BAB II
TEKNIK DASAR SEPAKBOLA UNTUK ANAK-ANAK

II.1 Sepakbola

II.1.1 Sejarah Sepakbola

Sepakbola merupakan olahraga yang bersifat universal tiap negara memiliki sejarahnya masing-masing seperti dari bangsa Indian Kuno yang ada di Amerika sudah lama mengenal kebiasaan yang memainkan suatu perminan yang melibatkan banyak orang permainan mereka menggunakan objek berupa yang dibuat dari bahan getah karet untuk ditendang atau disepak. Demikian pula bagi bangsa Cina dan Jepanga Kuno di Asia berdasarkan ceritanya dahulu para biksunya sudah mengenal media yang berbentuk seperti bola yang terbuat dari bahan getah karet yang digunakan sebagai salah satu alat pelengkap dalam melakukan ritual kepercayaan. Sedangkan untuk Eropa sendiri pada awalnya mengenal permainan yang melibatkan banyak orang seperti permainan sepakbola adalah berasal dari para serdadu Romawi yang mengisi waktu luang ketika tidak dalam keadaan berperang para serdadu tersebut saling berebut dan saling menyepak kepala tengkorak yang berasal dari tengkorak kepala dari musuhnya dan saling berkejaran sepanjang jalan kota (Salim, 2007).

Seiring perkembangannya, permainan sepakbola ini pada awal abad ke 19 tepatnya di Inggris barulah di bentuk format dan bentuk ketentuan dari permainan sepakbola. Menurut Salim (2007) menjelaskan :

> Ketika itu para kalangan muda terpelajar di sekolah-sekolah umum dan universitas, seperti Universitas Cambridge, London memperkenalkan permainan sepakbola dengan menggunakan format dan peraturan sebagaimana permainan sepakbola yang di kenal saat ini.

Dan tidak lama perkembangan selanjutnya pada tahun 1863 diadakan pertemuan yang diselenggarakan di London. Dengan perkembangan yang semakin pesat permainan sepakbola itu sendiri, muncul ide untuk menciptakan sebuah oraganisasi yang mengurus tentang undang-undang mengenai

sepakbola. Perundingan tersebut diikuti oleh beberapa negara yang menghasilkan berdirinya satu organisasi yang sekarang di kenal dengan nama FIFA singkatan dari *Federation International de Football Asscociations* didirikan pada tahun 1904 yang bermarkas di kota Zurich, Swiss (Salim, 2007).

Untuk perkembangan sepakbola di Indonesia sendiri di awali dengan berdirinya badan sepakbola PSSI singkatan dari Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia. PSSI ini berdiri pada 19 April 1930 Yogyakarta. Pada awal berdirinya PSSI sendiri adalah singkatan dari *Persatoean Sepakraga Seloeroeh Indonesia.* Kemudian dalam kongres PSSI di Solo tahun 1950, di ubah menjadi Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia dan Ir. Soeratin Sosrosoegondo tercatat sebagai ketua umum pertama (Salim, 2007).

Memasuki awal abad 20 permainan sepakbola ini mejadi sangat popular dan digemari oleh semua kalangan.Baik orang tua dan muda, laki-laki dan perempuan yang kini dapat dilihat memainkan olahraga ini.Bahkan untuk turnamennya pun kini sudah ada kelasnya baik internasional maupun nasional. Olahraga sepakbola pun dapat menyatukan berbagai macam hal seperti budaya, status ekonomi, sosial menurut Luxbaucher (2011) menjelaskan :

> Sepakbola merupakan sesuatu yang umum diantara orang-orang yang berlatar belakang dan keturunan yang berbeda-beda, sebuah jembatan yang menghubungkan jenjang ekonomi, politik, kebudayaan, dan agama.

