



BAB II

TINJAUAN HAKIKAT OBJEK STUDI

2.1. TEORI DAN PERATURAN OLAH RAGA KHUSUSNYA PER-SEPAK BOLAAN

2.1.1. Undang – undang No. 3 Tahun 2005 Tentang Keolahragaan

Menurut undang – undang yang berlaku yakni UU no. 3 tahun 2005 bab III pasal 5 mengatakan bahwa pengadaan sistem keolahragaan haruslah menjunjung tinggi demokrasi, tidak membeda – bedakan, menjunjung tinggi keagamaan, dan nilai budaya. Menghargai keadilan didalam maupun diluar lingkup keolahragaan, membiasakan kehidupan yang sehat dan mengutamakan keselamatan keamanan serta memberdayakan masyarakat yang berpartisipasi didalamnya.

Pada UU No. 3 Tahun 2005 juga menjelaskan bahwa olah raga adalah segala kegiatan yang mendorong , membina, dan mengembangkan potensi jasmani, rohani,

Menurut bab VI pasal 6 dan 8 mengatakan bahwa setiap warga negara mempunyai hak dan kewajiban dalm mengikuti keolahragaan yang diminati dan mendapatkan fasilitas yang layak untuk menjalankan program pelatihan keolahragaan, masyarakat yang mengikuti pelatihan olahraga juga memiliki kewajiban yaitu merawat dan memelihara fasilitas yang ada dan ikut menyumbang atau mengembangkan industri olahraga.

1. Olah raga
2. SDI (Sport Development Index)

2.1.2. Pengertian Sepak Bola

Sepak bola adalah permainan dengan cara menyepak bola, diperebutkan antara pemain yang bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai



kemasukan. Sepakbola adalah permainan beregu, tiap regu terdiri sebelas pemain, salah satunya penjaga gawang, permainan seluruhnya menggunakan kaki kecuali penjaga gawang boleh menggunakan tangan di daerah hukumannya (Sucipto, dkb 2000: 7). Menurut Agus Salim (2008: 10) pada dasarnya sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki yang dilakukan dengan tangkas, sigap, cepat dan baik dalam mengontrol bola dengan tujuan untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya sesuai aturan yang ditetapkan dalam waktu dua kali 45 menit. Sepakbola dapat dikatakan permainan beregu yang setiap regu beranggotakan sebelas pemain, dalam proses memainkannya memerlukan kekuatan, keuletan, kecepatan, ketangkasan daya tahan, keberanian, dan kerjasama tim selama dua kali 45 menit menggunakan teknik yang baik dan benar.

2.1.3. Gerakan Dasar dan Teknik Dasar Sepak Bola

Gerakan dasar pada manusia adalah lokomosi (*locomotion*), yaitu gerakan siklus atau perputaran dari kaki ke kaki yang lain secara silih berganti. Perlu kemampuan keterampilan yang baik agar pemain dapat melakukan setiap gerak dasar yang diajarkan. Menurut Martens (1990: 170) keterampilan gerak memiliki dua makna yaitu kemampuan tugas gerak tertentu dan kualitas individu dalam menampilkan motorik. Yang dimaksud dengan tugas gerak tertentu adalah kemampuan motorik dalam melakukan gerak teknik dasar sepakbola Menurut Sucipto dkk (2000: 8) gerakan-gerakan permainan sepakbola meliputi: lari, lompat, loncat, menendang, menghentakkan, dan menangkap bola bagi penjaga gawang. Semua gerakan tersebut terangkai dalam suatu pola gerak yang diperlukan pemain dalam menjalankan tugasnya bermain sepakbola. Gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat, dan lempar.

Menurut Hoff (*Journal of Sprts Sciences*,23 (6):573-582) menyatakan bahwa “*football (soccer) players require technical,*



tactical and physical skills to succeed". Keterampilan fisik yang baik ditandai dengan kemampuan menghasilkan sesuatu berkualitas tinggi saat melakukan *passing, control, dribbling, keeping, heading, dan shooting* keras, terarah secara berulang-ulang. Berkaitan dengan teknik/cara melakukan suatu gerakan atau latihan Remy Muchtrar (1992:28) mengatakan bahwa teknik adalah cara pemain menguasai gerak tubuhnya dalam bermain berlari, melompat dan gerak tipu badan. Teknik dasar sepakbola menurut Soewarno KR (2001 : 7) dibagi 2 yaitu tanpa bola dan dengan bola. Tanpa bola: lari dan merubah arah meloncat/melompat gerak tipu tanpa bola atau gerak tipu badan. Dengan bola: menendang, menerima, menggiring menyundul, gerak tipu, merebut bola lemparan ke dalam dan teknik meniaga gawang. Menurut Sucipto dkk (2001 : 17) teknik dasar dalam sepakbola meliputi :

- a. menendang
- b. menghentikan bola
- c. menggiring bola
- d. menyundul bola
- e. merampas bola
- f. lemparan ke dalam
- g. menjaga gawang.

2.1.4. Pengetahuan Umum Sepak Bola

2.1.4.1. Lapangan Sepak Bola

Pertandingan dapat dilakukan di lapangan yang permukaannya dilapisi dengan rumput asli atau buatan / artificial, sepanjang ketentuan tentang itu ditetapkan dalam peraturan kompetisi yang berlaku.



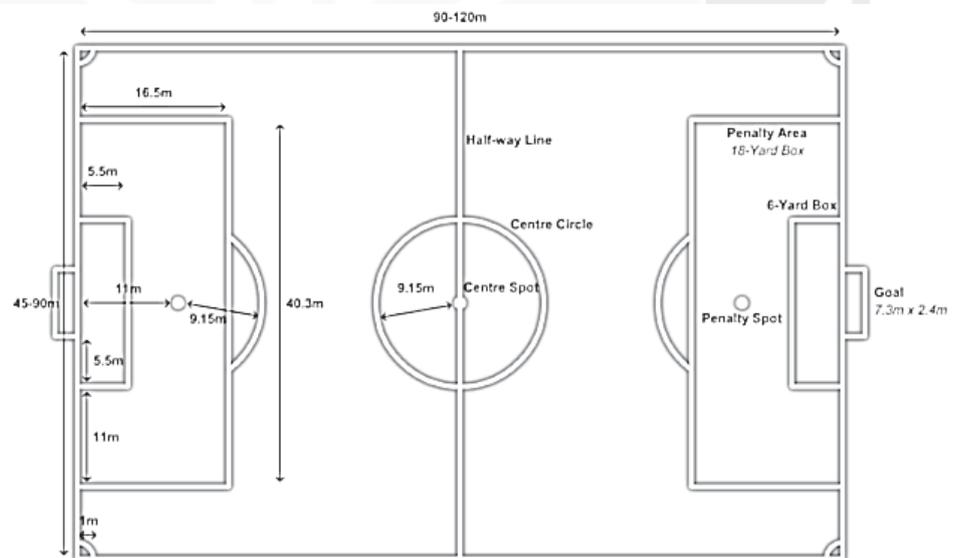
a. Ukuran

Lapangan permainan sepak bola harus berbentuk 4 persegi panjang dan garis samping atau touch line (harus lebih panjang dari garis gawang goal line).

- Panjang : Min 90 m (100 yard)
- Max 120 m (130 yard)
- Lebar : Min 45 m (50 yard)
- Max 90 m (100 yard)

Standart ukuran sepak bola Interasional :

- Panjang : Min 100 m (110 yard)
- Max 110 m (120 yard)
- Lebar : Min 64 m (70 yard)
- Max 75 m (80 yard)



Gambar 2.1. Lapangan Sepak Bola dan Standart Ukuran

Sumber : rofiqsr.blogspot.com (2014)

2.1.4.2. Marka Lapangan

Lapangan permainan sepak bola ditandai dengan garis. Garis-garis ini termasuk dalam daerah permainan yang



dibatasinya. 2 garis batas yang panjang disebut garis samping 2 garis yang pendek disebut garis gawang. Lebar garis-garis ini tidak lebih dari 12 cm (5 inci). Lapangan permainan dibagi dalam 2 bagian oleh sebuah garis tengah. Titik tengah terdapat pada pertengahan garis tengah dan dikelilingi oleh sebuah lingkaran dengan radius 9,15 m (10 yard)

2.1.4.3. Daerah Penalti

2 buah garis tegak lurus dengan garis gawang dibuat sisi kiri dan kanan gawang dengan jarak 16,5 (18 yard) diukur dari dan kanan gawang. Ke-2 garis ini ditarik ke dalam lapangan permainan dengan panjang 16,5 m (18 yard) dan dihubungkan dengan garis yang sejajar dengan garis gawang. Daerah yang dibatasi oleh garis-garis ini dan garis gawang adalah daerah penalti, pada setiap daerah penalti di buat sebuah titik penalti yang berjarak 11 m (12 yard) dari titik tengah antara kedua tiang gawang dan sama jaraknya dengan tiang gawang tersebut, di luar daerah penalti di buat suatu garis busur atau lingkaran dengan radius 9,15 m (10 yard) dari masing – masing titik penalti

2.1.4.4. Busur Tendangan Sudut

Untuk tendangan sudut, dari setiap bendera dibuat seperempat lingkaran dengan radius 1m (1 yard) ke dalam lapangan permainan.

2.1.4.5. Tiang Bendera

Sebuah tiang bendera, tinggi tidak kurang dari 1,5 m (5 ft), dengan bagian dipasang bendera harus ditempatkan di setiap sudut lapangan permainan.



Tiang bendera juga dapat ditempatkan pada setiap akhir baris tengah, tidak kurang dari 1 m (1 yd) di luar garis sentuh/garis permainan.

2.1.4.6. Gawang

Gawang harus di tempatkan pada bagian tengah masing-masing garis gawang, gawang terdiri dari 2 tiang tegak lurus yang sama jaraknya dari tiang bendera sudut dan dihubungkan secara horizontal oleh sebuah mistar atau palang gawang. Lebar gawang adalah 7,32 m (8 yard) dan jarak dari bagian paling bawah mistar atau palanga gawang ke tanah adalah 2,44 m (8 kaki). Lebar ke-2 tiang gawang dan lebar mistar atau palang gawang sama tidak lebih dari 12 cm atau 6 inci. Lebar garis gawang sama dengan lebar tiang gawang dan mistar atau palang gawang. Jaring gawang diikatkan ke tiang gawang, mistar atau palang gawang dan tanah di bagian belakang gawang, dengan syarat bahwa jarring gawang tersebut bersanggah dengan baik dan tidak mengganggu penjaga gawang, tiang gawang dan mistar gawang harus berwarna putih.

2.1.4.7. Wasit

Wasit adalah orang yang memimpin pertandingan dalam sepak bola. Wasit dibantu oleh 2 orang hakim garis (linesmen) dan Inspektur pertandingan

2.1.4.8. Tim Sepak Bola

Setiap tim maksimal memiliki sebelas pemain, salah satunya haruslah penjaga gawang. Kadang-kadang ada peraturan kejuaraan yang mengharuskan jumlah minimum pemain dalam sebuah tim (biasanya delapan).



Penjaga gawang diperbolehkan untuk mengambil bola dengan tangan atau lengannya di dalam kotak penalti di depan gawangnya.

Pemain lainnya dalam kedua tim dilarang untuk memegang bola dengan tangan atau lengan mereka ketika bola masih dalam permainan, namun boleh menggunakan bagian tubuh lainnya. Pengecualian terhadap peraturan ini berlaku ketika bola ditendang keluar melewati garis dan *lemparan dalam* dilakukan untuk mengembalikan bola ke dalam permainan.

Sejumlah pemain (jumlahnya berbeda tergantung liga dan negara) dapat digantikan oleh *pemain cadangan* pada masa permainan. Alasan umum digantikannya seorang pemain termasuk cedera, keletihan, kekurangefektifan, perubahan taktik, atau untuk membuang sedikit waktu pada akhir sebuah pertandingan. Dalam pertandingan standar, pemain yang telah diganti tidak boleh kembali bermain dalam pertandingan tersebut.

