

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Keterampilan Dasar

Keterampilan seharusnya mendapat perhatian pada tingkat awal, dan pengajaran berlangsung berkesinambungan. Istilah terampil dapat dinyatakan untuk menggambarkan tingkat keahlian seseorang dalam melaksanakan tugas. Menurut Singer dalam Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 61), keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Suatu keterampilan ada keharusan untuk pelaksanaan tugas yang terlepas dari unsur kebetulan dan keberuntungan.

Menurut Nadler yang dikutip oleh Sri Widiastuti dan Nur Rohmah Muktiani (2010: 49) menerangkan keterampilan (*skill*) merupakan kegiatan yang memerlukan praktek atau dapat diartikan implikasi dari aktivitas.

Keterampilan dasar adalah kemampuan atau kompetensi yang dimiliki oleh seseorang. Keterampilan dasar menurut kamus besar bahasa indonesia (1989; 935) dapat diartikan sebagai “kecakapan untuk menyelesaikan tugas” secara sederhana keterampilan dasar dapat diartikan sebagai suatu kemampuan dasar untuk mengubah suatu yang ada menjadi apa yang dikehendaki sesuai dengan rencana.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar adalah suatu kemampuan yang dimiliki seseorang dalam melakukan

sesuatu untuk mencapai tujuan yang efektif dan efisien sesuai dengan apa yang kita kehendaki.

2. Hakikat Bermain Sepakbola

a. Hakikat Sepakbola Secara Umum

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang diberikan dalam pelajaran pendidikan jasmani di SD. Permainan sepakbola ini merupakan permainan beregu karena dimainkan oleh 11 orang dari masing-masing regunya. Dalam pertandingan, olahraga ini dimainkan oleh dua regu berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang lawan.

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 7) sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari 11 pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Biasanya permainan sepakbola dimainkan dalam dua babak (2x45 menit) dengan waktu istirahat 15 menit diantara dua babak tersebut.

Sepakbola merupakan olahraga beregu, oleh karena itu selain kemampuan teknik seorang pemain sepakbola harus bisa bekerjasama dengan pemain lain dalam satu tim sepakbola. Dijelaskan oleh Sardjono (1982: 16), sepakbola adalah suatu permainan beregu, oleh karena itu kerjasama regu merupakan tuntutan permainan sepakbola yang harus dipenuhi setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan.

Menurut Muhajir (2006: 1), sepakbola adalah permainan beregu, yang terdiri atas 11 orang. Permainan ini mengutamakan kerjasama antar pemain seregu untuk memenangkan pertandingan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu yang terdiri dari 11 pemain di setiap regu, termasuk penjaga gawang. Setiap regu berusaha memasukkan bola kegawang lawan dalam permainan yang berlangsung 2 x 45 menit.

b. Hakikat Sepakbola untuk Anak SD Usia 10-12 Tahun

Menurut Kemendiknas yang dikutip oleh Dwi Wahyu Utomo (2011: 8), hakikat sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun adalah:

- a) Jumlah pemain tiap regu 7 anak
- b) Waktu pertandingan 2 x 20 menit
- c) Ukuran lapangan Panjang: 60 meter, Lebar: 40 meter
- d) Ukuran gawang Tinggi: 2 meter, Lebar: 5 meter
- e) Titik pinalti 9 meter dari gawang
- f) Bola berukuran 4.

Sepakbola hampir seluruhnya menggunakan kemahiran kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota tubuh manapun. Tujuan dari permainan ini adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dengan pengertian pula berusaha sekuat tenaga agar gawangnya terhindar dari kebobolan penyerang lawan.

Permainan sepakbola bisa memberi suasana yang berbeda dari kegiatan di sekolah-sekolah. Terlebih penting, karena sepakbola dapat menawarkan pengalaman gerak dan ciri-ciri fisik serta gerak yang penting untuk perkembangan anak serta menjadi landasan bagi cabang-cabang

olahraga lain. Mempelajari keterampilan-keterampilan gerak, terutama dalam pelajaran sepakbola di sekolah seharusnya merupakan pengalaman personal yang berkaitan dengan struktur tubuh individual, proses pemikirannya, serta penyesuaian-penesuaian emosional dan sosialnya.

c. Teknik Dasar Sepakbola

Teknik dasar bermain sepakbola adalah merupakan keterampilan untuk melakukan gerakan untuk mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari sepakbola. Adapun teknik dasar sepakbola dibagi menjadi 2 yaitu:

