

**SURVEI TINGKAT KETERAMPILAN DASAR GERAK SEPAKBOLA  
SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA  
DI SMP NEGERI 1 PAKEM**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi sebagai Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
**Fitra Setyawan**  
**08601244163**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
OKTOBER 2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Survei Tingkat Keterampilan Dasar Gerak Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP N 1 pakem”, yang disusun oleh Fitra Setyawan, NIM 08601244163 ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 8 Oktober 2012  
Dosen Pembimbing,



Nurhadi Santoso, M.Pd.  
NIP: 19740317 200812 1 003



## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli.

Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi yudisium pada periode berikutnya

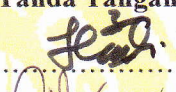
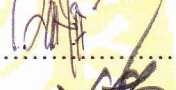

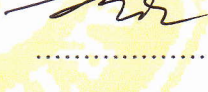
Yogyakarta, 8 Oktober 2012  
Yang menyatakan,



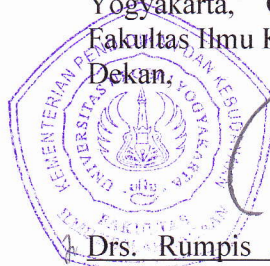
Fitra Setyawan  
NIM. 08601244163

## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Survei Tingkat Keterampilan Dasar Gerak Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP N 1 Pakem” yang disusun oleh Fitra Setyawan, NIM 08601244163 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 8 Oktober 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nurhadi Santoso, M.Pd	Ketua Penguji		29/10-12
Fathan Nurcahyo, M.Or	Sekretaris Penguji		29/10-12
Yudanto, M.Pd	Penguji I		25/10-12
Sridadi, M.Pd	Penguji II		24/10-12

Yogyakarta, Oktober 2012  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

## **MOTTO**

1. Hidup berawal dari mimpi (NN)
2. Ketika pengalaman berbicara semua teori jadi nomor sekian (Fitra Setyawan).
3. Berusaha menjadi lebih baik untuk hari esok yang lebih indah (Fitra Setyawan).
4. Saya tidak akan pernah diam karena hidup hanya sekali (Fitra Setyawan).

## PERSEMBAHAN

Karya yang amat sederhana ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna sangat istimewa bagi kehidupan penulis, di antaranya: ***Bapak Suprayitno Hadi*** dan ***ibu ku Arum Iriani***, bapak yang tanggung jawab dan ibu yang baik dan penuh cinta kasih terhadap keluarga.

**SURVEI TINGKAT KETERAMPILAN DASAR GERAK SEPAKBOLA  
SISWA SISWA PESERTA EKSTRAKULIKULER SEPAKBOLA  
DI SMP NEGERI 1 PAKEM**

Oleh:  
Fitra Setyawan  
08601244163

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan dasar gerak sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem.

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, sementara itu metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Subjek penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepakbola dengan jumlah 20 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Tes Menurut Nurhasan*, yaitu tes sepak dan tahan bola 30 detik, tes memainkan bola dengan kepala 30 detik, tes menggiring bola, dan tes menembak bola kesasaran. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif kuantitatif.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan diperoleh hasil bahwa keterampilan dasar gerak sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem, dalam mengikuti keempat item hasil keseluruhan tes adalah terdapat 7 (35%) siswa dalam katagori baik, 7 (35%) siswa dalam katagori cukup, dan 4 (20%) siswa dalam katagori kurang, 2 (10%) siswa dalam katagori kurang sekali. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar gerak sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem masuk dalam kategori “Cukup dan Baik”.

Kata Kunci: *Tingkat Keterampilan Dasar Gerak, Permainan Sepakbola, Ekstrakurikuler*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala limpahan kasih dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul “Survei Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem” dimaksudkan untuk mengetahui seberapa besar Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem.

Penulis juga mengucapkan terima kasih atas bantuan dan uluran tangan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Rochmad Wahab, M.Pd MA., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti kuliah di program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dalam mengurus administrasi penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Amat Komari, M.S., selaku Ketua Jurusan POR, Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan arahan, dan panduan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
4. Nurhadi Santoso, M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan banyak waktunya untuk memberikan bimbingan, nasihat, dorongan dan motivasi, sehingga terselesaikannya skripsi ini.
5. Drs. Sugeng Purwanto, M.Pd., selaku penasehat akademik yang telah memberikan motivasi dan nasihat.

