

MODUL

PEMBELAJARAN PENJASKES KELAS XII

PERMAINAN BOLA BESAR SEPAK BOLA

POLA PENYERANGAN DAN POLA PERTAHANAN



OLEH

AMFIN FAOT

**MAHASISWA PPG UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SOLO**

A. SEPAK BOLA BOLA

1.POLA PENYERANGAN DAN POLA PERTAHANAN

a. Pola Penyerangan

Tujuan utama dari permainan sepak bola adalah memasukan bola ke gawang lawan. Teknik permainan yang tinggi dengan control bola yang baik, kerjasama yang terjalin rapi, semangat yang tinggi, daya tahan yang prima dan factor keberuntungan menjadikan sebuah tim dapat memenangkan pertandingan. Semua usahatersebut bertujuan untuk dapat menghasilkan permainan yang baik sehingga dapat mencetak gol. Kemungkinan mencetak dapat mencetak gol jika dapat melakukan pola penyerangan yang baik.

Penyerangan bertujuan untukmemasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Pola penyerangan dapat dijalankan oleh suatu kesebelasan apabila mereka sedang mengendalikan permainan di lapangan. Tajamnya serangan dapat menentukan keberhasilan kesebelasan tersebut, baik secara individu maupun kerjasama tim. Selain itu, yang diperlukan dalammeyusn pola penyerangan adalah sebagaiberikut:

- 1) Adanya pemain yang bertugas sebagai pengatur serangan.
- 2) Adanya pemain yang bertugas sebagai pembantu serangan.
- 3) Adanya pemain yang bertugas sebagai penembak utama untuk mencetak gol (gol getter).
- 4) Adanya pemain yang bertugas sebagai pemancing lawan bertahan, agar teman satu timdapat menerobos ke daerah lawan.

Supaya pihak lawan mendapat tekanan, maka pola penyerangan yang digunakan harus dibuat sedemikian rupa dengan kombinasi serangan yang bervariasi. Selain itu, penyerang harus mencari titik-titik terlemah darilawan. Polapenyerangan dalam permainan sepakbola yang sering digunakan adalah sebagai berikut:

- 1)Pola melakukan gerakan tersusun.
- 2)Pola bermain menghadapi pertahanan sekuat tembok.
- 3)Pola mencari ruang kosong.

Untuk dapat melakukan pola penyerangan yang baik dan dapat menghasilkan gol, maka dibutuhkan adanya koordinasi antar pemain perlini, baik belakang, tengah maupun depan. Karena keberhasilan sebuah tim dalam memenangkan suatu pertandinagn adalah keberhasilan bersama semua pemain bukan keberhasilan individu pemain.

b. Pola Pertahanan

Pertahanan bertujuan untuk merampas bola dan mempertahankan wilayah, sehingga tidak terjadi gol. Pertahanan dapat dijalankan ketika sedang mendapatkan tekanan dari lawan (pressing). Berdasarkan cara melakukannya, pertahanan dapat dibedakan menjadi:

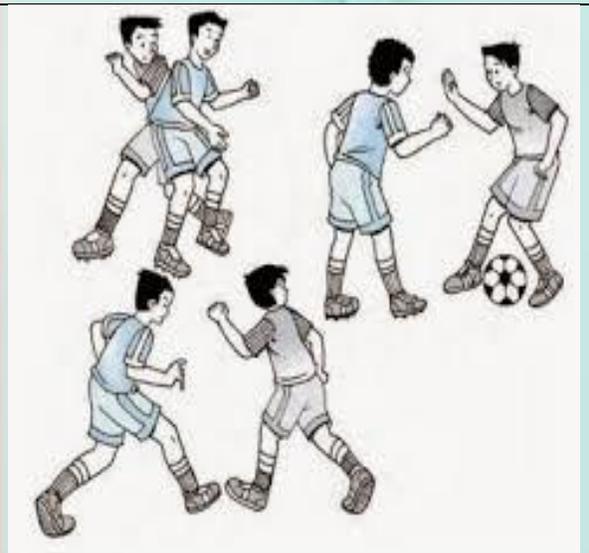
1) Pola pertahanan dengan “ Man to Man “

Man to man artinya cara bertahan satu lawan satu yang dilakukan di daerah pertahanan. Setiap pemain yang masuk ke daerah. Yang dijaga harus dikawal dengan ketat kemanapun dia bergerak di dalam daerah yang harus dipertahankan. Jika pemain penyerang keluar dari daerah yang dijaganya, maka menjaga bukan tugasnya lagi. Akan tetapi, penjaga tersebut harus selalu siap dan waspada terhadap kemungkinan adanya pemain lain yang masuk ke daerah yang dijaganya. Pola pertahanan dapat diterapkan jika para pemain mempunyai teknik dan fisik yang baik dan prima.

