

**TINJAUAN KEMAMPUAN *LONG PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA
KLUB PERSATUAN OLAHRAGA GUGUK DAN SEKITARNYA
(POGS) KECAMATAN KOTO VII KABUPATEN SIJUNJUNG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Sebagai Salah
Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Sains (S.Si)*



Oleh

**ARIF WIBOWO
NIM. 1306973**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

ABSTRAK

Arif Wibowo (2018) : Tinjauan Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Klub Persatuan Olahraga Guguk dan Sekitarnya (POGS) Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya gambaran kemampuan long passing pemain sepakbola Klub Persatuan Olahraga Guguk Dan Sekitarnya (POGS) Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kemampuan long passing pemain sepakbola Klub Persatuan Olahraga Guguk Dan Sekitarnya (POGS) Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan sepakbola Klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung, Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus – September Tahun 2017. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain pemain sepakbola klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung yang berjumlah 28 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah 28 orang pemain. Data kemampuan *long passing* di tes dengan menendang bola sejauh mungkin. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik persentase.

Hasil analisis menyatakan bahwa : Kemampuan *long passing* dari 28 orang pemain, tidak ada pemain yang memiliki kemampuan *long passing* dengan kategori baik sekali, 7 orang (25%) pemain memiliki kemampuan *long passing* dengan kategori baik, 16 orang (57,14%) pemain yang memiliki kemampuan *long passing* dengan kategori sedang, 2 orang (7.14%) pemain memiliki kemampuan *long passing* dengan kategori kurang dan 3 orang (10,17%) pemain memiliki kemampuan *long passing* dengan kategori kurang sekali.

Kata Kunci : Kemampuan *long passing*, sepakbola

ABSTRACT

Review of Long Passing Ability of Football Players Club of Unity Sports Club (Surrounding) (POGS) Koto VII Sub-District Sijunjung

The problem in this research is not yet knowing the description of the ability of long passing soccer player of Club Persatuan Sport Guguk Dan Surround (POGS) Koto VII Sub-district Sijunjung District. This study aims to find out the description of the ability of long passing soccer player Club Unity Sport Guguk Dan Surrounding (POGS) Kecamatan Koto VII Sijunjung District.

This type of research is descriptive. This research was conducted in the field of soccer Club POGS Kecamatan Koto VII Sijunjung District, Research conducted in August - September Year 2017. Population in this research that is all football player club of POGS Sub Koto VII of Sijunjung Regency which amounts 28 people. The sampling technique uses total sampling. Thus the number of samples in this study were 28 players. Long passing ability data is tested by kicking the ball as far as possible. The data obtained were analyzed by percentage technique. The results of the analysis stated that: Long passing ability of 28 players, no players have long passing ability with excellent category, 7 people (25%) players have long passing ability with good category, 16 people (57.14%) players which has long passing ability with medium category, 2 people (7.14%) have long passing ability with less category and 3 person (10,17%) player have long passing ability with less category once.

Keywords: Long passing ability, football
Google Translate for Business:Translator ToolkitWebsite Translator
About Google TranslateCommunityMobileAbou

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Tinjauan Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Klub Persatuan Olahraga Guguk dan Sekitarnya (POGS) Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung”**.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana *Sains* (S.Si) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. H. Ganefri, Ph.D, selaku rektor Universitas Negeri Padang, yang telah menerima penulis di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Dr. H. Syafrizar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Ibu Dr. Wilda Wellis, SP. M. Kes, selaku Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan berbagai kemudahan sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu dr. Levi Diana, pembimbing I, dan Bapak Drs. Abu Bakar, M.Si, pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Dr. Didin Tohidin, M.Kes.AIFO, Bapak Dr. Anton Komaini, S.Si.M.Pd, Bapak Andri Gemaini, S.Si. M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis tentang proses belajar mengajar.
7. Pelatih sepakbola POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
8. Pemain sepakbola POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Teman-teman sesama mahasiswa FIK UNP yang telah membantu dalam penelitian ini

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2018

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	8
1. Sepakbola	8
2. Teknik Dasar Sepakbola	10
3. Kemampuan <i>Long Passing</i>	13
4. Analisis Biomekanika Pada Menedang Bola	19
B. Kerangka Konseptual.....	23
C. Hipotesis.....	24

