

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORETIS**

#### **2.1 Kajian Pustaka**

##### **2.1.1 Hakikat Olahraga Permainan Sepak Bola**

Pada hakikatnya permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak. Sepak bola dimainkan dilapangan rumput oleh kedua tim yang saling berhadapan dengan masing-masing tim terdiri dari 11 orang pemain yang bermain. Tujuan dalam permainan sepak bola adalah memasukkan bola ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola dari pemain lawan. Satu regu dapat dinyatakan menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke dalam gawang lawan dan apabila sama maka permainan dinyatakan seri atau draw. (Andra Akbar., 2013:1 (dalam Noor & Suriatno, 2018).” (hlm. 48). Menurut PSSI., 2010 (dalam Yunisal & Rismayanti, 2019) “Sepak bola adalah olahraga yang paling dicintai oleh semua kelas di Indonesia.

Orang dari semua lapisan masyarakat menyukai olahraga ini, termasuk sepak bola internasional dan domestik.” (hlm. 80). Sepak bola di indonesia sudah menjadi suatu kebangsaan. Sepak bola merupakan identitas kolektif dari negara, ras, agama dan kebangsaan. Indonesia sendiri merupakan negara multinasional dan terdiri dari tim nasional sepak bola Indonesia. Ini termasuk putra dan putri terbaik negara, dari kebangsaan di seluruh Indonesia, sepak bola bukan hanya olahraga, tetapi juga individualitas, kebanggaan dan alat perjuangan nasional.

Sepak bola erat kaitannya dengan aspek kehidupan masyarakat. Popularitas diantara semua kelompok orang selama sejarahnya, sepak bola dapat digunakan untuk kepentingan politik, sosial dan ekonomi negara. Dalam hal hiburan, sepak bola dapat membuat penonton dan penggemar menjadi bagian penting dan esensial. Untuk setiap kejuaraan sepak bola, orang selalu disambut dengan antusias. Aji (dalam Yunisal & Rismayanti, 2019)” (hlm. 80). Sepak bola di Indonesia pertama kali dikenalkan oleh pemerintah kolonial Belanda. Awalnya, orang Indonesia menonton pertandingan Belanda lalu mengikutinya. Beberapa klub sepak bola modern milik belanda mulai bermunculan diantaranya Rood-Wit

(1893) dan Victoria (1895). Sehingga, ikatan sepak bola meningkat di kota besar, khususnya Batavia, Bandung, Semarang dan Surabaya. Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia Raga Seleroe di dirikan pada 19 April 1920 untuk menampung dan untuk mengatur klub-klub sepak bola yang di miliki oleh penduduk setempat dengan ketua umum pertamanya adalah Ir. Souratin Sorosogondo. Menurut Elok Dwi Anggitasari (2019) “Sepak bola merupakan olahraga beregu atau tim yang membutuhkan keterampilan yang berhubungan dengan kesegaran jasmani yaitu kekuatan otot, kecepatan, kelenturan, ketangkasan, keseimbangan, dan koordinasi yang baik. Pemain sepak bola juga harus memperhatikan posisi pemain seperti seorang pemain gelandang (tengah) dan belakang tengah mempunyai jarak tempuh yang lebih tinggi dari pemain lainnya saat bertanding.” (hlm 2).

### **2.1.2 Teknik dalam sepak bola**

Supaya mencapai kerjasama tim yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepak bola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi dan waktu (Sukatamsi, 1984: 12 (dalam Nasution, 2018)).

#### **1. Mengoper/mengumpan (*Passing*)**

*Passing* dalam sepak bola yaitu suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat yang lainnya menggunakan kaki atau bagian kaki

#### **2. Menyundul (*Heading*)**

*Heading* dalam sepak bola yaitu salah satu kemampuan menyundul bola secara terarah dengan tujuan untuk mengumpan, mencetak gol dan untuk mematahkan serangan lawan atau membuang bola. Dalam pelaksanaannya menyundul bola dilakukan dengan tiga cara, yaitu: 1) menyundul bola sambil berdiri, 2) menyundul bola sambil meloncat, dan 3) menyundul bola sambil melayang.