Perhatikan Gambar di Bawah ini



Gambar 1.1 Man to Man di daerah Gawang



Gambar 1.2. Latihan Kombinasi Man to Man

2) Pola pertahanan daerah (Zone Marking)

Pola pertahanan Zone Marking adalah bertahan di daerahnya sendiri dengan cara membentuk formasi. Prinsip pertahanan zone marking adalah sebagai berikut:

- a) Dibutuhkan kerjasama tim yang baik.
- b) Dapat menghambat gerakan pemain penyerang.
- c) Pola pertahanan harus berlapis sehingga sulit ditembus penyerang lawan
- e) Pola penyerangan harus membentuk formasi yang kokoh.
- f) Pertahanan harus dapat mendorong pemain lawan untuk kembali ke daerah sendiri.

Perhatikan Gambar Pola Pertahanan Zona Marking



Gambar 2.1 pertahanan daerah gawang



Gambar 2.2 formasi zona marking

3). Pola pertahanan Kombinasi “ Man to Man & Zone Marking”

Pola pertahanan ini adalah pola pertahanan yang paling kompleks. Artinya setiap pemain menjaga lawannya dan dengan tiba-tiba berpindah tempat. kemudian tugasnya diserahkan kepada temannya yang lebih dekat. Pertahanan ini akan berhasil dengan baik apabila ada koordinasi antar pemain dan ada tanggung jawab pemain perlini akan daerahnya masing-masing. Pola dasar pertahanan kombinasi Artinya, pola pertahanan gabungan antara pola pertahanan man to man dan zone defence.

Bentuk kerja sama antar pemain dalam satu tim adalah sangat mutlak. Dari 11 pemain di lapangan harus ada kerja sama satu sama lain, mulai penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan, maksudnya untuk:

- Menumbuhkan kekompakan.
- Menumbuhkan rasa saling percaya antarpemain.
- Memupuk semangat tim.
- Menciptakan rasa saling pengertian antar pemain.

Koordinasi antar pemain maksudnya mengatur fungsi dan tugas pemain yang berada di belakang, tengah, dan depan. Dalam tanggung jawab taktik timnya, baik secara individu maupun kelompok, sehingga permainan terkoordinasi dengan rapi dan cantik. Sebagai pengatur lapangan tanggung jawab penuh ada pada kapten tim. Pola pertahanan bisa berupa 5-3-2, 5-4-1, dan 4-4-2

Gambar Pola Pertahanan Kombinasi 1



Susunan Posisi :

3 pemain belakang dengan posisi sejajar.

5 pemain tengah dengan 1 gelandang bertahan murni dan 2 gelandang serang atau sebaliknya, 2 pemain winger di sisi kanan dan kiri.

2 pemain depan sebagai penyerang.

Keunggulan :

Lebih efektif dalam pola permainan menyerang karena akan mengurung daerah pertahanan lawan.

Lebih menguasai lapangan tengah.

Kelemahan :

Pertahanan terlalu terbuka, oleh karena itu harus punya gelandang yang mempunyai stamina tinggi.

Lebih mudah kena serangan pada sayap kiri maupun kanan.

Bila miss komunikasi antara gelandang jangkar bisa beresiko ketika terjadi serangan balik yang cepat, karena hanya ada 3 pemain belakang.

GAMBAR 3.1 FORMASI 3-5-2

Gambar Pola Pertahanan Kombinasi 2



Susunan Posisi :

4 pemain belakang, 2 sebagai center back dan 2 sebagai full back

4 pemain tengah, 2 sebagai pengatur permainan dan 2 berada di sisi kanan dan kiri

1 pemain sebagai second striker

Dan 1 pemain sebagai center forward atau target man

Keunggulan :

Pertahanan tim akan sulit ditembus oleh lawan

Permainan tim akan menjadi solid

Keseimbangan dalam bertahan dan menyerang

Kelemahan :

Striker harus bekerja keras sendirian
Second striker harus lebih aktif mencari bola

GAMBAR 3.2 FORMASI 4-4-1-1

Gambar Pola Pertahanan Kombinasi 3

**Susunan Posisi :**

4 pemain bertahan, 2 sebagai center back dan 2 lagi sebagai fullback
4 pemain tengah sebagai pengatur permainan, bisa sejajar atau 2 pemain diposisikan lebih maju dari 2 pemain lainnya
2 pemain depan sejajar atau bisa juga dengan 1 target man dan 1 lainnya sebagai second striker.