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian	25
C. Definisi Operasional.....	25
D. Populasi dan Sampel.....	26
E. Teknik Pengumpulan Data.....	27
F. Teknik Analisis Data.....	28

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	29
B. Pembahasan	30

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	33
B. Saran.....	33

DAFTAR PUSTAKA.....	34
----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	36
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	26
2. Skala Nilai untuk 5 Kategori.....	28
3. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan <i>Long Passing</i>	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gambar Gerakan <i>Long Passing</i>	17
2. Kerangka Konseptual.....	24
2. Histogram Kemampuan <i>Long Passing</i>	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Kemampuan <i>Long Passing</i>	36
2. Dokumentasi Penelitian	37
3. Surat Izin Penelitian.....	41

PERSETUJUAN SKRIPSI

**TINJAUAN KEMAMPUAN *LONG PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA
KLUB PERSATUAN OLAHRAGA GUGUK DAN SEKITARNYA
(POGS) KECAMATAN KOTO VII KABUPATEN SJUNJUNG**

Nama : Arif Wibowo
NIM : 1306973
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2018

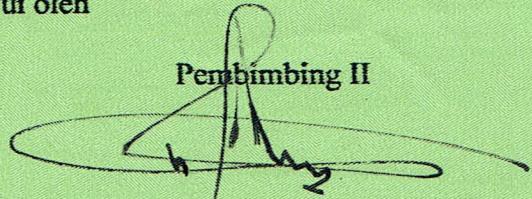
Disetujui oleh

Pembimbing I



dr. Levi Diana
NIP. 19650915 199802 2 001

Pembimbing II



Drs. Abu Bakar, M. Si
NIP. 19530516 198011 1 001

Mengetahui
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Welis, SP. M. Kes
NIP. 19700512 199903 2 001

PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Tinjauan Kemampuan *Long Passing* Pemain Sepakbola Klub
Persatuan Olahraga Guguk dan Sekitarnya (POGS)
Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung

Nama : Arif Wibowo

NIM : 1306973

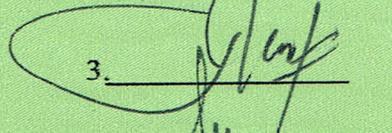
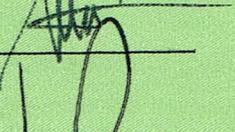
Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2018

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : dr. Levi Diana	1. 
2. Sekretaris : Drs. Abu Bakar, M,Si	2. 
3. Anggota : Dr. Didin Tohidin, M.Kes. AIFO	3. 
4. Anggota : Dr. Anton Komaini, S.Si. M.Pd	4. 
5. Anggota : Andri Gemaini, S.Si. M.Pd	5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “tinjauan kemampuan *long passing* pemain sepakbola klub persatuan olahraga guguk dan sekitarnya(POGS) kecamatan koto vii kabupaten sijunjung” , adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2018
Yang Membuat Pernyataan



ARIF WIBOWO
NIM/BP. 1306973/2013

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada saat sekarang ini pemerintah sedang giat-giatnya membangun di segala bidang. Pembangunan ini salah satunya dapat dilakukan melalui olahraga. Kegiatan olahraga dewasa ini telah mengalami kemajuan yang pesat. Pertandingan dan perlombaan olahraga sudah dilakukan diberbagai daerah maupun di tingkat nasional mulai dari tingkat usia dini sampai tingkat dewasa. Pertandingan dan perlombaan yang diadakan tidak terlepas dari pembinaan-pembinaan yang dilakukan diberbagai cabang olahraga. Pembinaan tersebut dilakukan dengan mengembangkan perkumpulan-perkumpulan olahraga, tujuan untuk melakukan pembinaan tersebut untuk mengukur sejauh mana prestasi dalam olahraga tersebut. Hal ini sesuai yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 23 ayat 1 dan 2 menyatakan bahwa:

1) Masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik dilaksanakan atas dorongan pemerintah dan/atau pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri. 2) Pembinaan dan pengembangan olahraga oleh masyarakat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat setempat.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka jelaslah bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga dapat dilakukan dalam masyarakat, baik atas kesadaran maupun atas dorongan pemerintah. Melalui perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat dapat dilakukan pembinaan dan pengembangan

olahraga, diantaranya olahraga yang banyak dikembangkan dan dibina oleh masyarakat adalah olahraga permainan sepakbola.

