

## TINGKAT KUALITAS KEPELATIHAN PELATIH AKADEMISI DITINJAU DARI KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA ANAK ASUHNYA

David Agus Prianto

Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

\*davidprianto@unesa.ac.id

(Received: January 2021 / Revised: January 2021 / Accepted: January 2021)

**ABSTRAK :** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan pelatih akademisi terhadap pelatihan kondisi fisik dan teknik dasar sepakbola usia dini. Sasaran penelitian ini adalah pelatih SSB dengan latar belakang akademisi dari klub-klub sekolah sepakbola (SSB) yang ada di Surabaya, Sidoarjo dan Gresik diambil masing-masing sebanyak 2 orang pelatih. Sedangkan untuk subjek penelitian adalah anak asuhnya usia 12-14 tahun dengan jumlah 30 anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, sedangkan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Pengumpulan data hanya menggunakan tes dan pengukuran dengan melakukan tes kondisi fisik yang meliputi: daya tahan, kecepatan, kekuatan, dan kelincahan. Serta tes teknik dasar sepakbola yang meliputi: mengoper bawah, mengoper atas, menembak, melempar ke dalam, menanduk, menggiring, dan menimang. Kesimpulan: (1) Diketahui bahwa kategori kualitas kondisi fisik pemain dari pelatih akademisi yaitu: sebanyak 15 pemain (12,50%) masuk kategori sangat baik, sebanyak 27 pemain (22,50%) masuk kategori baik, sebanyak 45 pemain (37,50%) masuk kategori sedang, sebanyak 23 pemain (19,17%) masuk kategori kurang, dan sebanyak 10 pemain (8,33%) masuk kategori sangat kurang. (2) Diketahui bahwa kategori kualitas teknik dasar pemain dari pelatih akademisi yaitu: sebanyak 66 pemain (55,00%) masuk kategori sangat baik, sebanyak 52 pemain (43,33%) masuk kategori baik, dan sebanyak 2 pemain (1,67%) masuk kategori sedang.

**KATA KUNCI :** Sepakbola; Kondisi Fisik; Teknik Dasar; Pelatih.

**ABSTRACTS :** The purpose of this study was to determine the ability of academic coaches to train physical conditions and basic techniques of early childhood football. The target of this research is SSB coaches with academic backgrounds from football school clubs (SSB) in Surabaya, Sidoarjo and Gresik, each taken as 2 Coaches. As for the research subjects were foster children aged 12-14 years with a total of 30 children. This research used quantitative descriptive, while the method used in this study was a survey, namely data collection using only tests and measurements by doing a physical condition test which includes: endurance, speed, strength, and agility. As well as basic football technical tests which include: pass down, pass up, shooting, throw in, heading, dribbling, and juggling. Conclusion: (1) Based on table two it can be seen that the quality category of the players' physical condition from the academic coaches is: 15 players (12.50%) are in the very good category, 27 players (22.50%) are in the good category, as many as 45 players (37.50%) were in the moderate category, 23 players (19.17%) were in the low category, and as many as 10 players (8.33%) were in the very poor category. (2) Based on the table above, it is known that the basic technical quality categories of players from academic coaches are: 66 players (55.00%) are in the very good category, 52 players (43.33%) are in the good category, and as many as 2 players (1.67%) is in the medium category

**KEYWORD :** Football; Physical Conditions; Basic Techniques; Coach.

### 1. PENDAHULUAN

Sepakbola adalah olahraga yang sangat banyak sekali penggemarnya, mulai lapisan bawah sampai lapisan atas. Perkembangan tim nasional Indonesia maupun persepakbolaan

nasional secara makro memang terasa sangat tertinggal bila dibandingkan dengan negara-negara lain. Ketertinggalan atau ketidakberhasilan tersebut, penyebab salah satunya adalah dalam proses pembinaan pemain tidak didukung oleh pengalaman dan ilmu



pengetahuan ilmiah yang sesuai dengan profesi sebagai pelatih, khususnya pelatih pada pembinaan usia dini (Pate, Rotella dan Mc Clenaghan, 1984 : 9).

Banyak hal yang menyebabkan terpuruknya prestasi sepakbola nasional, utamanya karena organisasi, program, infrastruktur dan sumber daya manusia yang terlibat didalamnya tidak dikelola secara profesional. Lemahnya keterampilan teknik dasar pemain Indonesia mendapat sorotan, Kesalahan *passing* sering terjadi sehingga permainan secara tim tidak bisa berjalan dengan baik. Penilaian serupa juga datang dari Ketua Departemen Pembinaan Usia Dini PSSI, Yakobi (2005), hal utama yang sekarang perlu perbaikan dalam pembinaan usia dini adalah pembelajaran keterampilan dasar, karena saya melihat banyak pemain kurang begitu menguasai teknik dasar. Padahal, teknik ini akan mempengaruhi karakter pemain dalam perkembangan selanjutnya.

