

**KONTRIBUSI KELENTUKAN TOGOK TERHADAP KEMAMPUAN
HEADING PADA ANAK U 11 TALENTA ACEH**

Skripsi

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh:

**IFTIQAR RIZAL
NIM: 1811040125**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2022**

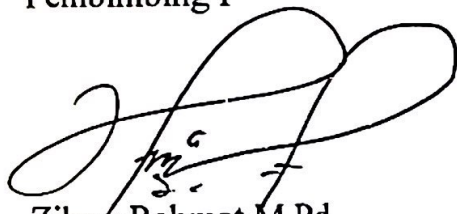
LEMBAR PERSETUJUAN

KONTRIBUSI KELENTUKAN TOGOK TERHADAP KEMAMPUAN HEADING PADA ANAK U 11 TALENTA ACEH

Skripsi initelah di setujui untuk dipertahankan di hadapan
Tim penguji Skripsi program studi pendidikan jasmani
Fakultas Keguruan dan ilmu pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 10 Agustus 2022

Pembimbing I



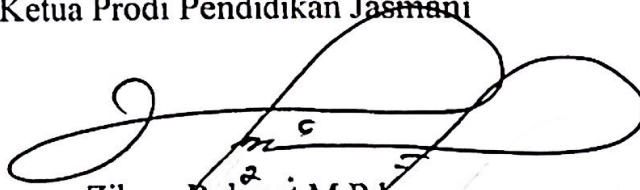
Zikrur Rahmat M.Pd
NIDN. 0131078402

Pembimbing II



Tuti Sarwita M.Pd
NIDN.1308028702

Menyetujui
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani



Zikrur Rahmat M.Pd
NIDN. 0131078402

Mengetahui,
Dekan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Dr. Mardhatillah, S.Pd., M.P.d
NIDN.1312049101

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah	4
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
1.7 Hipotesis Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORITIS	7
2.1 Pengertian Kontribusi	7
2.2 Hakikat Kelentukan Togok	8
2.3 Hakikat Sepakbola	17
2.4 Pengertian Kondisi Fisik	30
2.5 Kerangka Berpikir	41
2.6 Penelitian Relavan	42
BAB III METODE PENELITIAN	46
3.1 Pendekatan Penelitian	46
3.2 Populasi dan sampel	47
3.3 Variabel Penelitian	48
3.4 Teknik dan Alat Pengumpulan Data	48
3.5 Teknik Analisa Data	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	55
4.1 Hasil Peneliltian	55
4.2 Pembahasan Penelitian	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
5.1 Kesimpulan	65
5.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktifitas yang sudah sangat melekat bagi setiap manusia dalam upaya menjaga kebugaran individual, banyak jenis olahraga yang dapat dilaksanakan oleh setiap orang menurut kegemaran mereka. Menurut Santoso Giriwijoyo dan Didik J.S (2013:233), Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara hidup, meningkatkan kualitas hidup dan mencapai tingkat kemmapuas jasmasmani yang sesuai dengan tujuan. Pada masa pandemik sekarang ini bukan. Selama musibah pandemik ini menimpa Indonesia kesadaran untuk berolahraga dari semua orang untuk berolahraga lebih meningkat, akan tetapi dengan dibatasinya aktivitas di luar rumah dan ditempat-tempat umum untuk menjaga jarak dan menghindari keramaian maka banyak jenis kegiatan olahraga yang dapat menyebabkan mengumpulkan masa di batasi dan bahkan ada yang di hentikan.

Dengan ada larangan ini sangat berpengaruh bagi beberapa cabang olahraga untuk dapat meningkatkan prestasinya. Salah satu dampak dari pandemik ini sangatlah dirasakan oleh para atlet sepak bola, salah satunya dampak dari pandemik ini sangat dirasakan oleh para atlet dari klub Kebanggaan Aceh yaitu Persiraja, dimana dengan adanya peraturan tidak boleh ada keramaian, beberapa kali mereka gagal untuk dapat berkompetisi, ini sangat lah berdampak bagi perfoma mereka yang dimana sudah mempersiapkan diri untuk mengikuti kompetisi namun kemudian harus batal bertanding dikarenakan pandemik yang melarang tidak boleh adanya berkerumunan. Setahun lamanya pertandingan sepakbola indonesia vakum akibat pandemik ini, banyak tim bubar dan tidak menggelar latihan . ini sangatlah meberi dampak negatif bagi para pemain sendiri dimana di awal sudah

mempersiapkan diri dengan maksimal tetapi harus berhenti di tengah jalan. Hal ini juga menurunkan motivasi bertanding mereka. Dimana motivasi salah satu hal yang sangat mempengaruhi prestasi dari seorang atlet.