Pemain sepak bola berjumlah 11 orang terdiri dari :

a. Penjaga gawang (Goalkeeper)

Posisi penjaga gawang adalah posisi dengan kemampuan khusus . Tugas seorang penjaga gawang adalah mencegah bola masuk ke dalam gawang. Penjaga gawang seringkali menjadi palang pintu terakhir bagi lawan sebelum memasukkan bola ke dalam gawang. Penjaga gawang umumnya memiliki kemampuan yang mutlak dibutuhkan seperti refleks yang baik,kecepatan,postur ideal,dan lain sebagainya untuk mencegah terjadinya goal. Penjaga gawang adalah palang pintu terakhir bagi lawan sebelum memasukkan bola ke gawang. Penjaga gawang harus memiliki:



- Insting terhadap lawan
- Refleks yang sempurna
- Bakat,

b. Pemain belakang (defender)

Pemain belakang yang biasa disebut juga dengan “bek” dibagi menjadi dua yakni :

- Bek Tengah

Bek tengah berfungsi menjaga sektor tengah pertahanan(dalam beberapa kasus,seperti counter attack disaat bek sayap terlambat kembali,bek tengah bisa menjaga sektor sayap). Mereka hampir setiap waktu berada di bagian belakang permainan bersama dengan penjaga gawang untuk menghindari terjadinya gol. Bek tengah yang memiliki sundulan bagus kadang-kadang maju membantu serangan saat terjadi tendangan bebas dan hampir selalu maju tendangan sudut.Bek dengan sundulan bagus tidak harus berpostur tinggi,contohnya carles puyol(spanyol) yang tingginya tidak sampai 180 cm(tinggi rata rata pemain eropa). Bek tengah biasanya diisi oleh 2 pemain atau 3 pemain sesuai dengan pola strategi yang digunakan

- Bek Sayap

Bek sayap berfungsi untuk menjaga sektor pertahanan sayap dan juga bertugas maju membantu serangan tim dari sektor sayap dengan memberikan dukungan serangan maupun melalui umpan kepada penyerang serta berperan aktif dalam setiap pertandingan. Bek



sayap diisi oleh dua pemain, kanan dan kiri sehingga posisi ini merupakan posisi pemain yang fleksible antara bertahan dan menyerang.

c. Pemain gelandang (midfielder)

Pemain tengah atau gelandang adalah seorang pemain yang posisinya berada di antara para penyerang dan para bek. Fungsi utama mereka adalah mendapatkan dan menjaga penguasaan bola, serta memberikan bola kepada para penyerang. Namun ada juga gelandang yang tugasnya lebih bertahan, dan ada pula yang posisinya hampir seperti seorang penyerang.

Seorang gelandang mempunyai tugas-tugas yang penting: menerima bola yang ditujukan ke depan, bertahan atau melakukan tekel (tackle) terhadap pemain lawan, mencetak atau membantu menciptakan sebuah gol, sehingga mereka sering dianggap sebagai anggota terpenting dalam sebuah tim. Kebanyakan mengkhususkan diri dalam suatu keahlian atau yang lainnya.

Para gelandang biasanya menghabiskan paling banyak tenaga dalam suatu pertandingan karena jarak yang mereka tempuh dalam suatu lapangan.

Pemain Gelandang juga dibagi menjadi 3 yakni :

- Gelandang Bertahan
- Gelandang Sayap
- Gelandang Tengah

d. Pemain penyerang (striker)

Penyerang merupakan posisi yang paling dekat dengan gawang lawan. Tugas utama seorang penyerang adalah mencetak gol. Posisi penyerang adalah posisi yang



membutuhkan tiga hal utama: kecepatan, teknik, dan bakat. Bila salah satu syarat di atas tidak terwujud, sulit menjadi penyerang yang andal. Penyerang juga membutuhkan naluri dan konsentrasi yang tajam.

Posisi lainnya yang juga mirip dengan penyerang adalah posisi "penyerang bayangan", atau sering disebut "penyerang lubang/ "Gelandang serang". Posisi penyerang bayangan berada tepat di belakang penyerang murni ataupun dibelakang di antara 2 striker murni. Tugas penyerang bayangan sedikit lebih rumit, karena selain menerima umpan dari pemain di belakang, juga kadang-kadang harus memberi umpan terhadap pemain di depannya (penyerang murni). Penyerang bayangan juga harus membantu pertahanan ketika dibutuhkan.

Pemain Penyerang bisa dikategorikan menjadi tiga yaitu :

- Penyerang Bayangan
Penyerang bayangan/penyerang lubang/trequarista merupakan posisi dibelakang penyerang murni dengan tugas untuk memberikan umpan akurat kepada penyerang murni, membuka pertahanan lawan, mengupayakan gol untuk timnya serta membantu pertahanan saat dibutuhkan
- Penyerang Murni
Penyerang utama bertugas untuk membuat goal untuk timnya.
- Penyerang Sayap
Penyerang sayap ini memiliki tugas selain mencetak goal juga sebagai pengumpan kepada penyerang murni untuk mencetak goal.



Gambar 2.2. Posisi Pemain dan Macam Posisi Pemain

Sumber : Harian Jogja

2.1.4.9. Induk Organisasi Sepak Bola

- a. Induk organisasi sepak bola dunia adalah FIFA : Federation International Football Amateur
- b. Induk organisasi sepak bola indonesia adalah PSSI : Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia

2.1.4.10. Bola Sepak

Dalam aturan sepak bola menyatakan bahwa untuk ukuran bola harus Bola harus:

- a. Bundar/bulat
- b. Terbuat dari kulit atau bahan yang cocok lainnya



- c. Lingkar tidak lebih dari 70 cm (28 in) dan tidak kurang dari 68 cm (27 in)
- d. Berat di awal pertandingan tidak lebih dari 450 g (16 oz) dan tidak kurang dari 410 g (14 oz)
- e. Tekanan udara 0,6-1,1 atmosfer (600 - 1.100 g/cm²) di atas permukaan laut (8,5 lbs/sq in - 15,6 lbs/sq in)

2.1.4.11. Taktik Permainan

Taktik yang biasa dipakai oleh klub-klub sepak bola adalah sebagai berikut:

a. 4-4-2

Formasi yang menggunakan 4 bek 4 pemain tengah dan 2 penyerang formasi ini biasa digunakan tim Indonesia di kancah sepak bola internasional dan terbukti formasi ini mempunyai banyak kelebihan serta kekurangan. Formasi ini sering digunakan di klub-klub besar dunia seperti Spanyol. Formasi ini lebih menekankan permainan sepak bola yang penyerangannya dilakukan di bagian sayap, dengan begitu assist dan umpan lambung sangat memungkinkan berbuah gol. Dibawah ini adalah posisi dari formasi 4-4-2 :

- Centre back pada formasi ini memiliki 2 centre back, yang memiliki peran untuk bertahan ketika mendapat serangan dari lawan, biasanya 2 centre back ini memiliki postur tubuh yang tinggi dan besar agar dapat menghalau bola-bola dari udara, pemain ini juga harus bisa menjaga para striker lawan.
- Midfielder dalam formasi ini memiliki 2 pemain midfielder, yang bertugas untuk



membantu pertahanan saat diserang lawan dan membantu penyerangan saat menyerang, kedua pemain ini sangat sentral pada pertandingan, karena baiknya pertandingan ditentukan oleh 2 pemain tengah ini. kedua pemain ini wajib memiliki kreatifitas yang tinggi dalam bermain saat bertahan dan menyerang.

- Winger pemain winger beroperasi di pinggir lapangan, pemain ini bertugas untuk memberikan bola kepada striker yang siap menerima bola di depan. pemain ini biasanya memiliki kecepatan dan akselerasi yang tinggi agar dapat bersaing dengan winger lawan dalam adu lari.
- Striker striker bertugas untuk membuat gol ke gawang lawan sebanyak mungkin, permainan striker ditentukan dari para pemain di belakangnya yaitu pemain tengah dan pemain sayap, karena mereka yang memberikan bola pada striker pada tim.

b. 4-3-2-1

Formasi ini merupakan formasi yang langka di temui. di mana formasi ini mengandalkan permainan sayap dan lini tengah. 4 Bek sejajar akan menjaga di depan kiper. 1 orang sebagai Gelandang Bertahan Murni, artinya dia ikut menjadi kreator serangan dan menjadi aktor menjaga kedalaman atau lini belakang ketika Winger Bek Kanan Atau kiri maju membantu pertahanan ke depan. di depan gelandang Bertahan Murni akan di tempatkan 2 orang gelandang serang sebagai aktor lini tengah



dan playmaker. membantu memberikan umpan-umpan yang akurat ke pemain sayap dan target man. 2 orang akan di posisikan menjadi winger kanan dan kiri. menjadi orang yang bertanggung jawab penuh untuk memberikan Assist untuk sang target Man. terakhir 1 orang sebagai penyerang murni/ striker Murni Sebagai target Man.

c. 4-5-1

Formasi Bertahan yang sering di gunakan pelatih ketika ingin bermain bertahan dan mengandalkan serangan balik. formasi ini sebenarnya sama dengan formasi 4-1-4-1, tapi dalam formasi ini lebih sering di kenal dengan formasi yang bertahan. penempatannyapun sama, 4 Bek, 5 gelandang dan 1 striker sebagai target Man.

d. 3-4-3

Merupakan formasi yang menggunakan 2 gelandangnya (gelandang kiri dan kanan) bisa berperan menjadi Winger Bek. formasi 3 Bek di belakang akan menjadi Bek Murni yang khusus menjaga lini belakang. memakai 4 gelandang di depannya, 2 gelandang kanan dan kiri tersebut biasanya di ambil dari wing bek yang di buat maju kedepan. sehingga berperan untuk maju dan bertahan. 2 gelandang lagi akan di posisikan di tengah untuk menjadi playmaker. 3 orang di depan akan menjadi striker. 1 striker tengah, 2 striker kanan dan kiri, dan semuanya sejajar.



e. 3-5-2

Masih dengan formasi yang menggunakan 3 gelandang sejajar di depan dengan memakai 5 Gelandang, dan 2 striker di depan. yang perlu di perhatikan adalah 5 gelandang tersebut. karena 5 Gelandang tersebut salah satunya adalah gelandang bertahan Murni. sehingga jika di gambarkan dalam pemikiran kita 3 bek 1 gelandang bertahan dan 4 Gelandang Serang di depannya, serta memakai 2 striker.

f. 5-4-1

Formasi ini mengandalkan defense yang kuat dan bersiap untuk melakukan serangan balik. Dengan 2 wing bek yang dapat maju kedepan saat serangan balik dan 2 side midfield yang bertugas memberi umpan kepada target man, formasi ini akan menjadi formasi serangan balik yang menakutkan. Biasanya, seorang target man yang dipilih harus bertipikal pekerja keras, lincah, dan memiliki kecepatan yang tinggi untuk mengejar umpan dan berduel dengan bek - bek lawan. Selain itu sang terget man harus bergerak cepat untuk memaksimalkan setiap peluang menjadi gol. Setiap pemain juga disarankan untuk melakukan tendangan spekulasi yang sulit ditahan oleh kiper. Tetapi jangan terlalu sering melakukan tendangan spekulasi, mengingat juga tidak harus bergantung pada keberuntungan tendangan spekulasi. Biasanya yang menerapkan formasi ini sering tidak disukai karena dapat membuat orang yang menonton bosan karena terus tertekan dan hanya mengandalkan serangan balik



dan hanya menerapkan prinsip yang penting menang bukan bermain indah. Formasi ini sering dipakai oleh team yang kalah secara kualitas oleh team yang dilawannya. Seperti saat Yunani vs Argentina saat babak penyisihan group World Cup 2010, dengan Yunani yang menerapkan strategi ini.

5-4-1 Menambah formasi 4 sejajar di belakang dengan seorang sweeper yang menunjukkan formasi ini sangat bertahan .Sweeper(SW): sweeper harus mendukung midfielders dan mengatur lini pertahanan. Stopper (ST): stopper bertanggung jawab untuk menahan pergerakan penyerang lawan dan juga mendistribusikan bola ke midfielders.

Left/Right Backs (LB/RB): Dalam formasi belakang sejajar mereka menahan pergerakan penyerang lawan dan bertugas untuk membawa bola kedepan lewat sisi lapangan untuk memberikan umpan2 silang bagi penyerang.