#### **3. Menggiring bola (*Dribbling*)**

*Dribbling* dalam sepak bola yaitu suatu teknik dasar yang bertujuan untuk mengecoh lawan membawa bola kearah daerah yang kosong, serta melewati lawan sehingga menggiring bola menuju gawang lawan untuk mencetak sebuah

gol. Pada dasarnya *dribbling* merupakan menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam *dribbling* untuk menggiring bola.

#### 4. Menendang atau tendangan (*Shooting*)

*Shooting* dalam sepak bola merupakan teknik dasar bermain sepak bola. Seorang pemain sepak bola yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan sempurna tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Kesebelasan sepak bola baik dan tangguh yang mampu menguasai teknik dasar menendang bola dengan baik, cepat, cermat dan tepat pada sasaran, sasaran pada gawang lawan untuk menciptakan skor sebanyak-banyaknya.

#### 5. Menghentikan bola (*Stopping*)

*Stopping* dalam sepak bola yaitu salah satu teknik dasar sepak bola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik *passing* dan bertujuan untuk menghentikan bola supaya bisa mengontrol bola, mengatur tempo permainan, mengalihkan laju, serta memudahkan untuk *passing*.

#### 6. Melempar bola (*Throw in*)

Melempar bola ke dalam dilakukan apabila bola keluar yang bertujuan untuk menghidupkan kembali permainan. Lemparan ini dilakukan dengan kedua tangan sesuai aturan tertentu, yaitu: pada saat melempar kedua kaki harus kontak dengan tanah, dilakukan di belakang garis tepi lapangan, lewat atas kepala dan lemparan searah posisi badan.

### **2.1.3 Teknik Dasar Menendang Bola**

Permainan sepak bola merupakan cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, dan tangguh adalah kesebelasan yang mampu menyelenggarakan permainan secara kompak, artinya memunyai kerja sama tim yang baik dan tangguh. Oleh karena itu diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai berbagai macam teknik, serta terampil dalam melakukannya. Sepak bola merupakan permainan yang mengandalkan operan-operan dengan kaki, maka menguasai teknik dasar cara menendang bola sangat penting demi mencapai tujuan memenangkan pertandingan. Menendang bola

termasuk dalam skill individual pemain, jika skill individual pemain bagus maka operan-operan akan lancar dan peluang terjadinya gol sangat besar.

Kegunaan atau fungsi dari menendang yaitu: untuk memberikan operan bola kepada teman, untuk menembak bola ke arah gawang, untuk melakukan terobosan ke daerah lawan, untuk menyapu atau menyelamatkan daerah pertahanan sendiri dan untuk melakukan tendangan khusus seperti tendangan bebas dan tendangan penalti. Selain itu menendang bola dibagi bermacam-macam cara yaitu: 1) Tendangan menggunakan kaki bagian dalam, 2) Tendangan menggunakan punggung kaki dan 3) Tendangan menggunakan kaki bagian luar. Menurut Ueberroth, (2012. hlm 103) menyatakan bahwa terdapat teknik dasar permainan sepak bola yaitu:

1. Tendangan menggunakan kaki bagian dalam
  - a) Kaki tumpu diletakan disamping belakang bola.
  - b) Kaki tendang diayun dari belakang, tenaga datang mulai dari paha.
  - c) Posisi badan agak menyamping disisi belakang bola.
  - d) Perkenaan bagian kaki adalah daerah balas antara kaki depan dan kaki bagian dalam.
  - e) Tangan direntangkan untuk keseimbangan.
  - f) Pandangan mata pada bola.
  - g) *Follow trough* dari kaki tendang.

