

**ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK KONTROL
BOLA PEMAIN SEKOLAH SEPAKBOLA
TUNAS HARAPAN LUBUK BASUNG
KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mendapatkan Gelar Sarjana
Pendidikan Strata Satu (S1) Pada Jurusan Kepelatihan
FIK UNP*



**Oleh :
IRWAN KAMAL
NIM. 92193**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

Judul : Analisis Kemampuan Teknik Kontrol Bola Pada
Pemain SSB Tunas Harapan Lubuk Basung
Kabupaten Agam

N a m a : Irwan Kamal

NIM : 92193

Prodi : PendidikanKepelatihan

Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Afrizal. S., MPd
NIP. 19590616 198603 1 003

Drs. Maidarman, MPd
NIP. 19600507 198503 1001

Mengetahui:
Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga

Drs. Yendrizar, MPd
NIP: 19611113 198703 1 004

HALAMAN PENGESAHAN

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi PendidikanKepelatihan Olahraga Jurusan
Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

**Judul : Analisis Keterampilan Teknik Kontrol Pemain SSB
Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam.**

Nama : Irwan Kamal

NIM : 92193

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

Tim Penguji

1.Ketua : Drs. Afrizal. S., M.Pd 1.....

2.Sekretaris : Drs. Maidarman. M.Pd 2.....

3.Anggota : Drs. Yendrizar., M.Pd. 3.....

4.Anggota : Drs. Hermanzoni. M.Pd. 4.....

5.Anggota : Drs. Umar. MSi. AIFO 5.....

ABSTRAK

Irwan Kamal, 92193: Analisis Keterampilan Teknik Kontrol Pemain SSB Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan jenis data primer dan data skunder. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Tunas Harapan.

Populasi penelitian berjumlah 114 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *proposive sampling*, sampel penelitian berjumlah 24 orang di kelompok U - 18. Data diolah dengan menggunakan statistik prosentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan teknik kontrol pemain SSB Tunas Harapan dikategorikan baik, meskipun terdapat kesalahan pada sikap awal sebesar 24,84 %. Pada sikap pelaksanaan terdapat kesalahan sebesar 22,22 %. Pada sikap akhir terdapat kesalahan sebesar 17,71 %. Dari jumlah sampel yang ada, hanya 12,5 % yang tidak melakukan kesalahan sama sekali.

Berdasarkan hasil penelitian, didapat kesimpulan bahwa teknik kontrol pemain SSB Tunas Harapan dikategorikan baik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan Kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya telah memberikan kekuatan kepada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini. Dalam penulisan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materil maupun moril dari berbagai pihak. Sehingga pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Ketua Jurusan, Sekretaris dan seluruh staf pengajar Jurusan pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memudahkan dalam penyelesaian skripsi.
2. Bapak Drs. Afrizal, S M.Pd selaku pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku pembimbing II, yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing penulis.
4. Bapak-bapak dosen sebagai dewan penguji yang memberikan saran, kritikan dalam penyelesaian skripsi saya ini antara lain : Drs. Yendrizal. MPd, Drs. Hermanzoni, MPd, dan Drs. Umar. MS, AIFO.
5. Pengurus SSB Tunas Harapan yang telah memberikan izin kepada penulis untuk mengadakan penelitian
6. Teman-teman FIK UNP senasib dan seperjuangan, yang telah memberikan dukungan dalam mensukseskan penyusunan skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang Bapak/ Ibu, dan rekan-rekan berikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, oleh karena dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang konstruktif dari semua pihak. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan taufik hidayah-Nya. Amin

Padang, Juli 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN	
HALAMAN PERSAMBAHAN	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR GRAFIK.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA KONSEPTUAN	
A. Landasan Teori.....	6
1. Analisis Gerak	6
2. Hakekat Sepakbola	8

B. Kerangka Konseptual	20
C. Pertanyaan Penelitian	20

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	22
D. Defenisi Operasional.....	22
E. Jenis dan Sumber Data	23
F. Teknik Pengumpulan Data.....	23
G. Teknik Analisis Data.....	25

BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Deskriptif	27
B. Verifikasi Data.....	28
C. Analisis Deskriptif	28
D. Pembahasan.....	39

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	46
B. Saran.....	47

DAFTAR PUSTAKA	48
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	50
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi dan Sampel secara keseluruhan.....	22
2. Adjustment dalam penelitian.....	24
3. Kriteria Penilaian.....	26
4. Data mentah Kontrol dari sikap awal.....	27
5. Persentase teknik kontrol yang benar.....	29
6. Persentase teknik kontrol yang salah.....	30
7. Persentase teknik kontrol yang benar dinilai dari sikap awal.....	31
8. Persentase teknik kontrol yang salah dinilai dari sikap awal.....	32
9. Persentase teknik kontrol yang benar dinilai dari sikap pelaksanaan.....	33
10. Persentase teknik kontrol yang salah dinilai dari sikap pelaksanaan.....	34
11. Persentase teknik kontrol yang benar dinilai dari sikap akhir.....	35
12. Persentase teknik kontrol yang salah dinilai dari sikap akhir.....	36
13. Nilai rerata kesalahan dalam teknik kontrol.....	37

DAFTAR GAMBAR

1. Kontrol dengan menggunakan kaki bagian dalam.....	11
2. Kontrol dengan menggunakan kura-kura kaki.....	12
3. Kontrol dengan menggunakan paha.....	15
4. Kontrol dengan menggunakan dada.....	16
5. Kontrol dengan menggunakan kepala.....	18
6. Kerangka konseptual.....	20