1) Tanpa Bola

a) Lari

Teknik lari seorang pemain ditandai dengan lari dalam memperoleh posisi serangan dan lari dalam bertahan. Dalam melakukan lari untuk memenuhi kebutuhan tadi, pemain harus dapat lari cepat berbelok atau berubah arah, berhenti lari mundur dan mendadak start lagi. Salah satu hal untuk memperoleh kelincahan perlu diperhatikan oleh pemain. Menurut Sardjono (1982: 17), lari dalam sepak bola tidak sama dengan lari pada atletik. Dalam atletik, lari tidak mendapat gangguan sedikitpun, tetapi dalam sepakbola selalu tidak bebas dimana seorang pemain kadang-kadang terpaksa merubah arah berlari, berhenti, lari mundur, lari sambil melompat / meloncat dan beradu badan dengan lawan.

b) Melompat atau Meloncat

Menurut Komarudin (2011: 44-45), cara melompat dalam sepakbola terutama bertujuan untuk menyundul bola. Dalam perebutan bola tinggi, pemain perlu melompat untuk dapat lebih dahulu menyundul bola daripada lawan, dan “lebih dahulu” dapat menyundul bola itu, pemain perlu melompat lebih tinggi dari lawan dan juga dapat menentukan “saat yang tepat” atau timing yang pas dalam melakukan lompatan.

c) Gerakan tipu tanpa bola atau tipu badan

Gerakan tipu badan dapat dibedakan menjadi beberapa macam. Gerak tipu dengan badan bagian atas dengan kaki, mungkin juga dengan bahu. Pemain dapat menipu lawan dengan jalan tiba-tiba berhenti berlari atau merubah arah yang dikombinasikan dengan gerak tipu badan bagian atas. Menurut Sardjono (1982: 18), pemain sepakbola yang tidak dapat melakukan gerak tipu, maka pemain itu tidak akan dapat menjadi pemain sepakbola yang baik. Pemain dikatakan berhasil melakukan gerak tipu apabila pada waktu pemain melakukan gerakan pura-pura tetapi oleh lawan dianggap sebagai gerakan sebenarnya sehingga lawan akan mengikuti gerakan pura-pura itu.

2) Dengan Bola

a) Menendang Bola (*kicking*)

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Maka teknik dasar menendang bola merupakan dasar dalam permainan sepakbola. Menurut Arma Abdoellah, (1981: 421), menendang bola berfungsi untuk : memberikan (*passing*) bola, menembak (*shooting*) bola ke gawang, membersihkan (*clearing*), dan tendangan-tendangan khusus.

Dilihat dari perkenaan kaki kebola, menendang dibedakan beberapa macam, yaitu :

(1) Menendang bola dengan kaki bagian dalam

Menurut Abdul Rohim (2008: 8), menendang bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepakbola sering dilakukan para pemain terutama dipergunakan untuk mengoper dengan jarak yang pendek. Teknik dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- (a) Diawali dengan sikap berdiri menghadap ke arah gerakan.
- (b) Letakkan kaki tumpu di samping bola dengan sikap lutut agak tertekuk dan bahu menghadap gerakan.
- (c) Sikap kedua lengan di samping badan agak terentang.
- (d) Pergelangan kaki yang akan digunakan menendang diputar ke luar.
- (e) Pandangan berpusat pada bola.
- (f) Tarik kaki yang akan digunakan menendang ke belakang lalu ayunkan ke depan ke arah bola.
- (g) Perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola.
- (h) Pindahkan berat badan ke depan mengikuti arah gerakan.

(2) Menendang bola dengan kaki bagian luar

Menurut Abdul Rohim (2008: 9), menendang bola dengan kaki bagian luar dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- (a) Diawali dengan sikap berdiri menghadap ke arah gerakan bola.
- (b) Letakkan kaki tumpu di samping bola.
- (c) Sikap kedua lengan di samping badan agak terentang.
- (d) Pergelangan kaki yang akan digunakan menendang diputar ke dalam.
- (e) Pandangan terpusat pada bola.
- (f) Tarik kaki yang akan digunakan menendang ke belakang, lalu ayunkan ke depan ke arah bola bersamaan kaki diputar ke arah dalam.
- (g) Perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola.
- (h) Pindahkan berat badan ke depan.