6. Seluruh Bapak, Ibu dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan pengetahuannya yang berguna dan bermanfaat bagi penulis serta memberikan fasilitas yang baik.
7. Wakijo, S.Pd., selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Pakem yang telah memberikan izin penelitian di sekolah SMP Negeri 1 Pakem.
8. Totok Suhartono, S.Pd Jas, selaku pembimbing guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 1 Pakem, telah membantu dan menyumbangkan tenaganya dengan kerelaan hati
9. Para siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem.
10. Para penghuni kontrakan Rewa-Rewo, *Mas Ardila, Mas Wyan, Mas Telur, Mas Cahyo, Mas Adhi dan Mas Bronto.*
11. Teman-teman PJKR NR E angkatan 2008 yang telah membantu dalam setiap kuliah.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, 8 Oktober 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Pembatasan Masalah .....	9
D. Perumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
A. Dekripsi Teori .....	11
1. Hakikat Permainan Sepakbola.....	11
a. Pengertian sepakbola .....	11
b. Lapangan dan Perlengkapan Permainan Sepakbola.....	12
2. Hakikat Keterampilan .....	15
a. Pengertian Keterampilan .....	15
b. Keterampilan Dasar Sepakbola .....	15
c. Teknik Dasar Sepakbola .....	17
3. Faktor yang mempengaruhi keterampilan dasar gerak .....	35
4. Ekstrakurikuler .....	36
a. Hakikat Ekstrakurikuler .....	36



b. Jenis-jenis Ekstrakurikuler.....	37
c. Tujuan Ekstrakurikuler .....	38
d. Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem .....	39
5. Karakteristik Siswa SMP Usia 12-15 Tahun.....	40
B. Penelitian yang Relevan .....	41
C. Kerangka Berpikir .....	42
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
A. Desain Penelitian .....	45
B. Definisi Operasional Variabel .....	45
C. Populasi dan Sampel .....	46
1. Populasi Penelitian .....	46
2. Sampel Penelitian .....	46
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	47
1. Instrumen Penelitian .....	47
2. Teknik Pengumpulan Data .....	48
E. Teknik Analisis Data .....	49
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
A. Deskripsi Lokasi, Subjek, dan Waktu Penelitian .....	52
1. Deskripsi Lokasi .....	52
2. Deskripsi Subyek .....	52
3. Deskripsi Waktu Penelitian .....	52
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	52
1. Tes Keterampilan Dasar Sepakbola .....	53
2. Tes Passing dan Stopping .....	55
3. Tes Heading .....	56
4. Tes Dribbling .....	58
5. Tes Shooting .....	60
C. Pembahasan .....	61
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>63</b>
A. Kesimpulan .....	63
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	63
C. Keterbatasan Hasil Penelitian .....	64
D. Saran-Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>69</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP Negeri1 Pakem .....	5
Tabel 2. Data <i>T-Score</i> Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola .....	53
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola .....	54
Tabel 4. Data Hasil Tes <i>Passing dan Stopping</i> .....	55
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tes <i>Passing dan Stopping</i> .....	55
Tabel 6. Data Hasil Tes <i>Heading</i> .....	55
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Tes <i>Heading</i> .....	57
Tabel 8. Data Hasil Tes <i>Dribbling</i> .....	57
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Tes <i>Dribbling</i> .....	59
Tabel 10. Data Hasil Tes <i>Shooting</i> .....	60
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Tes <i>Shooting</i> .....	60

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Sepakbola .....	13
Gambar 2. Perlengkapan Sepakbola.....	14
Gambar 3. Teknik Menendang Bola .....	24
Gambar 4. Teknik Menghentikan/Menahan Bola.....	27
Gambar 5. Teknik Menyundul Bola.....	29
Gambar 6. Teknik Menggiring Bola .....	32
Gambar 7. Teknik Merampas Bola .....	33
Gambar 8. Teknik Lemparan Ke Dalam .....	34
Gambar 9. Gerak Tipu dengan Bola.....	34
Gambar 10. Teknik menjaga gawang.....	35
Gambar 11. Alur Kerangka Berfiikir .....	44
Gambar 12. Histogram Keterampilan Dasar Sepakbola .....	54
Gambar 13. Histogram <i>Passing dan Stopping</i> .....	56
Gambar 14. Histogram <i>Heading</i> .....	58
Gambar 15. Histogram <i>Dribbling</i> .....	59
Gambar 16. Histogram <i>Shooting</i> .....	61

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Ijin Penelitian dari Fakultas.....	69
Lampiran 2. Surat Keterangan Ijin Penelitian dari Sekretariat Daerah.....	70
Lampiran 3. Surat Keterangan Ijin Penelitian dari Bappeda .....	71
Lampiran 4. Surat Keterangan Telah Melakukan Pengambilan Data .....	72
Lampiran 5. Sertifikat Kalibrasi <i>Stopwatch</i> .....	73
Lampiran 6. Sertifikat Kalibrasi Meteran.....	75
Lampiran 7. Instrument Penelitian.....	77
Lampiran 8. Rekapitulasi Hasil Tes <i>Passing dan Stopping</i> .....	83
Lampiran 9. Rekapitulasi Hasil Tes <i>Heading</i> .....	85
Lampiran10. Rekapitulasi Hasil Tes <i>Dribbling</i> .....	87
Lampiran 11. Rekapitulasi Hasil Tes <i>Shooting</i> .....	89
Lampiran 12. Data Tingkat Keterampilan Dasar .....	91
Lampiran 13. Tabulasi T-score Akhir Data Penelitian Survei Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 1 Pakem.....	93
Lampiran 14. Dokumentasi Foto Penelitian .....	95

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan salah satu cara untuk menjaga agar kesegaran jasmani tetap berada dalam kondisi yang baik. Sering terlihat pria maupun wanita, tua atau muda melakukan latihan-latihan olahraga, baik di lapangan maupun di jalan, semua ini mereka lakukan agar kesehatan dan kesegaran jasmani tetap baik yang digunakan sebagai dasar penting untuk hidup bahagia dan bermanfaat.