Left/Right Defenders (LD/RD): Dalam formasi belakang sejajar mereka menahan pergerakan penyerang lawan dan bertugas untuk membawa bola kedepan lewat sisi lapangan untuk memberikan umpan2 silang bagi penyerang

Left/Right Midfielders(LM/RM): bertugas untuk membawa bola kedepan lewat sisi lapangan untuk memberikan umpan2 silang bagi penyerang.

Centermidfielders (LC/CM/RC): Meskipun penyerangan lebih diutamakan dari samping umpan2 cepat dari tengah dapat menjadi senjata yang efektif paling tidak jika 2 centermidfielder dapat cepat melakukan serangan balik mereka dapat dengan mudah memberikan umpan yang matang bagi penyerang untuk mencetak gol.

Forward (F1):



Tugas penyerang agak lebih berat karena dia harus berjuang sendirian didepan dan harus banyak bergerak untuk memecah konsentrasi lawan

Taktik yang dipakai oleh sebuah tim selalu berubah tergantung dari kondisi yang terjadi selama permainan berlangsung. Pada intinya ada tiga taktik yang digunakan yaitu; **Bertahan** , **Menyerang** dan **Normal**.

2.1.4.12. Lama Pertandingan

Lama permainan sepak bola normal adalah 2×45 menit, ditambah istirahat selama 15 menit (kadang-kadang 10 menit). Jika kedudukan sama imbang, maka diadakan perpanjangan waktu selama 2×15 menit, hingga didapat pemenang, namun jika sama kuat maka diadakan adu penalti.

2.1.4.13. Perpanjangan Waktu dan Adu Penalti

Kebanyakan pertandingan biasanya berakhir setelah kedua babak tersebut, dengan sebuah tim memenangkan pertandingan atau berakhir seri. Meskipun begitu, beberapa pertandingan, terutamanya yang memerlukan pemenang mengadakan babak tambahan yang disebut perpanjangan waktu kala pertandingan berakhir imbang: dua babak yang masing-masing sepanjang 15 menit dimainkan. Hingga belum lama ini, IFAB telah mencoba menggunakan beberapa bentuk dari sistem 'sudden death', namun mereka kini telah tidak digunakan.

Jika hasilnya masih imbang setelah perpanjangan waktu, beberapa kejuaraan mempergunakan adu penalti untuk menentukan sang pemenang. Ada juga kejuaraan lainnya yang mengharuskan pertandingan tersebut untuk diulangi.



Perlu diperhatikan bahwa gol yang dicetak sewaktu babak perpanjangan waktu ikut dihitung ke dalam hasil akhir, berbeda dari gol yang dihasilkan dari titik penalti yang hanya digunakan untuk menentukan pemenang pertandingan.

2.1.4.14. Macam – macam Kejuaraan Sepak Bola di Dunia

Kejuaraan internasional terbesar di sepak bola ialah Piala Dunia yang diselenggarakan oleh Fédération Internationale de Football Association . Piala Dunia diadakan setiap empat tahun sekali. Lebih dari 190 timnas bertanding di turnamen kualifikasi regional untuk sebuah tempat di babak final. Turnamen babak final yang berlangsung selama empat minggu kini melibatkan 32 timnas (naik dari 24 pada tahun 1998).

- a. Kejuaraan internasional yang besar di setiap benua adalah:
- b. Eropa: Piala Eropa atau dikenal dengan nama *Euro*
- c. Amerika Selatan: Copa América
- d. Afrika: Piala Afrika
- e. Asia: Piala Asia
- f. Amerika Utara: Piala Emas CONCACAF
- g. Oseania: Piala Oseania

Ajang tingkat klub terbesar di Eropa adalah Liga Champions , sementara di Amerika Selatan adalah Copa Libertadores . Di Asia , Liga Champions Asia adalah turnamen tingkat klub terbesar.

Sepak bola sudah dimainkan di Olimpiade sejak tahun 1900 . (kecuali pada Olimpiade tahun 1932 di Los Angeles). Awalnya ini hanya untuk pemain-pemain amatir



saja, namun sejak Olimpiade Los Angeles 1984 pemain profesional juga mulai ikut bermain, disertai peraturan yang mencegah negara-negara daripada memainkan tim terkuat mereka. Pada saat ini, turnamen Olimpiade untuk pria merupakan turnamen U-23 yang boleh ditamnbahi beberapa pemain di atas umur. Akibatnya, turnamen ini tidak mempunyai kepentingan internasional dan prestise yang sama dengan Piala Dunia, atau bahkan dengan Euro, Copa America atau Piala Afrika.

Sebaliknya, turnamen Olimpiade untuk wanita membawa prestise yang hampir sama seperti Piala Dunia Wanita FIFA ; turnamen tersebut dimainkan oleh tim-tim internasional yang lengkap tanpa batasan umur.

2.1.4.15. Macam – macam Kejuaraan/Liga di Indonesia

Liga Indonesia atau disingkat Ligina adalah kompetisi sepak bola antarklub di Indonesia. Liga Indonesia diselenggarakan pertama kali pada tahun 1994 dan merupakan penggabungan dari 2 kompetisi sebelumnya, Liga Sepak Bola Utama (Galatama) dan Perserikatan. Liga Indonesia berada di bawah naungan Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI).

Saat ini, Liga Indonesia dibagi menjadi lima tingkat:

- a. Kompetisi non-amatir, diselenggarakan oleh PT Liga Indonesia
 - Liga Super Indonesia
 - Liga Primer Indonesia
 - Divisi Utama Liga Indonesia
- b. Kompetisi amatir, diselenggarakan oleh Badan Liga Amatir Indonesia
 - Divisi Satu Liga Indonesia
 - Liga Indonesia Cup



- Divisi Dua Liga Indonesia
- Divisi Tiga Liga Indonesia

2.1.4.16. Organisasi – organisasi Sepak Bola Dunia

- a. Fédération Internationale de Football Association (FIFA)
- b. UEFA
- c. G-14
- d. CONMEBOL
- e. CONCACAF
- f. AFC
- g. Konfederasi Sepak bola Afrika
- h. Federasi Sepak bola Oseania

2.1.5. Peraturan Pertandingan Sepak Bola

Tendangan bola mati

- a. Tendangan sudut atau corner kick. Tendangan sudut terjadi bila tim bertahan menendang bola melewati garis gawang sendiri.
- b. Tendangan gawang. Tendangan gawang terjadi bila tim penyerang mengeluarkan bola melewati garis gawang, maka tim bertahan berhak atas tendangan gawang.
- c. Tendangan langsung. Diberikan karena adanya pelanggaran serius
- d. Tendangan tidak langsung. Diberikan karena adanya pelanggaran tidak serius

Peraturan menguntungkan adalah pada saat permainan berlangsung wasit membiarkan terjadinya pelanggaran tanpa menghentikan permainan, hal ini dilakukan karena wasit menilai jika permainan dihentikan maka akan merugikan tim yang dilanggar. *Offside*. Terjadi bila seorang pemain lebih dekat dengan



garis gawang lawan dari pada bola yang datang. Offside tidak berlaku bila pemain berada di daerah pertahanan sendiri, operan dari lemparan kedalam, tendangan sudut, pemain dalam posisi offside tetapi pasif tidak mengambil keuntungan. Hukuman pemain. Hukuman pemain dapat berupa kartu kuning maupun kartu merah tergantung tingkat pelanggarannya. **Throw In** adalah lemparan kedalam, tekniknya adalah saat melakukan lemparan kedalam kedua telapak kaki harus menginjak tanah dan harus dilakukan di belakang garis.

2.2. WISMA ATLET SEPAK BOLA

2.2.1. Sejarah Wisma Atlet di Indonesia

Wisma atlet pertama dibangun pada masa kepemimpinan Ir. Soekarno dan diberi nama Wisma Atlet Senayan. Pembangunan Stadion Gelora Bung Karno dibarengi dengan pembangunan Wisma Atlet Senayan dan fasilitas penunjang lainnya disekitaran stadion.

Pada masa reformasi tahun 1998 dimana pada saat itu gejolak ekonomi sedang kacau sehingga terjadi penyimpangan terhadap pembangunan Stadion Gelora Bung Karno (GBK). Perluasan GBK berdasarkan perintah dari pejabat pemerintahan sehingga GBK bukan hanya menjadi sebuah kawasan olahraga yang luas namun berfungsi juga sebagai penghelatan acara olahraga. Sebagai kawasan pemerintahan, dan sebagai kawasan perhotelan. Kebutuhan akan bangunan yang dapat menampung kedatangan atlet dari seluruh Asia menjadi pemicu pelebaran kawasan GBK, penambahan fasilitas penunjang mulai dibangun pada masa itu, namun semakin lama zaman berlalu kini wisma atlet GBK beralih nama dan fungsi menjadi bangunan commercial yaitu Hotel Atlet Century Park.



2.2.2. Definisi Wisma

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001) pengertian wisma (wis,ma) adalah bangunan untuk tempat tinggal, kantor, gerha atau kumpulan rumah, kompleks perumahan, permukiman. Peruntukan Wisma adalah jenis peruntukan lokasi tanah atau lahan yang dapat didirikan bangunan untuk penggunaan rumah atau tempat tinggal. Jenis peruntukan Wisma dapat berupa jenis peruntukan :

- a. WBS (Wisma Besar)
- b. WSD (Wisma Sedang)
- c. WKC (Wisma Kecil)
- d. WTM (Wisma Taman)
- e. WFL (Wisma Flat)
- f. WSN (Wisma Susun), yang dapat didirikan menjadi Rumah Susun Murah, atau Apartemen, Condominium dengan ketinggian 4 lantai atau lebih sesuai batasan yang ditetapkan dan rencana kota.

2.2.3. Definisi Atlet

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001) , atlet memiliki pengertian olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (Kekuatan, Ketangkasan, dan Kecepatan)

2.2.4. Karakter Wisma

Dalam penentuan karakternya wisma mempunyai ciri atau karakter ruang yang hampir sama dengan apartment dan rumah susun sehingga penjelasan untuk karakter ruang atau program ruang berdasarkan buku *John macsai: Housing*. Pembagian ruang atau karakter ruang dan yang berkaitan dengan gedung dan keadaan sekitar gedung berdasarkan buku tersebut dapat dilihat sebagai berikut:



2.2.4.1. Building Program

1. Pengguna (*user*) :
 - a. Umur (*age*)
 - b. Gaya hidup (*life style*)
 - c. Kependudukan/jumlah (*occupation*)
2. Kepunyaan/pasar (*market*) :
 - a. Sponsor/pendukung (*sponsorship*)
 - b. Kepunyaan (*ownership*)
 - c. Cara penjualan (*rent or sales structures*)
 - d. Keuangan (*financing*)
3. Jenis Unit Hunian
 - a. Campuran unit (*mix*)
 - b. Jalan Masuk (*entry*)
 - c. Ukuran unit (*unit size*)
 - d. Gudang (*storage*)
 - e. Ukuran ruang (*room size*)
 - f. Kamar mandi (*bathroom*)
 - g. Ruang makan (*dining*)
 - h. Dapur (*kitchen*)
 - i. Eksterior luar (*exterior space*)
4. Gedung (*building*)
 - a. Tipe
 - b. *Private, Semi-private, Public*
 - c. Orientasi
5. Servis (*service*)
 - a. Parkir
 - b. Tempat cuci
 - c. Area loading
 - d. Mail
 - e. Pencuci kaca
6. *Commercial space*



7. Keamanan (*Security*)
 - a. Kebutuhan (*needs*) dan *control*
8. Sponsor
 - a. Skill pembangun
 - b. Pengalaman dan Marketing
9. Mechanical
 - a. Pemanasan (digunakan di daerah dengan 4 musim), penghawaan, dan fentilasi
 - b. Plumbing
 - c. Electrical
10. Lokasi
 - a. Keadaan tapak (*surface*)
 - b. Keadaan bawah tapak (*subsurface*)
 - c. Iklim (*climate*)
 - d. Bahaya (*hazard*)
 - e. *Traffic*
 - f. Keindahan tapak (*visual conditions*)
 - g. *Services*
11. Zoning
12. Building code
13. Light and air, etc

Jika dilihat pada kebutuhan wisma yang dijelaskan bisa disimpulkan bahwa kebutuhan akan kegiatan dan kebutuhan akan ruang pada wisma hampir sama dengan kebutuhan bangunan apartement, dimana fasilitas (ruang pendukung) seperti *lobby*, *service area*, dan *office* semua juga dibutuhkan oleh bangunan wisma, namun keadaan wisma tidak sama seperti apartement yang berkelas keadaan kamar wisma lebih mengarah pada bentuk dan suasana hotel berbintang 3 dimana rata – rata kamar wisma atlet diisi oleh 2-4 atlet sekaligus.



2.2.4.2. Kebutuhan Ruang

- a. Ruang Utama
 - 1) Ruang Tinggal/Kamar Tidur Atlet
 - 2) Kamar Mandi
- b. Ruang-ruang Penunjang
 - 1) Ruang Makan (Cafeteria)
 - 2) Dapur
 - 3) Ruang Briefing
 - 4) Ruang Serbaguna (Auditorium)
 - 5) Ruang Fitness
 - 6) Klinik Kesehatan
 - 7) Mushola
 - 8) ATM
 - 9) Money Changer
- c. Ruang-ruang Service
 - 1) Lahan Parkir
 - 2) Ruang Tunggu Supir
 - 3) Ruag Keamanan
 - 4) Ruang Mekanikal dan Elektrikal
 - 5) Lavatori
 - 6) Janitor
 - 7) Gudang

2.2.5. Bagian Dalam Wisma

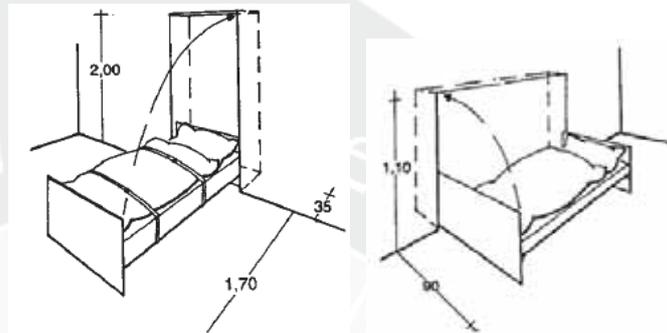
2.2.5.1. Ruang Tidur

Ruang tidur merupakan ruang privat untuk meralaksasikan keadaan sehabis penat melakukan latihan para pemain sepak bola. Ruang tidur untuk pemain sepak bola tidak seperti kamar tidur untuk keluarga, kamar tidur untuk pemain biasa terdiri dari 2 sampai dengan 2 kasur didalamnya, ini dikarenakan banyaknya jumlah pemain



sehingga untuk efisien tempat maka dalam satu ruangan diisi lebih dari 1 pemain.

Tempat tidur menggunakan single bed dimana satu kasur digunakan oleh satu atlet, dengan perkiraan dalam ruangan terdiri dari dua sampai tiga single bed.



Gambar 2.3. Kasur Tidur Lipat ala Frankfurt

Sumber : Data Arsitek Jilid 1 (1996)

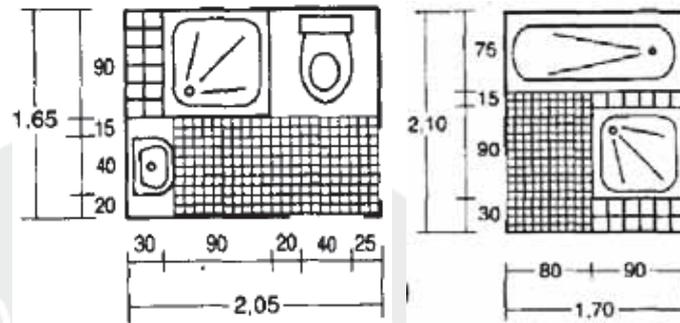
Keterangan gambar 2.3 : kasur lipat menjadi alternative pengefisien ruang untuk lebih dari 1 orang, dengan menggunakan sistem ini ruang yang sempit bisa ditata menjadi ruang yang efisien dan terasa lebih luas

2.2.5.2. Kamar Mandi

Kamar mandi dibutuhkan untuk para atlet melakukan kegiatan mandi dipagi hari dan sore setelah lelah melakukan latihan berat. Penggunaan kamar mandi dibagi menjadi dua yaitu dengan mengklasifikasi fungsi dan lingkup area. Fungsi yang pertama adalah kamar mandi privat yang terletak pada setiap ruang tidur dan fungsi yang kedua adalah kamar mandi yang diperuntukkan untuk umum (terdapat lebih dari 1 kamar mandi {ruang bilas}) berada disekitar area training center agar dapat langsung digunakan para atlet setelah latihan sepak bola. Kamar mandi privat berisikan 1 toilet, 1 wastafel, dan 1 bathtub atau 1 shower. Tidak hanya kamar



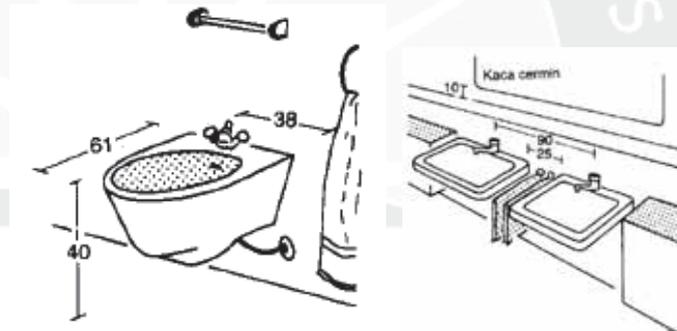
mandi penyediaan toilet dengan sistem urinarium juga diciptakan untuk mendukung fungsi dari ruang bilas.



Gambar 2.4. Desain dan Tataan Perabot Kamar Mandi

Sumber : Data Arsitek Jilid 1 (1996)

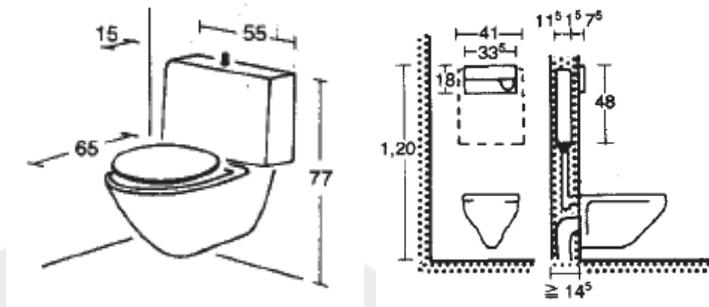
Keterangan gambar 2.4 : desain tataan perabot kamar mandi dapat berubah menyesuaikan ukuran dan bentuk dari kamar utama.



Gambar 2.5. Dimensi dan Bentuk Wastafel

Sumber : Data Arsitek Jilid 1 (1996)

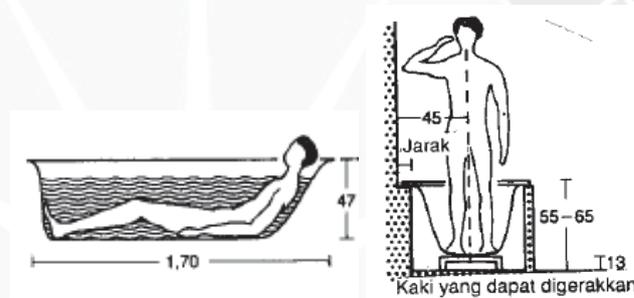
Keterangan gambar 2.5 : bentuk dan ukuran wastafel dikamar mandi privat dan ruang bilas berbeda, dimana pada ruang bilas penggunaan wastafel lebih dari satu dan dimensinya pun berbeda.



Gambar 2.6. Dimensi dan Bentuk Kloset Duduk

Sumber : Data Arsitek Jilid 1 (1996)

Keterangan gambar 2.6 : dimensi dan bentuk dari kloset duduk pada ruangan kamar mandi privat, sedangkan pada ruang bilas menggunakan sistem urinarium.



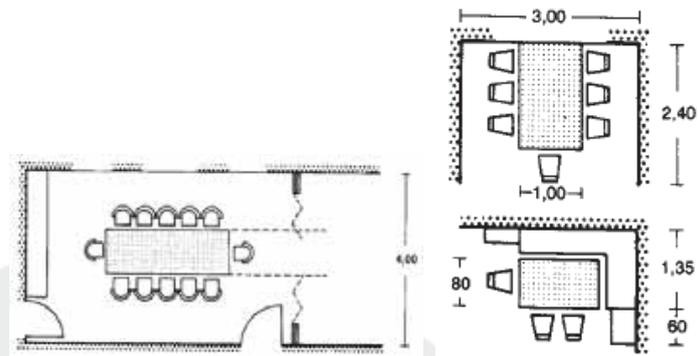
Gambar 2.7. Dimensi dan Bentuk Bathtub

Sumber : Data Arsitek Jilid 1 (1996)

Keterangan gambar 2.7 : posisi, dimensi serta bentuk bathtub pemberian space yang tepat agar kamar mandi mobilitasnya lebih besar

2.2.5.3. Ruang Makan

Ruang makan merupakan area berkumpul pemain untuk melakukan aktifitas makan dan berkumpul bersama, penataan tempat makan menjadi lebih detail ini untuk menciptakan nuansa kebersamaan didalam ruang makan, lebih dekat pemain maka chemistry pemain didalam atau diluar lapangan bisa menjadi lebih baik.

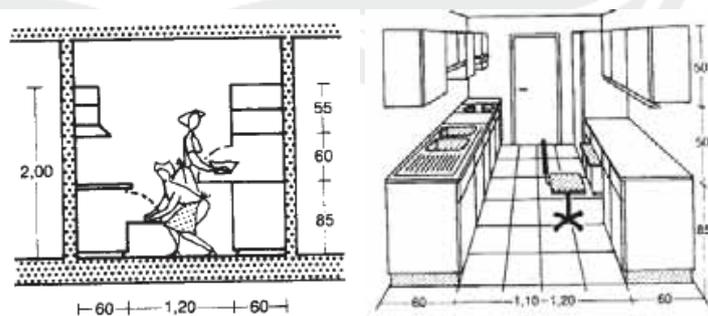


Gambar 2.8. Desain Bentuk Ruang Makan

Sumber : Data Arsitek Jilid 1

Keterangan gambar 2.8 : desain perabot seperti meja makan ditata saling berhadapan dan bersampingan untuk memberikan kualitas percakapan dan tatap muka.

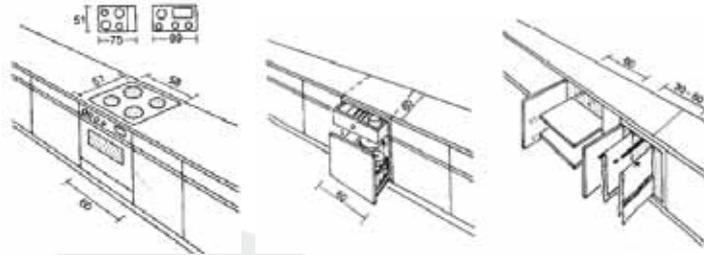
Dapur merupakan area pengelola wisma untuk menyiapkan makanan bagi para pemain, sehingga desain dapur yang fleksible untuk memenuhi kebutuhan ruang gerak yang lebih patut diperhatikan. Pengelola perlu melakukan pergerakan secara leluasa untuk dapat menyiapkan makanan yang banyak untuk para pemain, kebersihan area dapur juga menjadi fokus karena makanan yang sehat dapat meningkatkan kualitas pemain itu sendiri.



Gambar 2.9. Dapur

Sumber : Data Arsitek Jilid 1

Keterangan gambar 2.9 : dapur didesain berhadapan sehingga aktifitas menjadi lebih mudah dan hanya memutarakan badan.



Gambar 2.10. Desain Perabotan Dapur

Sumber : Data Arsitek Jilid 1

Keterangan gambar 2.10 : perabotan dengan desain tarik menjadi pilihan dimana penghematan ruang bisa dimaksimalkan

2.2.6. Fungsi Bangunan Wisma

Fungsi bangunan wisma adalah untuk menampung kegiatan setelah maupun sebelum latihan para pemain sepak bola dimulai. Kegiatan seperti istirahat, makan, berkumpul, maupun berdiskusi ada di dalam wisma atlet.

Visi misi wisma atlet diharapkan mampu menciptakan pemain sepak bola dengan kualitas yang baik, diluar maupun didalam lapangan, *attitude* pemain yang baik diharapkan dapat dibangun dalam wisma dengan cara kebersamaan. Pemberian nutrisi dan pemberian fasilitas yang mampu meningkatkan mutu dan kualitas pemain sepak bola diharapkan mampu menciptakan bibit unggul untuk timnas Indonesia nantinya.

2.3. **TRAINING CENTER (AKADEMI SEPAK BOLA)**

2.3.1. Pengertian Akademi

Bagoes (2010) Menyatakan “*Academia*, akademisi, atau Akademi adalah istilah umum bagi komunitas mahasiswa dan cendekiawan terlibat dalam pendidikan tinggi dan penelitian. Kata berasal dari akademeia, hanya luar Athena kuno, di mana gimnasium itu dibuat terkenal oleh Plato sebagai pusat



pembelajaran. Ruang suci, yang didedikasikan untuk dewi kebijaksanaan,

Dalam hal ini akademi yang menjadi fokus utama adalah akademi sepak bola dimana seperti akademi lainnya (standar international) kebutuhan akan pengetahuan tentang persepak bolaan, latihan secara fisik untuk membentuk tubuh sebagai layaknya pemain professional, serta tempat untuk para atlet yang datang dari luar kota yang tidak memiliki rumah untuk menginap harus diberikan.

Hariato (2001) menyebutkan adanya beberapa fasilitas yang harus disediakan pada akademi sepak bola, fasilitas-fasilitas yang tersedia di akademi sepak bola adalah di antaranya :

- a. Fasilitas publik
- b. Fasilitas pengelola
- c. Fasilitas pertandingan
- d. Fasilitas latihan
- e. Fasilitas hunian (asrama)
- f. Fasilitas penunjang
- g. Area parkir
- h. Area servis

2.3.1.1. Sistem Pembinaan Atlet

Sistem pembinaan, menurut Bompa, *“a system as an organized or metodically arranged set of ideas theories, speculation. A system should encompass, in an organized whole”*. Sistem pembinaan dibagi menjadi dua kategori dimana terdapat teori kepelatihan dan organisasi *training center*. Teori kepelatihan mengacu pada kualitas pelatih, atlet, tahap pembinaan, dan manajemen latihan. Organisasi *training center* mengacu pada pedoman program, monitoring, sarana dan prasarana, serta fasilitas pendukung.



Adapun dalam buku Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia karangan Coach Timo Scheunemann proses pembinaan yang baik dan benar terdiri dari tiga poin yakni :



Gambar 2.11. Fondasi Pembinaan yang Benar

Sumber : Scheunemann, Timo., *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*, 2012, PSSI

Faktor pertama adalah faktor fasilitas dan faktor pendukung seperti :

- a. Lapangan yang memadai
- b. Pengetahuan gizi
- c. Dukungan keluarga
- d. Liga dan turnamen yang tertata rapi
- e. Jumlah pemain atau grup yang dibatasi
- f. Banyak jumlah bola
- g. Perangkat sepak bola yang lengkap

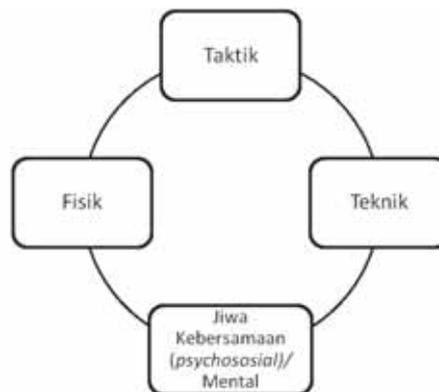
Faktor selanjutnya adalah faktor Pembina (Pelatih), pelatih yang baik adalah pelatih yang mengerti dan memiliki beberapa klasifikasi seperti :

- a. Berkualitas
- b. Mampu menularkan ilmunya
- c. Seorang yang bisa jadi teladan
- d. Seorang yang mampu memotivator
- e. Mengutamakan pendidikan formal
- f. Mampu melihat kualitas masing – masing pemain



- g. Berjiwa pemimpin
- h. Mampu dan ahli dalam menyusun program latihan
- i. Mengerti Pengetahuan Taktik

Faktor yang terakhir adalah faktor program pembinaan sehari – hari atau rutinitas. Program pembinaan yang rutin dilakukan harus mencakup dan sesuai dengan falsafah program pembinaan sepak bola modern, menurut Coach Timo, “*Practice doesn’t make perfect, perfect practice make perfect*”. (latihan saja tidak menghasilkan kematangan, tetapi latihan yang matang membuat kematangan). Terdapat pula empat komponen yang saling melengkapi yakni, fisik, taktik, teknik, dan jiwa kebersamaan. Pada era modern keempat komponen tadi menjadi kunci keberhasilan, apabila fisik kuat maka pemain kuat berada dilapangan, bila taktik benar dan baik maka pemain tau harus memposisikan diri dimana, jika teknik mumpuni maka pemain memiliki daya saing yang kuat, dan jika jiwa kebersamaan ada maka 11 pemain akan jadi satu kekuatan yang tak terkalahkan.



Gambar 2.12. Empat Komponen yang Saling Melengkapi

Sumber : Scheunemann, Timo., *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*, 2012, PSSI



2.3.1.2. Aspek Pembinaan Olahraga

Kualitas seorang atlet dapat dilihat dari prestasi yang stlet itu raih dimana kualitas atlet tersebut adalah kombinasi dari kemampuan individu atlet (60%) dan proses pembinaan (40%). Terdapat 4 aspek yang perlu diperhatikan dalam pembinaan olahraga yakni :

- a. **Aspek Teknik**, yaitu latihan ketrampilan teknik gerakan spesialisasi masing – masing cabang olahraga guna untuk mengasah kemampuan
- b. **Aspek Taktik**, yaitu penumbuhan daya pikir atlet untuk menentukan taktik menyerang maupun bertahan
- c. **Aspek Fisik**, yaitu peningkatan atau pelatihan daya tahan tubuh dalam penanggulangan keadaan letih pada atlet, dalam hal ini atlet dibentuk untuk memiliki, kekuatan, daya tahan, kelentukan, kecepatan, stamina, dan agilitas
- d. **Aspek Mental (Jiwa Kebersamaan)**, yaitu pembangunan kedewasaan atlet serta pengembangan emosional implusif misalnya motivasu berlatih, percaya diri, sportivitas, pengolahan emosi, dan rasa sosial yang baik.

2.3.1.3. Skema Pelatihan Sepak Bola Untuk Pemain Senior

Pada tahap pelatihan di club PSIM pemain memiliki persiapan fisik dan mental yang terbilang sudah terbentuk dan paham terhadap konsep pelatihan, pada skema PSIM pemain senior yang memiliki umur kisaran antara 19-30 tahun diberikan latihan tingkat lanjutan dari peningkatan kemampuan fisik, teknik, penghalusan skill dan pemahaman taktik secara lebih terperinci. Tujuan skema latihan ini adalah untuk lebih mematangkan pengetahuan posisi, cara bermain pada setiap pemain, dan untuk



menjadikan pemain semakin memiliki kualitas profesional.

Berikut merupakan struktur program latihan untuk tingkat mahir yang didapat pada buku Kurikulum dan Pedoman dsar Sepak Bola Indonesia :

Tabel 2.1. Struktur Program Latihan Tingkat Mahir / *Final Youth*

Informasi Umum	Sesi/minggu		4 – 5 sesi
	Jumlah pemain per sesi		18 - 20
	Durasi Latihan		90 – 120 menit
	Durasi Pertandingan		80 – 90 menit (2x40/45 menit)
Struktur program latihan	Pemanasan (10 – 15 menit)		Latihan <i>passing</i> , <i>possession</i> , dan transisi, mengolah bola dan <i>stretching</i> aktif/dinamis
	Inti latihan	Latihan teknik (10 – 20 menit)	Kemampuan teknik pada tingkat ini dikembangkan lewat permainan lapangan kecil dan/atau latihan teknik dengan lawan
Struktur program latihan		Latihan fisik (10 – 25 menit)	Latihan fisik yang bermaterikan berbagai latihan kecepatan (reaksi, akselerasi dan kecepatan <i>azyklus</i>), kekuatan <i>glycolytic</i> , tenaga <i>aerobic</i> , dan daya eksplosif
		Latihan taktik (20 – 30 menit)	Penggunaan seluruh lapangan atau sebagian lapangan saja guna memperbaiki pengertian taktis pemain. Latihan harus realistis berdasarkan situasi – situasi yang sering terjadi saat pertandingan
		Game (25 - 40 menit)	Game 11 vs 11



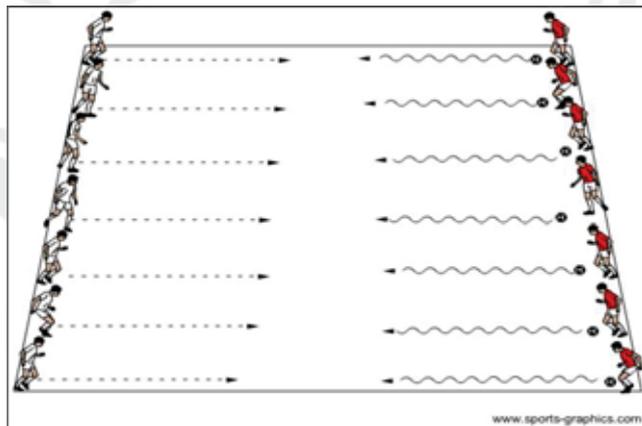
	Cooling down (5 – 10 menit)	Latihan teknik ringan diakhiri <i>stretching</i> pasif sambil pelatih memberikan evaluasi singkat
Latihan dibagi dalam 3 kelompok : <ol style="list-style-type: none"> 15 dan 16 tahun 17 sampai 18 tahun 19 sampai 20 tahun 		

Sumber : Scheunemann, Timo., *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*, 2012, PSSI

Pada dasarnya secara keseluruhan latihan yang dilakukan antara senior dan final youth hampir sama, namun pada senior ada beberapa latihan khusus pada setiap posisinya bermain sehingga ada tambahan porsi latihan. Berikut merupakan gambaran latihan yang dilakukan oleh pemain menurut buku *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*, 2012, PSSI :

1). Contoh Latihan Teknik *Passing + Shooting*

a. Pemanasan dan *Passing*



Gambar 2.13. Posisi Pemain Untuk Latihan Mengumpan

Sumber : www.sport-graphics.com

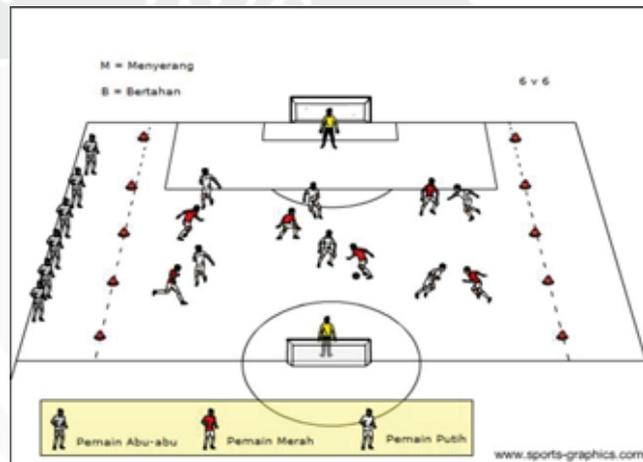
Keterangan :

- Satu grup dengan bola berhadapan dengan grup tanpa bola lalu *Stretching* terpimpin



- Berpasangan (mendekat) → *passing* kiri – kanan satu sentuhan
- Berpasangan (menjauh) → 3 sentuhan *passing* pakai bagian kura-kura kaki
- *Passing* + putar + *dribbling* + putar + *passing*
- *Stretching* bebas

b. Game Shooting



Gambar 2.14. Posisi Pemain Untuk Latihan *Shooting*

Sumber : www.sport-graphics.com

Keterangan :

- 6 vs 6 buat goal di kedua gawang
- Tim merah : *Shooting* (bebas sentuhan) ke kedua gawang
- Tim putih : *Possession* (2 sentuhan)
- Tim abu – abu : *Body fitness*



2). Contoh Latihan Taktik Bertahan + Menyerang

a. Game Bertahan dan Menyerang (6 v 6)



Gambar 2.15. Posisi Pemain Untuk Latihan Bertahan dan Menyerang

Sumber : www.sport-graphics.com

Keterangan :

- Game ini dilakukan untuk melatih pemain Tim merah bertahan untuk menghadapi situasi di serang lawan dengan menggunakan setengah lapangan
- Kebalikan dari tim merah, tim putih berusaha untuk melakukan penyerangan untuk membobol gawang lawan

2.3.1.4. Organisasi Training Center

Pembinaan atlet pada aspek :

- Pembentukan pola hidup atlet (jadwal harian)
- Pengaturan pola makan/asupan gizi atlet
- Pendampingan secara psikologis
- Checking kesehatan yang teratur
- Pemberian porsi latihan fisik sesuai dengan karakter pemain dan posisi bermainnya



2.3.1.4. Defisini Pelatihan

Pelatihan merupakan proses pembelajaran yang melibatkan perolehan keahlian, konsep, peraturan, atau sikap untuk meningkatkan kinerja karyawan (Simamora, 2004). Menurut Pasal 1 ayat (9) Undang-undang No.13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan, pelatihan kerja adalah keseluruhan kegiatan untuk memberi, memperoleh, meningkatkan, mengembangkan kompetensi kerja, produktivitas, disiplin, sikap dan etos kerja pada tingkat keterampilan tertentu sesuai dengan jenjang dan kualifikasi jabatan dan pekerjaan.