Motivasi berperan memberikan dorongan kepada individu dalam mencapai tujuan dan keinginannya. Menurut Hamzah B. Uno (2011:8), Motivasi merupakan dorongan dan kekuatan dalam diri seseorang untuk melakukan tujuan tertentu yang ingin dicapai. Motivasi terbagi menjadi 2 bagian dari intrinsik dan ekstrinsik, dimana motivasi intrinsik yaitu motivasi yang timbul dari dalam diri atlet sendiri. Sedangkan ekstrinsik motivasi yang timbul dari luar diri atlet. Pada saat bertanding motivasi sangat lah besar pengaruhnya dalam meraih kemenangan. Namun terdapat kendala yang di alami oleh klub kebanggaan rakyat Aceh dimana semangat para atlet yang lagi bergejolak dikarenakan kali ini Persiraja di percayakan untuk dapat bermain di kancah tertinggi kompetisi sepakbola di Indonesia yaitu Liga 1. Namun dengan adanya larangan tidak boleh digelar Liga 1 banyak pemain merasa kecewa. Ini sangat lah mempengaruhi motivasi dari para pemain sendiri.

Dari hasil observasi melalui media cetak yang di lakukan oleh peneliti pada tanggal 29 April 2021 dan pada media online berupa instagram, facebook dan twitter maka di peroleh informasi tentang perkembangan tim sepak bola Persiraja. Dimana sebelum pandemi covid 19 melanda Indonesia termasuk Aceh, prestasi persiraja di sepak bola Indonesia yg terangkum dalam liga 1 cukup bagus pada saat itu dimana mereka mampu naik kasta dari Liga 2 awalnya kemudian mampu meloloskan diri ke Liga 1 dengan mampu bersaing dengan tim-tim lain nya, ini dapat di lihat dari tiga pertandingan yang sudah di jalan kan persiraja dimana dari tiga pertandingan yang sudah digelar persiraja berhasil meraih dua kali seri dan satu kemenangan. Sangat di sayangkan kompetisi harus

di berhentikan di tengah jalan di karenakan semakin parah nya pandemi yang melanda indonesia.

Terlepas dari apa yang sudah di raih tim Persiraja sebelum pandemi dan vakum nya sepak bola selama setahun sangat berdampak negatif bagi atlet persiraja , akhirnya 24 Maret 2021 kemarin kompetisi sepak bola Indonesia mulai bangkit kembali dengan di gelarnya Turnamen Piala MENPORA. Ini merupakan sebuah event sepak bola pertama yang di gelar di Indonesia dimasa pandemik New Normal ini. Pada event ini banyak klub yang berpartisipasi dan ada juga yang tidak ikut dikarenakan belum ada kesiapan dari tim tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih Persiraja yang bernama Hendri Susilo pada tanggal 2 Mei 2021 maka di peroleh informasi tentang tim persiraja yang ikut berpartisipasi mengikuti Turnamen Piala MENPORA yang di selenggarakan pada 4 wilayah di indonesia, dengan menggunakan sistem grup. Wilayah-wilayah yang menjadi penyelenggara Turnament terdiri dari Bandung, Malang, Solo, dan Yogyakarta. Dari hasil drawing Tim Persiraja berada di grup D wilayah Yogyakarta, yang membedakan pertandingan ini dengan pertandingan sebelumnya yaitu pada kali ini pertandingan sepakbola di gelar tanpa penonton, yang di perbolehkan hadir kelapangan diantaranya manajemen tim, atlet, pelatih, official serta medis, dari setiap tim yang bertanding. Sebelum berangkat kelapangan semua Tim harus melaksanakan Swab Antigen terlebih dahulu. Ini merupakan salah satu syarat sebelum pertandingan di laksanakan.

