kembali memberikan izin untuk permainan sepakbola, keadaan tidak berlangsung lama aturan tersebut mendapat larangan lagi dari ratu elizabetzh I di tahun 1572 (Astuti, 2016). Selanjutnya Negara Italy yang membuat sepakbola terkenal permainan sepakbola dengan nama *gioco del calico*, peraturan sepakbola cukup unik dengan memainkan oleh dua tim yang memiliki jumlah pemain setiap tim 27 orang karena menurut mereka ketika bermain sepakbola dengan jumlah banyak membuat persaingan menjadi ketat dan menyenangkan.

## 2. Sejarah sepakbola modern

Pada zama sepakbola modern inggris mulai pesat dalam dunia sepakbola terbukti pada tahun 1863 inggris memmbentuk organisasi *Englis Foot Ball Association* (EFBA). Perkembangan sepakbola makin pesat kemajuannya maka terbentuklah Organisasi yang mengelola permainan sepakbola secara global sehingga berdirilah *federation International de football Association* (FIFA). FIFA berdiri di Paris, Prancis pada 21 mei 1904. Sebuah pertemuan yang di hadiri dua tokoh sepakbola yaitu Hery Delaunay dan Jules Rimet tersebut di hadiri oleh tujuh Negara yaitu, Denmark, Spanyol, Swedia, Swis, Belgia dan Belanda. Yang menghadiri tersebut otomatis menjadi anggota FIFA di ketuai oleh Robert Guerin yang berasal dari Prancis. Sepakbola pada zaman itu hanya memiliki ruang lingkup kejuaraan seperti Olimpiade, tapi dari tahun ke tahun keanggotaan FIFA terus bertambah (Himawanto et al., 2018). Pada tahun juga itu FIFA memilih presidennya dan inilah daftar presiden FIFA dari tahun dulu hingga tahun sekarang dan seperti yang terlihat pada table 2.1.

Tabel 2.1 Nama-nama Presiden FIFA

No	Nama	Negara	Masa Berkuasa	Lama
1	Robert Guerin	Inggris	1904-1906	2 tahun
2	Daniel Berley Woolfall	Inggris	1906-1918	12 tahun
3	Jules Rimet	Inggris	1918-1954	33 tahun
4	Rodolph Seeldrayes	Inggris	1954-1955	1 tahun
5	Athury Drewry	Inggris	1955-1961	6 tahun
6	Stanles Rous	Inggris	1961-1974	13 tahun
7	Joao Hapelage	Brasil	1974-1998	24 tahun
8	Sepp Blatter	Swis	1998-2015	17 tahun
-	Issa Hayatou	Kamerun	2015-2016	15bulan (PLT)
9	Giani Infantino	Swis / Italy	2016	

### 3. Teknik dasar sepakbola

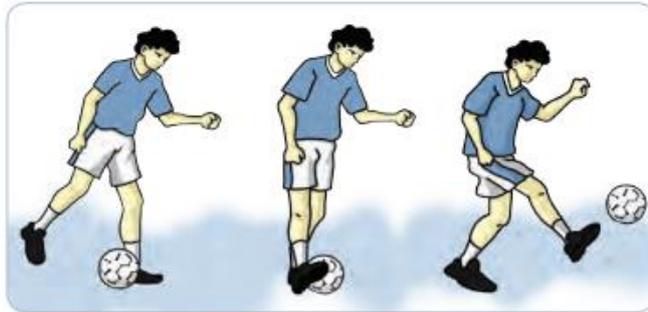
Dalam sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yaitu mengiri bola, mengoper, mengontrol, menyundul, menendang. Salah satu teknik yang sering di gunakan adalah mengoper bola, tujuan mengoper bola dalam pertandingan sepakbola bisa di lakukan operan bola kepada satu tim untuk menciptakan ruang bagi pemain untuk mencetak goal ke gawang lawa (Al Anshar, 2018). Agar permainan sepakbola menjadi lebih dinamis dan menarik maka teknik dasar itu harus dimainkan dalam bentuk bermain baik melalui taktik dan strategi menyerang maupun bertahan, dan untuk mencapai suatu tujuan bermain sepakbola diperlukan teknik dasar teknik sepakbola yang mendukung. Dilihat dari pendapat para ahli, teknik sepakbola merupakan sesuatu yang penting untuk bisa dikuasai oleh pemain sepakbola, agar pemain memiliki kemampuan bermain sepakbola yang bervariasi dan memiliki tujuan agar bisa mecetak goal ke gawang lawan, tanpa juga mempertahankan area tim kita sendiri.

