

BAB II

KAJIAN TEORETIS DAN HIPOTESIS TINDAKAN

2.1 Kajian Teoretis

2.1.1 Hakikat Permainan Sepak Bola

Sepak bola merupakan permainan bola besar yang digemari semua lapisan masyarakat di seluruh pelosok. Sepak bola adalah olahraga yang menggunakan kaki dan penjaga gawang bebas menggunakan semua anggota badan. Setiap regu terdiri dari 11 orang. Pemenang dalam sepak bola ditentukan oleh regu atau kesebelasan yang memasukkan bola ke gawang lawan lebih banyak. Permainan sepak bola dimainkan selama 2×45 menit dengan istirahat 15 menit dan dipimpin oleh seorang wasit dan dibantu dua orang penjaga garis.

Selanjutnya menurut Wisahati dan Santosa (2010:4) bahwa sepak bola dalam permainan sesungguhnya dimainkan di atas lapangan berbentuk segi empat dengan ukuran yang sudah ditentukan, yang setiap regunya dimainkan oleh 11 pemain, termasuk penjaga gawang. Permainan ini dibatasi dengan waktu 2×45 menit, istirahat 15 menit dan dipimpin oleh seorang wasit. Sementara menurut Kemdikbud (2013:7) bahwa sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola kesana-kemari untuk diperebutkan di antara pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola. Di dalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan di daerah gawang.

Dilanjutkan oleh Kurniadi dan Prapanca (2010:12) yang menyatakan bahwa permainan sepak bola adalah olahraga paling favorit di seluruh dunia. Ini merupakan salah satu olahraga bola besar. Permainan ini dimainkan oleh dua regu yang masing-masing berjumlah 11 orang. Tiap regu yang berhadapan saling berebut bola untuk bisa memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Regu yang paling banyak membuat gol merekalah yang keluar sebagai pemenang. Sarjiyanto dan Sujarwadi (2010:2) juga menyatakan bahwa sepak bola merupakan permainan beregu dan masing-masing regu berjumlah 11 orang pemain. Wujud permainannya adalah menendang bola kian kemari yang diperebutkan dengan lawan dengan tujuan mendapatkan nilai. Nilai itu sendiri diperoleh dengan cara memasukkan bola ke gawang sebanyak-banyaknya. Bersama itu mereka juga menjaga gawang supaya tidak kemasukan bola dari pihak lawan.

Kemudian menurut Mitranto dan Slamet (2010:29) bahwa sepak bola adalah satu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola ke berbagai arah. Tujuannya adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tim sendiri agar tidak kemasukan bola.

2.1.2 Hakikat Throw In

Lemparan ke dalam terjadi apabila bola seluruhnya melampaui garis samping, baik bergulir di atas tanah maupun di udara. Seorang pemain lawan dari pihak pemain terakhir yang menyentuh bola berhak melakukan lemparan dengan dua tangan melalui atas kepala dari luar garis samping dengan arah bebas.

Selanjutnya menurut Sarjono dan Sumarjo (2010:8) bahwa lemparan ke dalam dilakukan apabila bola keluar melewati garis samping lapangan.

Sementara menurut Hidayat, dkk (2010:133) bahwa apabila bola meninggalkan lapangan permainan (*out*) melalui garis samping lapangan, akan terjadi lemparan ke dalam (*throw in*).Dilanjutkan oleh Chandra dan Sanoesi (2010:8) yang menyatakan bahwa melempar bola ke dalam (*throw in*) biasanya terjadi apabila bola keluar dari garis permainan, jika di garis gawang maka disebut bola gawang, jika di garis samping lapangan disebut bola keluar (*out ball*).

Kemudian Minarsih, dkk (2010:15) mengemukakan bahwa lemparan kedalam atau *throw in* dilakukan apabila bola ke luar lapangan melewati garis samping (*out*), lalu bola dilempar dengan kedua belah tangan dari belakang melewati atas kepala. Pelemparan ini dilakukan oleh pemain yang berhak melakukan lemparan.