(3) Menendang bola dengan punggung kaki

Menurut Abdul Rohim (2008: 10), menendang bola dengan punggung kaki dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- (a) Diawali dengan sikap berdiri menghadap ke arah gerakan bola.
- (b) Letakkan kaki tumpu di samping bola dengan sikap lutut agak tertekuk.
- (c) Sikap kedua lengan di samping badan agak terentang.
- (d) Pergelangan kaki yang akan digunakan menendang ditekuk ke bawah.
- (e) Pandangan terpusat pada bola.
- (f) Tarik kaki yang akan digunakan menendang ke belakang, lalu ayunkan ke depan ke arah bola.
- (g) Perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola.
- (h) Pindahkan berat badan ke depan mengikuti arah bola.

(4) Menendang dengan punggung kaki bagian dalam

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 21), pada umumnya menendang dengan punggung kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpam jarak jauh (*long passing*). Analisis gerak menendang dengan punggung kaki bagian dalam adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi badan berada di belakang bola, sedikit serong kurang lebih 40 derajat dan garis lurus bola, kaki tumpu diletakkan di

- samping belakang bola kurang lebih 30 cm dengan ujung kaki membuat sudut 40 derajat dengan garis lurus bola.
- (b) Kaki tendang berada di belakang bola dengan ujung kaki serong kurang lebih 40 derajat kearah luar. Kaki tendang ditarik ke belakang dan diayunkan ke depan sehingga bagian dalam dan tepat pada tengah bawah bola dan pada saat kaki mengenai bola, pergelangan kaki ditegangkan.
 - (c) Gerakan lanjutan kaki tendang diangkat dan diarahkan ke depan.
 - (d) Pandangan mengikuti jalannya bola ke sasaran.
 - (e) Lengan dibuka beada di samping badan sebagai keseimbangan.

b) Menghentikan Bola (*controlling*)

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 22-27), Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk passing. Dilihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar punggung kaki dan telapak kaki.

(1) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 22), Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha. Analisis menghentikan bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi badan segaris dengan datangnya bola .

- (b) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- (c) Kaki penghenti diangkat dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola.
- (d) Bola menyentuh kaki persis di bagian dalam kaki atau mata kaki.
- (e) Kaki penghenti mengikuti arah bola
- (f) Kaki penghenti bersama bola berhenti di bawah badan (terkuasai)
- (g) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
- (h) Kedua lengan dibuka di samping badan untuk menjaga keseimbangan.

(2) Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 23), menghentikan bola dengan kaki bagian luar pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, bola di udara sampai setinggi paha. Analisis menghentikan bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- (a) Posisi badan menghadap kearah datangnya bola.
- (b) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 30 cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- (c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian luar dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola.
- (d) Bola menyentuh kaki persis di permukaan kaki bagian luar.
- (e) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berada di bawah badan terkuasai.
- (f) Posisi lengan berada di samping badan untuk menjaga keseimbangan.

(3) Menghentikan bola dengan punggung kaki

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 24), menghentikan bola dengan punggung kaki pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola pantul dari tanah. Analisis menghentikan bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

- (a) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.

- (b) Kaki penghenti diangkat sedikit dan dijulurkan kedepan menjemput datangnya bola.
- (c) Bola menyentuh kaki persis dipunggung kaki.
- (d) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berada di bawah badan/terkuasai
- (e) Posisi lengan berada di samping badan untuk menjaga keseimbangan.

(4) Menghentikan bola dengan telapak kaki

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 25), menghentikan bola dengan telapak kaki pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola pantul dari tanah. Seringkali kita juga melihat pemain sepakbola menghentikan bola datar dengan telapak kaki dengan jalan bola kencang. Analisis menghentikan bola dengan telapak kaki adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi badan lurus dengan arah datangnya bola .
- (b) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dan garis datangnya bola dan lutut sedikit ditekuk.
- (c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan telapak kaki jijulurkan menghadap sasaran.
- (d) Pada saat bola masuk ke kaki, ujung kaki diturunkan sehingga bola berhenti di depan badan.
- (e) Pandangan mengikuti arah bola sampai bola berhenti.