DAFTAR GRAFIK

1. Persentase teknik kontrol yang benar.....	29
2. Persentase teknik kontrol yang salah.....	30
3. Persentase teknik kontrol yang benar dinilai dari sikap awal.....	31
4. Persentase teknik kontrol yang salah dinilai dari sikap awal.....	32
5. Persentase teknik kontrol yang benar dinilai dari sikap pelaksanaan.....	33
6. Persentase teknik kontrol yang salah dinilai dari sikap pelaksanaan.....	34
7. Persentase teknik kontrol yang benar dinilai dari sikap akhir.....	35
8. Persentase teknik kontrol yang salah dinilai dari sikap akhir.....	36
9. Nilai rerata kesalahan dalam teknik kontrol.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

1. Format penilaian kontrol.....50
2. Gambar SSB Tunas Harapan.....52
3. Surat Keterangan Penelitian dari tempat penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian yang integral dari warisan kebudayaan manusia, hal ini digemari oleh banyak orang baik sebagai pelaku maupun sebagai penggemar. Dengan berolahraga dapat membantu pertumbuhan badan dan perkembangan pribadi untuk mengatasi keterbatasan yang dialami serta memahami nilai-nilai kehidupan yang sangat berharga. Berkaitan dengan itu, pemerintah telah menggariskan dalam Undang-Undang No.3 Tahun 2005 Pasal 1 ayat 4 menyebutkan bahwa "Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial". Lebih lengkap dalam pasal 4 menyebutkan tujuan keolahragaan nasional yaitu: Olahraga bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kebugaran, potensi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Perkembangan dan kemajuan ilmu dewasa ini memberikan perubahan terhadap berbagai ilmu pengetahuan termasuk bidang olahraga. Salah satu cabang olahraga yang berkembang sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi adalah sepakbola. Saat ini istilah olahraga tidak asing lagi bagi masyarakat. Olahraga dapat diartikan sebagai suatu kegiatan manusia yang ingin sehat baik jasmani maupun rohaninya. Cabang olahraga sepakbola merupakan cabang olahraga beregu yang terdiri dari 11 orang pemain. Sedangkan ide

permainan sepakbola adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan bola agar tidak masuk kebobolan (Buku ajar sepakbola,2005).

Untuk mencapai ide permainan sepakbola itu, ada komponen yang harus dimiliki pemain, yaitu teknik dengan bola dan tanpa bola. Diantara teknik pakai bola yaitu; menendang bola, mengiring bola, menyundul bola, menahan bola dan melempar bola. Sedangkan tanpa bola terdiri atas lari, lompat, dan *teckling*. (Darwis , 1999:34)

Di samping untuk pencapaian hasil dan prestasi yang baik dalam sepak bola, seperti sarana dan prasaran, kondisi, teknik, taktik, mental dan faktor lingkungan. Faktor kemampuan teknik sangat besar peranan dalam hal melatih dan membina calon-calon pemain.

Untuk bisa bermain dengan baik dan sempurna seorang pemain harus bisa menguasai teknik yang ada. Menguasai teknik yang baik seorang pemain akan dapat bermain secara efektif dan efisien.

Kontrol bola merupakan salah satu teknik dari sekian banyak yang harus dipunyai dan dikuasai oleh pemain. Karena dalam permainan sepakbola control bola merupakan teknik untuk membantu menciptakan ruang yang kosong dalam menunggu datangnya bola, serta harus melakukan yang tepat untuk menguntungkan tim. (Mielke, 2007)

Kontrol bola merupakan salah satu teknik dalam permainan sepak bola yang harus bisa dilakukan dengan gerakan yang halus oleh seorang pemain. Seharusnya pemain yang sudah terbina bisa mengontrol bola

dengan baik. Akan tetapi kadang-kadang kesalahan tersebut muncul saat bermain.

Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Harapan pembinaannya sudah cukup baik dan telah melalui prosedur latihan terprogram dan terencana. Namun disamping itu masih terdapat saja kelemahan-kelemahan, diantaranya cara kontrol bola yang tidak bagus. Sehingga bola dengan mudah direbut pemain lawan.

Bertitik tolak dari kenyataan yang ada, teknik sangat mempunyai peranan yang penting dalam sepakbola, maka dari itu para pemain harus dapat mengontrol bola yang baik dan benar. Berdasarkan fenomena - fenomena yang dikemukakan di atas menimbulkan keinginan penulis untuk melakukan penelitian tentang Analisis Keterampilan Teknik Kontrol Pemain SSB Tunas Harapan Lubuk Basung Kabupaten Agam.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan teknik dasar pemain SSB Tunas Harapan ?
2. Kesalahan-kesalahan apa saja yang terjadi pada pemain SSB Tunas Harapan?
3. Apakah aktifitas fisik berpengaruh terhadap teknik dasar sepak bola pemain SSB Tunas Harapan?
4. Apakah pemain SSB Tunas Harapan mengetahui teknik dasar sepakbola secara benar?

C. Pembatasan Masalah

Sebagaimana yang telah disinggung dalam latar belakang masalah di latar belakang masalah, didalam permainan sepak bola banyak teknik-teknik yang harus dikuasai, diantaranya : menendang, mengiring bola, kontrol bola, dan melempar bola. Mengingat banyaknya teknik-teknik dalam permainan sepakbola dan keterbatasan waktu, sarana, dan keterbatasan ilmu pengetahuan, maka penulis akan membahas tentang analisa keterampilan teknik kontrol bola dengan kaki bagian dalam pada pemain SSB Tunas Harapan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan pada pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti melalui penelitian ini yaitu; Apakah keterampilan control dengan kaki bagian dalam banyak mempunyai kesalahan pada pemain SSB Tunas Harapan.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan bahagian terdahulu yang dikemukakan di atas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui bentuk kesalahan apa yang terjadi dalam melakukan teknik kontrol bola.
- b. Untuk mencari solusi kesalahan teknik yang dilakukan oleh pemain SSB Tunas Harapan.