Sepakbola adalah suatu permainan beregu yang terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Dengan demikian permainan sepakbola memerlukan dasar kerjasama antara sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik dan benar para pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.

Menurut Syafruddin (2004:51) “Seseorang untuk dapat menguasai teknik yang baik dapat dilakukan apabila ditunjang oleh fisik yang baik pula. Dengan demikian agar fisik dan penguasaan keterampilan teknik dasar dikuasai dengan baik perlu latihan sungguh-sungguh dan direncanakan dengan baik”. Sebab dengan kondisi fisik dan teknik dasar yang baik merupakan salah satu penunjang untuk meraih sebuah prestasi dalam sepakbola. Hal ini senada dengan pendapat Syafruddin (2011:81).

Ada dua faktor yang mempengaruhinya dalam mencapai prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang timbul dari dalam diri pemain seperti kondisi fisik, teknik, taktik, mental (psikis), sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri pemain seperti sarana dan prasarana, pelatih, pembina, keluarga, organisasi, dana, iklim, makanan yang bergizi dan banyak lagi yang lainnya.

Dari kutipan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa komponen kondisi fisik merupakan syarat penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola dalam mencapai prestasi. Kondisi fisik merupakan keadaan fisik

serta kesiapan seorang atlet terhadap tuntutan-tuntutan khusus suatu cabang olahraga, salah satunya olahraga permainan sepakbola, artinya olahraga permainan sepakbola juga membutuhkan komponen kondisi fisik khusus yang didasarkan atas kebutuhan gerak teknik dan taktik.

Dalam permainan sepakbola, pemain harus bisa melakukan teknik-teknik permainan sepakbola yang didukung oleh kondisi fisik yang baik. Untuk dapat melakukan berbagai teknik bermain sepakbola dengan baik diperlukan kondisi fisik yang prima. Dalam permainan sepakbola dibutuhkan berbagai unsur kondisi fisik, seperti: daya ledak otot, keseimbangan, kelincahan, kekuatan, daya tahan, kelentukan, koordinasi gerakan dan emosional pemain dan sebagainya. Seluruh komponen itu dibutuhkan untuk menunjang kegiatan permainan seperti melakukan *dribbling*, *shooting*, kontrol dan *passing*.

Dalam cabang olahraga permainan sepakbola teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Menurut Zalfendi dkk (2010:124) ada dua yaitu : “Teknik tanpa bola seperti lari, melompat, *tackling* dan rempel. Sedangkan teknik dengan bola yaitu *shooting*, *passing*, mengontrol, *dribbling* dan *heading*”.

Selain kondisi fisik dan teknik, dalam permainan sepakbola taktik dan mental juga sangat dibutuhkan, hal ini diperlukan ketika pemain melakukan *dribbling*, *shooting* kegawang maupun melakukan *passing* supaya bola tidak mudah direbut oleh pihak lawan. Begitu juga dengan mental, seorang pemain sepakbola juga harus mempunyai mental yang kuat, karena hal ini diperlukan

saat melakukan *dribbling*, *passing* kita dihadang lawan dan juga saat melakukan *shooting* (menendang bola), dimana seorang pemain tidak boleh takut atau gentar.

Di dalam teknik menendang bola ada dua bentuk pelaksanaan yaitu menendang datar atau dekat yang sering diistilahkan dengan *passing*, kemudian menendang lambung atau jauh yang biasa disebut dengan *long passing*. *Long passing* merupakan bagian dari teknik *passing* itu sendiri yang tujuannya memberikan bola jauh tepat pada sasaran sehingga dapat mempermudah terciptanya peluang untuk memasukkan bola ke gawang. Hal ini senada dengan pendapat Noparlin dalam Rifki (2013:19) berpendapat bahwa “ *Long passing* adalah suatu teknik di dalam permainan sepakbola untuk dapat memindahkan bola sejauh mungkin dengan sasaran yang ingin dicapai”. *Long passing* merupakan suatu teknik yang berfungsi untuk memindahkan permainan dalam tahap akhir suatu tendangan serangan, memberikan umpan jauh ke daerah gawang, mematahkan serangan lawan yang datang menyongsong dan menembak bola ke gawang pada saat penjaga gawang meninggalkan gawangnya. Dengan demikian kondisi fisik yang berperan penting dalam menunjang keberhasilan kemampuan *long passing* seperti daya ledak otot tungkai.