Pelatihan mengacu pada metode yang digunakan untuk memberikan karyawan baru atau karyawan yang ada saat ini dengan keterampilan yang mereka butuhkan untuk melakukan pekerjaan (Dessler, 2006). Sejalan dengan pendapat tersebut, Mangkuprawira (2004) menyatakan bahwa pelatihan merupakan sebuah proses mengajarkan pengetahuan dan keahlian tertentu, serta sikap agar karyawan semakin terampil dan mampu melaksanakan tanggungjawabnya dengan baik, sesuai standar.

Sementara menurut Rivai (2006), pelatihan secara singkat didefinisikan sebagai suatu kegiatan untuk meningkatkan kinerja saat ini dan kinerja di masa mendatang. Pelatihan adalah proses secara sistematis mengubah tingkah laku karyawan untuk melaksanakan pekerjaan saat ini. Pelatihan memiliki orientasi saat ini dan membantu karyawan untuk mencapai keahlian dan kemampuan tertentu agar berhasil dalam pekerjaannya.

Dalam kasus keolahragaan karyawan merupakan atlet, atlet di berikan pelatihan agar mengerti dan mampu melakukan sebagai mana layaknya atlet professional.



2.3.1.5. Pengertian Intelegensi

Menurut M Dalyono (2004: 124) intelegensi adalah kemampuan yang bersifat umum untuk mengadakan penyesuaian terhadap sesuatu situasi atau masalah, yang meliputi berbagai jenis kemampuan psikis seperti: abstrak, berpikir mekanis, matematis, memahami, mengingat, berbahasa, dan sebagainya. Intelegensi juga dapat diartikan sebagai kemampuan yang dibawa sejak lahir, yang memungkinkan seseorang berbuat sesuatu dengan cara tertentu (M Ngalim Purwanto, 2004: 52).

Berdasarkan beberapa definisi tentang intelegensi di atas, dapat disimpulkan bahwa intelegensi adalah kemampuan yang dibawa sejak lahir yang dapat digunakan untuk menyesuaikan diri terhadap kebutuhan baru dengan menggunakan alat-alat berpikir yang sesuai dengan tujuannya. Intelegensi seseorang dapat diketahui secara lebih tepat dengan menggunakan tes intelegensi, salah satu bentuk tes intelegensi yang sampai saat ini masih digunakan adalah tes yang diciptakan oleh Alfred Binet dan Theodore Simon pada tahun 1908 di Prancis. Tes ini terkenal dengan sebutan tes Binet- Simon.

2.3.2. *Fitness Center*

Fitness center adalah tempat dimana atlet sepak bola mendapatkan fasilitas kebugaran untuk fisik dan kesehatannya, fasilitas ini didukung dengan perabotan modern untuk mendukung peningkatan kualitas kebugaran para atlet.

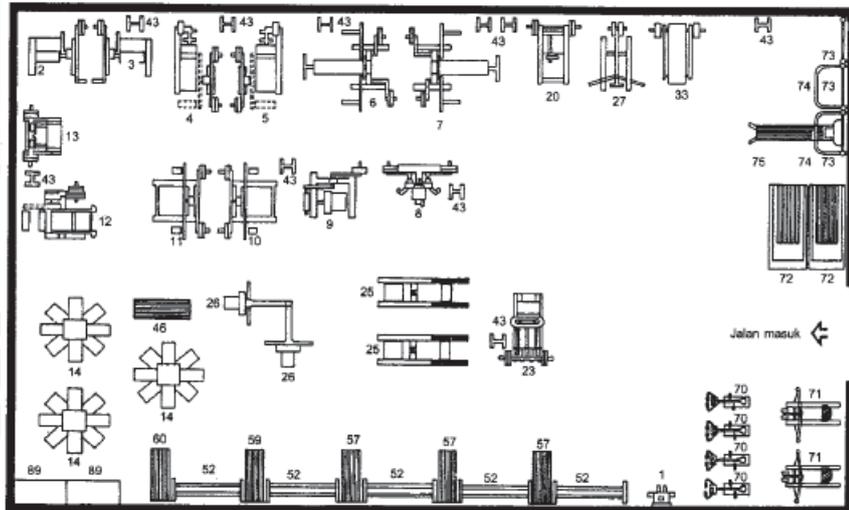


Tabel 2.2. Kegiatan Latihan dan Tujuan Latihan

Bidang	Peralatan atau perlengkapan	Latihan	Kemampuan motorik dan atau keterampilan	Tujuan latihan
A	Tahap latihan secara umum	Satu gerakan melentur	Daya mobilitas (kegesitan)	Kondisi
B	Tahap latihan khusus	Beberapa gerakan melentur	Daya kecepatan	Fitness
C	Lebar/luas pipa – pindah (dengan beberapa tekanan) atau palang tunggal isometrik	Beberapa gerakan melentur	Koordinasi daya kecepatan	Kondisi
D	Peralatan kecil biasa	Satu/lebih gerakan melentur	Daya mobilitas	Fitness
E	Alat latihan khusus serta ruang bebas untuk latihan pemanasan (senam dan lain-lain)	Satu atau lebih gerakan melentur	Koordinasi Daya tahan Koordinasi daya	Fitness Kondisi Fitness Kondisi

Sumber : Institut Federal Untuk Ilmu Pengetahuan Olah Raga

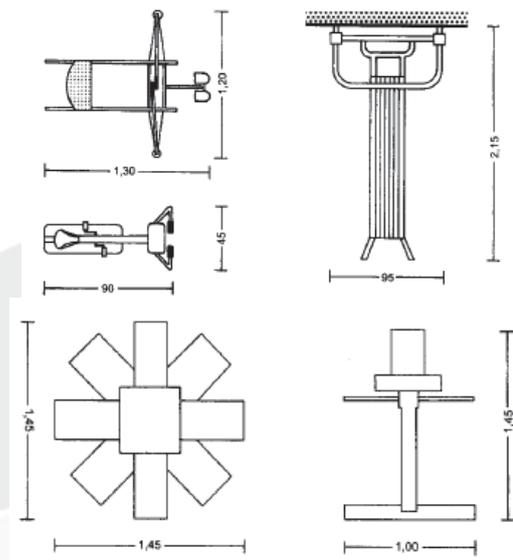
Keterangan tabel 2.2 : kegiatan latihan yang benar dan tepat mampu menjadikan atlet semakin bugar dan mutu dari pemain sendiri menjadi meningkat.



Gambar 2.16. Desain Pola Tatanan Layout *Fitness Center*

Sumber : *Data Arsitek Jilid 2*

Keterangan gambar 2.16 : desain pola tatanan perabot yang tepat dan mengurutkan kegunaan dan dimensinya menjadikan pola tatanan ruang fitness menjadi tepat dan baik.

Gambar 2.17. Perabot *Fitness Center*

Sumber : *Data Arsitek Jilid 2*

Keterangan gambar 2.17 : beberapa jenis dan ukuran dari perabot *fitness center* penggunaan alat modern dapat membantu kualitas pemain sepak bola meningkat.

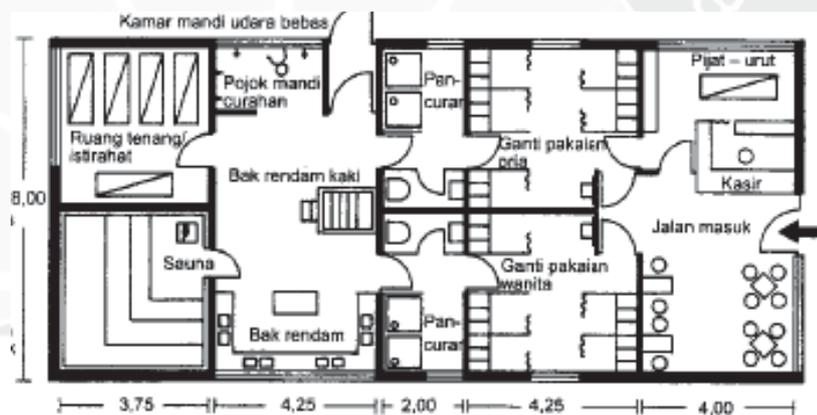
2.3.3. Sauna

Sauna adalah area penyegaran dan peredaan kerja tubuh bagi para atlet, ruang untuk merilekskan badan ini sangat berguna setelah latihan keras para atlet dilakukan. Sauna bukan hanya kamar mandi untuk pembersihan tubuh, untuk banyak orang berarti pembersihan secara psikis, hampir merupakan sebuah acara ritual. Sebaiknya ada dalam semua arena olahraga. Penggunaan sauna adalah sebagai berikut : penggantian udara panas/dingin, uap dalam udara panas, yang kering, tembus uap air murni yang panas dalam jarak minimum 5 - 7 melalui aliran 114 dari satu liter air melalui pergantian kering dan lembab dari bahan pelancar aliran darah di kulit, penguatan daya tahan zat pelindung, agar sehat untuk dihirup. Tambahan penggunaan air dingin dengan pijatan dan ketenangan.

Jenis bangunan. Kebanyakan dari kayu atau balok, dengan peredam panas yang baik, perbedaan panas di bagian dalam dan



luar pada musim dingin adalah di atas 100". Ruang mandi yang kecil < 16 m², tinggi < 2,5 m. Lapisan luar kayu yang gelap untuk menyerap cahaya panas pada langit-langit dan dinding atau dinding kayu yang kokoh dari kayu yang lunak, kecuali di wilayah (di tempat) pemanas. Balai-balai dan lapisan kayu yang berlubang (sirkulasi udara), dengan tinggi yang berbeda untuk duduk dan berbaring yang nyaman, balai-balai paling atas kira-kira 1 meter di bawah langit – langit, panjang 2 meter. Tingkatan tangga dan balai-balai dari kayu, lapisan kayu, dipaku dari bawah, sehingga tidak menyentuh bagian tubuh. Balai-balai dapat diambil untuk pembersihan, lantai dari material yang mudah dipakai, tanpa pelat – pelat kayu.



Gambar 2.18. Desain Denah Ruang Sauna

Sumber : Data Arsitek Jilid 2

Keterangan gambar 2.18 : denah diatas adalah desain denah dari sauna dan area pendukung lainnya. Kegiatan sauna tidak hanya bersauna tapi juga terdpat ruang ganti pakaian, kamar mandi, ruang pijat, dan bak berendam, fasilitas – fasilitas tersebut mampu mendukung kualitas dari sauna semakin baik.

2.3.4. Ruang Kesehatan

Ruang kesehatan adalah ruang pengobatan dan *treatment* bagi para pemain yang mengalami cedera ataupun setelah melakukan latihan yang berat, situasi ini dilakukan karena



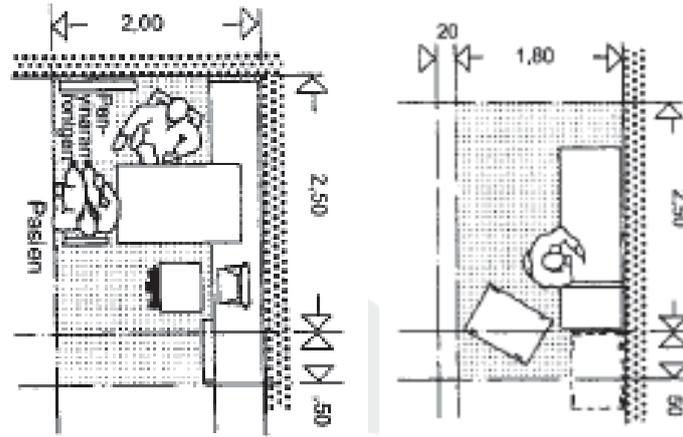
keinginan untuk menjaga performa atau kualitas dari kebugaran pemain itu sendiri.

2.3.4.1. Ruang Konsultasi

Ruang ini berfungsi sebagai ruang pemeriksaan secara verbal bersama dokter bersama atlet. Besar minimum 6 m². ruang ini secara akustik dan optik tertutup, sangat penting untuk fungsi – fungsi konsultasi, nasehat mempelajari hasil pemeriksaan, penyembuhan terapis dan protocol.

2.3.4.2. Ruang Pemeriksaan

Ruang pemeriksaan adalah ruang untuk kegiatan memeriksa kesehatan dan kebugaran pemain. Besar ruangan pemeriksaan berdasarkan apakah atlet atau pasien yang akan diperiksa dan dirawat duduk atau berbaring. Alat – alat yang minimal ada adalah : kursi pasien, tempat berbaring pasien, bangku putar, meja instrument. Diperhatikan juga kebebasan pasien dan dokter dalam pergerakannya. Besar ruang perawatan lain (terapi, rontgen, pengambilan darah) tergantung dari perabot, alat – alat, ruang arsip, ruang – ruang penghalang, kursi, dan radius pergerakan personal yang perlu. Ruang ini sering membutuhkan kamar ganti pakaian (1,5 m²).

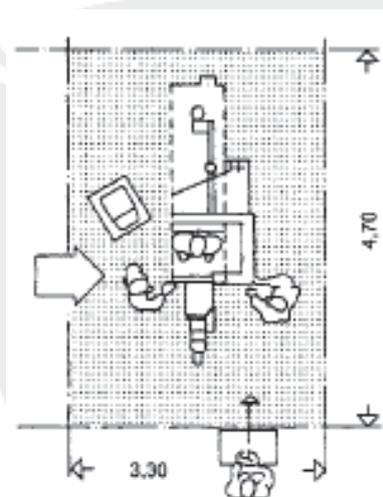


Gambar 2.19. Dimensi Ruang Konsultasi dan Pemeriksaan

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)

2.3.4.3. Ruang Rontgen

Ruang *rontgen* dibutuhkan ketika atlet mengalami cedera parah yang belum diketahui seberapa parahnya sakit yang diderita atlet, ini berguna agar penanganan tepat sasaran, rontgen juga bermanfaat untuk memeriksa kondisi tubuh dari pemain dan sebagai aspek checking pemain sebelum terjadinya transfer pemain dari satu club ke club lainnya. Ruang rontgen membutuhkan luasan 15 – 20 m², dimana perabot seperti alat rontgen dan ruang diagnosis diperlukan didalamnya.



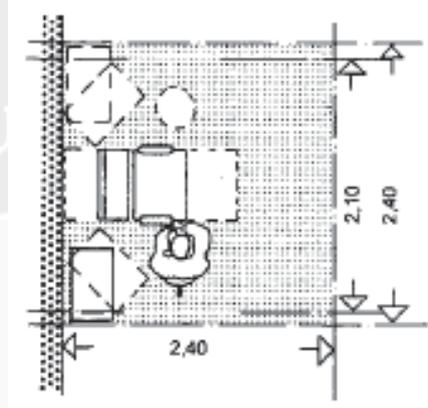
Gambar 2.20. Dimensi dan Pola Tatanan Perabot Ruang Rontgen

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)



2.3.4.4. Ruang Sampel Darah

Ruang sampel darah dibutuhkan untuk pengecekan kondisi atlet setelah dilakukan pemeriksaan secara verbal maupun visual oleh dokter, ini untuk menunjukkan kondisi atlet lebih dalam lagi.

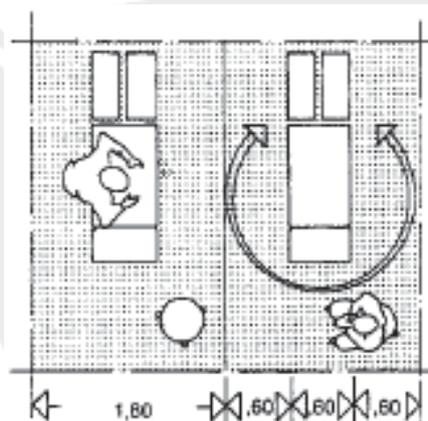


Gambar 2.21. Dimensi dan Pola Tatanan Perabot Ruang Sampel Darah

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)

2.3.4.5. Ruang Pijat

Ruang pijat berguna untuk meregangkan otot – otot atlet yang kaku setelah latihan, pemijatan atlet dilakukan dengan frekuensi yang sering untuk mendapatkan kebugaran dan kondisi fisik yang prima dari atlet.



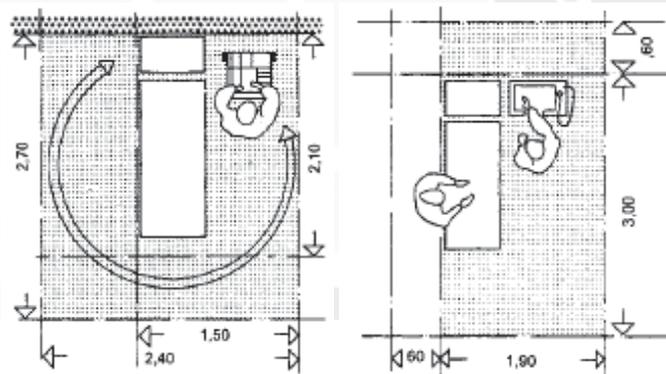
Gambar 2.22. Dimensi dan Pola Tatanan Perabot Ruang Pijat

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)



2.3.4.6. Ruang Terapi

Ruang terapi sangat penting didalam fasilitas kesehatan atlet, ini dikarenakan seringnya atlet sepak bola mengalami cedera. Dengan adanya fasilitas terapi atlet dibantu untuk kembali dikeadaan yang terbaik setelah atau pasca mengalami cedera, proses terapi yang baik serta fasilitas yang memadai dapat menunjang kualitas dari atlet sepak bola. Terapi pada atlet dibagi menjadi dua yakni terapi fisik dan terapi dengan alat bantu kedokteran, terapi fisik membutuhkan luasan yang cukup dikarenakan ruang terapi fisik membutuhkan mobilitas dari atlet dan perabot yang menunjang kesembuhan dari atlet.



Gambar 2.23. Dimensi dan Pola Tatanan Perabot Ruang Pijat

Sumber : *Data Arsitek Jilid 2 (2002)*

2.3.4.7. Ruang Fisioterapi Aktif

Ruang fisioterapi aktif terdiri dari beberapa ruang yakni :

- a. Ruang Senam (*Gymnasium*) serta Pelayanan

Komunitas Rehabilitasi Medik

Ruangan tempat pasien RM melakukan kegiatan senam bagi kesembuhannya (umumnya) dengan cara perorangan maupun berkelompok dengan bimbingan Terapis Rehabilitasi Medik baik pasien-pasien yang merupakan pasien-pasien internal RM maupun yang berasal dari unit - unit Pelayanan Terpadu yang membutuhkan pelayanan RM (misalnya : senam



stroke, senam jantung, senam diabetes, senam pernafasan, senam osteoporosis, dan lain-lain).

b. Ruang Hidroterapi

Ruangan yang berbentuk pelayanan RM (yang umumnya) berupa satu (atau lebih) kolam renang / bak rendam hidroterapi yang dilengkapi dengan fasilitas pemanas air (*Water Heater Swimming Pool*) dan (khusus pada kolam renang, bila ada) pemutar arus (*Whirlpool System*).

c. Ruang Pemulihan Cedera Olah Raga RM

Ruangan yang digunakan oleh (umumnya) atlet-atlet / olahragawan dengan menggunakan alat-alat khusus Sport-Medis (di Indonesia umumnya digunakan sistem dari *Cybex*) untuk meningkatkan kemampuan fisik dengan perkembangan kemampuan yang terukur dalam mencapai target fungsional tertentu.

2.4. STUDI KOMPARASI WISMA ATLET DAN TRAINING CENTER SEPAK BOLA DUNIA

2.4.1. *The Trafford Training Centre, Carrington*

Trafford Training Centre (sekarang namanya berubah menjadi *Aon Training Complex*) adalah tempat latihan dan akademi yang dimiliki Manchester United. Fasilitas ini berlokasi di *Carrington, Greater Manchester*. Bangunan utama dibangun pada 26 Juli 2000, dan diikuti pembangunan fasilitas untuk Tim Junior/akademi Manchester United yang selesai dibangun dua tahun kemudian.

Kompleks latihan ini memiliki fasilitas lengkap berupa area latihan dan rehabilitasi, fisioterapi dan ruang massage, serta kolam pemulihan dan hidroterapi. Tempat latihan ini pula dilengkapi fasilitas tambahan berupa lapangan squash dan basket, sauna, ruang fitness, restoran, ruang konferensi pers, ruang kelas, dan sebuah studio TV untuk wawancara pemain dan pelatih untuk MU TV. Selain itu dalam kompleks latihan terdapat 14 lapangan sepakbola berbagai ukuran, serta dua laguna yang digunakan



sebagai tempat pengolahan air limbah. Didalam kompleks juga dilengkapi ruang terbuka hijau berupa 30.000 pohon disekitarnya yang digunakan sebagai penghalang bagi media dan mata-mata lawan yang bertugas mencari informasi latihan klub.

Luas area latihan ini sebesar 437.602 m²(masuk sebagai 10 besar kompleks latihan sepakbola terluas di Eropa). Pada bulan 2013 lalu, salah satu sponsor utama MU, Aon membeli hak hak penamaan kompleks latihan senilai 120 juta poundsterling selama 8 tahun(hampir 1,9 trilyun rupiah untuk kurs 27/7).



Gambar 2.24. Tampak dari Fasilitas The Trafford Training Centre

Sumber : andremanutdsejati.blogspot.com (2014)

2.4.2. *Ciudad Real Madrid di Valdebebas*

Kompleks latihan yang berlokasi di Valdebebas ini menjadi fasilitas berlatih Real Madrid sejak tahun 2005. Sebelumnya Real Madrid menggunakan Ciudad Deportiva hingga tahun 2003 lalu sebelum dijual sebesar 480 juta euro dimasa kepemimpinan Florentino Perez yang pertama (2000-2006).

Pusat latihan ini dibuka pada tahun 2005 lalu dan memiliki luas mencapai 1.200.000 m². Didalam kompleks latihan tersebut terdapat bangunan kantor akademi, ruang peralatan, ruang audio visual, pusat rehabilitasi dan medis (ruang pemeriksaan, ruang perawatan, rehabilitasi dan peralatannya,dan pusat hidroterapi yang mencakup kolam panas dan dingin, serta kolam ombak).



Selain itu didalam fasilitas latihan terdapat 13 lapangan sepak bola, dengan tiga diantaranya menggunakan rumput sintesis berstandar FIFA. Didalam Ciudad Real Madrid juga terdapat Stadion Alfredo di Stefano dimana Real Madrid Castilla (tim cadangan Real Madrid) memainkan pertandingan kandangnya.

Ciudad Real Madrid juga menjadi markas bagi akademinya, La Fabrica. Sistem akademi tersebut telah dibangun lebih dari enam dekade lampau. Lebih dari 280 pemain yang tergabung dalam 15 kelompok umur. Selain Iker Casillas, Alvaro Morata dan Alvaro Arbeloa yang menghuni skuad utama Real Madrid, La Fabrica juga menghasilkan sederetan bintang sepakbola yang melalang buana bersama klub lain seperti Juan Mata, Esteban Cambiasso(1996-98), Roberto Soldado(2000-02), dan lainnya.