2.1.3 Teknik Throw In

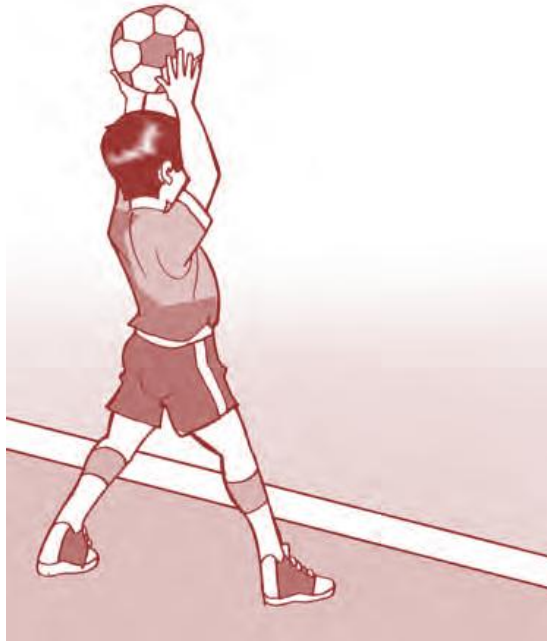
Teknik ketika melempar bola ke dalam (*throw in*),antara lain sebagai berikut: waktu melempar kedua kakimenempel tanah dan berada di luar lapangan. Lemparandalam tidak boleh membuat gol. Melempar harus duatangan dan dari atas kepala. Tidak boleh melakukan geraktipu. Pada lemparan dalam tidak ada *off side*.

Sementara menurut Sarjono dan Sumarjo (2010:8) bahwa teknik dalam melakukan lemparan ke dalam adalahsebagai berikut.a. Pemain yang melakukan lemparan ke dalam harusmempergunakan kedua tangannya dan bola harus dilemparkanmelalui atas kepala.b. Pemain yang melemparkan bola tidak boleh

memainkan bolasebelum bola tersebut disentuh atau dimainkan oleh pemainlain.c. Gol tidak boleh langsung dicetak dari lemparan ke dalam.d. Tidak boleh melakukan gerak tipu. e. Waktu melempar kaki harus di belakang garis samping lapangan.Dan f. Saat melempar kaki harus berhubungan dengan tanah. sama halnya dengan Hafid dan Rithaudin (2010:162) mengemukakan bahwa teknik lemparan ini terdiri atas dua cara, yaitu sebagai berikut. 1) Berdiri dengan kedua kaki sejajar, kedua tangan memegang bola. Tariklah badan dari pangkal paha sampai ke atas dengan kedua lutut ditekuk. Kemudian, lemparkan bola tersebut dari belakang. 2) Berdiri dengan salah satu kaki berada di depan kaki yang lain dan kedua tangan memegang bola di belakang. Tariklah badan ke belakang, kemudian lentingkan ke depan sambil melemparkan bola jauh ke depan.

Selanjutnya menurut Hidayat, dkk (2010:133) bahwa teknik lemparan ke dalam (*throw in*) sebagai berikut. a) Peganglah bola dengan jari-jari dan telapak tangan pada kedua sisi bola atau permukaan bola bagian belakang. b) Lemparan dilakukan dari atas garis lapangan atau bagian luar garis lapangan. c) Saat melempar, pastikan kedua kaki tetap berpijak di tanah dan tidak diperbolehkan kakinya terlihat terangkat. d) Bola harus dilemparkan melalui atas belakang kepala dan dilemparkan ke arah lapangan permainan. Sedangkan menurut Isnaini dan Sabarini (2010:124) bahwa latihan melemparkan bola ke dalam (*throw in*)dapat dilakukan sebagai berikut. a) Latihan dengan satu orang pemain. Latihan dengan satu orang pemain dilakukan dengan berdiri di tepi garis lapangan. Caranya sebagai berikut. Pemain melemparkan bola dengan berdiri kangkang ke

muka belakang. Kemudian pemain melemparkan bola dengan berdiri kangkang ke samping kiri dan kanan.



Gambar 1. Lemparan kedalam secara individual
(Sumber : Isnaini dan Sabarini, 2010:124)

b) Latihan dengan dua orang pemain Latihan melemparkan bola ke dalam dengan dua orang pemain caranya sebagai berikut. Dua orang pemain A dan B berdiri berhadapan. A melemparkan bola pada sasaran lingkaran di tanah, bola memantul ke arah B. B menghentikan bola dengan teknik-teknik menerima bola.



Gambar 2. Lemparan kedalam dengan dua orang pemain
(Sumber : Isnaini dan Sabarini, 2010:125)

Kemudian pada pelaksanaan lemparan ke dalam: a. Bola dipegang dengan dua tangan di atas kepala. b. Kedua kaki lurus berdiri tegap. c. Badan agak ditekuk ke belakang. d. Bola dilepas di atas kepala, tanpa dibanting. e. Kaki tidak boleh diangkat. f. Saat melempar, kaki tidak boleh menginjak garis lapangan. (Chandra dan Sanoesi, 2010:8-9).



Gambar 3. Teknik melempar bola kedalam
(Sumber : Chandra dan Sanoesi, 2010:9)

2.1.4 Hakikat Metode Bermain

Metode bermain yang akan digunakan oleh guru untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran yang telah dimodifikasi adalah sebagai berikut: (1) Siswa mendorong ke arah sasaran, (2) Siswa mendorong ke sasaran, (3) Siswa mendorong dari sikap duduk secara berpasangan, (4) Siswa mendorong bola melewati rentangan tali, (5) Siswa mendorong bola masuk ke dalam target.

Bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa. Pengalaman itu bisa berupa membina hubungan dengan sesama teman dan menyalurkan perasaan yang tertekan. “Manfaat bermain dapat mengembangkan bermacam-macam aspek perkembangan siswa, antara lain: (1) Perkembangan fisik, (2) Perkembangan motorik, (3) Perkembangan social, (4) Perkembangan emosi, (5) Perkembangan ketrampilan olahraga”. Furqon (2006: 2)

juga menyatakan bahwa “bermain merupakan cara untuk bereksplorasi dan bereksperimen dengan dunia sekitar sehingga anak akan menentukan sesuatu dari pengalaman bermain”. Bermain bersifat menyenangkan karena anak diikat oleh sesuatu yang menyenangkan, dengan tidak banyak memerlukan pemikiran.

Selanjutnya menurut Ulum (2013:28) bahwa dari beberapa jenis permainan yang ada, dan yang telah diuraikan di atas, permainan-permainan tersebut mempunyai aturan dan cara pelaksanaan tersendiri. Sama halnya menurut Mardianto (2005:60) bahwa bermain adalah unsur penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Bermain (*play*) mempunyai sifat esensial aktivitas untuk hiburan, dan tidak dipertandingkan untuk kemenangan dan hadiah”. Kegiatan bermain sangat dikuasai oleh para siswa, karena bermain yang dilakukan secara tertata, mempunyai manfaat yang besar bagi perkembangan siswa.

2.2 Kajian Penelitian Yang Relevan

Untuk mendukung penelitian ini, berikut dikemukakan hasil penelitian terdahulu yang berhubungan dengan penelitian ini :

Berdasarkan abstrak skripsi yang diteliti oleh Ratna Laya. S1 Penjaskes 2014, dengan skripsi yang berjudul “Meningkatkan Hasil Belajar Bola Basket Pada Materi *Chest Pass* Melalui Metode Bermain Siswa Kelas V SDN 10 Kabila Kabupaten Bone Bolango” menyatakan bahwa masalah yang ditemukan dalam penelitian ini adalah apakah melalui metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar bola basket pada materi *chest pass* siswa kelas V SDN 10 Kabila Kabupaten Bone Bolango? Jadi hasil akhir penelitian ini adalah 100% siswa telah memiliki kemampuan bermain bola basket materi *chest pass*, dan mereka dapat

melakukan dengan baik, hal ini berdasarkan data akhir yang menyatakan bahwa 48% subyek penelitian memiliki kriteria baik, sedangkan 52% subyek penelitian memiliki kriteria baik sekali, dengan nilai rata-rata 79,58%.

Berdasarkan pada kajian penelitian di atas, peneliti mengharapkan agar supaya pada penelitian ini akan lebih meningkat dari kajian-kajian terdahulu.

2.3 Kerangka Berpikir

Factor yang paling utamadalammeningkatkan teknik dasar throw in adalah metode bermain. Metode bermain yang akan digunakan oleh guru untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran sebagai berikut: (1) Siswa memperhatikan posisi tangan saat memegang bola, (2) Siswa memperhatikan posisi badan saat akan melempar bola, (3) Siswa melempar bola kedalam lapangan pada sasaran yang dituju dengan kedua telapak kaki masih berada di tanah, dan (4) Siswa melakukan gerakan lanjutan saat bola sudah diterima oleh teman.

Sedangkan throw in terjadi apabila bola seluruhnya melampaui garis samping, baik bergulir di atas tanah maupun di udara. Seorang pemain lawan dari pihak pemain terakhir yang menyentuh bola berhak melakukan lemparan dengan dua tangan melalui atas kepala dari luar garis samping dengan arah bebas.

Jika teknik dasar throw in dapat dilakukan secara baik dan benar, maka perlu adanya metode pembelajaran yang spesifik yakni dengan metode bermain.

2.4 Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teori yang telah dikemukakan di atas, di ajukan hipotesis terhadap permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian tindakan kelas ini. Adapun hipotesis penelitian ini adalah “jika metode bermain diterapkan

maka teknik dasar throw in pada permainan sepak bola siswa kelasV SDN No. 4 Kota Barat dapat ditingkatkan”.

2.5 Indikator Kinerja

Ukuran keberhasilan penelitian tindakan kelas ini dilihat melalui indikator kinerja yang sudah di tetapkan dengan sebagai berikut : apabila mendapat 80% dari keseluruhan siswa yang menjadi subjek penelitian menunjukkan peningkatan kemampuan dalam melakukan teknik dasar throw in hingga mencapai kategori baik (B) dengan rentang nilai 75-89, maka penelitian ini dinyatakan selesai.