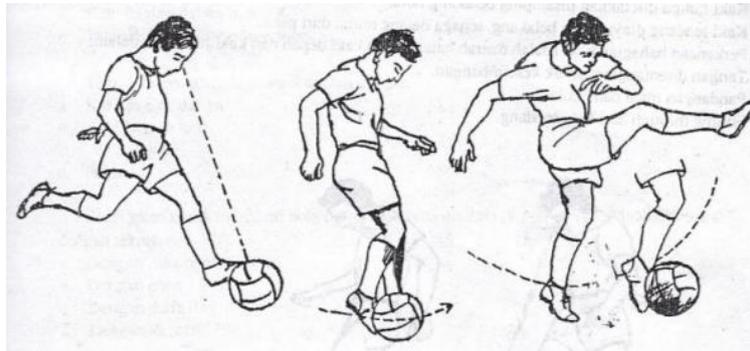


Gambar2. 1 Tendangan menggunakan kaki bagian dalam

Sumber: Ueberroth, (2012. 103)

2. Tendangan menggunakan punggung kaki
  - a) Kaki tumpu diletakan sejajar dengan bola, lutut sedikit bengkok.

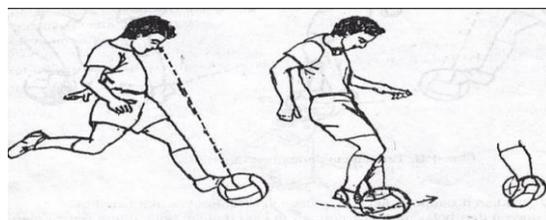
- b) Kaki tendang diayun dari belakang, saat perkenaan kaki dengan bola ujung sepatu mengarah ketanah dan harus ditegangkan. Bagian kaki yang mengenai bola adalah punggung kaki atau bagian dimana terdapat sepatu.
- c) Gerakan kaki tendang terutama datang dari persendian lutut. Lutut dari kaki tendang pada saat perkenaan berada diatas bola.
- d) Setelah tendangan, kaki tendang masih terus mengikuti gerakan (*follow through*).



Gambar2. 2 Tendangan menggunakan punggung kaki

Sumber: Ueberroth, (2012. 104)

- 3. Tendangan menggunakan kaki bagian luar
  - a) Kaki tumpu sejajar dengan bola atau sedikit dibelakangnya.
  - b) Kaki tendang diayun dari belakang dan pada saat menyentuk bola ujung kaki diputar kearah dalam.
  - c) Gerakan kaki tendang terutama pada sendi lutut.
  - d) Tangan direntang, mata tertuju pada bola.
  - e) *Follow trough* dari kaki tendang.



Gambar2. 3Tendangan menggunakan kaki bagian luar

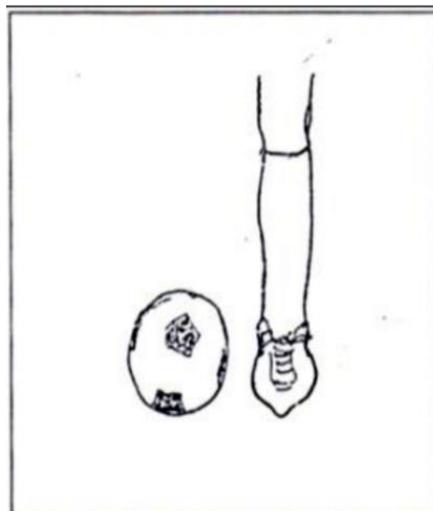
Sumber: Ueberroth, (2012. 105)

### 2.1.4 Prinsip-prinsip Teknik Menendang Bola

Salah satu fungsi menendang bola yaitu untuk mengumpan bola kepada teman satu tim, hal ini memudahkan teman satu tim dalam mencetak gol ke gawang lawan. Pemain yang ingin mengoper bola kepada teman satu tim harus melihat dulu posisi teman yang akan menerima operan tersebut, apabila temannya dekat dengan pengoper maka bola dioper secara datar sehingga memudahkan teman untuk menguasai atau mengontrol bola tersebut. Terdapat prinsip dalam menendang bola yaitu:

#### 1. Letak kaki tumpu

Kaki tumpu adalah kaki yang digunakan sebagai tumpuan pada tanah saat persiapan tendangan dan merupakan letak titik berat badan. Posisi kakitumpu atau dimana kaki tumpu diletakan terhadap bola, akan menentukan arah lintasan bola dan tinggi rendahnya lambungan bola. Lutut kaki tumpu sedikit ditekuk dan pada waktu tendangan lutut diluruskan. Gerakan dari lutut ditekuk kemudian diluruskan merupakan kekuatan dorongan ke depan.



