

“Amazing Speed of Kylian Mbappe Physical or Technical..??”

Moh. Agung Setiabudi¹, Ikhwanul Qiram²

¹ Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, ²Teknik Mesin, Universitas PGRI Banyuwangi

Jl. Ikan Tongkol No. 1, Banyuwangi, 68416

Email: agungsetiabudi.budi@gmail.com¹, ikhwanulqiram@gmail.com²

Abstrak — Perhelatan piala dunia merupakan salah satu kompetisi penting yang dilaksanakan dalam 4 Tahunan. Berbagai momen menarik hadir sebagai bagian dari sesuatu yang baru dalam sepakbola dunia. Selain momen-momen penting, kompetisi ini juga melahirkan pemain-pemain muda dengan *skill* yang berkembang dari tahun ke tahun. *Kylian Mbappe*, seorang pemain muda berbakat yang berasal dari Prancis menarik sorot mata dunia karena skill dan kecepatan memainkan si-kulit bundar. Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk menggambarkan sebuah analisis studi komparasi antara fisik maupun teknik dari seorang *Kylian Mbappe*. Hasil analisis dapat menjadi referensi dalam menyusun metode latihan dalam pengembangan fisik maupun skill atlet sepak bola.

Kata Kunci — *Kylian Mbappe, Speed, Sepakbola.*

I. PENDAHULUAN

Piala dunia 2018 yang dilaksanakan di Rusia, menyisakan banyak momen-momen penting baru. Pertandingan yang berkualitas dan menjunjung sportifitas tinggi diterapkan dalam laga kompetisi bergengsi dunia ini. Banyak peristiwa yang menjadikan catatan sejarah penting baru terjadi dalam perhelatan ini. Mulai dari tampilnya Negara-negara kecil yang menyingkirkan dominasi juara seperti *Brazil, Belanda, Argentina* bahkan *Itali* yang tidak mampu lolos dalam kualifikasi piala dunia akibat kalah 0–1 oleh *Swedia*. Penggunaan teknologi *video assistant referee (VAR)* sebagai alat bantu wasit dalam mengambil keputusan dalam memimpin setiap pertandingan [1].

Catatan-catatan sejarah juga hadir dalam ajang kompetisi ini, munculnya pemain-pemain muda berbakat yang mampu menghipnotis mata dunia oleh penampilan mereka selama kompetisi berlangsung. *Kylian Mbappe* (19 tahun) merupakan salah satu nama yang menyuguhkan penampilan menarik hadir dari pemain sepak bola dari Prancis. Kecepatan dan kemampuan *skill* yang baik dalam menggiring bola seringkali membuat bek-bek lawan harus bekerja keras dalam menghalau pergerakannya. Aspek kecepatan lari sangat diperlukan dalam permainan sepak bola, sebab dengan kecepatan lari yang tinggi maka seorang pemain yang menggiring bola sepak dapat menerobos dan melemahkan daerah pertahanan lawan [2].

Penelitian kecepatan lari pemain sepak bola telah diteliti antara lain untuk atlet universitas [3] yang dianalisis berdasarkan posisi pemain dan tingkatannya menggunakan alat ukur berbasis laser. Pengukuran kecepatan dilakukan untuk jarak lari 30

meter karena tes ini banyak digunakan oleh peneliti. Analisis dilakukan untuk kecepatan rata-rata dan kecepatan maksimum setiap rentang jarak 10 meter. Kecepatan maksimum didapat dari pemain depan (striker) dengan kecepatan 8.45 m/dt. Kecepatan maksimum berikutnya dicatat dari pemain tengah dan pemain bertahan tengah (*center defender*).



Gambar 1. Aksi Kylian Mbappe Bintang PSG pada pertandingan Prancis vs Colombia [4]

Teknik sepakbola adalah cara pengolahan bola maupun pergerakan gerak tubuh dalam bermain. Syarat pemain yang memiliki fisik, teknik dan mental yang baik tentunya mampu berlari beberapa meter dengan cepat dan setara dengan kecepatan *sprinter*, selain itu pemain dituntut dapat menghadapi perubahan situasi permainan dengan cepat. Penelitian kecepatan lari dengan jarak 30 meter juga dilakukan untuk atlet divisi tiga Polandia. Pengukuran dilakukan dengan *photocell* yang diposisikan pada titik 0, 5, 20 dan 30 meter [5]. Riset menunjukkan bahwa *power* pemain terbentuk pada jarak 4-7 meter dan selanjutnya meningkat secara bertahap. Beberapa pemain lain terbentuk pada jarak 7-10 meter dan selanjutnya dapat menambah akselerasinya. Hasil terbaik dicatat pada lari jarak 30 meter dibandingkan jarak yang lebih pendek. Waktu tempuh pada jarak 30 meter tercatat rata-rata sebesar 4.21 detik.