Untuk mencetak pemain yang memenuhi standar tim, dibutuhkan proses waktu lama dan berjenjang. Ada empat komponen dasar yang harus dibina dalam setiap tahapannya: fisik, teknik, taktik dan mental. Menurut Miller (2003) komponen tersebut saling terkait dan tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya. Dari keempat komponen tersebut terdapat dua komponen yang paling mendasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola, yaitu fisik dan keterampilan teknik dasar. Tidak mudah untuk mewujudkan semua itu, karena membutuhkan dukungan dari berbagai pihak dan salah satu pihak yang paling berperan dalam pembinaan ini adalah figur seorang pelatih. Di Indonesia pelatih-pelatih cabang olahraga secara umum dan di sepakbola khususnya dihasilkan dari dua proses yaitu dihasilkan dari para mantan atlet yang kemudian menjadi pelatih cabang olahraga tersebut dengan modal pengalaman maupun penataran pelatih selama satu minggu, di sisi lain adanya pelatih yang dihasilkan dari proses pendidikan formal kepelatihan yang

dihasilkan dari Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK) yang berkompeten dan mempunyai latar belakang pendidikan kepelatihan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan pelatihan pelatih dengan *background* akademisi dilihat dari kondisi fisik dan teknik dasar anak asuhnya.

---

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu penelitian yang dilakukan untuk menjawab persoalan-persoalan tentang keadaan atau kondisi sebagaimana adanya di lapangan dalam fenomena yang akan diteliti menggunakan media penghitungan angka (Sugiyono, 2007: 3). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei yaitu pengumpulan data yang hanya dengan menggunakan tes dan pengukuran. Sasaran penelitian ini adalah pelatih SSB dengan latar belakang akademisi dari klub-klub sekolah sepakbola (SSB) yang ada di Surabaya, Sidoarjo dan Gresik diambil masing-masing sebanyak 2 orang pelatih. Sedangkan untuk subjek penelitian adalah anak asuhnya usia 12-14 tahun dengan jumlah 30 anak. Instrumen tes terdiri atas empat jenis rangkaian tes fisik yaitu : (1) daya tahan (2) kecepatan dan (3) kekuatan (4) kelincahan, dan tujuh jenis panduan pelaksanaan rangkaian tes keterampilan teknik dasar yang sesuai norma menurut Syafi'i (2007) yaitu : (1) mengoper bawah (2) mengoper atas (3) menggiring (4) menembak (5) menyundul (6) melempar ke dalam (7) menimang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang kondisi fisik dan keterampilan dasar bermain sepakbola dari hasil pelatihan pelatih akademisi. Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan berupa statistik deskriptif yang ditujukan untuk mengumpulkan data, menyajikan data, dan menentukan nilai. Data yang didapat dari tiap tes tersebut merupakan data awal dari tiap butir tes yang telah dicapai. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dan

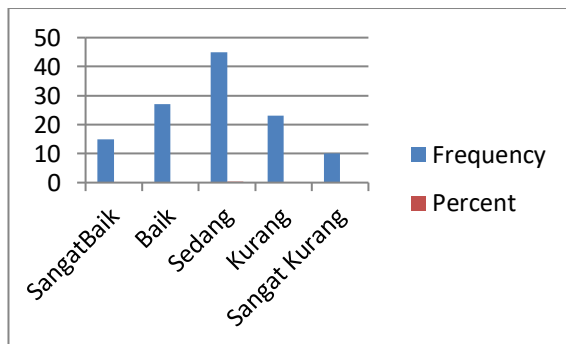
dinyatakan dalam bentuk kualitatif dengan persentase. Nilai tersebut kemudian diterapkan pada tabel norma nilai kategori menurut Anas Sudijono, (2009:175).

### 3. HASIL

Tabel 1. Frekuensi kualitas kondisi fisik anak asuhnya.

KATEGORI	Kondisi Fisik	
	Frekuensi	Persentase
SangatBaik	15	12,50%
Baik	27	22,50%
Sedang	45	37,50%
Kurang	23	19,17%
Sangat Kurang	10	8,33%
Total	120	100%

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa kategori kualitas kondisi fisik pemain dari pelatih akademisi yaitu: sebanyak 15 pemain (12,50%) masuk kategori sangat baik, sebanyak 27 pemain (22,50%) masuk kategori baik, sebanyak 45 pemain (37,50%) masuk kategori sedang, sebanyak 23 pemain (19,17%) masuk kategori kurang, dan sebanyak 10 pemain (8,33%) masuk kategori sangat kurang.



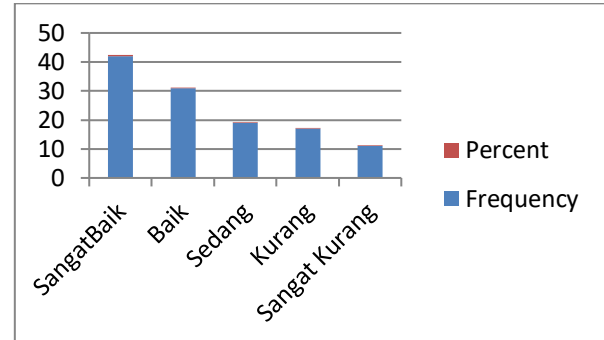
Grafik 1. Hasil Pengukuran kondisi fisik anak asuhnya

Tabel 2. Frekuensi kualitas teknik dasar anak asuhnya.

KATEGORI	Teknik Dasar	
	Frekuensi	Persentase
SangatBaik	42	35,00%
Baik	31	25,83%
Sedang	19	15,83%
Kurang	17	14,16%
Sangat Kurang	11	9,16%
Total	120	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa kategori kualitas kondisi fisik pemain dari pelatih akademisi yaitu: sebanyak 42 pemain (35,00%) masuk kategori sangat baik, sebanyak 31 pemain (25,83%) masuk kategori baik, Page | 49

sebanyak 19 pemain (15,83%) masuk kategori sedang, sebanyak 17 pemain (14,16%) masuk kategori kurang, dan sebanyak 11 pemain (9,16%) masuk kategori sangat kurang.



Grafik 2. Hasil Pengukuran teknik dasar anak asuhnya

### 4. PEMBAHASAN

Penelitian yang sudah dianalisis kemudian dibahas untuk menyimpulkan kondisi fisik dari hasil kepelatihan pelatih akademisi, bahwa kategori kualitas kondisi fisik pemain yaitu: sebanyak 15 pemain (12,50%) masuk kategori sangat baik, sebanyak 27 pemain (22,50%) masuk kategori baik, sebanyak 45 pemain (37,50%) masuk kategori sedang, sebanyak 23 pemain (19,17%) masuk kategori kurang, dan sebanyak 10 pemain (8,33%) masuk kategori sangat kurang.

Dari hasil tersebut diketahui bahwa mayoritas pemain yang masuk kategori sedang yakni 37,50% (45 siswa) secara keseluruhan dari hasil tes disimpulkan bahwa kebanyakan pemain berkategori sedang karena pelatih akademisi kurang bagus atau memperhatikan dalam melatih fisik sehingga tidak selaras dengan Martens (2004) mengatakan bahwa pemain sepakbola harus memiliki kondisi fisik yang bagus, kemampuan teknik dan taktik yang bagus serta mental yang kuat.

Sedangkan dari hasil tes teknik dasar permainan sepakbola diketahui bahwa kategori kualitas kondisi fisik pemain dari pelatih akademisi yaitu: sebanyak 42 pemain (35,00%) masuk kategori sangat baik, sebanyak 31 pemain (25,83%) masuk kategori baik, sebanyak 19



pemain (15,83%) masuk kategori sedang, sebanyak 17 pemain (14,16%) masuk kategori kurang, dan sebanyak 11 pemain (9,16%) masuk kategori sangat kurang.

Dari hasil tersebut diketahui bahwa mayoritas pemain yang masuk kategori sangat baik adalah 35,00% (42 siswa) secara umum dapat disimpulkan bahwa pelatih akademisi bagus dalam melatih teknik, namun demikian dalam permainan sepakbola seorang pemain harus memiliki kondisi fisik dan teknik dasar yang bagus. Oleh karena itu evaluasi buat pelatih akademisi agar memperbaiki program latihannya.

---

## **5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan diperoleh tingkat kondisi fisik dan keterampilan teknik dasar sepakbola dari pelatihan pelatih akademisi yakni 37,50% (45 siswa) secara keseluruhan dari hasil tes disimpulkan bahwa kebanyakan pemain berkategori sedang, untuk teknik dasarnya mayoritas pemain yang masuk kategori sangat baik adalah 35,00% (42 siswa), sehingga ditarik simpulan bahwa pelatih akademisi lemah dalam pelatihan fisik dan bagus dalam melatih teknik dasar permainan sepakbola. Sehingga bisa direkomendasikan agar pelatih akademisi memberikan keseimbangan antara melatih fisik dan teknik dasar dan mengevaluasi program latihannya karena permainan sepakbola.

---

## **REFERENSI**

- Echols, J. M. & Shadily, H. 2000. Kamus Inggris-Indonesia: an English-Indonesia Dictionary. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Herwin. (2004). Keterampilan Sepakbola Dasar (Diklat). Yogyakarta: POK FIK UNY.
- Martens, Rainers (2012) Successful Coaching, United States, I. Title. GV711.M355 2012.
- Miller, J. 2004. Training and Fitness. Alih Bahasa: Tim GMS. Editor: Sutjahyana. Jakarta: PT. Gapura Mitra Sejati.
- Pate, R.R., Rotella, R. & McClenaghan, B. 1993. Dasar-dasar Ilmiah Kepelatihan. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Sudijono, Anas (2009) Pengantar Evaluasi Pendidikan, Jakarta: Rajagrafindo.
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono (2018) Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Syafi'i, I. 2007. Pengembangan Tes Rangkaian Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Bagi Pemain Usia Dini. Surabaya : Universitas Negeri Surabaya.
- Yakobi, R. 2005. Riau Sport. Riau Pos Online. 28 Pebruari 2005. Riau: [www.riaupost.co.id](http://www.riaupost.co.id).