Gambar2. 4 Letak kaki tumpu

Sumber: Ueberroth, (2012. 106)

#### 2. Kaki ayun

Kaki ayun adalah kaki yang dipergunakan untuk tendangan bola. Pergelangan kaki yang digunakan untuk tendangan bola pada saat tendangan bola dikuatkan atau ditegakan tidak boleh bergerak. Tungkai kaki yang dipergunakan

untuk tendangan diangkat ke belakang kemudian diayunkan ke depan sehingga bagian kaki yang dipergunakan untuk tendangan mengenai bola, kemudian diteruskan dengan gerak lanjutan ke depan dan seterusnya bergerak lari untuk pencarian posisi.

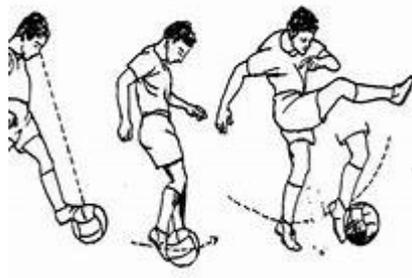


Gambar2. 5 Kaki ayun

Sumber: Ueberroth, (2012. 107)

### 3. Pandangan mata tertuju pada bola

Pada saat akan menendang bola mata harus melihat pada bola dan kearah mana bola akan ditendang.



Gambar2. 6 Pandangan mata tertuju pada bola

Sumber: Ueberroth, (2012. 108)

### 4. Perkenaan kaki pada bagian bola

Bagian bola yang ditendang merupakan penentu arah jalannya bola serta tingginya lambungan bola. Bagian di tengah-tengah bola, yaitu tepat pada titik pusat bola merupakan bagian bola yang ditendang.

## 5. Sikap badan

Sikap badan pada waktu tendangan bola sangat dipengaruhi oleh posisi kaki tumpu terhadap bola. Posisi kaki tumpu tepat disamping bola, maka pada saat tendangan bola, badan tepat diatas bola bergulir rendah atau lambung sedang, posisi kaki tumpu berada disamping belakang bola, maka pada waktu tendangan bola badan berada diatas belakang bola hingga sikap badan condong ke belakang, maka hasil tendangan bola melambung tinggi.

### 2.1.5 Ketepatan Tendangan Sepak Bola

Ketepatan atau *accuracy* dalam konteks olahraga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran yang dituju. Sasaran dapat berupa jarak atau mungkin suatu objek langsung yang dikenai. Ketepatan (*accuracy*) dan tendangan dalam permainan sepak bola sangat berhubungan erat. Menurut Budiwanto (2012) “ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak kesesuatu sasaran sesuai dengan tujuan” (hlm. 9). Faktor ketepatan dan kecepatan dalam melakukan gerak keterampilan sepak bola merupakan hal yang sangat penting untuk keberhasilan dalam sebuah pertandingan.

Faktor-faktor yang dapat memengaruhi ketepatan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang berasal dari dalam diri subjek sehingga dapat di kontrol oleh subjek itu sendiri, seperti koordinasi, ketajaman indera, penguasaan teknik, cepat lambatnya gerakan, ball feeling dan ketelitian, serta kuat atau lemahnya suatu gerakan. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri subjek, seperti besar kecilnya sasaran dan jauh dekatnya sasaran.

## 2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan sebagai acuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang diteliti Dwi Indra Ristiawan (2013) yang berjudul Efektivitas Teknik Tendangan Terhadap Hasil Ketepatan Tembakan ke Gawang Pada Pemain SSB Putra Mayong Kabupaten Jepara Tahun 2013. Bertujuan menciptakan gol pada gawang lawan Permasalahan penelitian adalah: 1)

Adakah perbedaan dan seberapa besar tingkat efektivitas teknik tendangan dengan kaki bagian dalam, punggung kaki, punggung kaki bagian dalam dan punggung kaki bagian luar terhadap ketepatan tembakan ke gawang, 2) Manakah yang lebih efektif teknik tendangan dengan kaki bagian dalam, punggung kaki, punggung kaki bagian dalam dan punggung kaki bagian luar terhadap ketepatan tembakan ke gawang.