Keunggulan :

lapangan tengah akan dikuasai tim
Penyerangan akan mudah terorganisir
Pertahanan akan sulit ditembus
Keseimbangan antara pertahanan dan penyerangan

Kelemahan :

Tidak ada gelandang bertahan sebagai pemutus serangan lawan

GAMBAR 3.2 FORMASI 4-4-2

2. Perwasitan Dalam Sepak Bola

a. Syarat-syarat Menjadi Wasit

Untuk menjadi wasit harus memenuhi persyaratan sebagai berikut:

- 1) Berbadan sehat menurut keterangan dokter (tidak berkacamata, tidak buta warna, dan k.
- 2) Umur antara 24 sampai 40 tahun.
- 3) Berijazah SMA atau sederajat.
- 4) Memahami dan melaksanakan janji wasit
- 5) Mengetahui dan memahami peraturan sepak bola dengan baik.

b. Perlengkapan wasit

- 1) Perlengkapan pakian dan sepatu bola yang lengkap.
- 2) Peluit
- 3) Notes dan alat tulis
- 4) Pencatat waktu (jam, stop watch)
- 5) Koin untuk undian.
- 6) Kartu merah dan kartu kuning.

c. Kerjasama Antara Wasit, Hakim Garis, dan Wasit Cadangan

Dalam memimpin suatu pertandingan wasit dibantu oleh 2 orang hakim garis dan 1 wasit cadangan. Tugas dan kewenangan yang diberikan kepadanya dimulai setelah memasuki lapangan permainan. Wasit dan hakim garis harus saling bekerjasama yang baik dalam menjalankan tugasnya, supaya pertandingan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Berhasil atau tidaknya seorang wasit dalam memimpin tergantung dari kerjasama pengadil dilapangan tersebut.

1) Tugas Seorang Wasit

- a) Menegakkan dan menjalankan peraturan.
- b) Membuat putusan yang memihak pada tim yang membuat pelanggaran.
- c) Membuat catatan jalannya pertandingan.
- d) Memberikan tendangan bebas langsung atau tidak langsung.
- e) Memberikan hukuman tendangan (penalty kick).
- f) Memberikan teguran dan peringatan pada pemain yang membuat pelanggaran.
- g) Menghentikan permainan untuk sementara atau seterusnya.
- h) Menentukan bola sesuai dengan syarat atau standar tidak.

2) Tugas Hakim Garis

- a) Membantu tugas wasit dengan berpegang teguh pada peraturan-peraturan yang berlaku.
- b) Memberi isyarat kepada wasit dalam hal-hal sebagai berikut:
 - Menentukan arah bola (trow in, corner kick, goal kick)
 - Menentukan seorang pemain off-side atau tidak.

3) Tugas Wasit Cadangan

- a) Menggantikan wasit atau hakim garis apabila ada yang berhalangan.
- b) Mengurusi pergantian pemain.
- c) Memberi isyarat pada wasit jika pertandingan sudah selesai.
- d) Mengatur official dan pemain pengganti.
- e) Menerima isyarat dari wasit tentang penghentian pertandingan.

f) Memberikan pendapatnya bila diminta oleh wasit utama.

d. Posisi Wasit dan Hakim Garis

Agar wasit dapat mengamati pertandingan dengan cermat, maka wasit dan pembantu wasit perlu menempatkan diri di tempat yang benar, sehingga semua kejadian penting dapat diamati dengan baik. Kejadian itu seperti; permulaan pertandingan, tendangan sudut, tendangan gawang, tendangan hukuman, dll.

e. Isyarat-Isyarat Wasit dan Hakim Garis

Isyarat ialah suatu tanda berkenaan dengan permainan. Dalam permainan sepak bola isyarat tersebut dapat diberikan oleh wasit atau hakim garis, atau wasit pengganti.

1) Isyarat Wasit

Isyarat wasit dapat berupa peluit dan gerakan tangan, yaitu:

a) Bunyi Peluit

Bunyi peluit dari wasit umumnya ada 2 macam yang didasarkan atas tujuan atau kegunaannya. Bunyi peluit dua kali pendek yang diikuti panjang, ini digunakan wasit sebagai isyarat dalam hal-hal sebagai berikut:

- Agar para pemain siap untuk memasuki lapangan permainan.
- Permainan dalam babak 1 selesai.
- Permainan dalam babak 2 selesai.

