

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Permainan sepakbola

a. Sejarah Permainan Sepak Bola

merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas (11) orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya kedalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri tidak kemasukan Menurut Komarudi (2011:1) sepakbola adalah permainan yang beranggotakan sebelas pemain pada tiap tim yang terdiri dari satu penjaga gawang. Sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Banyak diantara anak-anak yang ingin menjadi seorang pemain sepakbola yang baik, bahkan kalau mungkin menjadi bintang sepakbola. Dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina.

Sejarah sepakbola dunia dimulai sejak abad ke-2 dan ke-3 SM di Tiongkok. Pada Dinasti Han, masyarakat menggiring bola kulit dengan menendangnya ke jaring kecil yang dikenal di Jepang dengan sebutan *kemari*. Di Italia, permainan menendang dan membawa bola juga dimainkan menendang dan membawa bola juga digemari terutama mulai abad ke-16. Dikarenakan banyaknya versi dan beragam pendapat dari berbagai kalangan inilah maka pada awal tahun 1900-an atau tepatnya tahun 1904, didirikanlah sebuah organisasi tertinggi sepakbola dunia yang kita kenal sebagai FIFA (*Federation International de Football Assosiation*).

Sejarah sepakbola modern di Indonesia dimulai dengan terbentuknya PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) pada

Tanggal 19 April 1930 di Yogyakarta dengan ketuanya Soeratin Sosrosoegondo. Sebagai organisasi olahraga yang dilahirkan di zaman penjajahan Belanda, kelahiran PSSI kegiatan politik menentang penjajahan. Jika meneliti dan menganalisa saat-saat sebelum, selama dan sesudah kelahirannya, sampai 5 Tahun pasca Proklamasi Kemerdekaan 17 Agustus 1945. Jelas sekali bahwa PSSI lahir, karena dibidani politisi bangsa yang baik secara langsung maupun tidak langsung. Setelah wafatnya Soeratin Sosrosoegondo, prestasi tim nasional sepakbola Indonesia tidak terlalu memuaskan karena pembina tim nasional tidak diimbangi dengan pengembangan organisasi dan kompetisi pada era sebelumnya tahun 1970-an, beberapa pemain Indonesia sempat bersaing dalam kompetisi Internasional di antaranya Ramang, Sucipto, Suntoro, Ronny Pattinasarani, dan Tan Liong Houw. Dalam perkembangannya, PSSI telah memperluas kompetisi sepakbola dalam negeri, di antaranya dengan penyelenggaraan Liga Super Indonesia, Divisi Utama, Divisi Satu, dan Divisi Dua untuk non amatir, serta Divisi Tiga untuk pemain amatir, selain itu, PSSI juga aktif mengembangkan kompetisi sepakbola wanita dan kompetisi dalam kelompok umur tertentu (U-15, U-17, U-19, U-21, dan U-23). Sayangnya sejarah Indonesia di kancah internasional butuh manajemen bola yang bertekad untuk merubah sepakbola Indonesia menjadi lebih baik lagi.

a. Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat fenomenal di dunia, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa memainkan olahraga ini. Namun untuk memainkannya tentu kita harus memiliki cara atau teknik yang baik. Menurut Ridho (97 : 2022) “Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola, keterampilan teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepak bola”.

Teknik dasar merupakan satu komponen atau unsur gerakan yang mendasari agar kegiatan olahraga dapat dilakukan yang disesuaikan kondisi manusia, pemecahan tugas gerakan terhadap hasil yang akan dicapai dalam suatu pertandingan. Teknik dasar dalam permainan sepak bola antara lain sebagai berikut :

1) *Passing* (**Mengoper**)

Menjadi hal mendasar untuk menunjang seseorang saat bermain sepak bola. Mengumpan atau mengoper kepada rekan sesama tim mempunyai "peran" krusial di lapangan hijau.

Teknik mengoper bola (*passing*) ada tiga jenis, yaitu short pass, medium pass, dan long pass. Pelaksanaan short pass dilakukan untuk jarak yang tidak terlalu jauh dan dengan kekuatan yang sedang. Sedangkan long pass dilakukan untuk jarak yang jauh dan menggunakan bagian kaki yang diinginkan dengan kekuatan penuh. Namun, terkadang jarak antar pemain tidak terlalu dekat dan tidak terlalu jauh, maka ini sering disebut dengan medium pass (*passing* jarak menengah).



Gambar 2.1 Teknik *Passing*

(Sumber: Luxbacher, 2012)

2) **Ball Control** (**Kontrol Bola**)

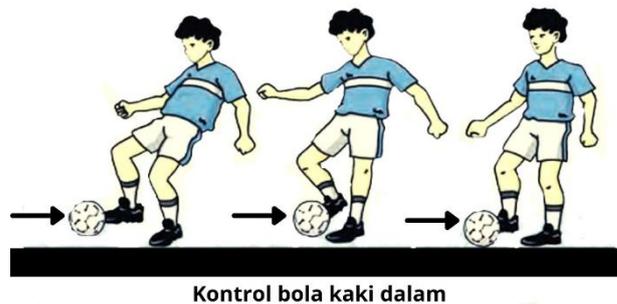
Mengontrol bola dalam bermain sepak bola merupakan usaha untuk menghentikan atau mengambil bola untuk dikuasai

sepenuhnya. Dalam usaha kontrol bola ada dua kemungkinan situasi bola yaitu pertama bola yang berada di tanah atau menggelinding dari bermacam-macam arah. Kedua, bola yang sedang melayang di udara. Menghentikan bola bisa dilakukan oleh berbagai cara, seperti dibawah ini :

a) Bola bawah/bola yang menggelinding di tanah

Bola bawah atau bola yang datangnya menggelinding di tanah dapatdikontrol dengan:

- a. Kaki bagian dalam
- b. Kaki bagian luar



Kontrol dengan bagian kaki seperti yang disebutkan di atas bisa digunakan sesuai dengan arah datangnya bola dan kenyamanan pemain melakukan kontrol. Selain itu tujuan pemain setelah mengontrol bola merupakan pertimbangan lainnya, sehingga akan lebih efektif dan efisien dalam bermain.

Gambar 2.2 Kontrol bola dengan kaki bagian dalam

Sumber: A. Handoyo, (2021:32)

Selanjutnya kontrol bola bawah bisa dilakukan dengan kaki bagian luar, kontrol ini bisa digunakan pada situasi tertentu. Sebagai contoh, jika pemain menerima bola yang

datangnya dari depan jika mau mengarahkan bola ke kanan atau ke kiri bisa digunakan kontrol dengan kaki bagian luar.



Gambar 2.3 Kontrol bola menggunakan kaki bagian luar

(Sumber: A. Handoyo, (2021:32))

b) Bola atas/bola yang melayang

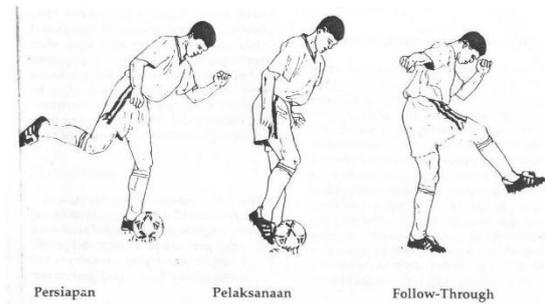
Dalam setiap pertandingan, bola yang diberikan teman bisa datang dari bawah dan bisa juga dari atas atau bola melayang. Menurut (Luxbacher, 2012:34) dalam menerima bola yang datangnya melayang (bola atas) dapat dikontrol dengan:

- (1) Menggunakan punggung kaki
- (2) Menggunakan paha
- (3) Menggunakan dada
- (4) Menggunakan kepala
- (5) Menggunakan perut (dalam situasi bola yang memantul dari tanah)

Berikut penjelasan tentang kontrol bola yang datang melambung :

3) Shooting (Tendangan ke Gawang)

Tujuan permainan sepakbola adalah berusaha untuk memasukan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan melindungi gawang sendiri dari kebobolan. Untuk merealisasikan tujuan permainan sepak bola ini tentu pemain harus memiliki cara agar bisa mencetak gol ke gawang lawan. Banyak cara yang bisa dilakukan untuk membobol gawang lawan, salah satunya adalah dengan melakukan shooting. Shooting adalah kemampuan pemain untuk melakukan tendangan ke gawang lawan dengan keras dan akurat (



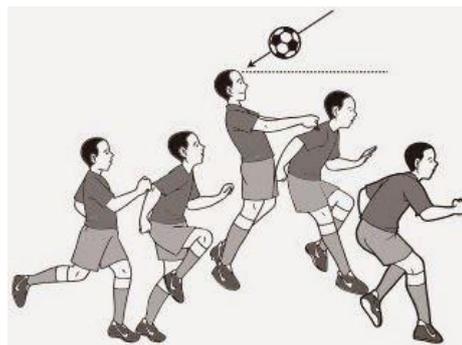
Gambar 2.4 Shooting

(Sumber: A. Handoyo, (2021:32))

4) Heading (Menyundul Bola)

Heading adalah salah satu teknik dalam sepak bola dengan menggunakan kepala. Dalam situasi pertandingan terkadang bola yang datang melayang di udara, maka pemain harus menggunakan kepala untuk menguasainya. Heading yang dilakukan pemain memiliki tujuan tertentu, antara lain:

1. Untuk mencetak gol
2. Untuk memberikan bola kepada teman atau mengoper bola
3. Untuk membuang bola atau menjauhkan bola dari daerah pertahanan (*clearence*)



Gambar 2.5 Heading

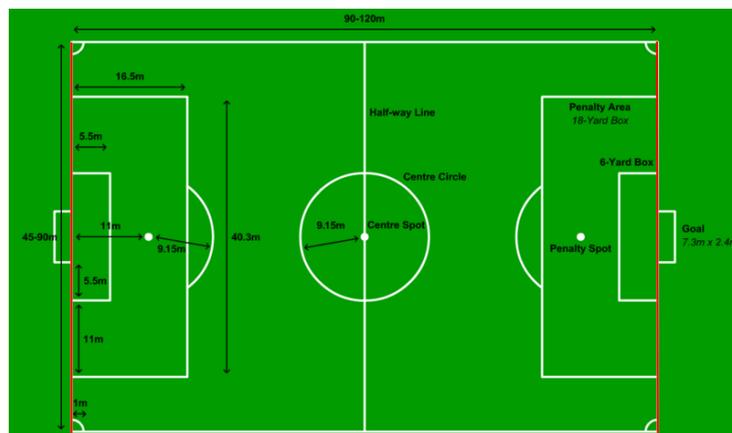
(Sumber: A. Handoyo, (2021:32))

c. Sarana dan Prasarana Permainan Sepak Bola

Prasarana atau fasilitas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang bersifat permanen atau tidak dapat berpindah-pindah. Adapun sarana dan prasarana dalam permainan sepak bola adalah sebagai berikut :

1) Lapangan Sepak Bola

Bentuk dan ukuran lapangan yang sudah distandarkan FIFA berlevel Internasional. Adapun uraian ukuran ukuran yang sudah dipakai atau digunakan selama ini yaitu panjang lapangan 100 m – 110 m, lebar lapangan 64 m – 75 m, lebar garis luar gawang 40,2 m, panjang garis luar gawang 18,32 m, jarak titik penalty ke garis luar gawang 11 m – 12 m, jarak garis dalam dengan tiang gawang 5,5 m, jarak garis luar dan garis dalam 11 m, titik sudut lengkung 1 m, diameter lingkaran tengah 9,15 m, garis-garis pembatas pada lapangan sepak bola menggunakan kapur atau cat berwarna putih dengan lebar 12 m, sudut lapangan 1/4 lingkaran.



Gambar 2.6 lapangan sepakbola
Sumber. Yosep A. Luxbacher (2011:3)

2). Bola

Berat bola tidak lebih dari 450 g (16 oz) dan tidak kurang dari 410 g (14 oz) pada saat pertandingan dimulai. Keliling bola 68 cm (27 inci) sampai 70 cm (28 inci). Tekanan udara dengan 0,6 – 1,1 atm (600 – 1000 g/cm²) pada permukaan laut (8,5 lbs/sq inci).



Gambar 2.7 Bola
Sumber Andri Setiawan (20017:7)

3). Gawang Sepak Bola

Tinggi gawang dalam permainan sepak bola 2,44m di ukur dari tanah hingga sisi bawah tiang gawang atas. Lebar gawang 7,32m di ukur dari sisi dalam kedua tiang. Tiang gawang biasanya terbuat dari kayu atau logam dengan tebal 12 cm dan dicat putih. Pada umumnya tiang gawang berbentuk bulat, dibelakang gawang di pasang jaring pada tiang atas, tiang samping, dan tanah sehingga jika terjadi gol akan terlihat jelas.



Gambar 2.8 Gawang Sepak Bola

Sumber : Bahtra Ridho (181 : 2022)

4). Tiang Sudut Lapangan Sepak Bola

- a) Bendera sudut harus dibuat dari kain yang warnanya muda dilihat, yang diikatkan pada tiang yang panjangnya 1,5 meter.
- b) Dengan bendera sudut sebagai pusat. Pada tiap sudut lapangan permainan, dibuat seperempat lingkaran dengan jari-jari 1 meter.



Gambar 2.9 Tiang Sudut Lapangan Sepak Bola

Sumber : Nugroho (2019:3)

5). Lemparan kedalam (*throw in*)

Jika bola keluar dari garis samping lapangan, maka dilakukan lemparan ke dalam dengan cara bola dilempar dengan kedua tangan di atas belakang kepala dan pelempar harus menghadap kepada daerah lemparan, kedua kaki harus menapak ditanah saat melakukan lemparan kedalam dengan catatan lemparan ke dalam tidak dapat langsung mencetak gol.



Gambara 2.10 lemparan kedalam

Sumber : Nugroho (2019:3)

6). Tendangan Gawang

Tendangan ini dilakukan apabila bola keluar melewati garis gawang (kecuali Gol), dan terakhir dimainkan oleh pemain penyerang, tendangan gawang dilakukan di daerah penjaga gawang.



Gambara 2.11 Tendangan gawang

Sumber : Nugroho (2019:3)

7). Tendangan Bebas

Tendangan bebas terdiri dari dua jenis yaitu: 1). Tendangan bebas langsung, yaitu bola dapat ditendang langsung ke gawang atau dapat mencetak gol langsung tanpa harus menyentuh pemain lain. 2). Tendangan bebas tidak langsung, artinya tendangan bola mati yang tidak dapat langsung mencetak gol, tetapi harus

disentuh/mainkan oleh permainan lainnya sebelum masuk ke gawang.



Gambara 2.12 Tendangan bebas

Sumber : Nugroho (2019:3)

8). *Off side*

Seorang pemain berdiri *off side*, jika saat bola dimainkan ia berada lebih dekat pada garis gawang dari pada bola, kecuali

- a). Berada di bagian lapangan sendiri dari lapangan permainan
- b). Sekurang-kurangnya dua orang lawan yang lebih dekat dengan garis gawang
- c). Jika bola paling akhir disentuh oleh pemain lawan
- d). Jika ia langsung menerima bola dar suatu tendangan gawang, tendangan sudut, lemparan kedalam, atau bola dijatuhkan oleh wasit.



Gambara 2.13 *off side*

Sumber : Nugroho (2019:3)

2. Kelincahan

a. Definisi Kelincahan

Menurut Muhajir (2017: 67) ada beberapa macam bentuk-bentuk latihan kelincahan, yaitu: Latihan lari shuttlerun adalah lari bolak balik yang memiliki tujuan mengubah gerak tubuh arah lurus. Latihan lari belak belok adalah lari zig zag yang tujuannya melatih mengubah gerak tubuh arah berkelok-kelok. Latihan 207 mengubah posisi tubuh yang bertujuan untuk melatih atau mengubah posisi tubuh (jongkok dan berdiri tegak). Latihan kelincahan menggunakan rintangan yang mempunyai tujuan untuk melatih kelincahan dalam melakukan suatu reaksi gerakan. Menurut Muhajir (2017: 67) kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan berkaitan dengan tingkat kelentukan. Tanpa kelentukan yang baik seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah. Selain itu faktor keseimbangan berpengaruh terhadap kemampuan kelincahan seseorang. Sedangkan menurut Sajoto (2012: 17) kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk merubah posisi tubuh di area tertentu. Seseorang yang mampu merubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya sangat baik. Dari uraian tersebut, menurut peneliti latihan kelincahan tidak boleh dikesampingkan, bahwa harus menjadi perhatian utama dalam membina siswa untuk mencapai tujuan yang lebih baik terutama sekali dalam pembelajaran sepak bola.

b. Macam –macam kelincahan

Berbagai instrument kelincahan telah banyak tercipta seperti *Agility Run, Zig Zag Test, T-test, Agility Cone Drill, Balsom Agility Test* dan lainnya. Beberapa instrumen tes kelincahan diatas merupakan instrumen yang telah teruji dan dikembangkan di berbagai negara. Ada beberapa instrumen tes kelincahan yang di

katagorikan khusus dalam cabang olahraga sepakbola. Instrumen tes kelincuhan dalam cabang olahraga sepakbola berfungsi untuk mengukur sejauh mana kemampuan atlet yang dilatih, selain itu sebagai atlet evaluasi latihan. Tes kelincuhan seharusnya bertitik pokok pada kecepatan puncak dimana akselerasi berhubungan dengan kebutuhan perunaham arah dan reakselerasi.

Balsom AgilityTes atau *Balsom run* adalah tes kelincuhan yang di desain untuk pemain sepakbola, dalam pelaksanaannya atlet diharuskan melakukan beberapa gerakan mengubah arah dan dua kali lari. Tes ini dikembangkan oleh Paul Balsom pada tahun 1994.

1) Faktor yang mempengaruhi kelincuhan

a. Tipe tubuh

Seperti telah dijelaskan dalam pengertian kelincuhan bahwa gerakan-gerakan kelincuhan menuntut terjadinya pengurangan dan pemacuan tubuh secara bergantian. Dimana momentum sama dengan masa dikalikan kecepatan. Dihubungkan dengan tipe tubuh, maka orang yang tergolong mesomortif dan mesoektomortifi lebih tangkas dari sektomorf dan endomorf.

b. Usia

Kelincuhan anak meningkat sampai kira-kira 12 tahun memasuki usia cepat. Selama preode tersebut 3 tahun kelincuhan tidak meningkat, bahkan menurun. Setelah masa pertumbuhan berlalu kelincuhan meningkat lagi secara mantap sampai anak mencapai maturitas dan setelah itu menurun kembali.

c. Jenis kelamin

Anak laki-laki menunjukkan kelincuhan sedikit lebih baik dari pada anak wanita sebelum mencapai pubertas. Setelah pubertas perbedaan tampak lebih mencolok.

d. Kelelahan

Kelelahan mengurangi ketangkasan terutama menurunnya koordinasi. Sehubungan dengan hal itu penting untuk memelihara daya tahan kardiovaskuler dan otot agar kelelahan tidak mudah timbul.

1. Tingkat Percaya Diri

Percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberikan keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuai tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya dengan kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seseorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan. Kepercayaan diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri. Dengan percaya diri seorang akan mampu mengenal dan memahami jati diri sendiri.

a. Proses Terbentuknya Percaya Diri

Pembentuknya percaya diri adalah proses menyusun tiga sistem pokok dalam kepribadian yang diyakini sangat mempengaruhi diri individu dalam berperilaku diantaranya yaitu, Id, Ego, Super ego, meskipun masing-masing bagian dari kepribadian total ini mempunyai fungsi, sifat, komponen, prinsip kerja, dinamisme, dan mekanisme sendiri namun mereka berinteraksi begitu erat satu sama lain.

Rasa percaya diri muncul begitu saja pada diri seseorang. Ada proses tertentu yang membentuk rasa percaya diri. Rasa percaya diri yang kuat terbentuk melalui proses:

- 1) Pembentukan kepribadian yang baik sesuai dengan tahap perkembangan yang melahirkan berbagai kelebihan.

- 2) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan memberikannya keyakinan yang kuat untuk dapat melakukan berbagai hal sesuai dengan keinginannya dengan memanfaatkan kelebihan.
- 3) Pengalaman positif dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

b. Faktor-faktor pembentukan percaya diri

Faktor percaya diri adalah konsep diri. Konsep diri adalah gagasan tentang diri yang terdiri dari bagaimana kita melihat gambaran diri sendiri, dan bagaimana kita menginginkan diri sendiri menjadi manusia tertentu yang kita harapkan. Setelah memiliki gambaran diri kita akan menilai. Kita akan memandang diri sendiri dengan penilaian suka atau tidak suka.

Berikut ini yang berperan dalam mengembangkan konsep diri kita, sehingga bisa jadi negatif atau positif.

a) Orang tua

Orang tua adalah faktor pendukung yang sangat penting dalam membangun konsep percaya diri. Tanpa disadari orangtua sering memberikan motivasi dan dukungan yang lainnya, tentu maka itu akan membuat konsep diri. Tidak hanya secara variabel, perlakuan orang tua yang non variabel (bukan kata-kata).

b) Saudara kandung

Posisi urutan dalam keluarga juga akan mempengaruhi konsep diri, anak sulung yang diberlakukan sebagai pemimpin bagi adik-adiknya akan mendapat kesempatan untuk berperan lebih dominan akan mendapatkan keuntungan besar untuk mengembangkan konsep diri yang positif.

c) Teman

Teman juga merupakan faktor penting dalam sebuah pembentukan percaya diri, saat merasa tidak diterima oleh komunitas yang kita sukai maka kita akan merasa lebih rendah diri sebab konsep diri kita akan cenderung negatif. Akan tetapi jika bisa diterima dan mendapatkan perlakuan yang positif dari teman-teman sebaya, maka hal itu dapat menembangkan konsep diri kearah negatif.

d) Masyarakat

Sejak dini kita dituntut menuruti aturan dan patokan yang berlaku disuatu masayarat. Norma masyarakat itu diteruskan melalui pendidikan orang tua pada kita, lalu disiarkan ke[ada media massa.

Menurut angelis (2013:63) bahwa percaya diri dapat diartikan sebagai sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Sedangkan menurut Fatimah (2010:149) mengatakan bahwa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut bahwa iya merasa memiliki potensi, yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa karena dukungan oleh pengalaman, potensi actual, prestasi serta harapan yang realistic terhadap diri sendiri. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya, sehingga tidak berpengaruh oleh orang lain dan dapt bertindak sesuai kehendaknya sendiri.

1. Kemampuan *Dribbling*

Menurut Umar (2019:773) mengatakan *dribbling* adalah cara proses memindahkan bola dari satu tempat ke tempat lainnya di

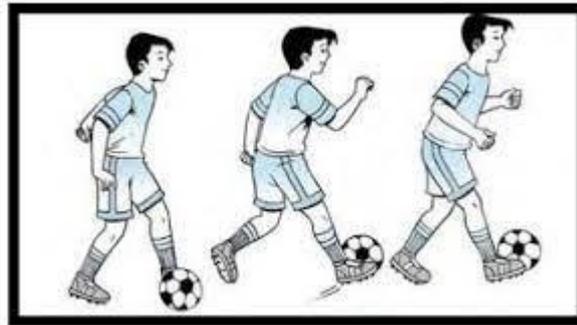
lapangan dengan menggunakan kaki dan selalu dalam penguasaan. Menurut Fetri (2019:773) mengatakan *dribbling* merupakan suatu teknik sepakbola yang memerlukan koordinasi mata kaki yang bagus dan kelincahan yang bagus dengan menjaga keseimbangan tubuh tetap pada titik tumpu ketika adanya hadangan dari lawan. Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa *dribbling* adalah suatu kemampuan menguasai bola dengan kaki oleh pemain sambil lari untuk melewati lawan atau membuka daerah pertahanan lawan.

Berikut beberapa tujuan *dribbling* dalam sepakbola:

- a. Untuk memindahkan daerah permainan
- b. Untuk melewati lawan
- c. Memancing lawan untuk mendekati bola hingga daerah penyerangan terbuka.
- d. Untuk memperlambat tempo permainan.

pelaksanaan *dribbling* sepakbola sebagai berikut:

- 1) Persiapan
 - a. Postur tubuh tegak
 - b. Bola didekat kaki
 - c. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik.
- 2) Pelaksanaan
 - a. Fokuskan perhatian pada bola
 - b. Tendang bola dengan permukaan instep atau out-side instep sepenuhnya
 - c. Dorong bola kedepan beberapa kali.
- 3) *Follow-Through*
 - a. Kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik
 - b. Bergerak mendekati bola
 - c. Dorong bola ke depan



Gambar 2.14 Teknik Melakukan Dribbling

Sumber : Sucipto (2011:30)

Jenis-jenis dribble yang harus dilakukan adalah:

- a. Menggiring bola untuk melewati lawan
- b. Menggiring bola untuk menjaga penguasaan bola
- c. Menggiring bola untuk menghindari lawan

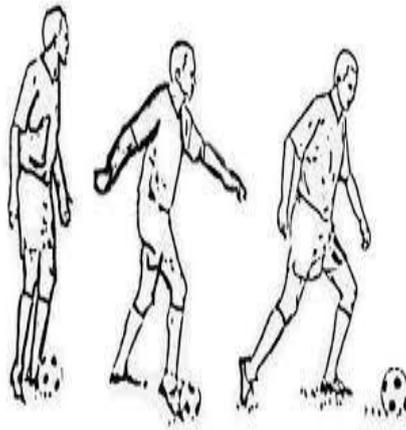
Dalam permainan sepak bola pemain yang memiliki *dribbling* yang baik bisa menjadi kunci bagi sebuah kesebelasan atau klub. Sebagai contoh Lionel Cristiano Ronaldo, pemain klub Al,Nasser ini memiliki *dribbling* yang sangat baik. Messi bisa melewati 1 sampai 3 orang pemain sekaligus dengan kemampuan *dribbling*nya. Artinya, jika pemain sepakbola memiliki *dribbling* yang baik, ini tidak hanya kelebihan satu orang saja tetapi juga bisa menguntungkan tim yang dibelanya.

- a. Macam-macam gerakan *dribbling*
 - 1). *Dribbling* dengan sisi kaki bagian luar



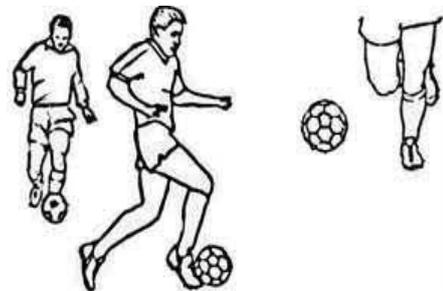
Gambar 2.15 Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Luar
Sumber : Sucipto (2011:30)

2). *Dribbling* dengan kaki bagian dalam



Gambar 2.16 Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam
Sumber : Sucipto, (2011:29)

3). *Dribbling* menggunakan punggung kaki



Gambar 2.17 Menggiring Bola Menggunakan Punggung Kaki
Sumber : Sucipto, (2011:31)

B. Penelitian Relevan

1. Muhammad Agusman (2020) dengan judul “Hubungan Kelincahan Keseimbangan dan Percaya Diri Dengan Kemampuan *Dribbling* Dalam Permainan Sepak bola SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelincahan, keseimbangan dan percaya diri terhadap penguasaan bola. Penelitian ini menunjukkan pada masing-masing struktur, bahwa 1) tidak ada hubungan kelincahan terhadap percaya diri siswa SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan, oleh karna tidak di dukung data empiris dengan nilai sig sebesar 0.345 dan ($P > 0.05$). 2) ada hubungan keseimbangan terhadap percaya diri siswa SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan dengan nilai sig sebesar 0,026 dan ($P < 0.05$). 3) ada pengaruh kelincahan terhadap *dribbling* pada permainan sepakbola SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan, dengan nilai sig 0,038 dan ($P < 0.005$). 4) ada hubungan keseimbangan terhadap *dribbling* pada pemain sepakbola SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan, dengan nilai sig sebesar 0.038 dan ($P < 0.05$). 5) ada pengaruh percaya diri terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain sepakbola SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan, dengan nilai sig 0.024 dan ($P < 0.05$). 6) terdapat hubungan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* melalui percaya diri pada pemain sepakbola SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan dengan nilai hubungan total -0512 dan ($P < 0.05$). 7) tidak terdapat hubungan keseimbangan terdapat kemampuan *dribbling* melalui percaya diri pada permainan sepakbola SMA Negeri Tadulako Sulawesi Selatan, dengan nilai pengaruh total 0.172 dan ($P > 0.05$).
2. Hendra Gunawan (2020) dengan judul “Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan *Dribbling* Sepakbola pada Club Botanicals fc Pontianak”. Ada pengaruh dengan nilai rata-rat atau mean untuk hasil kelincahan 9,22 sementara kemampuan *dribbling* 10,16 sedangkan nilai *sig levene test of equality of variance* adalah sebesar F_h hitung (3,282) $>$ F tabel (4,67), maka

dapat diartikan bahwa varians data kelincahan dengan kemampuan dribbling adalah sama atau homogen.

C. Kerangka Berfikir

Kerangka berpikir atau kerangka pemikiran adalah dasar pemikiran dari penelitian yang disintesis dari fakta-fakta, teori, observasi, dan telaah pustaka (Machali, 2021:52). Perkembangan sepak bola pada saat ini menjadikan kita sebagai peneliti menjadi lebih terpacu dalam mengembangkan dan meneliti perkembangan sepak bola itu sendiri. Dalam hal ini peneliti menganalisis hubungan kelincahan dan tingkat percaya diri dengan kemampuan *dribbling* permainan sepak bola pada *club dms fc* kecamatan teluk batang.

Kelincahan adalah kemampuan tubuh untuk mengubah posisi tubuh dengan cepat. Dengan adanya kelincahan tubuh akan bergerak dengan cepat tanpa resiko cedera. Jika kelincahan telah terbentuk dalam tubuh seorang atlet atau pemain atlet dengan mudah menggerakkan dengan cepat tanpa ada rasa takut.

Kepercayaan diri merupakan landasan bagi *peak performance* (penampilan puncak) atlet dalam situasi kompetitif, atlet yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mengarahkannya untuk meraih prestasi yang baik, sedangkan atlet yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan cenderung untuk berpenampilan yang tidak bagus dalam pertandingan serta mudah menyerah.

Dribbling salah satu keterampilan individu yang mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain sepak bola. Kemampuan *dribbling* dari para pemain sepakbola sangat menentukan penguasaan bola dilapangan jika ingin memenangkan pertandingan sepakbola.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan prediksi atau jawaban sementara terhadap rumusan masalah peneliti, dimana rumusan masalah peneliti telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan (Sugiono, 2015:23). Untuk menguji hipotesis

tersebut diperlukan data-data atau fakta-fakta yang diperoleh melalui penelitian dan akan diolah melalui perhitungan statistik. Berdasarkan kerangka berpikir di atas hipotesis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah :

Ha : artinya terdapat Hubungan Kelincahan Dan Tingkat Percaya Diri Dengan Kemampuan *Dribbling* Permainan Sepakbola Pada *Club Dms Fc* Kecamatan Teluk Batang.

Ho : artinya tidak terdapat Hubungan Kelincahan Dan Tingkat Percaya Diri Dengan Kemampuan *Dribbling* Permainan Sepakbola Pada *Club Dms Fc* Kecamatan Teluk Batang.