Populasi yang diambil seluruh pemain SSB Putra Mayong yang berjumlah 118 orang. Pengambilan dengan teknik purposive sample yaitu pemain U 15 sebanyak 30 orang. Variabel penelitian yaitu teknik tendangan kaki bagian dalam, punggung kaki, punggung kaki bagian dalam, punggung kaki bagian luar sebagai variabel bebas dan ketepatan tembakan ke gawang sebagai variabel terikat. Metode pengumpulan data menggunakan teknik survei dengan teknik tes dan pengukuran. Data dianalisis menggunakan teknik Chi Kuadrat.

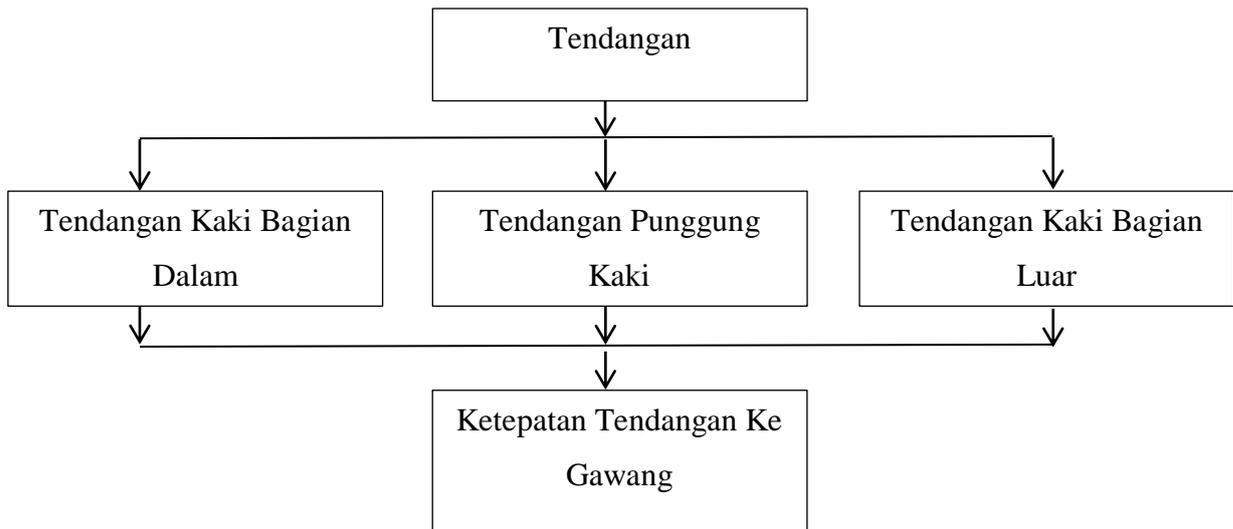
2. Penelitian yang diteliti oleh Dwi Krisnadi, Alfin (2019) yang berjudul “PERBANDINGAN EFEKTIVITAS TENDANGAN DOLYO CHAGI DAN CHECKING YEOP CHAGI PADA KEJUARAAN TAEKWONDO (Studi Deskriptif Pada Kejuaraan APM Taekwondo Championship 2019)” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan efektivitas tendangan dolyo chagi dan checking yeop chagi pada atlet Taekwondo di Kejuaraan APM Taekwondo Championship 2019. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua peserta senior pada Kejuaraan APM Taekwondo Championship 2019 dari 8 kelas putra dan putri. Penentuan sampel ini dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu atlet yang masuk partai semi final dan final Berdasarkan hasil penelitian bahwa dolyo chagi dan checking yeop chagi efektif digunakan dalam kejuaraan APM Taekwondo Championship 2019, dan dapat disimpulkan bahwa dolyo chagi lebih efektif daripada checking yeop chagi dalam kejuaraan APM Taekwondo Championship baik pada atlet putra maupun atlet putri.