(5) Menghentikan bola dengan paha

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 26), menghentikan bola dengan paha pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola di udara setinggi paha. Analisis menghentikan bola dengan paha adalah sebagai berikut:

- (a) Posisi badan menghadap ke bola

- (b) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
 - (c) Paha diangkat tegak lurus dengan badan dan lutut ditekuk tegak lurus dengan paha.
 - (d) Pada saat bola mengenai paha, paha direndahkan mengikuti arah bola.
 - (e) Bola mengenai paha tepat pada tengah-tengah paha antara lutut dan pangkal paha.
 - (f) Pandangan mengikuti arah bola sampai bola berhenti di depan badan dan kedua lengan dibuka ke samping untuk menjaga keseimbangan.
- (6) Menghentikan bola dengan dada

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 27), menghentikan bola dengan dada pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola di udara setinggi dada. Analisis menghentikan bola dengan dada adalah sebagai berikut:

- (a) Posisi badan menghadap kearah datangnya bola.
- (b) Kedua kaki dibuka selebar bahu dengan kedua lutut ditekuk.
- (c) Dada dibusungkan ke depan menghadap datangnya bola.
- (d) Pada saat bola mengenai dada, badan dilentingkan mengikuti arah bola.
- (e) Perkenaan bola pada dada tepat pada tengah-tengah dada.
- (f) Pandangan mengikuti bola sampai bola berhenti di depan badan.
- (g) Kedua lengan dibuka ke samping badan untuk menjaga keseimbangan.

c) Menyundul Bola (*heading*)

Sesuai dengan yang dikatakan Abdul Rohim (2008: 24-25), sepakbola adalah satu-satunya permainan di mana pemain menggunakan kepala untuk menyundul bola. Pemain menggunakan *jump header* (melompat ke atas untuk menyundul bola) untuk mengoper bola kepada rekannya, untuk mencetak gol ke gawang

lawan dan untuk membuang bola. *Dive header* (terjun ke bawah untuk menyundul bola), kedua cara tersebut merupakan keterampilan akrobatik yang menarik dan hanya digunakan dalam situasi tertentu, misalnya untuk mencetak gol yang spektakuler pada bola yang lintasan rendah.

(1) *Jump Header* (melompat ke atas untuk menyundul bola).

Menurut Abdul Rohim (2008: 24-25), *jump header* dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- (a) Luruskan bahu dengan bola yang datang.
- (b) Tekukkan lutut.
- (c) Tahan berat badan pada bantalan telapak kaki.
- (d) Tarik tangan ke belakang.
- (e) Fokuskan perhatian pada bola.
- (f) Lompat ke atas dengan kedua kaki.
- (g) Angkat tangan ke atas.
- (h) Badan di lengkungkan.
- (i) Tarik dagu ke dada.
- (j) Leher tidak bergerak.
- (k) Sentakkan badan ke depan.
- (l) Kontak bola dengan kening.
- (m) Mata terbuka mulut tertutup.

(2) *Dive Header* (terjun ke bawah untuk menyundul bola)

Menurut Abdul Rohim (2008: 26), *Dive header* dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- (a) Luruskan bahu dengan bola yang datang.
- (b) Posisi tubuh sedikit merunduk.
- (c) Tahan berat badan pada telapak kaki.
- (d) Tarik tangan ke samping belakang.
- (e) Fokuskan perhatian pada bola.
- (f) Terjun ke depan untuk menjemput gerakan bola.
- (g) Tubuh paralel dengan permukaan lapangan.
- (h) Miringkan kepala ke belakang.
- (i) Leher tidak bergerak.
- (j) Tangan diulurkan ke bawah depan.

- (k) Mata terbuka mulut tertutup.
 - (l) Kontak bola dengan kening.
- d) Menggiring bola (*dribbling*)
- Sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana dengan kecepatan dan ketepatan. Menggiring bola diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus diatas tanah. Menggiring bola dilakukan pada saat menguntungkan saja yaitu bebas dari lawan.

Menurut Danny Mielke (2003 : 1), *dribbling* adalah ketrampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 28), menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan sama dengan kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. “Menggiring bola dapat diartikan sebagai seni mempergunakan beberapa bagian dari kaki untuk mengontrol atau menggulirkan bola terus menerus di tanah sambil berlari” (Sardjono, 1982: 72). Beberapa teknik menggiring bola diantaranya adalah sebagai berikut :

- (1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam.

Menurut Danny Mielke (2003: 2), *Dribbling* menggunakan sisi kaki bagian dalam memungkinkan pemain untuk menggunakan sebagian besar permukaan kaki sehingga *control*

terhadap bola akan semakin besar. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 28), menggiring bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk melewati atau mengecoh lawan. Analisis menggiring bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola.
- (b) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak ditarik ke belakang hanya diayunkan ke depan.
- (c) Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh/didorong bergulir ke depan.
- (d) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
- (e) Pada waktu menggiring bola, kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
- (f) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan.
- (g) Kedua lengan menjaga keseimbangan.