### a. Teknik *passing*

*Passing* secara umum merupakan teknik dalam sepakbola yang sering digunakan dengan memberi bola ke satu tim, tujuan dari *passing* menciptakan sebuah operan yang mengarah ke gawang lawan untuk mencetak goal dan ketika lawan melakukan serangan dapat memepertahankan daerah pertahanan. Ketika memiliki *passing* yang baik akan mengurangi kesalahan saat di lapangan dan permainan sepakbola makin untuk di nikmati oleh para penonton (Al Anshar, 2018). *Teknik passing* selalu dilakukan dengan operan datar yang cepat di bandingkan operan lainnya. Pelaksanaan teknik ini diawali berdiri, bahu menghadap sasaran, dekatkan kaki tumpuan di samping bola, ayunkan kaki menyamping dengan jari diarahkan keatas, selanjutnya lakukan tendangan dengan memangkai kaki bagian sisi, dan terakhir gerakan tendangan ke arah pandangan yang ada di depan dengan tetap menahan posisi kaki (Rustanto, 2017) di lihat dari kedua pendapat para ahli di atas bahwa *passing* memiliki aspek penting dalam permainan sepakbola hal itu bisa berhubungan karena *passing* suatu proses menuju mencetak goal dalam permainan sepakbola. Dalam teknik *passing* juga ada beberapa macam-macam *passing*. *Passing* suatu yang penting dalam sepakbola hal ini juga menunjukkan beberapa macam - macam *passing* terdiri dari, *passing* menggunakan kaki bagian dalam, *passing* menggunakan kaki bagian luar, *passing* dengan tempurung kaki hal ini sangat di butuhkan pemain agar bisa menggerakkan bola sejauh 5 hingga 5 yard (Santoso, 2014). Mengoper bola memiliki dua perbedaan yaitu mengoper ketika bola ada diatas lapangan dan mengoper bola saat melayang di atas udara (Luxbacher, 2011). Dan ini merupakan teknik *passing* yang dapat dilakukan pemain saat pertandingan sepakbola.

#### a) *Passing* menggunakan kaki bagian dalam

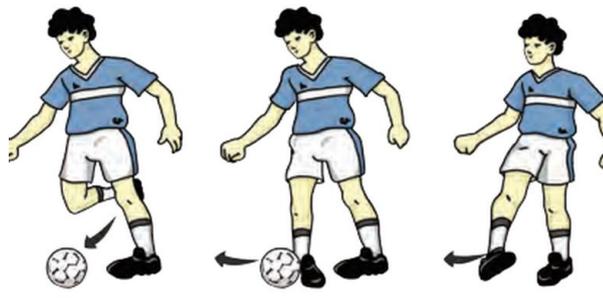
Merupakan kemampuan *passing* dasar dengan menggunakan permukaan kaki bagian dalam, teknik ini harus di kuasai seorang pemain sepakbola dan ini langkah gambarnya sebagai berikut:



Gambar. 2.1 Teknik *Passing* Menggunakan Kaki bagian Dalam

b) *Passing* Menggunakan Bagian Luar

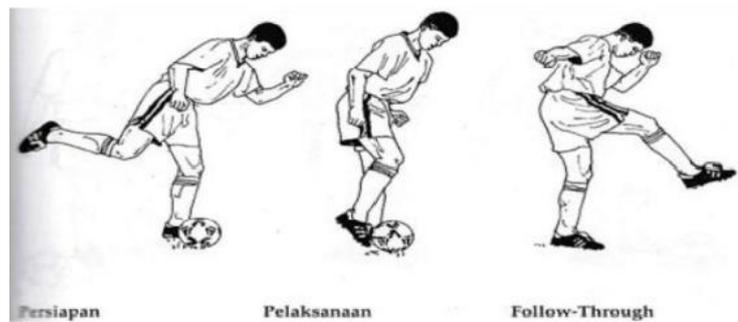
Merupakan kemampuan *passing* yang digunakan ketika pemain mengoper bola sambil melakukan *dribbling* bola di barengi kecepatan tinggi, dan mengoper bola secara diagonal kearah kiri dan kanan biasanya *passing* ini di lakukan saat menggerakkan bola dengan arah jarak pendek atau menengah. Dan ini gambar langkah pelaksanaan bisa di lihat sebagai berikut:



Gambar. 2.2 Teknik *Passing* Menggunakan Kaki bagian Luar

c) *Passing* dengan tempurung kaki

Merupakan teknik *passing* dengan menggunakan tempurung kaki untuk melakukan tendangan jarak jauh dan bisa digunakan saat *mengshooting* di depan lawing gawang untuk mencetak goal. Di sini juga ada langkah gambar mengoper dengan tempurung kaki sebagai berikut:



Gambar. 2.3 Teknik *Passing* dengan Tempurung Kaki

#### 2.1.2 *El Rondo* atau Kucing-kucingan



Gambar. 2.4. *El Rondo*

Dalam sepakbola *Rondo* atau di kenal istilah kucing-kucingan merupakan sebuah metode untuk meningkatkan kemampuan passing yang di implementasikan pada seluruh level pemain sepakbola. Metode ini mengharuskan beberapa orang (minimal tiga orang) untuk saling mengoper bola (Sugiyanto & Ilahi, 2019). *Rondo* juga merupakan bentuk latihan dengan pola lingkaran dengan jumlah pemain di tengah lingkaran. Suatu bentuk latihan dengan pemain berdiri di sekitar lingkaran harus berusaha untuk merebut bola. Ada banyak variasi *El Rondo* tetapi konsep dasarnya adalah bahwa 6-10 orang berdiri dalam lingkaran dan 1-3 pemain yang berdiri di tengah lingkaran dan mencoba menangkap, memblokir atau memaksa

pemain untuk merebut bola ke luar dari lingkaran. Dari wawancara Tv Xavi Hernandez mengungkapkan bahwa tiki taka di kembangkan melalui latihan *El Rondo*, di mana latihan ini adalah 1 atau pemain ditepatkan di tengah lapangan dan mencoba memotong operan pemain lain yang berada didalam lingkaran. Ini di ulang sering sehingga punggawa pemain Barcelona sangat mahir dalam umpan - umpan pendek (Husen, 2016). Dan dapat saya simpulkan bahwa *El Rondo* atau kucing-kucing sangat berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan *passing* dan berpengaruh juga dalam umpan-umpan pendek, agar memiliki *First Touch* yang bagus sehingga pemain tersebut akan jauh lebih bagus dan memiliki visi bermain bagus.

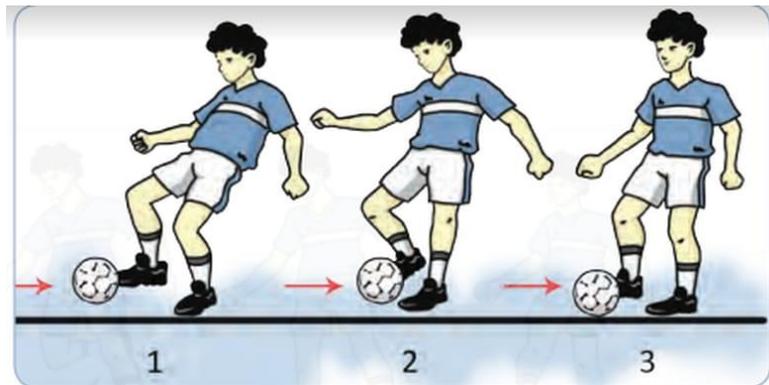
Manfaat *El Rondo* atau Kucinnng-kucingan, Hal ini *El rondo* sangat memiliki manfaat bagi pemain sepakbola, manfaat *El Rondo* ini sendiri membuat pemain agar bisa melakukan passing akurat dan cepat berlari jarak pendek, mengatur stamina, penguasaan bola, kecerdasan keterampilan gerak dan pengambilan keputusan saat menerima bola sehingga hal ini juga dapat melatih kemampuan kerja sama pemain, ketika pemain tidak memegang bola juga akan untuk memberikan reaksi saat tidak menguasai bola, komunikasi antar pemain menjadi bagian yang bisa dilatih sehingga *Rondo* memiliki peran penting secara tidak langsung dapat meningkatkan kreativitas para pemain (Husen, 2016).

*El Rondo* juga menjadi factor dalam peningkatan *passing* dalam sepakbola karena pemain kurang menguasai teknik *passing El Rondo* ini bisa menjadi sebuah latihan untuk meningkatkan teknik passing nya sehingga pemain dapat menguasai *passing* dengan baik dan memiliki visi bermain yang bagus saat bermain sepakbola. Dan dapat di simpulkan *El Rondo* atau kucing-kucingan memiliki peran penting dalam peningkatan *passing*, kemampuan kerja sama , stamina, kecerdasan gerakan,dan kecepatan berpikir atau pengambilan sebuah keputusan.

### 2.1.3 *First Touch* Sepakbola

Bisa di kategorikan sentuhan pertama ini merupakan kemampuan seseorang mengontrol bola saat menerima umpan sekaligus penepatan bola sebelum melakukan tembakan, hal ini juga mengharuskan pemain untuk bisa mengontrol bola dengan baik sehingga memiliki sentuhan pertama sama baiknya, dan sentuhan

pertama kepada bola sangat penting karena sentuhan pertama permainan mempersiapkan gerakan selanjutnya sesuai tuntutan situasi pemain, misalnya mempertahankan penguasaan bola melakukan *dribbling*, melakukan *crossing*, atau menembak langsung ke gawang (Alafgani, 2021).



Gambar . 2.5. *First Touch*

Manfaat *First Touch* dalam sepakbola, sepakbola selalu memiliki ciri khas dalam setiap permainan hingga pertandingan termasuk *First Touch* atau sentuhan memiliki keterlibatan dalam sebuah pertandingan dari tembakan efektif dari sentuhan pertama, menerima *passing* dengan sentuhan, hingga penerima *crossing* dari sentuhan pertama yang dikonvensi untuk mencetak goal di depan gawang. Oleh karena itu manfaat *First Touch* atau sentuhan pertama memiliki pengaruh dalam permainan sepakbola harus bisa mengambil keputusan yang cepat untuk melakukan *passing* dan membuka ruang *passing*, cepat lambat sebuah keputusan saat bermain akan menjadi pengaruh besar saat permainan berlangsung. Sehingga pemain bisa memutuskan *passing* dan menerima bola dan bertujuan agar mendekati rekan sehingga mempersempit lawan merebut bola dari kita.

Dan dari pendapat para ahli di simpulkan bahwa pemain juga adil dalam proses *timing passing*, *timing* meminta bola, sehingga memiliki penjelasan yang mutlak bahwa keputusan pemain menjadi faktor utama saat pertandingan yang di barengi oleh teknik yang dikuasai, ternyata menggunakan teknik *First Touch* harus memiliki kesiapan dari pemain meminta bola harus mulai berpikir jika bola datang harus di kemanakan bola tersebut.

#### 2.1.4 Pengertian Latihan

Berkaitan dengan proses latihan badriah, Dewi lailatul (2013, hlm. 70) berpendapat bahwa latihan merupakan upaya sadar yang di lakukan secara berkelanjutan dan sistematis untuk meningkatkan kemampuan fungsional tubuh sesuai dengan tuntutan penampilan cabang olahraga itu.

Sedangkan meneurut harsono latihan (2017, hlm. 50) berpendapat bahwa latihan adala proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang di lakukan secara berulang-ulang dengan kian hari bertamnah jumlah bebabn Latihan atau pekerjaannya

Latihan untuk menguasai suatu keterampilan membutuhkan suatu program dengan waktu yang panjang secara terencana. Kegiatan latihan harus menggunakan prinsip belajar yaitu dalam belajar memiliki tujuan untuk menguasai suatu pengetahuan atau keterampilan di lakukan melalui beberapa tahapan. Begitu pula dengan latihan harus di berikan melalui tahapan yang lebih kompleks dan di berikan secara berkesinambungan pula (Supriadi, 2015)

(Irawandi, 2017) Latihan pada intinya di perlukan dan wajib di laksanakan oleh atlet untuk meningkatkan keterampilan dan meningkatkan kondisi tubuh dan latihan adalah aktivitas gerak fisik yang di lakukan secra berulang-ulang dengan tujuan untuk menigkatkan fisik dan keterampilan gerak tertentu.

Dari beberapa pendapat ahli tersebut, penulis simpulkan bahwa latihan merupakan hal yang wajib dalam suatu permainan, karena dengan latihan pemain dapat memperbaiki kualitas dalam suatu permainan.

#### 2.1.5 Prinsip latihan

Pestasi yang maksimal dalam olahraga dapat di capai apabila dapat di dukung oleh beberapa factor fisik, teknik, taktik dan mental. Faktor-faktor tersebut dappat ditingkatkan melalui proses latihan.

Dalam hai ini atlet maupun pelatih harus menerapkan prinsip-prinsip latihan, supaya tidak ada kesalahan dalam pencapaian prestasi atlet yang dibinanya. Kekurangan dalam penggunaan prinsip latihan mengakibatkan tidak tercapainya prestasi yang optimal.

Prinsip Beban Lebih (*over load*)

Prinsip beban berlebih pada dasarnya menekankan beban kerja yang dijalani harus melebihi kemampuan yang dimiliki seseorang, karena itu latihan harus mencapai ambang rangsang. Hal itu bertujuan supaya system fisiologis dapat menyesuaikan dengan tuntutan fungsi yang dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan. Menurut Harsono, (2015:51) prinsip overload ini adalah “Prinsip latihan yang paling mendasar akan tetapi paling penting, oleh karena tanpa penerapan prinsip ini dalam latihan, tidak mungkin prestasi atlet akan meningkat. Prinsip ini bisa berlaku dalam melatih aspek fisik, teknik, taktik dan mental”.

Menurut Tangkudung, (Kusnadi, Nanang dan Rd. Herdi Hartadji, 2014:7) mengemukakan bahwa ”Hanya melalui proses overload/pembebanan yang selalu meningkat secara bertahap yang akan menghasilkan overkompensi dalam kemampuan biologis, dan keadaan itu merupakan prasyarat untuk peningkatan prestasi”. Beban bertambah dapat dilakukan dengan beberapa cara misalnya dengan meningkatkan intensitas (indikator denyut nadi), frekuensi, repetisi, dan tingkat kesulitan gerakan (teknik). Untuk memperoleh hasil yang diinginkan, maka dosis latihan harus di atas ambang rangsang kepekaan atlet. Jika dalam penerapan suatu beban latihan harus “cukup berat” tapi atlet masih mampu melaksanakannya.

Dapat disimpulkan bahwa dengan melakukan latihan secara periodik dan sistematis, secara faal tubuh atlet akan mampu beradaptasi menerima beban latihan yang diberikan sehingga beban latihan akan dapat ditingkatkan semaksimal mungkin dengan beban latihan yang lebih berat, serta mampu menghadapi tekanan-tekanan yang ditimbulkan oleh latihan berat tersebut. Dalam hal ini seorang atlet dapat menerima beban secara fisik maupun psikis. Penerapan beban latihan dapat

diberikan dengan berbagai cara seperti dengan meningkatkan frekuensi latihan, lama latihan, jumlah latihan, macam latihan, ulangan dalam satu bentuk latihan.

Peningkatan beban latihan kepada sampel setelah mereka berlatih kurang lebih tiga sampai empat pertemuan dengan indikator atlet sudah dalam ambang rangsang untuk menambah beban latihan, dengan cara menambah repetisi latihan

#### 2.1.6 Variasi Latihan

Menurut Harsono, (2015, hlm. 11) variasi Latihan sangat di butuhkan karena untuk mencegah kebosanan berlatih, Latihan harus dilakukan sekrestip mungkin dan pandai menerapkan varias-variasi dalam Latihan” sehingga atlet akan lebih bergairah untuk mengikuti latihan dan dapat meningkatkan motivasinya untuk meraih prestasi yang lebih tinggi, selain dari itu latihanya yang digunakan dengan bervariasi akan menuntut atlet untuk melakukan latihan sebaik mungkin serta meningkatkan kualitas latihannya.

### 2.2. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang penulis lakukan relevan dengan penelitian yang di lakukan oleh:

Andhika Alafgani pada tahun 2021 yang berjudul “Pengaruh metode *passing* Triangle dan metode *small side game* terhadap ketepatan *passing* siswa akademik sepakbola satria kencana serasi ku “Masalah dalam penelitian ini untuk menguji pengaruh metode *small side game* di Akademi Sepakbola Satria Kencana Serasiku dengan menggunakan teknik sampling untuk pengambilan sampel di mana jumlah sampel di gunakan sebanyak populasi. Jika populasi berjumlah kurang dari 100 maka seluruh populasi digunakan sebagai sampel. Uji-t di gunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan signifikan dalam ketuntasan siswa sebelum dan sesudah latihan *passing* segitiga. Tes juga dapat di gunakan untuk membandingkan dua metode. Dalam data terdapat angka-angkadan di mungkinkan untuk menyimpulkan metode mana yang terbaik dan sesuai dengan rumusan masalah. Berdasarkan hasil Uji-t kita dapat melihat bahwa t hitung (7,394) dan p (0,00) & <

0,05 hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara keberhasilan siswa Akademi Satria Kencana Serasi sebelum dan sesudah perlakuan.

(Ikman khasanyah pada tahun 2017) yang berjudul “Pengaruh modifikasi kucing-kucingan Terhadap Kemampuan *Passing* pada Permainan Sepakbola “Permasalahan yang di bahas apakah modifikasi permainan kucing-kucingan mempunyai pengaruh terhadap kemampuan *passing* pada permainan sepakbola, metode penelitian menggunakan eksperimen populasi juga menggunakan seluruh siswa ekstrakurikuler dan di ambil 30 orang untuk dijadikan sampelnya. Teknik pengumpulan data menggunakan *pretest*, *posstest*, *pretest*, kontrol *posstest* control terlihat bahwa hasil tes rata-rata terbaik dan nilai keputusan tes pada kelas eksperimen menunjukan bahwa lebih kecil dari taraf signifikansi ( $0,001 < 0,05$ ), pengambilan keputusan  $H_0$  di tolak dan  $H_1$  di terima, artinya terdapat perbedaan rata-rata antara hasil terinda dan terakhir di tinjau dari kemampuan ketuntasan siswa pada kelas eksperimen. Hasil tersebut di perkuat dalam hitungan masing-masing siswa dengan rekor *Ngain* sebesar 0,05 dengan kategori dengan rata-rata peningkatan. Hasil tersebut di perkuat dengan perhitungan *Ngain* siswa nilai rata-rata *Ngain* sebesar 0,35 dengan kategori peningkatan rata-rata, dengan demikian modifikasi permainan kucing-kucingan dapat berpengaruh positif dalam meningkatkan keterampilan *passing* siswa kelas atas secara signifikan.

### **2.3. Kerangka Konseptual**

Latihan dalam penelitian ini adalah latihan *El Rondo* dimana dalam latihan ini satu atau dua pemain di tempatkan pada posisi tengah lapangan dan berusaha keras memotong umpan dari pemain lain yang berada dalam lingkaran. Hal ini diulang secara rutin, sehingga membuat pemain sangat ahli dalam umpan-umpan pendek, latihan tersebut berpengaruh terhadap ketepatan *first touch* dalam permainan sepakbola karena pemain dapat melakukan latihan tersebut dengan bentuk latihan yang telah di modifikasi. Selain dari pada itu, repetisi yang banyak dapat membantu siswa untuk dapat lebih cepat meningkatkan ketepatan *first touch* dalam permainan sepakbola.

Keuntungan dari latihan *el rondo* adalah latihan ini sangat mudah dilakukan karena tiap pemain hanya mengarahkan bola yang akan ke arah sasaran, tetapi model latihan ini kurang efektif karena siswa mudah mengalami kejenuhan, sehingga rangsangan untuk bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan akan berpengaruh terhadap peningkatan penguasaan.

Dalam sepakbola *rondo* atau di kenal istilah kucing-kucingan merupakan sebuah metode untuk meningkatkan kemampuan *passing* yang di implementasikan pada seluruh level pemain sepakbola. Metode ini mengharuskan beberapa orang (minimal tiga orang) untuk saling mengoper bola.

*Rondo* juga merupakan bentuk latihan dengan pola lingkaran dengan jumlah pemain di tengah lingkaran. Suatu bentuk latihan dengan pemain berdiri di sekitar lingkaran harus berusaha untuk merebut bola. Ada banyak variasi *El Rondo* tetapi konsep dasarnya adalah bahwa 6-10 orang berdiri dalam lingkaran dan 1-3 pemain yang berdiri di tengah lingkaran dan mencoba menangkap, memblokir atau memaksa pemain untuk merebut bola ke luar dari lingkaran.

Hal ini *El Rondo* sangat memiliki manfaat bagi pemain sepakbola, manfaat *El Rondo* ini sendiri membuat pemain agar bisa melakukan *passing* akurat dan cepat berlari jarak pendek, mengatur stamina, penguasaan bola, kecerdasan keterampilan gerak dan pengambilan keputusan saat menerima bola sehingga hal ini juga dapat melatih kemampuan kerja sama pemain, ketika pemain tidak memegang bola juga akan untuk memberikan reaksi saat tidak menguasai bola, komunikasi antar pemain menjadi bagian yang bisa dilatih sehingga *Rondo* memiliki peran penting secara tidak langsung dapat meningkatkan kreativitas para pemain. *El Rondo* atau kucing-kucingan memiliki peran penting dalam peningkatan *passing*, kemampuan kerja sama, stamina, kecerdasan gerakan, dan kecepatan berpikir atau pengambilan sebuah keputusan.

#### 2.4 Hipotesis Penelitian

Dalam pengambilan sebuah data hipotesis diartikan sebagai suatu jawaban yang bersipat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2013). Berdasarkan anggapan dasar di atas, maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut: “Pengaruh Latihan *El Rondo* Terhadap Ketepatan *First Touch* dalam Permainan Sepak Bola pada Atlet Zazaway FC”.