Sumatera Barat merupakan salah satu Provinsi di Indonesia yang sangat peduli terhadap pembinaan olahraga, secara berkesinambungan dengan tujuan mendapatkan bibit berpotensi yang siap membawa nama daerah ke

tingkat nasional maupun internasional. Salah satunya adalah Klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung.

Berdasarkan informasi yang peneliti peroleh dari pelatih Klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung, Klub ini sudah sering mengikuti iven-iven sepakbola, tapi prestasinya belum begitu baik, misalnya pada tahun 2013 pernah mengikuti open turnamen antar Kecamatan, hanya mencapai semi final, pada tahun 2014 mengikuti piala Kabupaten Cup (Muspika Cup) hanya masuk babak delapan besar, pada tahun 2015 mengikuti open turnamen Bupati Cup, hanya masuk 16 besar, dan pada tahun 2016 dari 30 orang pemain sepakbola POGS hanya tiga orang yang lolos seleksi mengikuti Porprop ke XIV Kota Padang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa prestasi pemain sepakbola dari tahun ketahun mengalami penurunan.

Berdasarkan pengamatan observasi pada bulan Februari 2017 yang peneliti lakukan terhadap pemain sepakbola Klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung sewaktu melakukan latihan, penulis melihat saat melakukan *long passing* didepan gawang lawan bola yang ditendang tidak keras, sehingga bola yang ditendang mudah direbut oleh penjaga gawang, selanjutnya memberikan operan kepada teman yang berada di depan gawang, operan yang dilakukan tidak keras dan kuat sehingga bola tidak sampai kepada teman yang dituju. Selanjutnya saat mematikan langkah permainan lawan yang datang menyongsong, operan yang dilakukan tidak sampai kepada teman yang dituju. Penulis menduga hal ini disebabkan oleh kondisi fisik, teknik, Taktik, Mental, program latihan, Sarana dan prasarana

Dari hasil observasi dan pengamatan peneliti di atas, peneliti melihat belum baiknya prestasi pemain sepakbola klub Persatuan Olahraga Guguk dan sekitarnya (POGS) di duga disebabkan oleh kemampuan *long passing* pemain yang belum begitu baik. Dengan demikian untuk mendapatkan data dan informasi yang sebenarnya mengenai kemampuan *long passing* pemain sepakbola klub Persatuan Olahraga Guguk dan sekitarnya (POGS) Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung, maka peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan *long passing* berpengaruh terhadap permainan sepakbola.
2. Kondisi fisik berpengaruh terhadap permainan sepakbola.
3. Teknik berpengaruh terhadap permainan sepakbola.
4. Taktik berpengaruh terhadap permainan sepakbola.
5. Mental berpengaruh terhadap permainan sepakbola.
6. Program latihan berpengaruh terhadap permainan sepakbola.
7. Sarana dan prasarana yang tidak lengkap berpengaruh terhadap permainan sepakbola.

C. Pembatasan Masalah.

Sesuai dengan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, serta keterbatasan peneliti dalam hal waktu, dana, dan kemampuan maka masalah

penelitian ini dibatasi untuk mengetahui gambaran kemampuan *long passing* pemain sepakbola klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung.

D. Perumusan Masalah.

Berdasarkan uraian, di atas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :
Bagaimanakah gambaran kemampuan *long passing* pemain sepakbola klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung ?

E. Tujuan Penelitian.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kemampuan *long passing* pemain sepakbola klub POGS Kecamatan Koto VII Kabupaten Sijunjung.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Bagi penulis sebagai salah satu syarat untuk memenuhi dalam memperoleh gelar Sarjana *Sains* (S.Si) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih, Sebagai pedoman dan pertimbangan bagi pelatih dalam pelaksanaan pembinaan sepakbola.
3. Atlet, sebagai bahan masukan dalam peningkatan komponen kemampuan teknik, khususnya *long passing*.
4. Kampus, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Penelitian ini selanjutnya untuk di jadikan referensi dan informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya.