

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat Kordinasi Mata dan Kaki

a. Pengertian Kordinasi Mata dan Kaki

Kordinasi diartikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan yang saling berpengaruh antara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat keterampilan. Kordinasi sangat sulit dipisahkan secara nyata dengan kelincahan, sehingga kadang-kadang suatu tes kordinasi juga bertujuan untuk mengukur kelincahan. Kordinasi merupakan perpaduan fungsi beberapa otot secara tepat dan seimbang menjadi satu pola gerak. Kordinasi yang baik akan mampu mengkombinasikan beberapa gerakan tanpa ketegangan dengan urutan yang benar dan melakukan gerakan yang kompleks secara mulus tanpa mengeluarkan energi berlebihan. Dengan demikian hasil gerakan yang dilakukan sangat efisien, halus, mulus dan terkoordinasi dengan baik.

Winarno, (2006 : 126) menjelaskan bahwa kordinasi mata dan kaki adalah suatu bentuk tes yang mengukur kemampuan seseorang dalam mengkordinasikan mata dan kaki dalam serangkaian gerakan yang utuh, menyeluruh dan terus menerus, secara tepat dan tepat dalam irama menontrol. Dalam setiap kegiatan atau pekerjaan memerlukan unsure fisik seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya ledak dan kordinasi. Begitu juga disaat kita olahraga, satu unsur penting yang berguna dalam penguasaan keterampilan berolahraga diantaranya adalah kordinasi. beberapa contoh adalah dalam permainan Sepakbola.

Menurut Syafruddin (2011 : 120) menyebutkan bahwa koordinasi adalah salah satu elemen kondisi fisik yang relative sulit didefinisikan secara tepat karena fungsinya sangat terkait dengan elemen-elemen kondisi fisik yang lain dan sangat ditentukan oleh kemampuan system.

Menurut Winarno (2006 : 35) koordinasi merupakan kemampuan seseorang untuk merangkai beberapa unsure gerak, menjadi satu rangkaian gerakan yang selaras dan sesuai dengan tujuan. Koordinasi berguna untuk (1) efisien dan efektifitas tenaga, (2) menghindari cedera, (3) menembangkan kesiapan mental.

Menurut Ismariyati (2008 : 53) koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan yang saling pengaruh di antara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja, yang ditunjukkan dengan berbagai tingkat keterampilan. Koordinasi ini sangat sulit dipisahkan secara nyata dengan kelincuhan, sehingga kadang-kadang suatu tes koordinasi juga bertujuan mengukur kelincuhan.

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa koordinasi gerak merupakan kemampuan dalam menselaraskan gerakan beberapa anggota tubuh agar menjadi satu kesatuan gerakan. Satu kesatuan gerakan yang dimaksud adalah gerakan yang benar, berurutan dan sesuai yang diinginkan. Salah satu bentuk koordinasi gerak adalah koordinasi mata dan kaki.

Koordinasi mata dan kaki dalam permainan sepakbola memiliki peranan yang sangat penting kemampuan tersebut diperlukan untuk mengontrol dan memaikan bola, setelah adanya stimulus tertentu, dalam bentuk bola yang datang

dari serangan lawan. Dengan koordinasi mata dan kaki yang bagus, maka gerakan-gerakan tertentu dapat dilakukan dengan tujuan menguasai dan memainkan bola.

Bompa dalam Irawadi (2011 :104) mengemukakan “Koordinasi dibedakan atas dua jenis yaitu (1) Koordinasi umum adalah lebih banyak dalam bentuk gerakan umum dan belum menggunakan alat lain atau berbentuk gerakan cabang Olahraga tertentu dan (2) Koordinasi khusus adalah lebih cenderung kepada gerakan keterampilan yang lebih rumit pada cabang Olahraga tertentu”.

Dari pemaparan di atas didefinisikan bahwa koordinasi mata dan kaki adalah kemampuan untuk mengkombinasikan gerakan mata dan kaki tanpa ketegangan, dengan urutan yang benar dan melakukan gerakan kompleks secara mulus tanpa pengeluaran energi yang berlebihan.

2. Hakikat *Passing* dan *stopping* Sepakbola

a. Teknik *Passing* dan *stopping* Bola

Passing dalam permainan sepakbola merupakan unsur yang paling penting yang membuat permainan akan lebih menarik. Agar berhasil dalam lingkungan tim, seorang pemain harus mengasah kemampuan *passing*. Seperti yang sudah diuraikan sebelumnya *passing* adalah cara memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain yang lain.

Luxbacher (2004:9) *passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Kamu bisa menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang lebih besar dan berpeluang

melakukan tendangan *shooting* yan lebih banyak jika dapat melakukan *passing* denan keterampilan dan ketetapan yang tinggi. Luxbacher (2004:9) menjelaskan *passing* adalah mengoperkan bola pada teman, operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang dioperan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu.

Nugraha (2012:72) menjelaskan kemampuan *passing* dan *stopping* dan menempatkan posisi adalah salah satu kunci dari bermain sepakbola yang benar. Sehebat apapun permainan individu seorang pemain, jika ia tidak sedang mendapatkan atau menguasai bola maka ia tidak bisa mencetak gol. Tim yang efektif adalah tim yang menggunakan ruang daerah dengan sebaik-baiknya dengan cara mengoper bola kepada pemain yang tidak dijaga.

Luxbacher, (2004: 11) menjelaskan keterampilan mengoper dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelas pemain dalam sebuah tim ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah dan waktu pelepasan bola merupakan bagian penting dari kombinasi *passing* bola yang berhasil. Oleh sebab itu seorang pemain sepak bola harus mampu mengoper dan mengontrol bola dengan baik setelah temannya memberikan bola kepadanya, agar bola tidak terlepas dan hilang dan berarti membuang kesempatan menciptakan gol.

Berdasarkan teori di atas peneliti menyimpulkan bahwa *passing* dan *stopping* adalah hal yang tidak dapat dipisahkan dari seorang pemain bola, dikarenakan *passing* dan *stopping* merupakan teknik dasar yang mendalam dan sangat berpengaruh bagi olahraga sepakbola, apabila atlet-atlet mempunyai *passing*

dan *stopping* yang baik akan semakin bagus pula permainan pada team tersebut begitu juga sebaliknya.

Sebagian pemain pemula mengalami kesulitan pada saat mengoper bola, untuk itu diperlukan latihan teknik yang baik untuk menguasainya dengan latihan yang baik dan benar. Cara melakukan *passing* ada beberapa macam. Menurut Mielke, (2007: 20-24) mengatakan ada beberapa cara melakukan *passing* yang biasa dilakukan oleh para pemain sepak bola, terdiri atas beberapa teknik seperti: 1) *passing* menggunakan kaki bagian dalam, 2) *passing* menggunakan punggung sepatu, 3) *passing* menggunakan *drop pass*, 4) *passing* dengan lari *overlap*, 5) *passing* dengan *give and go*.

1) *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam

Kaki bagian dalam merupakan kaki yang mempunyai bagian permukaan yang luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Gerakan *passing* menggunakan kaki bagian dalam dilakukan :

- a) Posisikan tubuh agar sebidang dengan arah *passing* yang dituju.
- b) Tarik kaki yang akan menendang ke belakang.
- c) Sentuh bola dengan menggunakan kaki bagian dalam.



Gambar 1 *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam
Mielke, (2007:20)

2) *Passing Menggunakan Punggung Kaki*

Keterampilan *passing* menggunakan punggung sepatu bertujuan untuk melakukan *passing* di lapangan pada jarak yang lebih jauh atau umpan lambung. Gerakan *passing* menggunakan punggung sepatu dilakukan:

- Tendang bola pada bagian bawah untuk memberikan angkatan yang cukup.
- Memiringkan tubuh ke belakang saat menyentuh bola.
- Letakkan dengan kuat kaki yang digunakan sebagai tumpuan sedikit di depan bola dan sedikit menyamping.
- Rentangkan tangan untuk mendapatkan keseimbangan.



Gambar 2 *Passing Menggunakan Punggung Sepatu*
Mielke, (2007:22)

3) *Passing Menggunakan Drop Pass*

Passing menggunakan *drop pass* yaitu *passing* yang tidak selalu di arahkan menuju ke gawang. *Passing* yang diberikan kepada teman satu tim dibelakang. *Passing drop pass* sangat menguntungkan, karena dapat menciptakan ruang dan juga mengelabui penjagaan lawan. *Drop pass* digunakan pada situasi pertandingan ketika pemain yang menyerang menghadapi beberapa lawan.



Gambar 3. *Passing Menggunakan Drop Pass*
Mielke, (2007:22)

4) *Passing dengan Lari Overlap*

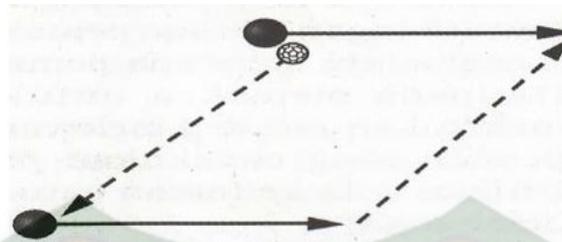
Passing menggunakan gerakan lari *overlap* digunakan untuk menciptakan ruang. Gerakan lari *overlap*, pemain penyerang memberikan umpan ke teman satu tim, pemain penyerang berlari mengikuti garis lengkung melewati penerima *passing* dan berada di depan untuk menerima bola kembali.



Gambar 4. *Passing Menggunakan Gerakan Lari Overlap*
Mielke, (2007:23)

5) *Passing dengan Give and Go*

Passing give and go merupakan peluang bagi seorang pemain untuk melakukan *passing* kepada teman satu tim dan selanjutnya berlari ke depan. Pemain yang menerima *passing* dengan cepat mengembalikan bola ke pemain pertama, pada saat bersama-sama maju ke daerah lain di lapangan. Membentuk sudut 45 derajat.



Gambar 5. *Passing Give and Go*
Mielke, (2007:24)

Menurut Luxbacher, (2004:12-13) gerakan mengoper bola di atas permukaan lapangan dibedakan menjadi tiga yaitu *inside of the foot* (dengan bagian samping dalam kaki), *outside of the foot* (dengan bagian samping luar kaki) dan *instep* (dengan kura-kura kaki). *Inside of the foot* adalah keterampilan pengoperan bola biasanya disebut dengan *push pass* (operan dorong), teknik pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 meter. *Outside of the foot*, mengoperkan bola secara diagonal ke arah kanan atau kiri, teknik pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 10 meter. *Instep*, operan bola instep untuk menggerakkan bola pada jarak 25 meter atau lebih. Kura-kura kaki adalah bagian dari kaki yang ditutupi dengan tali sepatu yang menyediakan permukaan yang keras dan rata untuk menendang bola.

Penelitian ini menggunakan *passing* dengan bagian dalam kaki (*inside-of-the-foot*). Keterampilan *passing* bola yang paling besar adalah *push pass* (operan dorongan) karena bagian samping dalam kaki sebenarnya pendorong bola. Teknik *passing* ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 yard. Cara pelaksanaannya cukup sederhana. Kaki yang menahan keseimbangan tubuh, yang tidak digunakan untuk menendang diletakkan di samping bola dan arahkan ke target. Tempatkan kaki yang akan menendang dalam posisi menyamping dan jari kaki ke atas menjauh dari garis tengah tubuh. Bola yang ditendang adalah bagian

tengah dan ditendang dengan bagian dalam kaki. Pastikan kaki tetap lurus pada gerak lanjutan dari tendangan tersebut (Luxbacher, 2004: 12).

b. Teknik *Stopping* Bola

Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuannya menghentikan bola untuk mengontrol bola. 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.

Menerima bola diartikan sebagai cara menangkap bola, menghentikan bola atau menguasai bola. Menerima bola dapat dilakukan dengan seluruh bagian dari badan, mulai dari kaki sampai dengan dahi (kepala), kecuali dengan lengan dan tangan. Di dalam menerima bola atau menghentikan bola pada dasarnya adalah dengan cara mengurangi kekuatan atau kecepatan bola sehingga bola berhenti untuk kemudian dikuasai

Stopping adalah metode mengontrol bola yang paling sering digunakan pemain ketika menerima bola dari pemain lain. Kamu dapat mengontrol bola dengan banyak cara. Seperti pada keterampilan lainnya, semua bagian tubuh dapat digunakan kecuali lengan dan tangan. Cara paling sederhana dan paling efektif untuk mengontrol bola adalah dengan menggunakan kaki. Mengontrol bola menggunakan kaki memungkinkan bermain dengan lebih cepat (Mielke 2007:29)

Menurut pendapat Dinata, (2007:30) Dalam permainan sepakbola, sering kali bola harus kita hentikan atau kita tahan. Oleh karena itu, kita harus mengerti

dan menguasai cara menghentikan bola, baik bola yang jatuh ke tanah atau bola yang masih diudara sekalipun. Lebih lanjut dapat dijelaskan menurut pendapat Dinata, (2007:7) Menghentikan/menahan bola dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti: 1) Dengan telapak kaki untuk bola yang jatuh ke tanah. 2) Dengan punggung kaki untuk bola yang melambung. 3) Dengan kaki bagian dalam. 4) Dengan kaki bagian luar, 5) Dengan dada, kepala dan paha

a) Menghentikan bola dengan telapak kaki

Menghentikan bola dengan telapak kaki dilakukan bila bola jatuh ke tanah. Cara latihannya adalah, kita menghadap ke arah datangnya bola. Bola dihentikan tepat pada saat jatuh ke tanah.



Gambar 6 Menghentikan bola dengan telapak kaki
(Dinata, 2007:30)

b) Menghentikan bola dengan punggung kaki

Menghentikan bola dengan punggung kaki dilakukan untuk menghentikan bola yang masih melambung di udara. Cara latihannya adalah, kaki yang akan kita gunakan untuk menghentikan bola diangkat dengan pergelangan kaki agak dikencangkan. Tepat pada saat bola mengenai kaki, kaki rileks dengan gerakan turun mengikuti arah bola.



Gambar 7 Menghentikan bola dengan punggung kaki
(Dinata, 2007:31)

c) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam dilakukan pada saat bola jatuh ke tanah, maupun pada saat bola masih melambung di udara.



Gambar 8 Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam
(Dinata, 2007:31)

d) Menghentikan bola dengan paha

Menghentikan bola dengan paha dilakukan untuk menghentikan bola yang masih melambung di udara. Cara latihannya adalah paha diangkat ke atas dengan lutut agak ditekuk. Tepat pada saat bola menyentuh paha maka kita tarik sedikit kebawah mengikuti gerakan bola, sehingga bola yang akan turun ke tanah dapat ditendang sebelum atau sebelah bola menyentuh tanah.



Gambar 9 Menghentikan bola dengan paha
(Dinata, 2007:32)

- e) Menghentikan bola dengan perut

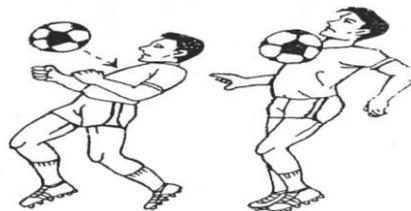
Pada saat menghentikan bola dengan perut, kita harus menahan nafas sehingga otot perut dapat menahan bola yang keras dan dapat mengurangi rasa sakit atau bahaya yang tidak diinginkan.



Gambar 10 Menghentikan bola dengan perut
(Dinata, 2007:32)

- f) Menghentikan bola dengan dada

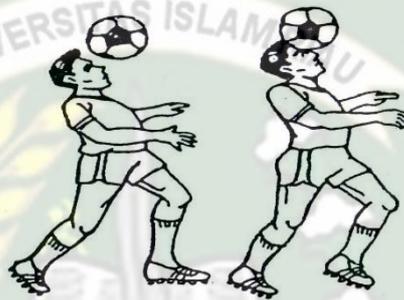
Menghentikan bola dengan dada hampir sama dengan menghentikan bola dengan perut. Yaitu menahan nafas, badan melengkung ke belakang, otot-otot ditegangkan, dan tangan direntangkan untuk keseimbangan badan. Jatuhnya bola karena kena tepat tulang dada bagian tengah.



Gambar 11 Menghentikan bola dengan dada
(Dinata, 2007:33)

g) Menghentikan bola dengan kepala

Menghentikan bola dengan kepala, yaitu bola ditahan pada dahi dengan mengencangkan otot-otot leher. Cara latihannya adalah pada waktu bola menyentuh dahi, dagu kita ditarik ke belakang dan bagian atas mengikuti jalannya bola.



Gambar 12 Menghentikan bola dengan kepala
(Dinata, 2007:33)

Teknik menahan/menghentikan bola sangat penting bagi seorang pemain sepakbola. Karena apabila menerima bola (*passing*) dari teman harus segera dikuasai agar tidak mudah direbut lawan. Semakin baik kemampuan dalam mengontrol bola maka kemungkinan untuk membangun serangan lebih besar serta kerjasama tim tersebut semakin baik.

B. Kerangka Pemikiran

Passing dalam permainan sepakbola merupakan salah satu teknik dasar yang paling sering digunakan. Hal ini dikarenakan *passing* memiliki banyak kegunaan, antara lain :membangun strategi penyerangan, menciptakan ruang di antara lawan dengan bergerak dan membukakan ruang di sekeliling pemain. Untuk itu seorang pemain sepakbola harus mampu menguasai teknik *passing* tersebut.

Adapun *Stopping* juga sangat penting bagi pemain sepakbola bola dikarenakan seorang pemain sepakbola harus memiliki kemampuan menghentikan

bola dengan baik untuk mengontrol bola yang paling sering digunakan pemain ketika menerima bola dari pemain lain. *Stopping* baik dengan menggunakan kai, paha atau dada untuk mengontrol bola.

Selain faktor teknik, faktor fisik juga mempengaruhi keberhasilan *passing* dan *stopping*. Salah satu faktor fisik adalah koordinasi mata dan kaki. Seseorang pemain akan kelihatan mempunyai koordinasi gerak yang baik apabila ia dapat bergerak ke arah bola sambil menayunkan kaki kemudian menyepak dengan teknik yang benar. Koordinasi mata dan kaki adalah suatu kemampuan seseorang dalam menkoordinasikan mata dan kaki kedalam rangkaian gerak yang utuh, menyeluruh, dan terus menerus cepat dan tepat dalam gerak yang terkontrol.

Oleh sebab itu yang mempengaruhi koordinasi mata dan kaki terhadap sepakbola juga saat perlu diperhatikan untuk dapat dibina dan dibimbing. Berdasarkan penjelasan tersebut bahwa koordinasi mata dan kaki terhadap sepakbola sangat mempengaruhi gerakan dalam permainan sepakbola. Dan tentunya akan memberikan kontribusi terhadap kemampuan sepakbola dalam permainan sepakbola.

C. Hipotesis

Berdasarkan perumusan masalah, maka peneliti menyimpulkan untuk mengajukan hipotesis sebagai berikut : terdapat kontribusi koordinasi mata dan kaki terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola pada sekolah sepakbola duri Galaxy Kabupaten Bengkalis.