(2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar.

Menurut Danny Mielke (2003: 4), “Menggunakan sisi kaki bagian luar untuk melakukan dribbling adalah salah satu cara untuk mengontrol bola. Ketrampilan mengontrol bola ini digunakan ketika pemain yang menguasai bola sedang berlari dan mendorong bola sehingga bisa mempertahankan bola tersebut tetap berada di sisi luar kaki”. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 30), menggiring bola dengan menggunakan kaki

bagian luar pada umumnya digunakan untuk melewati atau mengecoh lawan. Analisis menggiring bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut :

- (a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola dengan punggung kaki bagian luar.
- (b) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola hanya menyentuh/mendorong bola bergulir ke depan.
- (c) Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola.
- (d) Bola selalu dekat dengan kaki agar dapat terus dikuasai.
- (e) Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola.
- (f) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi.
- (g) Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.

e) Merampas/Merebut bola (*Tackling*)

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 34), merampas bola adalah salah satu cara untuk merebut bola dari penguasaan lawan. Arma Abdoellah (1981: 429), “yang dimaksud disini adalah merampas bola dari penguasaan lawan”. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 34), ada beberapa cara untuk merampas bola dari lawan diantaranya :

(1) Merampas bola sambil berdiri.

Merampas bola sambil berdiri pada umumnya dilakukan jika bola masih dalam jangkauan kaki. Merampas bola sambil berdiri dapat dilakukan dari arah samping dan arah depan.

(2) Merampas bola sambil meluncur

Merampas bola sambil meluncur pada umumnya dilakukan bila bola di luar jangkauan kaki. Merampas bola sambil meluncur dapat dilakukan dari arah samping dan depan.

f) Lemparan ke dalam (*Throw In*)

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 36), “Lemparan kedalam merupakan satu-satunya teknik dalam permainan sepakbola yang dimainkan dengan tangan dari bagian luar lapangan”. Cara melemparkan bola kedalam lapangan perlu diajarkan karena dapat dimanfaatkan dalam permainan. Yang perlu diperhatikan dalam lemparan yaitu : lemparan harus menggunakan kedua tangan, bola lepas di atas kepala, kedua kaki harus kontak dengan tanah dan saat melompat tidak boleh melakukan gerak tipu.

g) Teknik penjaga gawang : bertahan dan menyerang (*Technique of goal keeping : defensive and offensive*).

Menurut Komarudin (2011: 68-69) “seorang penjaga gawang harus berjuang keras untuk mempertahankan gawangnya menahan serangan dari tim lawan”. Di bawah ini adalah cara untuk menjaga gawang yang dilakukan oleh seorang penjaga gawang:

- (1) Menjaga gawang dari serangan pemain yang menguasai bola dapat dilakukan dengan memperhatikan sikap awal (*steady posisio*), yaitu dengan memperhatikan sikap kaki dan tangan.
- (2) Kedua kaki agak dibuka selebar bahu.
- (3) Kedua lutut menekuk dan rileks.
- (4) Mata tetap dalam keadaan terbuka dan tertuju pada posisi bola.
- (5) Konsentrasi.
- (6) Memperhatikan arah bola dalam keadaan bergulir menyusur tanah atau melayang.

- (7) Merencanakan dengan tepat waktu untuk menangkap, meninjau atau menepis bola.

Seorang pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula dan akan tersusun rapi dalam kerjasama tim.

3. Karakteristik Siswa SD kelas IV dan V

Anak yang berada di kelas awal SD adalah anak yang berada pada rentangan usia dini. Masa usia dini ini merupakan masa perkembangan anak yang pendek tetapi merupakan masa yang sangat penting bagi kehidupannya. Oleh karena itu, pada masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong sehingga akan berkembang secara optimal. Mereka memandang dunia dalam keseluruhan yang utuh, dan menganggap tahun yang akan sebagai waktu yang masih jauh. Yang mereka pedulikan adalah sekarang (kongkrit), dan bukan masa depan yang belum mereka pahami (abstrak). Menurut Rita Eka Izzaty dkk (2008: 116-117) masa kanak-kanak akhir menjadi dua fase dan masing-masing fase tersebut memiliki ciri-ciri sendiri.