II.1.2 Definisi Sepakbola

Salim (2007) dalam bukunya memaparkan :

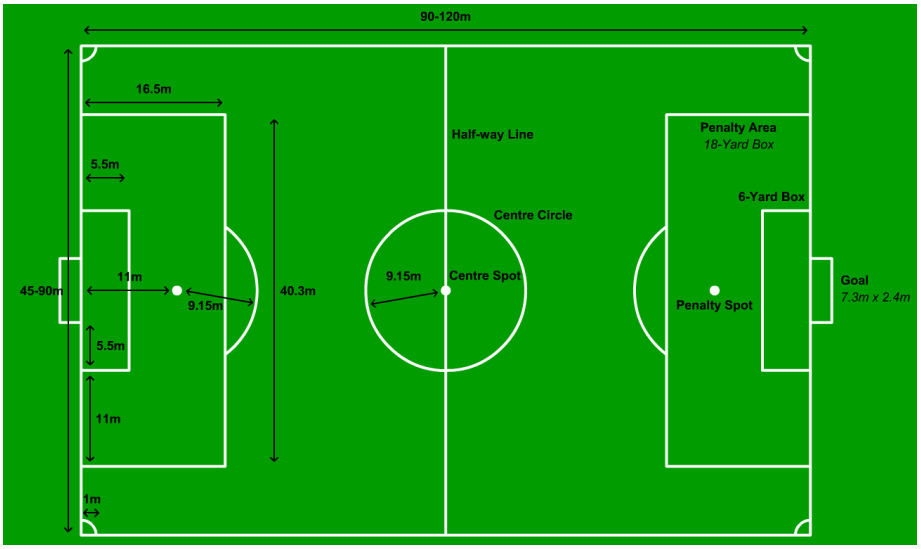
> Dalam sepakbola tim berisikan masing-masing 11 orang mengambil bagian dalam pertandingan. Mereka berusaha menguasai dan menendang bola ke wilayah dan gawang dari lawan jika usaha ini berhasil maka disebut gol. Tim yang paling banyak mencetak gol dalam waktu dua kali 45 menit akan menjadi tim yang memenangkan pertandingan.

Dalam suatu pertandingan sepakbola tim mana yang lebih banyak mencetak gol ke gawang lawan tim tersebut yang memenangi pertandingan. Namun dari pertandingan tersebut harus ada orang yang bertanggung jawab atau sebagai pengadil lapangan yang menentukan siapa yang menang. Pengadil lapangan biasa di panggil sebagai wasit.

II.1.3 Aturan Permainan Sepakbola

Adapun peraturan dari permainan sepakbola adalah :

- Pertama yaitu ukuran lapang permainan sepakbola yang pada umumnya berbentuk persegi panjang. Ukuran lapangan permainan empat persegi panjang, dengan panjang 100-110m, dan lebar 64-75m (Wargadinata, 2013).



Gambar II.1 Ukuran Lapang Sepakbola
Sumber : http://rangkuman-pengetahuan.blogspot.com (19/12/2013)

- Kedua adalah jumlah pemain yang diturunkan dalam satu pertandingan, pemain yang boleh diturunkan adalah 11 pemain termasuk salah satunya penjaga gawang. Peraturan yang berlaku untuk batas pergantian pemain adalah 3 orang.
- Ketiga adalah ukuran bola, ukuran bola harus berbentuk bulat penuh, bagian luar terbuat dari kulit atau bahan lain yang diperkenankan, lingkaran tidak boleh dari 71cm dan tidak boleh kurang dari 68cm (Wargadinata, 2013).

- Keempat adalah waktu lamanya permainan, waktu permainan terbagi menjadi dalam dua babak dengan waktu durasi yang sama tiap babak berdurasi waktu 45 menit. Jadi total waktu permainan 90 menit yang terbagi dalam dua babak. Jika dalam 45x2 menit tidak ada yang menang atau kedudukan seri maka di adakan babak tambahan 15x2 menit terbagi dalam dua babak pula. Jika masih belum ada pemenang dalam babak tambahan tersebut maka harus ditentukan oleh adu penalti (Wargadinata, 2013).
- Kelima adalah perlengkapan yang harus digunakan. Yang paling utama adalah sepatu khusus untuk sepakbola, kaos kaki, dan juga pelindung tulang kering (*shinguard*) (Wargadinata, 2013).