Pertandingan kali ini digelar dengan tidak adanya penonton di tribun penonton. Situasi tribun kosong ini pasti sangat berdampak menurunnya motivasi bermain para pemain. Dimana yang dulu pertandingan di tonton oleh berjuta penonton yang membuat semangat para pemain lebih meningkat dan termotivasi, namun sekarang harus bertanding

tanpa penonton. Menurut pelatih peran penonton bagi pemain sangatlah besar di karenakan bisa membuat pemain di lapangan termotivasi dan menambah semangat juang dalam meraih kemenangan bagi mereka, dimana saat mereka mengalami ketertinggalan dari tim lawan disini lah peran penonton sangat di butuhkan untuk membangkitkan kembali semangat dan motivasi bagi para pemain saat bertanding. Penonton juga sering disebut sebagai pemain ke 12 dari sebuah tim. Dalam Muhammad Fahmi (2018) menjelaskan bahwa suporter sendiri menjadi pemain ke 12 bagi klub yang didukung karena mampu mendorong semangat juang para pemain, perilaku suporter bisa dibilang dengan perilaku konsumen ini sering di tunjukan dalam pembelian atribut-atribut klub dalam upaya mendukung pemain dalam bertanding.

Dari segi para atlet yang peneliti wawancarai terdiri dari 1 kiper dan 4 orang pemain tentang peran penonton bagi atlet sangat lah penting dalam membangkitkan semangat para atlet dalam bertanding, dimana dukungan yang penonton berikan merupakan sebuah energi positif disaat kondisi atlet dalam keadaan terjatuh atau mengalami ketertinggalan dari pihak lawan. Namun demi memperjuangkan marwah sepakbola Aceh di kancah Nasional tim sepak bola Persiraja tetap mengikuti kompetisi dengan maksimal, meski harus bertanding tanpa penonton. Tim Persiraja sudah berjuang dengan semaksimal mungkin melawan tim-tim lainnya, namun kemenangan belum berpihak pada mereka. Tim Persiraja kalah di babak penyisihan, sehingga tidak dapat melanjutkan ke babak selanjutnya. Dengan permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang, “Tingkat Motivasi Bertanding Atlet Sepak bola Persiraja pada Pertandingan Tanpa Penonton di tribun Penonton pada Masa New Normal Covid 19”.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah di kemukakan di atas maka fokus permasalahan pada penelitian ini tentang motivasi pemain sepak bola pada klub Persiraja saat bertanding tanpa penonton dimasa pandemik New Normal Covid 19.

1.3 Rumusan Masalah

Dari permasalahan di atas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu: “ Bagaimana Tingkat Motivasi Bertanding Atlet Sepakbola Persiraja pada Pertandingan Tanpa Penonton di tribun Penonton pada Masa New Normal Covid 19”.

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: “ Untuk mengetahui Tingkat Motivasi Bertanding Atlet Sepakbola Persiraja pada Pertandingan Tanpa Penonton di tribun Penonton pada Masa New Normal Covid 19”.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat yaitu:

- a. Memberikan sumbangan pemikiran bagi para pelatih tentang pentingnya peran motivasi dalam sebuah pertandingan
- b. Memberikan sumbangan ilmiah dalam ilmu Pendidikan Jasmani dan Olahraga prestasi tentang pengaruh motivasi dalam meningkatkan performa para atlet dalam bertanding
- c. Sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan motivasi bertanding.

b. Manfaat praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

- a. Bagi penulis dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung tentang pentingnya motivasi dalam sebuah pertandingan.
- b. Bagi pemain dapat menambah pengetahuan tentang peran motivasi dalam bertanding.

- c. Bagi pelatih dapat menjadi bahan masukan tentang tingkat motivasi para pemain Persiraja pada saat bertanding.

1.6 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan dan tujuan penelitian di atas maka yang menjadi pertanyaan penelitian adalah:

- a. Bagaimana motivasi atlet sepak bola persiraja saat bertanding dengan adanya penonton di tribun penonton?
- b. Bagaimana motivasi atlet sepak bola persiraja saat bertanding tanpa penonton di tribun penonton di masa New Normal Covid 19?