F. Manfaat Penelitian

- a. Salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana.
- b. Sebagai umpan balik bagi pemain SSB Tunas Harapan untuk meningkatkan ketrampilan
- c. Sebagai masukan bagi pemain dan atlet untuk memperbaiki teknik sepak bola
- d. Sebagai masukan bagi pemain SSB Tunas Harapan
- e. Memudahkan bagi pelatih untuk mengajar teknik dasar sepak bola pada klub sepakbola antar perkumpulan dan lainnya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Analisis Gerak

Analisis adalah: "Penyelidikan terhadap suatu peristiwa untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya, sedangkan gerak dapat diartikan sebagai suatu proses perpindahan dari suatu posisi ke posisi lain yang dapat diamati secara objektif dalam suatu dimensi ruang dan waktu" (Kamus Bahasa Indonesia), sedangkan menurut Yanuar Kiran (1999:76) mengatakan bahwa:

Didalam belajar motorik pengertian gerak tidak hanya dilihat dari perubahan tempat, posisi kecepatan tubuh manusia dalam melakukan aks-aksi motorik dalam olahraga, tetapi gerak juga dilihat atau diartikan sebagai hasil atau penampilan yang nyata dari proses motorik, penampilan yang nyata maksudnya adalah gerak sebagai sesuatu yang diamati, sedangkan motorik adalah suatu proses yang tidak dapat diamati dan merupakan penyebab terjadinya gerak.

Dari teori yang berhubungan dengan motorik, teori kibernetik menjelaskan proses terjadinya gerak. Belajar gerak menurut teori kibernetik sangat ditentukan oleh kemampuan kognitif terutama dalam proses analisis informasi. Akan mengiring ke ketepatan mengambil keputusan. Ketepatan analisis dan ketepatan mengambil keputusan akan dapat dilihat dari beberapa jauh deviasi atau penyimpangan yang terjadi untuk kerja motorik.

Teori kibernetik yang dibangun melalui prinsip-prinsip pemerosesan informasi dan komunikasi dalam motorik yang pertama kali ada stimulus atau rangsangan, yaitu bola yang datang menjadi rangsangan dan stimulus ini yang diartikan sebagai informasi tersebut dapat diterima oleh alat indera dan kemudian

disampaikan ke syaraf otak. Pada konstalasi ini teijadi pengelolaan informasi meliputi : menentukan alternative respond dan pengambilan keputusan tentang respon atau aksi-aksi motorik yang ditampilkan.

Dalam satu gerakan aaa fase gerak yang selalu mengiri setiap gerakan, begitu juga dengan gerakan mengontrol bola. Adapun fase tersebut antara lain yaitu fase persiapan. Fase persiapan terhadap segala persyaratan yang dibutuhkan untuk memecahkan gerakan pada fase utama. Persiapan tersebut meliputi pengoptimalan dan pengorganisasian kekuatan, kecepatan dan percepatan. Dalam mengontrol bola jika fase persiapan tidak dapat dioptimalkan maka hasil juga tidak akan maksimal. Didalam fase persiapan ini mengontrol bola melakukan gerakan-gerakan sebelum melakukan control ketika bola akan datang. Fase harus dikuasai dengan matang karena hasil control bola akan dipengaruhi oleh fase persiapan ini.

Manurut Yanuar Kiram (1999) "Fase utama pelaksanaan tujuan gerakan yang sebenarnya". Pada fase pelaksanaan ini melakukan gerakan inti dalam mengotrol bola. Gerakan-gerakan yang perlu ada saat bola menyentuh kaki dan mengontrol bola. Jika fase utama ini dilakukan dengan baik maka hasilnya akan baik. Pada hakekatnya fase pelaksanaan ini merupakan realisasi dari keseluruhan persiapan-persiapan yang telah dilaksanakan pada fase awal.

"Fase akhir dimana dilakukan pengambilan seluruh keseimbangan tubuh setelah melakukan fase utama" (Yanuar Kiram: 1999). Pada fase ini melakukan gerakan lanjutan setelah bola terkontrol dengan baik. Disini tubuh akan berada

pada keadaan yang tidak stabil setelah melakukan fase utama. Gerakan lanjutan ini sangat menentukan bola yang akan diarahkan setelah terkontrol.

B. Hakekat Sepakbola

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang masing-masing regu terdiri dari 11 orang pemain dan salah seorang pemain diantaranya menjadi penjaga gawang. Dimainkan di atas lapangan yang rata berbentuk persegi panjang, ukuran panjangnya adalah 110 meter dan lebarnya 70 meter, yang dibatasi oleh garis selebar 12 centimeter serta dilengkapi oleh dua buah gawang yang tingginya 2,44 meter dengan lebar 7,32 meter (PSSI, 2007/2008).

Dalam permainan sepakbola digunakan bola yang bulat, dan dipimpin oleh seorang wasit dengan dibantu dua orang hakim garis. Permainan berlangsung dalam bentuk dua babak, masing-masing babak lamanya 45 menit. Diantara kedua babak diselingi dengan istirahat 15 menit khusus untuk kompetisi liga remaja sampai liga super. Untuk kelompok U – 15 lama main 2 x 40 menit dan festival U – 12 dan U – 13 = 20 menit (PSSI, 2007/2008)

Permainan sepakbola bertujuan menciptakan gol sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mencegah bola supaya tidak masuk ke gawang regu sendiri. Gol dapat dicetak dengan mempergunakan anggota tubuh kecuali dengan ke dua tangan.