Percepatan lari dan kecepatan maksimum diteliti untuk atlet profesional liga Inggris (divisi 1 dan 2). Pengambilan data dilakukan dengan tes lari 30 meter. Percepatan lari (akselerasi) diukur dengan lari zig zag 4 tahap dengan jarak 5 meter per tahap dan sudut belokan 100° . Hasil pengukuran waktu rata-rata untuk percepatan dengan jarak 10 meter adalah 1.83 detik. Sedangkan untuk kecepatan maksimum pada jarak 20 meter tercatat waktu sebesar 2.40 detik [6].

Kecepatan lari pemain dalam pertandingan persahabatan dunia diteliti untuk 14 pertandingan. Pengukuran kecepatan lari pemain dilakukan untuk lari dengan jarak 10 meter yang diambil dari potongan jarak 40 meter. Kecepatan pertandingan diukur dengan GPS lokal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemain depan dengan jarak 10 meter memiliki kecepatan 21.1 km/jam. Kecepatan maksimum saat pertandingan tercatat sebesar 31.0 km/jam dimana kecepatan ini masih lebih rendah dengan kecepatan lari cepat maksimum (*Maximal Sprinting Speed/MSS*) yaitu sebesar 34.3 km/jam. Hasil ini menunjukkan bahwa kecepatan maksimum saat bertanding sebesar 90.5% dari MSS [7].

Kecepatan lari cepat atlet elit juga diteliti untuk kondisi latihan dan pertandingan. Subyek penelitian menggunakan pemain liga Perancis untuk divisi 1 (profesional) dan 4 (amatir). Pengukuran dilakukan dengan GPS untuk pemain dengan jarak lari 40 meter. Setiap pemain melakukan 3 kali pengambilan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata semua subyek kecepatan maksimumnya tercatat sebesar 30.93 km/jam untuk pemain profesional dan 31.41 km/jam untuk atlet amatir. Kecepatan maksimum rata-rata total sebesar 31.28 km/jam [8].

Kecepatan lari maksimum pemain elit juga diteliti untuk pemain Real Madrid dan tim lawannya dalam liga dan perebutan gelar juara. Subyek penelitian berdasarkan kriteria mengikuti 3 kali pertandingan untuk sampel data dan pemain bukan kiper. Indikator fisik digunakan lari intensitas tinggi sebesar 21.1-24 km/jam dan lari cepat sebesar >24 km/jam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemain melakukan lari intensitas tinggi pada jarak yang relatif pendek. Hal ini disebabkan karena kondisi pertandingan misalnya sedang menang atau seri [9].

Untuk membentuk kriteria atlet yang baik, maka dilakukan langkah pengoptimalan faktor *eksogen*. Kemampuan pemain untuk dapat memenuhi semua tantangan ini menentukan penampilan dilapangan sepakbola. Dengan demikian permainan sepakbola merupakan permainan kelompok yang melibatkan banyak unsur, seperti fisik, teknik, taktik, dan mental.

Mendasari studi diatas maka dilakukan sebuah kajian ilmiah tentang kecepatan lari atlet sepakbola dalam hal ini adalah *kylian mbappe*. Analisis dilakukan dari sisi teknik dan fisik. Meliputi gambaran kondisi fisik, bentuk-bentuk latihan dan

analisis performa yang dikutip dari aktifitas selama pertandingannya pada piala Dunia 2018 Rusia.

II. METODOLOGI

Penelitian dilakukan dengan metode analisis hasil review uji fisik dan teknik dari hasil medical test yang dilakukan oleh Tim sepakbola Paris Saint German (PSG). Analisis kemampuan teknik diamati berdasarkan hasil pengamatan dan pengambilan data kecepatan gerakan awalan dan laju kecepatan menggiling bola dari rekaman pertandingan yang dimainkan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. KONDISI FISIK

Secara postur dan anatomi fisik *kylian mbappe* dapat dilihat dari data berikut :

Nama : *Kylian Mbappe Lottin*
 Asal : Prancis
 Usia : 18 Th
 Tinggi badan : 1,78 m
 Berat badan : 68 Kg

B. PERFORM

Teknik untuk mendapatkan performa kecepatan



Gambar 2. Kylian Mbappe, kecepatan Extreme 2018 [10]

Berdasarkan petikan vidio diatas dapat dibuat perhitungan sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 s_t &= s_2 - s_1 \\
 &= 70,4099 \text{ m} - 27,432 \text{ m} \\
 &= 42,9779 \text{ m} \\
 t_T &= t_2 - t_1 \\
 &= 00:00:28 - 00:00:24 \\
 &= 00:00:04 \\
 V &= - \\
 &= \text{---} \\
 &= 10,74 \text{ m/det}
 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil test kemampuan fisik dan analisis statistik pertandingan sampai piala dunia 2018, performa kecepatan *Kylian Mbappe* dapat digambarkan sebagai berikut :