Persamaan menguji perbandingan efektivitas teknik tendangan dalam dua cabang olahraga berbeda dengan menggunakan metode penelitian

deskriptif. Perbedaan dalam teknik pengumpulan data dalam perbandingan efektivitas dalam cabang olahraga berbeda.

### 2.3 Kerangka Koseptual

Berikut ini adalah paradigma kerangka berfikir yang melandasi penelitian :



Gambar2. 7 Kerangka Berfikir

Kerangka konseptual yang mendasari penelitian ini yaitu pentingnya kemampuan teknik dasar menendang dalam permainan sepak bola. Penelitian ini ditujukan pada permasalahan tentang efektivitas macam teknik tendangan terhadap ketepatan hasil tendangan ke gawang.

Teknik *shooting* dibagi menjadi berbagai macam, diantaranya yaitu: tendangan menggunakan kaki bagian dalam, menggunakan punggung kaki dan menggunakan kaki bagian luar. Gerak dasar menembak bola atau *shooting* bukan merupakan gerakan yang mudah. Hal ini disebabkan karena pada waktu melakukan gerakan yang mudah. Hal ini disebabkan karena pada waktu melakukan gerakan tersebut pemain harus mempunyai penguasaan teknik dasar menembak bola atau *shooting* dengan baik dalam arti pemain dapat melakukan gerak dasar menembak bola atau *shooting* dengan baik dan benar. Menurut Roberto Beny Saputra. (2018: 1).

Adapun kegunaan teknik tendangan yaitu tendangan menggunakan kaki bagian dalam biasa digunakan untuk operan pendek, untuk tendangan tepat kearah

gawang, untuk tendangan bola melengkung. Menggunakan punggung kaki biasa digunakan untuk operan jarak jauh, operan melambung atas (tinggi), tendangan keras ke arah gawang. Menggunakan kaki bagian luar biasa digunakan untuk operan jarak pendek, operan bawah (rendah), tendangan bola melengkung (slice) dan tendangan kombinasi dengan gerakan lain. Berdasarkan teknik menendang menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki, dan kaki bagian luar khususnya dalam melakukan tendangan ke gawang, meskipun dalam tendangan ke gawang dapat disebabkan oleh banyak pengaruh baik fisik maupun nonfisik serta mental, teknik tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam adalah penentu keakuratan hasil tendangan.

Dari uraian di atas, dapat kita lihat betapa pentingnya kemampuan menendang bagian pemain sepak bola, terlebih dalam hal mencetak gol ke gawang. Mengingat fungsi dan kegunaan dari teknik menendang berbeda-beda pada setiap penggunaannya. Dapat disimpulkan bahwa tendangan menggunakan kaki bagian dalam memberikan hasil yang lebih mudah untuk menendang ke arah sasaran, sehingga sangat efektif dan akurat.

#### **2.4 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis adalah jawaban sementara atau penuntun penelitian yang perlu diuji kebenarannya. Berdasarkan pemikiran di atas, hipotesis yang dapat diajukan yaitu:

1. Tingkat efektifitas teknik tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam terhadap hasil ketepatan tendangan ke arah gawang pada SSB Mekarsari kelompok Usia 17 Tahun Kecamatan Cikajang Kabupaten Garut adalah efektif.
2. Tingkat efektifitas teknik tendangan dengan menggunakan punggung kaki terhadap hasil ketepatan tendangan ke arah gawang pada SSB Mekarsari kelompok Usia 17 Tahun Kecamatan Cikajang Kabupaten Garut adalah efektif.
3. Tingkat efektifitas teknik tendangan dengan menggunakan kaki bagian luar terhadap hasil ketepatan tendangan ke arah gawang pada SSB Mekarsari kelompok Usia 17 Tahun Kecamatan Cikajang Kabupaten Garut adalah efektif.
4. Teknik tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam lebih efektif dibandingkan dengan menggunakan punggung kaki dan kaki bagian luar

terhadap ketepatan tendangan ke arah gawang pada SSB Mekarsari kelompok Usia 17 Tahun Kecamatan Cikajang Kabupaten Garut.