Bunyi peluit panjang satu kali, ini digunakan wasit sebagai isyarat dalam hal-hal berikut:

- Permainan dapat dimulai.
- Penghentian permainan untuk sementara karena ada kejadian
- Terjadi pelanggaran atas peraturan permainan.
- Bola keluar lapangan.
- Terjadi gol.
- Ada pemain yang cidera.
- Gangguan oleh cuaca atau penonton.

b) Gerakan Tangan

Untuk lebih memperjelas keputusannya isyarat wasit yang berupa bunyi peluit akan diikuti dengan gerakan tangan sebagai isyarat. Isyarat tangan itu diantaranya:

- Mengangkat salah satu tangan lurus ke atas baik tangan kanan atau kiri berarti “ terjadi pelanggaran dengan hukuman tendangan bebas tidak langsung “.
- Mengangkat kedua tangan didepan dada menghadap kebawah dan digerakkan menyilang berarti “ tidak terjadi pelanggaran “.

- Kedua tangan menggantung sejajar disamping badan dengan telapak tangan menghadap kedepan selanjutnya digerakan ke depan berarti “ meminta pemain untuk mundur ke belakang “.
- Salah satu tangan menunjuk titik tengah berarti “ terjadi bola masuk ke gawang/gol secara sah”.
- Salah satu tangan menunjuk ke suatu tempat, sedang tangan yang lain menunjuk ke suatu arah, berarti “ menunjukkan tempat terjadinya pelanggaran dan arah bola “.
- Pada permulaan permainan wasit mengangkat salah satu tangan ke arah hakim garis dan pemain, berarti “ meminta yang bersangkutan siap untuk memulainya pertandingan “.

2) *Isyarat Hakim Garis*

Untuk memberikan isyarat hakim garis menggunakan bendera. Isyarat itu adalah:

- a) Mengangkat bendera lurus ke atas, berarti “ memberitahu kepada wasit untuk menghentikan permainan, karena bola keluar atau ada kejadian ataupun terjadi pelanggaran, dengan menunjukkan bendera ke arah tempat tersebut.

3) *Isyarat Wasit Cadangan*

Isyarat dari wasit cadangan diberikan dari luar lapangan. isyarat itu antara lain:

- a) Adanya pergantian pemain
- b) Memberitahukan sisa waktu pertandingan

f. **Evaluasi Isyarat-Isyarat Wasit Dalam Pertandingan**

Kerjakanlah tugas dibawah ini dengan penuh tanggung jawab dan jujur

- 1 Apabila bola keluar disamping gawang oleh pemain bertahan, maka keputusan wasit yang benar adalah.....
 - a. Bola penjaga gawang
 - b. Tendangan sudut
 - c. Tendangan bebas tidak langsung
 - d. Lemparan kedalam
 - e. Tendangan Gawang
- 2 Dalam suatu serangan pada permainan sepak bola dimana pertahanan yang rapat, untuk dapat menerobos pertahanan tersebut biasanya menggunakan teknik.....
 - a. Shooting
 - b. Wall pass
 - c. Counter attack
 - d. Dribbling
 - e. Passing

- 
- 3 Tujuan melakukan gerak tipu dalam permainan sepak bola adalah.....
 - a. Untuk melewati lawan
 - b. Menunjukkan teknik yang indah
 - c. Melakukan pergerakan dengan bola
 - d. Memperagakan teknik tingkat tinggi
 - e. Memperlihatkan variasi serangan
 - 4 Seorang pemain tidak terjebak off side apabila menerima bola dari.....
 - a. Lemparan ke dalam
 - b. Tendangan penjaga gawang
 - c. Tendangan Gawang
 - d. Tendangan bebas langsung
 - e. Tendangan bebas tidak langsung
 - 5 Setiap lawan yang masuk daerah pertahanan menjadi urusan pemain yang bersangkutan, ini merupakan pola pertahanan sepak bola.....
 - a. Man to man marking
 - b. Kombinasi
 - c. Membebaskan diri
 - d. Zone defence
 - e. Multirateral
 - 6 Apabila dalam permainan sepak bola wasit mengangkat salah satu tangan lurus ke atas dengan tangan kanan maupun tangan kiri berarti terjadi pelanggaran dengan hukuman.....
 - a. Tendangan bebas langsung
 - b. Tendangan bebas tidak langsung
 - c. Tendangan pinalty
 - d. Tendangan penjurur
 - e. Tendangan gawang



DAFTAR PUSTAKA

Buku Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan kelas xii k 13 revisi 2018

J.Lumba Fkip, Ukaw – Ntt Modul Sepak Bola Buku Sepak Bola 2009

<https://www.google.com/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fakcdn.detik.net.id%2Fcommunity%2Fmedia%2Fvisual>