Dalam permainan sepakbola terdapat beberapa jenis kemampuan yang penting, yaitu kemampuan fisik terdiri dari beberapa unsur seperti : (1) daya tahan aerobik dan an aerobik, (2) kekuatan, (3) kecepatan, (4) kelincahan, dan

(5) kelentukan. Sedangkan kemampuan menguasai bola juga terdiri dari beberapa bagian yaitu : (1) *shooting*, (2) *controlling*, (3) *dribbling*, (4) *heading*, (5) *passing*, (6) gerak tipu dengan bola, (7) melempar bola ke dalam, (8) teknik-teknik menangkap dan menepis bola khusus penjaga gawang (Afrizal, 2000).

Dari beberapa teknik yang diungkapkan diatas, control merupakan salah satu teknik yang harus dipunyai seorang pemain. Dimana Darwis (1999) mengatakan bahwa: Mengontrol bola dalam permainan sepak bola merupakan usaha untuk menghentikan bola dan dikuasai sepenuhnya.

Di samping itu, prinsip-prinsip yang perlu dalam menaham atau mengontrol bola menurut Darwis (1999, 57) adalah:

- a. Bola harus didatangi atau memotong jalannya bola.
- b. Diambil dengan bagian tubuh yang dilemaskan.
- c. Meneguasai situasi dimana lawan berada.
- d. Setelah sentuhan pertama bola sudah harus dikuasai sepenuhnya.

Dalam usaha mengontrol bola ada dua kemungkinan situasi bola yaitu pertama bola berada di tanah atau menggelinding dari berbagai macam arah. Kedua bola yang datang dari udara. Selain itu juga ada tingkatan dari bola tersebut yaitu bola yang datang keras dan bola yang datang lambat. Sesuai dengan dua situasi bola dalam permainan seperti dikemukakan di atas, maka cara mengontrol bola juga disesuaikan dengan keberadaan bola itu.

Dari kedua cara atau teknik control bola tersebut, control bola yang bola mengelinding ada beberapa cara yaitu:

a. Kontrol bola dengan kaki sebelah dalam.

Penerimaan bola dengan kaki bagian dalam biasa dilakukan pemain saat bola menggelinding. Pemain dapat mengontrol bola dengan kaki bagian dalam jika pemain dibawah tekanan lawan secara langsung. Sejajarkan diri dengan bola yang bergerak ke depan untuk menerimanya julurkan kaki yang akan menerima bola untuk menjemputnya. Letakkan kaki dengan menyamping dengan jarak kaki mengarah ke atas menjauhi garis tengah tubuh, tarik kaki saat bola tiba untuk mengurangi benturan, jangan hentikan bola sepenuhnya selanjutnya terima bola sesuai dengan arah gerakan selanjutnya atau keruang terbuka menjauh dari lawan terdekat. Teknik mengontrol bola dengan kaki dalam menurut Joseph A. Luxbacher (2001:16) yaitu:

a). Persiapan

- (a) Bahu dan pinggul lurus dengan bola yang akan datang.
- (b) Bergeraklah ke arah bola.
- (c) Julurkan kaki yang akan menerima bola untuk menjemputnya.
- (d) Jaga kaki agar tetap kuat.
- (e) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola

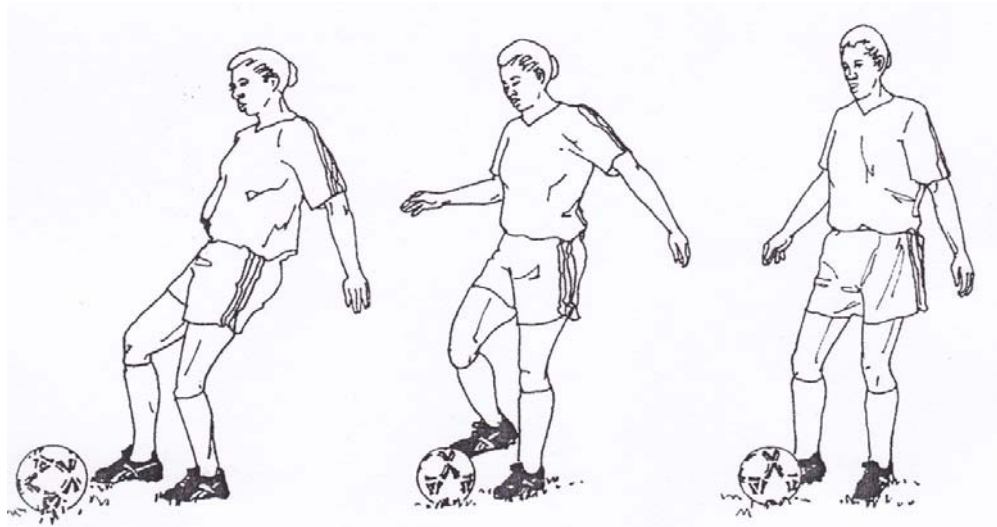
b). Pelaksanaan.

- (a) Terima bola dengan kaki bagian samping.
- (b) Tarik kaki untuk mengurangi benturan
- (c) Arahkan bola ke ruang terbuka menjauh dari lawan terdekat.

c). Sikap akhir.

- (a) Tegakkan kepala dan lihat ke lapangan.
- (b) Dorong bola kearah gerakan selanjutnya.
- (c) Kontrol bola dengan bagian samping luar kaki.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat gambar di bawah ini.



Gambar 1
Sumber : (sepak bola) Luxbacher 2001 : 16)

b. Control bola kaki bagian luar

Penerimaan dengan bagian samping luar kaki terdapat pada saat-saat tertentu dimana anda harus menerima bola saat pemain sedang ditempel ketat oleh pemain lawan. Posisi kontrol bola menggunakan dengan kaki bagian sangat berguna untuk melindungi bola dari lawan yang datang dari sisi kiri apabila control dengan kaki kanan begitu sebaliknya.

Adapun caranya yaitu miringkan tubuh saat bola datang dengan tubuh berada diantara lawan dan bola. Terima bola dengan kaki yang terjauh dari

posisi lawan. Teknik mengontrol bola dengan bagian luar samping kaki menurut Joseph A. Luxbacher (2001:17) yaitu:

a) Persiapan

- (a) Tempatkan tubuh menyamping pada posisi antara bola dan lawan.
- (b) Lutut ditekukkan
- (c) Bersiap-siaplah menahan bola dengan kaki yang terjauh dari posisi lawan.
- (d) Jaga agar kaki tetap kuat.
- (e) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola.

b) Pelaksanaan.

- (a) Terima bola dengan kaki bagian samping luar.
- (b) Tarik kaki yang menerima bola untuk mengurangi benturan.
- (c) Arahkan bola keruang terbuka dan menjauh menjauh dari lawan yang terdekat.
- (d) Sesuaikan posisi tubuh untuk melindungi bola dari lawan.

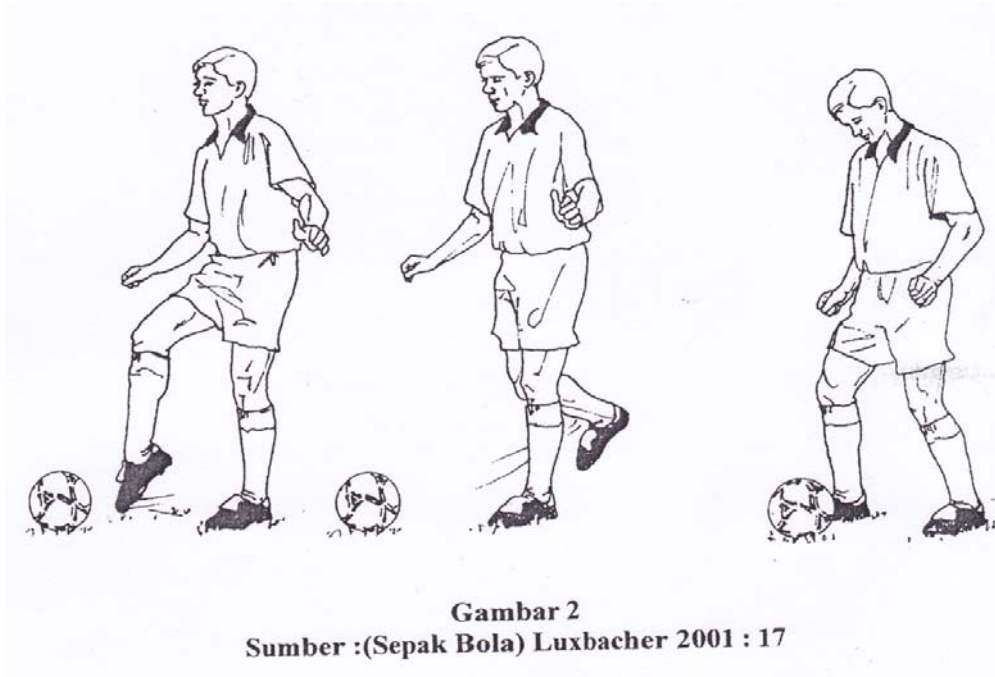
c) Sikap Akhir.

- (a) Tegakkan kepala dan lihat ke lapangan
- (b) Dorong bola kearah selanjutnya.

Di sisi lain cara control bola yang melayang di udara ada beberapa cara yaitu:

a. Control bola dengan kura-kura kaki

Teknik mengontrol bola dengan kura-kura kaki menurut Joseph A. Luxbacher (2001:24) yaitu:



a) Persiapan.

- (a) Bergerak ke posisi penerima
- (b) Luruskan bahu dengan arah gerakan bola.
- (c) Angkat kaki yang akan menerima bola kira-kira 12 hingga 8 inci dari permukaan lapangan. Luruskan kaki parallel dengan permukaan
- (d) Jaga agar kaki tidak bergerak
- (e) Tekukkan kaki yang menahan keseimbangan
- (f) Rentangkan tangan untuk menjaga keseimbangan
- (g) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola yang akan datang.

d) pelaksanaan

- (a) Terima bola dengan kura-kura kaki
- (b) Tarik kaki ke bawah
- (c) Jatuhkan bola ke dalam daerah control

(d) Lindungi bola dari lawan terdekat.

e) Sikap Akhir.

(a) Dorong bola keruang terbuka.

(b) Kepala diangkat dan melihat ke araha lapangan

b. Control bola dengan paha

Teknik mengontrol bola dengan bagian paha menurut Joseph A. Luxbacher (2001:25) yaitu :

a) Persiapan.

(a) Tepatkan tubuh diarah bola yang bergerak turun.

(b) Angkat kaki yang akan menerima bola

(c) Paha parallel dengan permukaan lapangan

(d) Tekukkan kaki yang akan menahan keseimbangan

(e) Rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan

(f) Kepala tidak bergerak dan menjaga keseimbangan

b) Pelaksanaan

(a) Terima bola dengan bagian tengah paha

(b) Tarik paha ke bawah

(c) Tempatkan bola di kaki terdekat

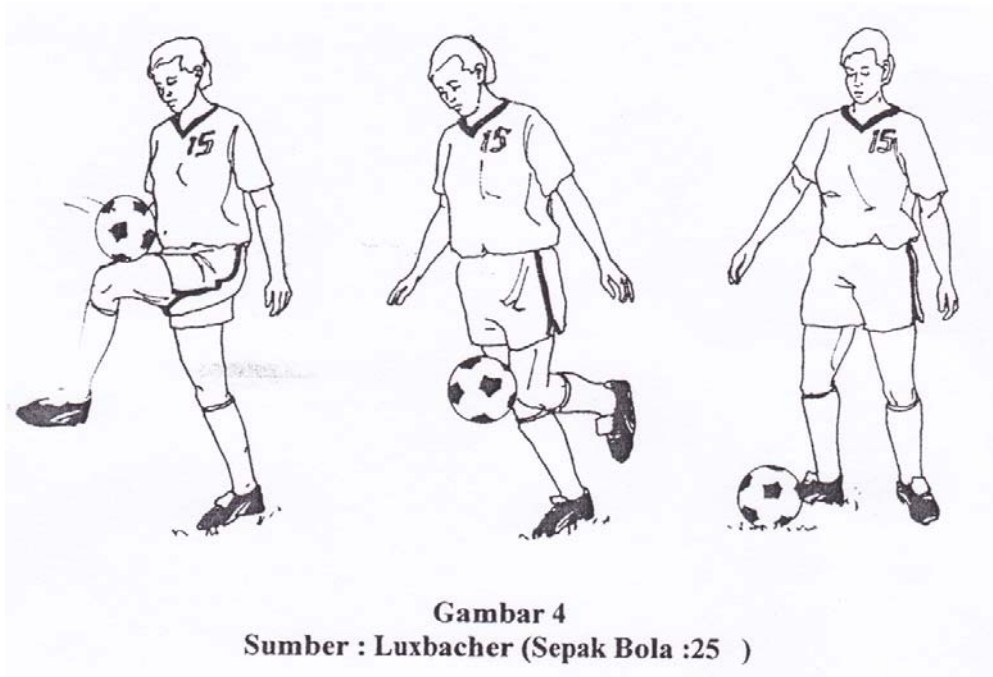
(d) Lindungi bola dari lawan.

c) Sikap akhir.

(a) Arahkan bola ke ruang yang terbuka.

(b) Tegakkan kepala dan lihat ke lapangan

Untuk lebih lengkapnya lihat gambar dihalaman berikutnya.



c. **Control bola dengan dada.**

Teknik mengontrol bola dengan dada menurut Joseph A. Luxbacher (2001:26) yaitu:

a) Persiapan

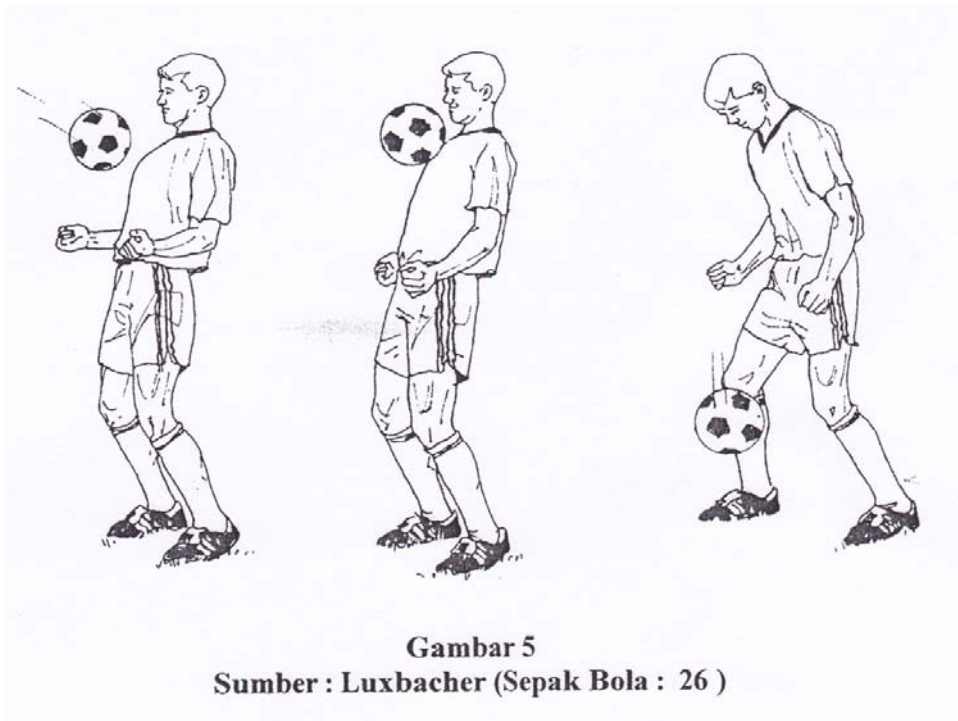
- (a) Menempatkan bola antara lawan dan bola.
- (b) Meluruskan tubuh dengan bola yang akan datang
- (c) Melengkungkan badan ke belakang
- (d) Lutut sedikit ditekuk
- (e) Tangan direntangkan ke samping untuk menjaga keseimbangan.
- (f) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola

b) Pelaksanaan

- (a) Terima bola dengan pangkal paha.

- (b) Tarik badan ke belakang untuk mengurangi benturan.
 - (c) Putar badan saat menerima bola.
 - (d) Arahkan bola menjauh dari lawan.
- c) Sikap Akhir.
- (a) Lindungi bola dari lawan
 - (b) Dorong bola ke arah gerakan selanjutnya.
 - (c) Kepala diangkat dan melihat ke arah lapangan.

Untuk lebih jelasnya tentang pelaksanaannya lihat gambar dibawah ini.



d. Control bola dengan Kepala.

Teknik mengontrol bola dengan kepala menurut Joseph A. Luxbacher (2001:27) yaitu:

d) Persiapan

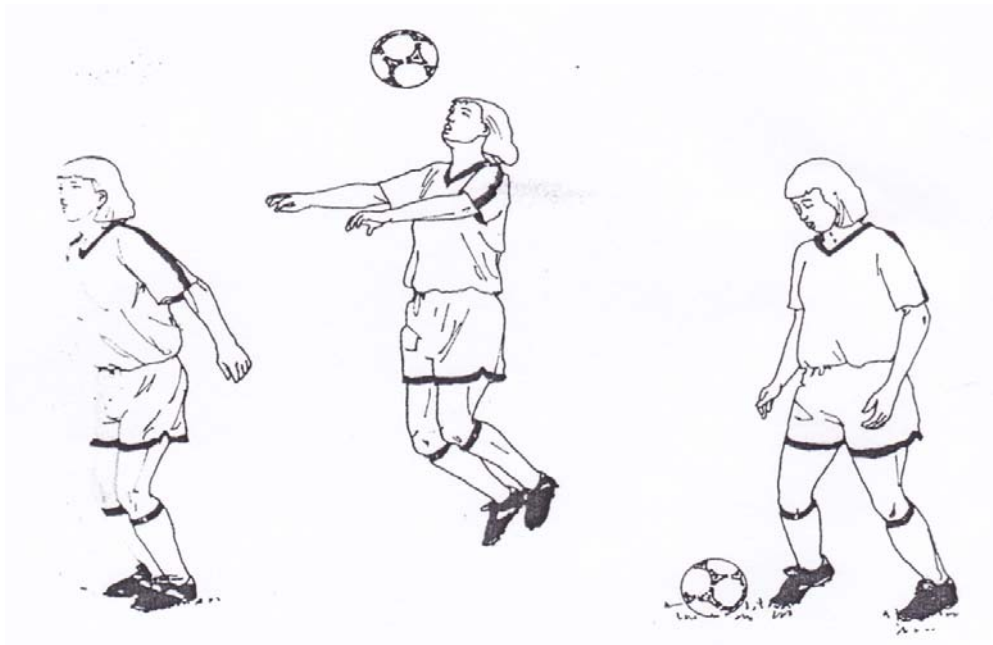
- (a) Kepala berada di bawah bola yang sedang bergerak turun
- (b) Tekukkan lutut dan bersiap-siap untuk melompat.
- (c) Tangan diluruskan disamping belakang
- (d) Pusat perhatian pada bola.

e) Pelaksanaan.

- (a) Melompat terlebih dahulu.
- (b) Melompat dengan kedua kaki.
- (c) Lengkungkan sedikit badan ke belakang.
- (d) Mata tetap terbuka.
- (e) Kontak bola pada titik tertinggi dari lompatan
- (f) Kontak bola dengan kening
- (g) Tank kepala sedikit ke belakang saat kontak.

f) Sikap Akhir

- (a) Mendarat dengan dua kaki.
- (b) Jauhkan bola ke permukaan lapangan dalam daerah control
- (c) Dorong bola keruang yang terbuka
- (d) Kepala ditegakkan dan melihat ke arah lapangan.



Gambar 6
Sumber : Luxbacher (Sepak Bola : 27

Dalam permainan sepak bola kemampuan menahan bola sangat mempunyai peranan penting. Kurang kemampuan dalam menahan bola merupakan suatu hambatan dalam membuat taktik mengolah bola secara sempurna. Pada saat pemain akan melakukan teknik menahan mungkin sudah diawasi lawan karena lawan memanfaatkan bola pantulan pertama dari bola, begitu juga pada saat bola sudah tertahan maka setiap sentuhan kaki pada bola harus diperhatikan skema cara menahan bola.

D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Teknik Mengontrol Bola.

A. Sikap Tubuh.

Posisi tubuh harus sesuai dengan teknik mengontrol bola misalnya: bahu dan pinggul lurus dengan bola yang akan datang.

B. Gerakan terhadap bola

Gerakan terhadap bola sangat berpengaruh terhadap hasil dari mengontrol bola karena jika gerakannya sedikit saja lambat, maka bola akan terpotong oleh pemain lawan.

C. Kekuatan kaki

Jika kekuatan kaki pemain terjaga, maka bola akan lebih mudah terkontrol.

D. Posisi kaki yang menerima bola.

Jika kaki yang menerima bola pas pada bagian yang diinginkan maka bola akan mudah dikuasai, dan jika posisi kaki yang akan menerima bola tidak pas maka bola akan sulit untuk dikuasai.

E. Keadaan bola yang akan datang.

Keras atau lemahnya bola yang datang mempengaruhi hasil dari suatu control bola. Karena jika bola datang keras akan sulit terkontrol dan jika bola datang agak lemah, maka bola kadang sulit terkontrol karena pemain harus bergerak cepat kearah bola.

F. Pandangan.

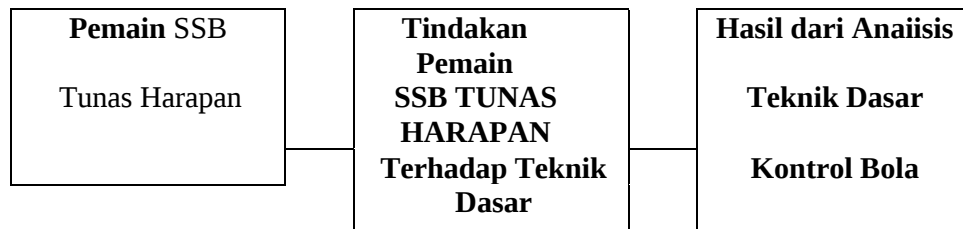
Pandangan berguna untuk melihat posisi lawan dan lapangan, serta untuk melihat bagaimana arah aliran bola.

G. Gerakan lanjutan setelah bola terkontrol.

Gerakan lanjutan setelah bola terkontrol akan berguna untuk menentukan gerakan teknik terhadap bola setelah berhasil terkontrol.

B. Kerangka Konseptual.

Pemain SSB Tunas Harapan terdiri dari 24 orang. Pemain SSB Tunas Harapan melakukan latihan 3 kali dalam seminggu. Salah satu teknik yang dilatih adalah teknik dasar sepak bola diantaranya mengontrol bola. Pelatih bisa menganalisis kesalahan yang terjadi dari teknik yang dilakukan untuk diperbaiki. Setelah dikekumakakan landasan teori tentang variable yang dominant dalam kesuksesan pelaksanaan teknik dasar sepak bola pada pemain SSB Tunas Harapan. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada kerangka konseptual dibawah ini:



C. Pertanyaan Penelitian

Dalam penelitian ini diajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Sejauh manakah kesalahan teknik mengontrol bola yang dilakukan pemain SSB Tunas Harapan?
2. Bentuk kesalahan apa yang dominan yang dilakukan pemain SSB Tanas Harapan dalam melakukan teknik kontrol bola?

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan, maka bab ini akan menguraikan kesimpulan serta saran yang telah ditemukan, sehingga nanti akan bermanfaat atau berguna bagi pelaksanaan teknik mengontrol bola khususnya pada SSB Tunas Harapan, pelatih serta guru yang mengajar sepak bola

A. Kesimpulan

Beberapa kesimpulan yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Dilihat dari hasil masih kurang sempurna teknik gerakan mengontrol bola baik sikap awal melakukan kontrol masih terdapat kesalahan sebesar (24,84 %) dari 100 % teknik yang benar dimana seluruh sampel melakukan kesalahan pada sikap awal ini. Sikap pelaksanaan kontrol masih terdapat kesalahan sebesar (22,22 %) dari 100 % teknik yang benar. Pada sikap pelaksanaan ini seluruh sampel melakukan kesalahan. Pada sikap akhir terdapat kesalahan teknik sebesar (17,71 %) dari 100 % teknik yang benar. Pada sikap akhir ini tidak seluruh sampel melakukan kesalahan. ada 12,5 % dari jumlah sampel yang tidak melakukan kesalahan dan 87,5 % melakukan kesalahan
2. Kesalahan terbesar yang dilakukan pada teknik mengontrol bola pada pemain SSB Tunas Harapan adalah pada sikap, awalnya dimana seluruh sampel melakukan kesalahan dan kesalahan yang terkecil terdapat pada sikap akhir

dimana akhir. Dimana 12.5 % sampel tidak melakukan kesalahan dan 87.5 % sampel melakukan kesalahan.

B. Saran- Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan diatas maka dapat di kemukakan beberapa saran :

1. Bahwa pengajaran teknik mengontrol bola dan teknik dasar sepak bola lain perlu pemahaman yang lebih rinci diberikan kepada pemain SSB Tunas Harapan baik pada posisi siap, pelaksanaanya maupun sikap akhimya
2. Bahwa pelatih harus memperhatikan teknik dalam latihan sepakbola pada SSB Tunas Harapan
3. Disarankan kepada mahasiswa yang mengikuti latihan pada SSB Tunas Harapan menambah frekuensi latihan selain jadwal latihan dan pengetahuan tentang teknik mengontrol bola

DAFTAR PUSTAKA

- Ardi dan Lufri. 1999. **Metodologi Penelitian**. Padang : UNP.
- Arikunto, Suharsimi. 1997. **Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek**. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. 1999. **Pembinaan Kondisi Fisik**. Padang .FIK - UNP
- Djezed dan Darwis. 1985. **Buku Pelajaran Sepakbola**. Padang: FPOK – IKIP Padang.
- Djezed, Zulfar. 1999. **Buku Ajar Sepakbola Dasar**. Padang: FIK UNP
- Djezed dkk. 2005. **Buku Ajar Sepakbola**. Padang. FIK - UNP
- Coever. 1985. **Sepakbola Program Pembinaan Pemain Ideal**. Jakarta: PT. Gramedia.
- Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Depdikbud. 1998. **UUB, P-4, GBHN**, Jakarta: Bina Aksara.
- Dinata, Marta. 2007. **Dasar-dasar Mengajar Sepak Bola**. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Kiram, Yanuar. 2000. **Belajar Motorik. FIK-UNP**. Jakarta, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan Tinggi Dirjen Perti.
- Log Book. 2003. **Penataran Pelatih Sepakbola Lisensi D**. Pesisir Selatan: Pengda PSSI Sumatera Barat.
- Lufri, Ardi. 1999. **Penelitian**. Jakarta: Erlangga.
- Luxbacher, Josheph. 2001. **Sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses**. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Nawawi, H dan Martini, Mimi. 1996. **Penelitian Terapan**. Yogyakarta: UGM.
- Muchtar Remmy. 1992. **Olahraga Pilihan Sepakbola**. Jakarta, Depdikbud. Proyek Pembinaan Tenga Kependidikan.
- PSSI. 1995. **Sepakbola Indonesia**. Jakarta: PSSI.