Gambar II.2*Shinguard* (Pelindung Tulang Kering)
http://www.robbinssports.com(19/12/2013)

II.1.4 Teknik Dasar Sepakbola

Teknik dasar merupakan rangkaian gerak atau gabungan dari beberapa gerakan sehingga menjadi suatu rangkaian gerak yang berkesinambungan. Adapun teknik-teknik dasar yang menjadi pondasi untuk bermain sepakbola adalah :

- *Dribble* (Menggiring)

Menggiring bola adalah keterampilan individu yang sangat penting untuk dikuasai, karena dengan menggiring yang bagus akan dapat dengan mudah menerobos pertahanan lawan (Wargadinata, 2013).



Gambar II.3 *Dribble* (Menggiring Bola)
Sumber :http://www.marca.com (19/12/2013)

- *Heading*(Menyundul)

Teknik dasar menyundul bola adalah upaya seorang pemain untuk menguasai bola dengan kepala (Wargadinata, 2013).Teknik dasar ini memilik kedudukan yang penting bagi pemain yang mungkin memiliki postur tubuh yang tinggi sehingga untuk memanfaatkan bola atas menjadi sangat mudah.



Gambar II.4 *Heading* (Menyundul Bola)
Sumber :http://www.ivstatic.com/files/et/imagecache/400x300/files/blog_articles/soccer-kid-636.jpg (25/04/2014)

- (*Stop Ball*) Menghentikan Bola

Teknik ini sangat membantu sebelum dapat menguasai bola, apabila bola datang terlebih dahulu pemain harus dapat menghentikan bola. Kemampuan menghentikan bola adalah untuk meredam laju bola apabila

pemain ingin mendapatkan bola sehingga bola tersebut tidak terpantul terlalu jauh. Ada beberapa teknik untuk dapat menghentikan bola yaitu dengan menggunakan kaki, paha, dada (Wargadinata, 2013).



Gambar II.5 *Stop Ball* (Menghentikan Bola)
Sumber :http://www.ronaldo7.net (19/12/2013)

- *Passing* (Mengoper bola) dan *Shooting* (Menembak)

Passing atau mengoper bola adalah ciri paling dominan dari permainan sepakbola, dengan menggunakan teknik ini alur atau pergerakkan dari permainan dapat terlihat. Teknik *passing* dapat dilatih dengan menguji ketepatan sasaran dengan memberikan bola kepada pemain lain dengan gerakan menendang bola menggunakan kaki. Begitu pun dengan *shooting* atau menendang bola teknik ini gerakannya hampir sama dengan teknik *passing* namun bedanya teknik *shooting* ini lebih diarahkan kepada gawang dan menggunakan tenaga yang lebih besar (Wargadinata, 2013).



Gambar II.6 *Shooting* (Menendang Bola)
Sumber http://365footballnews.blogspot.com(19/12/2013)



Gambar II.7 Gerakan *Passing* (Mengoper Bola)
Sumber :http://www.zimbio.com (19/12/2013)

- *Keeping Ball* (Melindungi Bola)

Keeping ball atau teknik mempertahankan bola adalah gerakan dimana pemain dapat menggunakan tubuh untuk mempertahankan bola dari lawan agar bola tidak diambil.Teknik *keeping ball* dapat dilakukan dengan menghalangi jarak jangkauan kaki lawan untuk mengambil bola dari penguasaan pemain yang memegang bola dengan menggunakan badan.



Gambar II.8*Keeping Ball*
Sumber :http://i.dailymail.co.uk/i/pix/2014/04/13/article-2603603-1D149AF400000578-538_634x444.jpg (15/01/2014)

- *Juggling* (Mengayun/Menimang Bola)

Melakukan juggling adalah cara yang paling bagus untuk mengembangkan reaksi yang cepat, kontrol bola dan meningkatkan konsentrasi yang diperlukan agar bisa berperan dengan baik didalam permainan.

Kemampuan untuk melakukan juggling dengan baik adalah pengembangan kepercayaan diri yang sangat kuat. Ketika pemain dapat melakukan juggling secara berulang-ulang, maka pemain dapat menciptakan banyak peluang dalam situasi permainan. *Juggling* dapat menggunakan dada, paha dan kepala.



Gambar II.9 *Juggling*
Sumber
:http://lh5.ggpht.com/_ZD0OjeNXJM0/TEMYXYJgUTI/AAAAAAAAFTE/PH6wEErke9k/ball-juggling-record_thumb.jpg?imgmax=800 (15/01/2014)

Gerakan teknik dasar yang dijelaskan sangat berpengaruh bagi setiap pemain. Penguasaan teknik dasar yang baik dapat membantu strategi atau instruksi yang diarahkan oleh pelatih, dengan tujuan meraih kemenangan bagi timnya. Bahkan sebaliknya apabila pemain tidak dapat menguasai teknik dasar dengan baik maka permainan pun sulit untuk dikembangkan yang mungkin bisa berujung dengan kekalahan bagi timnya sendiri.

II.1.5 Istilah-istilah Dalam Sepakbola

Menurut Agus Salim (2007) dalam bukunya menyatakan sebagai berikut :

II.1.5.1 Tendangan Sudut (*Corner Kick*)

Tendangan sudut atau yang dikenal dengan tendangan pojok atau tendangan penjuru. Sebuah tendangan sudut ini terjadi, jika seorang pemain bertahan terakhir yang menyentuh atau menendang bola keluar dari permainan di belakang garis gawang sendiri.



Gambar II.10Tendangan sudut (Corner Kick)
Sumber :http://www.onenewspage.us/video/20130927/1430872/Nailing-the-Perfect-Corner-Kick.htm (15/01/2014)

II.1.5.2 Pelanggaran (*Foul*)

Dalam permainan sepakbola peristiwa benturan atau kontak fisik merupakan bagian tidak terpisahkan.Walaupun begitu tetap ada batasan bahwa hal itu boleh dilakukan atau tidak. Jika pemain menyerang dengan cara yang dapat mengakibatkan cedera pada pemain lain, berarti pelanggaran (*foul*) itu telah terjadi.

II.1.5.3 Tendangan Bebas (*Free Kick*)

Tendangan Bebas (*Free Kick*) adalah sebuah tendangan yang dilakukan oleh seorang pemain dengan tanpa mendapat gangguan dari pemain lawan. Tendangan bebas ini diberikan kepada pemain tim lain yang tidak melakukan pelanggaran.



Gambar 2.11Tendangan bebas (Free Kick)
Sumber :http://kakacrisfan.blogspot.com/2010/10/last-training-session-before-travelling.html (15/01/2014)

II.1.5.4 Tendangan Penalti (*Penalty Kick*)

Tendangan penalti (*Penalty Kick*) diberikan wasit jika terjadi pelanggaran di dalam kotak penalti yang dilakukan oleh salah satu pemain dari tim yang diserang. Dan dalam penilaian wasit pelanggaran tersebut telah dilakukan dengan sengaja. Tendangan penalti ini disebut sebagai eksekusi yang mematikan karena pihak lawan yang mendapatkan tendangan ini mempunyai kesempatan hampir seratus persen untuk bias mencetak gol. Tendangan ini dilakukan dari titik yang disebut titik penalti, yaitu kira-kira 12 *yard* atau 11 meter dari tengah garis gawang.



Gambar II.12Tendangan penalti (Penalty Kick)
Sumber :http://www.youtube.com/watch?v=p9iv8uhxjYY (15/01/2014)

II.1.5.5 *Offside*

Peraturan *offside* pada sepakbola cukup sederhana, yakni ketika seorang pemain bergerak atau berlari lebih dahulu dari barisan pertahanan kesebelasan yang sedang diserang. Mengenai offside ini sering menimbulkan adu argumentasi antara pemain yang dinyatakan telah melakukan gerakan *offside* dengan wasit serta hakim garis.



Gambar II.13*Offside*
Sumber :http://www.live-production.tv/news/products/liberovision-announces-%C2%ABlibero-offside%C2%BB-instant-3d-offside-analysis.html (15/01/2014)

II.1.5.6 Lemparan ke dalam(*Throw In*)

Lemparan ke dalam(*Throw In*) adalah salah satu aturan yang digunakan untuk memulai kembali permainan yang sebelumnya terhenti karena bola melewati garis sisi atau keluar lapangan. Bola dilemparkan oleh seseorang pemain dari tim yang bukan terakhir menyentuh bola. Pelempar harus menghadap ke lapangan dan melempar bola dari belakang kepala dengan menggunakan kedua tangannya, kedua kaki berada di atas tanah saat bola dilepaskan atau dilemparkan.Bola tersebut harus dilemparkan dengan jelas tidak boleh hanya dijatuhkan. Bola harus disentuh oleh pemain lain sebelum pelempar bias memainkan kembali (Salim, 2007).



Gambar II.14 Lemparan ke dalam (*Throw in*)
Sumber : http://2.bp.blogspot.com/-n5qX-Pm92HI/UV4oRaxak_I/AAAAAAAAAO8/-H0EFzqu2iE/s1600/pemain+melempar+bola.jpg (15/01/2014)

II.2 Anak-Anak

II.2.1 Pengertian Anak-anak

Secara umum dikatakan anak adalah seorang yang dilahirkan dari perkawinan antar seorang perempuan dengan seorang laki-laki dengan tidak menyangkut bahwa seseorang yang dilahirkan oleh wanita meskipun tidak pernah melakukan pernikahan tetap dikatakan anak (Lesmana, 2012).

Anak juga merupakan cikal bakal lahirnya suatu generasi baru yang merupakan penerus cita-cita perjuangan bangsa dan sumber daya

manusia bagi pembangunan Nasional. Anak adalah aset bangsa karena masa depan bangsa dan Negara dimasa yang akan datang berada ditangan anak sekarang. Semakin baik keperibadian anak sekarang maka semakin baik pula kehidupan masa depan bangsa. Begitu pula sebaliknya, Apabila kepribadian anak tersebut buruk maka akan kurang baik pula kehidupan bangsa yang akan datang.



Gambar II.15 Foto anak-anak
Sumber :http://cdn.klimg.com/kapanlagi.com//p/anakindo_bp.jpg(25/04/2014)

II.2.2 Perkembangan Sosial Anak

Setiap makhluk hidup tak akan lepas dengan yang namanya interaksi. Begitu pula anak-anak sejak usia dini, dari proses interaksi tersebut pola pikir dari seorang anak dapat terbentuk. Interaksi ini dapat dilakukan di lingkungan sekitarnya. Seperti interaksi yang paling pertama dilakukan adalah di dalam keluarga dan kemudian lingkungan sekolahnya dan seterusnya. Menurut *Child&Family Canada,* salah satu departemen di Kanada yang bertugas mengelola dan melayani urusan anak dan keluarga mengutip dari Nuryanti (2008) menjelaskan :

Ada beberapa faktor yang diperlukan anak-anak, yaitu :

- **Bermain**

  Bermain sangat penting bagi anak-anak pada periode ini. Bermain menyediakan kesempatan bagi anak-anak untuk :

1. Menguji kemampuan
2. Mengeskpresikan emosi
3. Bereksperimen dengan peran
4. Belajar tentang aturan dan harapan
5. Melatih keterampilan untuk tahap selanjutnya

- **Bersahabat**

  Anak-anak memerlukan interaksi yang positif dengan teman-teman sebayanya.Teman sebaya menjadi model atau contoh tentang cara berprilaku terhadap teman-temannya.

- **Mengisi waktu Bersama Keluarga**

  Waktu yang cukup bersama keluarga akan menjadi kesempatan yang bagus bagi anak untuk mengembangkan harga diri. Waktu bersama keluarga sangat bermanfaat bagi anak dan juga orang tua karena :

  1. Membuat orang tua memahami kebutuhan dasar anak
  2. Membuat anak gembira
  3. Membuat orang tua memberi penghargaan yang tepat terhadap apa yang dimiliki dan prestasi yang dicapai anak.
  4. Menunjukkan cinta orang tua tanpa syarat.

II.3 Strategi Kreatif Media

Demikian pentingnnya media informasi pada masa ini, dikarenakan melalui media informasi manusia dapat mengetahui informasi dan dapat bertukar pikiran serta berinteraksi satu sama lainnya. Kata media merupakan bentuk jamak dari kata medium. Medium dapat didefinisikan sebagai perantara atau pengantar terjadinya komunikasi dari pengirim menuju penerima. Media merupakan salah satu komponen komunikasi, yaitu sebagai pembawa pesan dari komunikator menuju komunikan. Sedangkan pengertian dari informasi secara umum informasi adalah data yang sudah diolah menjadi suatu bentuk lain yang lebih berguna yaitu pengetahuan atau keterangan yang ditujukan bagi

penerima dalam pengambilan keputusan, baik masa sekarang atau yang akan dating (Astari, 2013).

Maka pengertian dari media informasi dapat disimpulkan sebagai alat untuk mengumpulkan dan menyusun kembali sebuah informasi sehingga menjadi bahan yang bermanfaat bagi penerima informasi.

II.4 Komunikasi

Pengertian komunikasi diambil dari bahasa latin communicatio, yang bersumber dari istilah "communis" yang berarti membuat kebersamaan atau membangun kebersamaan antara dua orang atau lebih. Dalam kehidupan sehari-hari selain menjadi makhluk individu, manusia juga sebagai makhluk sosial yang sangat membutuhkan interaksi dengan orang lain. Dari interaksi itulah terjadi komunikasi untuk menyampaikan pesan, saling bertukar informasi dengan orang lain untuk tujuan tertentu (Rohmanah, 2014). Adapun beberapa istilah dalam komunikasi diantaranya bahasa, verbal, diskusi, media massa, *body language*, kode/morse/semaphore, dan juga tulisan (Kusrianto, 2007).

Komunikasi juga dipelajari dengan pendekatan yang berbeda-beda (karena dipelajari oleh berbagai disiplin ilmu lainnya). Latar komunikasi memang kuat. Hal itu dipengaruhi oleh berbagai sumber disiplin ilmu (Sosiologi, Psikologi, Politik, Filsafat, Antropologi, dan ilmu lainnya.)

II.5 Hasil Wawancara

Berdasarkan hasil wawancara kepada pelatih SSB Panama Cimahi pada Senin tanggal 07 April 2014, tempat Sekretariat SSB Panama dijalan Raya Barat no 663, Cimahi yaitu bapak Ade Rudi, dapat disimpulkan bahwa pengelompokan umur untuk anak-anak dalam melatih gerakan teknik dasar

sepakbola pasti berbeda porsi dan menu latihan yang dibagikan. Bagi anak-anak berumur 8-14 tahun masih diarahkan untuk menguasai penguasaan teknik dasar dengan baik seperti menggiring, mengoper, menembak, mempertahankan, menghentikan, menyundul bola, dan juga teknik *juggling* bola. Karena anak-anak pada umur sekian belum diarahkan pada pergerakan strategi atau pola permainan. Merujuk hasil dari wawancara tersebut maka perlu adanya media informasi pendukung bagi anak-anak untuk menguasai teknik dasar sepakbola yang menarik, mudah dipahami, dan juga murah. Karena dari beberapa SSB yang ada tidak semuanya membuat media pendukung untuk latihan anak-anak seperti buku dan yang lainnya.

II.6 Hasil Kuisioner

Berdasarkan hasil studi kuisioner yang dilakukan kepada 100 anak laki-laki yang berada di kota Cimahi baik itu berasal dari bermacam-macam sekolah dan dari berbagai umur di bawah 16 tahun. 50 anak menyatakan sangat mudah mempelajari teknik dasar sepakbola sedangkan 33 orang anak menyatakan gerakan teknik dasar sepakbola biasa saja dan yang 17 orang anak terakhir menyatakan gerakan teknik dasar tersebut sulit dari jawaban 100 anak yang diberi pertanyaan sangat bermacam-macam jawabannya ketika di beri pertanyaan gerakan teknik dasar apa sangat sulit untuk dipelajari, hampir semua anak menyatakan pasti ada salah satu gerakan teknik dasar yang sulit untuk dipelajari. Sangat disayangkan apabila anak-anak yang memiliki keinginan menjadi seorang pemain sepakbola profesional tidak dapat tersalurkan dengan baik dan ditunjang oleh faktor-faktor yang lainnya seperti sarana infrastruktur, pelatih, dan tentunya metode latihan yang baik dimana metode latihan tersebut meliputi pola-pola permainan dan gerakan teknik dasar. Dapat disimpulkan sekitar 10% dari 100 anak yang di berikan pertanyaan mengenai gerakan teknik

dasar sepakbola mengalami kesulitan dalam menguasai gerakan teknik dasar sepakbola.

Tabel 2.1 Tabel Infografik Quisioner