1. Masa kelas tinggi Sekolah Dasar yang berlangsung antara usia 9/10 tahun-12/13 tahun, biasanya mereka duduk di kelas 4, 5, dan 6 Sekolah Dasar. Ciri-ciri anak masa kelas tinggi adalah:
 - a) Perhatiannya tertuju pada kehidupan praktis sehari-hari.
 - b) Ingin tahu, ingin belajar, dan realistik.
 - c) Timbul minat pada pelajaran-pelajaran khusus.
 - d) Anak memandang bahwa nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah .
 - e) Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau peergroup untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik masa kelas IV dan V yaitu :

1. Anak sudah mempunyai tanggung jawab.
2. Anak cenderung bergaul dengan teman sebaya yang sesuai dengan umur mereka.
3. Anak sudah memiliki minat terhadap hal- hal tertentu misalkan terhadap mata pelajaran.
4. Amat realistik, ingin tahu, dan ingin belajar.
5. Anak pada masa ini gemar membentuk kelompok sebaya, biasanya untuk dapat bermain bersama.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut : penelitian milik Sampurna Legawa (2011) yang berjudul “Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Kelas VI SD Negeri Condongcatur Depok Sleman Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa kelas VI SD Condongcatur Depok Sleman Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas VI SD Negeri Condongcatur Depok Sleman Tahun Ajaran 2010/2011. Sampel yang digunakan adalah seluruh populasi sebanyak 31 siswa putra. Instrumen yang digunakan adalah Tes Keterampilan Sepakbola usia 10-12 Tahun dari Daral Fauzi R (2009), yang meliputi enam butir tes keterampilan sepakbola usia 10-12 tahun: *dribbling*, *passing* bawah, lemparan ke dalam, berlari dengan bola, *heading* dengan bola, tendangan ke gawang dengan bola. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Hasil penelitiannya: tidak ada siswa yang masuk kategori baik sekali atau sebesar 0

%, kategori baik sebanyak 14 siswa atau sebesar 45,161 %, kategori sedang sebanyak 15 siswa atau sebesar 48,387 %, kategori kurang sebanyak 2 siswa atau sebesar 6,452 %, dan tidak terdapat siswa putra kelas VI yang masuk ke dalam kategori sangat kurang.

2. Nur Cahyo Ibnu Widodo (2011), yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Putra SD Negeri Tegalmulyo kelas IV, V, dan VI”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan sepakbola siswa putra kelas atas SD negeri Tegalmulyo yang mempunyai kategori sedang (S) 16 siswa (48,48%), dan kategori kurang (K) 16 siswa (48,48%), dan kategori sangat kurang (KS) hanya 1 siswa (3,03%). Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa putra kelas atas SD Negeri Tegalmulyo tahun ajaran 2010/2011 dikategorikan kurang.

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan dari kajian teori timbul pemikiran bahwa keterampilan dasar dalam permainan sepakbola sangat menentukan bagi keterampilan siswa. Dalam permainan sepakbola, teknik merupakan faktor penting disamping faktor fisik, teknik dan mental seorang pemain. Keterampilan dasar tersebut sangat penting karena apabila seseorang mampu menguasai keterampilan tersebut maka seseorang dapat bermain sepakbola dengan baik. Penguasaan teknik bola yang benar dapat memudahkan siswa untuk mengembangkan kemampuan bermain sepakbolanya. Adapun teknik dasar bermain sepakbola meliputi *passing*, *shooting*, *dribbling*, *trapping*, dan *heading*.

Pengetahuan keterampilan bermain sepakbola tersebut penting diberikan kepada siswa agar siswa mempunyai pengetahuan yang mendasar tentang sepakbola, mampu mengembangkan bakat-bakat dalam bermain sepakbola, mengerti arti pentingnya belajar keterampilan bermain sepakbola, memahami nilai-nilai yang terkandung didalamnya, serta membentuk watak dan sifat mereka untuk jauh kedepan menjadi lebih baik.

Dalam penelitian ini membahas tentang tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa putra IV dan V SD Negeri Sidoharjo, Purwodadi, Purworejo. Tes keterampilan bermain sepakbola diukur dengan tes keterampilan sepakbola yaitu : dengan melakukan tes *dribbling, short pass, running with the ball, heading, throw in, dan shooting at the goal* yang dapat memprediksi keterampilan bermain sepakbola siswa putra kelas IV dan V usia 10-12 tahun SD Negeri Sidoharjo, Purwodadi, Purworejo