TABEL I.
HASIL PENGUKURAN KECEPATAN RATA-RATA SETIAP MOMEN PERTANDINGAN

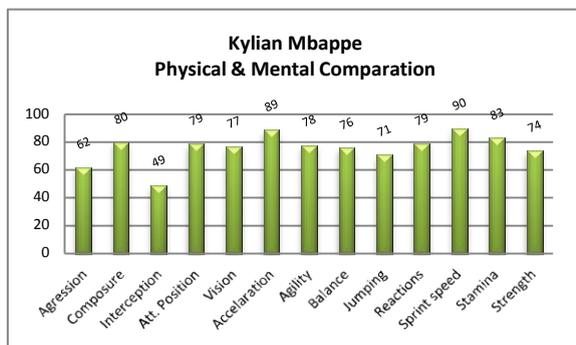
No	Moment	ΣV
1	Prancis vs Argentina (WC 2018)	39.4 km/hr
2	Prancis vs Spanyol (WC 2018)	36.7 km/hr
3	PSG vs Arsenal (Champion 2018)	38.02 km/hr
4	Prancis vs Germany	39.6 km/hr
Total		153,72 km/hr
Rerata		38,43 km/hr

TABEL III.
TABEL PERBANDINGAN UJI FISIK DAN MENTAL

Physical			Mental		
No	Item	Skor	No	Item	Skor
1	Accelartion	90	1	Reactions	79
2	Sprint speed	80	2	Aggression	62
3	Agility	74	3	Composure	80
4	Balance	85	4	Intercetions	49
5	Jumping	47	5	Att. Position	79
6	Stamina	74			

TABEL IV. PERBANDINGAN FISIK DAN MENTAL

Physical & Mental Comparison		
No	Item	Skor
1	Agression	62
2	Composure	80
3	Interception	49
4	Att. Position	79
5	Vision	77
6	AccelARATION	89
7	Agility	78
8	Balance	76
9	Jumping	71
10	Reactions	79
11	Sprint speed	90
12	Stamina	83
13	Strength	74



IV. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kylian mbappe memiliki performa yang baik selama debut penampilannya di tahun 2018. Kecepatan rata-rata yang didapatkan menunjukkan 38,43 km/hr, kecepatan yang cukup fantastis dengan didukung fisik yang ideal. Performa ini diyakini akan terus meningkat seiring laju usia dan jam terbang dalam pertandingan-pertandingan yang akan datang. Akselerasi yang cukup tinggi dengan rata-rata skor 9 diatas level pemain pada umumnya mendukung performa dia dalam hal kecepatan. Hasil penelitian menunjukkan bagaimana komparasi ideal posisi sayap penyerang pemain sepakbola dalam hal fisik dan teknik yang dimiliki.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami berterima kasih atas partisipasi anda dalam Seminar Nasional “Optimalisasi Pengajaran PJOK dalam Upaya Penyiapan SDM Berkarakter”. Semoga mampu memberikan manfaat sebagaimana mestinya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Football Technology, Video assistant referees (VAR). <https://football-technology.fifa.com/en/media-tiles/video-assistant-referee-var>. diunduh 09-08-2018, 15.37 WIB
- [2] Doni Kurniawan, Siti Nurrochmah, Febrita Paulina H. 2016, *Hubungan Antara Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola Sepak Pada Siswa Usia 13-14 Tahun SSB Unibraw 82 Malang*. Pendidikan Jasmani, 26 (02), 381-397
- [3] A. Ferro, J. Villaceros, P. Floría, J. L. Graupera, 2014, *Analysis of Speed Performance In Soccer by a Playing Position and a Sports Level Using a Laser System*, Journal of Human Kinetics volume 44: 143-153.
- [4] PSG star Kylian Mbappe in action for France against Colombia in March. <http://www.theweek.co.uk/premier-league/93353/man-city-transfer-news-kylian-mbappe-psg-leon-bailey-jorginho> diunduh 09-08-2018, 15.37 WIB
- [5] M. Drozd, M. Krzysztofik, M. Nawrocka, M. Krawczyk, K. Kotula, A. Langer, A. Maszczyk, 2017, *Analysis of the 30-m running speed test results in soccer players in third soccer leagues*, Turk J Kin 3(1): 1-5
- [6] T. Little, A. G. Williams, 2005, *Specificity Of Acceleration, Maximum Speed, And Agility In Professional Soccer Players*, *Journal of Strength and Conditioning Research* 19(1), 76-78
- [7] A. Mendez-Villanueva, M. Buchheit, B. Simpson, E. Peltola, P. Bourdon, 2011, *Does On-Field Sprinting Performance In Young Soccer Players Depend On How Fast They Can Run Or How Fast They Do Run?*, *Journal of Strength and Conditioning Research* 25(9): 2634-2638
- [8] L. Djaoui, K. Chamari, A. L. Owen, A. Dellal, 2017, *Maximal Sprinting Speed Of Elite Soccer Players During Training And Matches*, *Journal of Strength and Conditioning Research* 31(6): 1509-1517
- [9] J. Miñano-Espin, L. Casáis, C. Lago-Peñas, M. Á. Gómez-Ruano, 2017, *High Speed Running and Sprinting Profiles of Elite Soccer Players*, *Journal of Human Kinetics* 58: 169-176
- [10] Kylian Mbappe, Extreme Speed 2018, <https://www.youtube.com/watch?v=PIX8qSr0thA&t=28s>, diunduh 09-08-2018, 15.37 WIB