Gambar 2.25. Tampak Akademik Sepak Bola Ciudad Real Madrid

Sumber : <http://realindonesia.blog.com/files/2012/11/Valdebebas-1.jpg>

2.4.3. Persamaan dan Tanggapan Terhadap Akademi Sepak Bola Indonesia

Adapun beberapa kesamaan dari kedua akademik sepak bola yang tertulis diatas, yakni dari unsur fasilitas dan pemberian ruang khusus untuk atlet sepak bola lebih berkembang.



Tabel 2.3. Kesimpulan Studi Komparasi

No	Lingkup	The Trafford Training Centre	Ciudad Real Madrid
1	Luasan	437.602	1.200.000
2	Fasilitas	area latihan dan rehabilitasi, fisioterapi dan ruang massage, serta kolam pemulihan dan hidroterapi. Tempat latihan ini pula dilengkapi fasilitas tambahan berupa lapangan squash dan basket, sauna, ruang fitness, restoran, ruang konferensi pers, ruang kelas, dan sebuah studio TV untuk wawancara pemain dan pelatih untuk MU TV.	kantor akademi, ruang peralatan, ruang audio visual, pusat rehabilitasi dan medis (ruang pemeriksaan, ruang perawatan, rehabilitasi dan peralatannya, dan pusat hidroterapi yang mencakup kolam panas dan dingin, kolam ombak) dan 13 lapangan sepak bola

Sumber : Analisis Penulis (2014)

Keterangan Tabel : pada tabel diatas terlihat bahwa training center dan wisma untuk para atlet sepak bola, baik atlet professional maupun atlet amatir memberikan fasilitas yang memadai mulai dari fasilitas fisik sampai dengan fasilitas kesehatan pemain. Tidak hanya fasilitas pada kenyataannya training center yang ada juga memiliki luasan lahan yang sangat lebar, tidak hanya untuk fasilitas namun juga kenyamanan dari para atlet itu sendiri.

Pada dasarnya kebutuhan setiap atlet sepak bola hampir sama, mulai dari latihan fisik, lapangan untuk berlatih, dan fasilitas kesehatan, namun pada kenyataannya yang terjadi di Indonesia malah sebaliknya, fasilitas yang diberikan kepada atlet sepak bola seperti tidak diperhatikan dan pola training dan kebugaran pemain tidak sedikit yang diabaikan dan akhirnya berujung pada kualitas pemain yang kurang mumpuni. Tidak hanya fasilitas, permasalahan



yang mendasar pada persepak bolaan di Indonesia juga lekat dengan kurangnya lahan untuk membangun sebuah training center sepak bola yang baik, lapangan rumput untuk berlatih hampir tidak ada dan hanya mengandalkan stadion utama sebagai tempat berlatih atau menumpang pada SBB yang memiliki lapangan sepak bola untuk berlatih. Pada hakikatnya stadion sepak bola markas utama sebuah klub sepak bola sangat disakralkan dan hanya boleh dipakai ketika ada pertandingan sehingga kualitas rumput pada stadion dapat dijaga, namun di Indonesia banyak yang tidak mengindahkan permasalahan itu sehingga banyak stadion besar di Indonesia yang kualitasnya dibawah rata – rata stadion yang berkelas Internasional.

Maka dari itu untuk peningkatan kualitas pemain maupun atlet amatir dibuatlah beberapa rancangan dan ide desain terhadap bangunan training center sepak bola dengan mengadaptasi dari beberapa club – club sepak bola raksasa di Eropa sehingga pemain sepak bola Indonesia tidak kalah saing dengan beberapa negara tetangga maupun dapat bersaing di tingkat dunia.

2.5. STADION SEPAK BOLA

Stadion adalah sebuah bangunan yang umumnya digunakan untuk menyelenggarakan acara olahraga dan konser, di mana di dalamnya terdapat lapangan atau pentas yang dikelilingi tempat berdiri atau duduk bagi penonton. Stadion tertua yang kita kenal adalah sebuah stadion di Olympia, Peloponnesos, Yunani yang telah menyelenggarakan Olimpiade Kuno sejak tahun 776 SM. Stadion umumnya digunakan untuk merujuk kepada bangunan yang menyelenggarakan kegiatan luar ruangan (*outdoor*), sementara bagi kegiatan dalam ruangan bangunannya disebut gelanggang.

Stadion modern seringkali mempunyai atap di tribun penonton, namun ada pula stadion yang tak beratap sama sekali maupun yang malah menutupi keseluruhan stadion (stadion berbentuk kubah, *dome*). Meskipun masih terdapat banyak stadion yang dirancang agar penontonnya berdiri, demi alasan keselamatan ada stadion-stadion yang kini telah memasang



bangku bagi seluruh penontonnya. Di Indonesia, stadion terbesar adalah Stadion Gelora Bung Karno di Jakarta, yang dapat menampung sekitar 100.000 penonton.

2.5.1. Persyaratan Teknis

Bangunan stadion harus memenuhi ketentuan sebagai berikut :

- i. Jarak pandang penonton terhadap suatu benda di lapangan minimal 90 meter dari pusat lapangan, maksimal 190 meter dari titik sudut lapangan
- ii. Zona keamanan stadion minimal 0.5 m^2 x jumlah penonton

2.5.2. Klasifikasi Stadion

Klasifikasi stadion diuraikan sebagai berikut :

Tabel 2.4. Klasifikasi Stadion

	TIPE		
	A	B	C
Kapasitas Penonton	30.000 – 50.000 penonton	10.000 – 30.000 penonton	5.000 – 10.000 penonton
Jumlah Lintasan Lari Minimal	100 m = 8 400 m = 8	100 m = 8 400 m = 6	100 m = 8 400 m = 6

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)

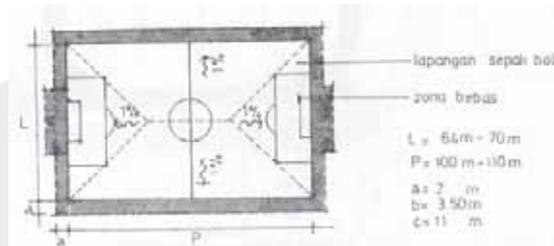
2.5.3. Geometri Stadion

Untuk bentuk stadion harus memenuhi beberapa ketentuan dan untuk ketentuan sepak bola sebagai berikut :

- i. Lapangan berbentuk empat persegi panjang
- ii. Panjang lapangan ditentukan minimal 100 meter, maksimal 110 meter
- iii. Lebar lapangan ditentukan minimal 64, maksimal 70 meter
- iv. Perbandingan antara lebar dan panjang lapangan ditentukan minimal 0.60, maksimal 0.70



- v. Kemiringan permukaan lapangan ditentukan minimal 0.50% maksimal 1% ke empat arah



Gambar 2.26. Kemiringan Permukaan Stadion

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)

- vi. Lebar zona bebas di keempat sisi ditentukan minimal 2.00 meter, disisi belakang gawang minimal 3.50 meter dengan panjang minimal 11.50 meter

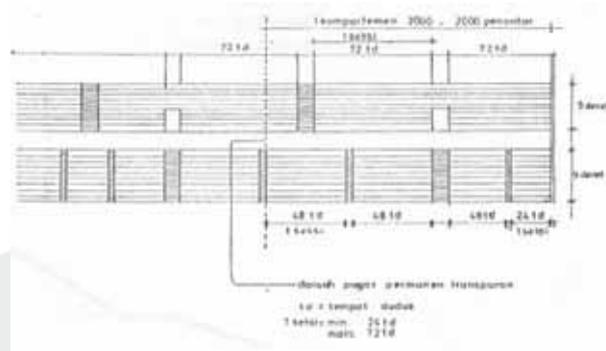
2.5.4. Orientasi Bangunan

Lapangan harus berorientasi utara - selatan yang sesuai dengan letak geografis dari lokasi bangunan stadion yang akan dibangun.

2.5.5. Alokasi dan Tempat Duduk Penonton

Kompartemenisasi penonton dan tempat duduk penonton di tribun harus memenuhi ketentuan sebagai berikut :

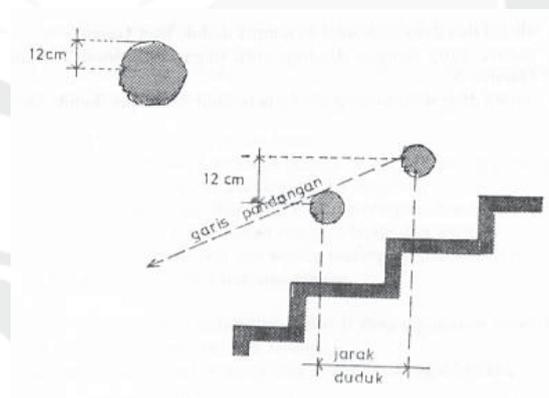
- a. Daerah penonton harus dibagi dalam kompartemen yang masing – masing menampung penonton minimal 2000 orang, maksimal 3000 orang.
- ii. Antar dua Kompartemen yang bersebelahan harus dipisahkan dengan pagar permanen transparan setinggi minimal 1.2 maksimal 2.0 meter.
- iii. Antara dua gang maksimal 48 tempat duduk.
- iv. Antara gang dengan dinding atau pagar maksimal 24 tempat duduk



Gambar 2.27. Kompartemenisasi Penonton di Tribune

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)

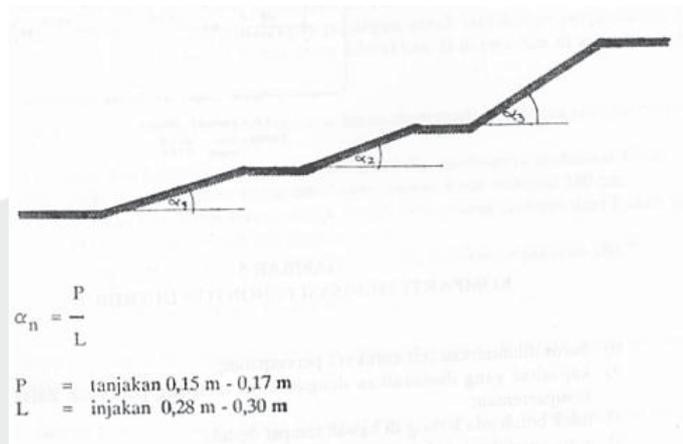
- v. Antara gang dengan gang utama maksimal 72 tempat duduk
- vi. Harus dihindarkan terbentuknya perempatan.
- vii. Kapasitas yang disesuaikan dengan daya tampung penonton dalam 1 sektor / kompartemen.
- viii. Garis pandangan agar seorang penonton tidak terhalang pandangan oleh penonton di depannya ditentukan 12 cm



Gambar 2.28. Garis Pandangan Penonton

Sumber : Data Arsitek Jilid 2 (2002)

- ix. Untuk meningkatkan garis pandangan, sudut dasar tribun dapat dibuat dalam 2 atau lebih dengan sudut yang lebih besar yang didasarkan pada perhitungan injakan dan tanjakan yang digunakan.



Gambar 2.29. Tribun Dengan lebih dari satu macam
 Sumber : Data Arsitek Jilid 2

- x. Tribun dapat dibuat bertingkat, bila jarak pandang melebihi batas optimal.
 - a. Ruang Kepentingan
- xi. 2.5.6. Kebutuhan Ruang
 - 1) Ruang Ganti Pemain
 - 2) Toilet
 - 3) Ruang Ganti Pelatih
 - 4) Ruang Ganti Wasit
 - 5) Ruang P3K
 - 6) Ruang Wasit
 - 7) Ruang Alat
 - 8) Ruang Pers
 - 9) Ruang Seminar
 - 10) Retail
 - 11) Ruang Kamera
 - 12) Gudang
 - 13) Ruang VIP
 - 14) Ruang VVIP
 - 15) Ruang Operasional



a. Ruang Umum

- 1) Lobi
- 2) Tiket Box
- 3) Toilet Penonton
- 4) Pos Jaga
- 5) Retail
- 6) Tribun