Kegiatan olahraga meliputi gaya pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat atau jiwa sportif. Pada olahraga kelompok mendorong manusia saling bertanding dalam suasana kegembiraan dan kejujuran. Olahraga memberi kemungkinan pada tercapainya rasa saling mengerti dan menimbulkan solidaritas serta tidak mementingkan diri sendiri. Olahraga juga dapat dijadikan sebagai alat pemersatu. Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia yang berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh olahragawan.

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki kecuali penjaga gawang

yang diperbolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di lapangan (*outdoor*) dan di dalam ruangan tertutup (*indoor*). Sepakbola berkembang dengan pesat di kalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan; anak-anak, dewasa; dan orang tua (Sucipto, dkk. 2000: 7).

Sepakbola menjadi salah satu olahraga favorit di kalangan masyarakat, karena sepakbola sudah dikenal di seluruh lapisan masyarakat. Hal ini terbukti dengan munculnya klub sepakbola di berbagai daerah juga munculnya klub-klub tangguh di tingkat sekolah maupun perguruan tinggi, serta dengan adanya kompetisi di tingkat nasional maupun daerah, dan juga banyak berdirinya sekolah-sekolah sepakbola.

Setiap cabang olahraga mempunyai tujuan dari permainannya. Tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya agar tidak kemasukan. Suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola ke gawang lawannya dan apabila sama, maka dinyatakan seri atau draw.

Dalam upaya membina prestasi yang baik, maka pembinaan harus dimulai dari pembinaan usia muda dan pembinaan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepakbola. Bibit atlet yang unggul perlu pengolahan dan proses kepelatihan secara ilmiah, barulah muncul prestasi atlet semaksimal mungkin pada umur-

umur tertentu. Atlet berbakat yang umurnya muda dapat ditemukan di sekolah-sekolah, klub, organisasi pemuda dan kampung-kampung.

Dalam pembelajaran sepakbola, mengenal aspek-aspek yang perlu dikembangkan yaitu (Soekatamsi, 2001 : 11) : 1) Pembinaan teknik (keterampilan); 2) Pembinaan fisik (kesegaran jasmani); 3) Pembinaan taktik; 4) Kematangan juara.

Modal utama dalam bermain sepakbola antara lain fisik, teknik, taktik, dan mental. Salah satu hal yang juga harus diperhatikan dalam bermain sepakbola adalah keterampilan dasar bermain sepakbola. Dalam peningkatan kecakapan permainan sepakbola, keterampilan dasar erat sekali hubungannya dengan kemampuan koordinasi gerak fisik, taktik dan mental. Keterampilan dasar harus dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan.

Untuk meningkatkan prestasi sepakbola banyak faktor yang harus diperhatikan seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas, pemain berbakat dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadai. Untuk meningkatkan keterampilan sepakbola akan dilakukan drill mengenai *Dribble, passing, control, shooting, dan heading*.

Dalam sepakbola terdapat berbagai pemain yang di antaranya ada penyerang (*striker*) atau pemain depan, gelandang (*midfielder*) atau pemain tengah, pemain belakang (*defender*), dan penjaga gawang (*goal keeper*). Kemudian dari berbagai macam pemain penyerang terdiri atas penyerang

kanan dan penyerang kiri, gelandang terdiri atas gelandang gelandang kanan, gelandang kiri dan gelandang tengah. Selain pemain penyerang dan pemain gelandang ada juga pemain belakang (*defender*) yang biasa disebut pemain bek (pertahanan) yang terdiri atas bek kanan, bek kiri dan bek tengah serta seorang penjaga gawang (*goal keeper*).

Aspek latihan tersebut bertujuan mengetahui dan meningkatkan kondisi pemain, karena tanpa keterampilan gerak dasar bermain sepakbola yang baik maka seseorang pemain tidak akan berkembang. Biasanya seorang pelatih akan memberikan latihan pada para pemainnya dan setelah itu akan memberikan evaluasi mengenai hasil latihan yang diberikan berhasil atau tidak di dalam meningkatkan kondisi fisik serta keterampilan dasar para pemainnya. Untuk dapat bermain sepakbola, penguasaan teknik merupakan suatu keharusan dan penguasaan teknik yang tinggi diperlukan latihan yang sungguh-sungguh dan direncanakan dengan baik.

Sekolah merupakan lembaga dan organisasi yang tersusun rapi. Segala kegiatan direncanakan dan diatur sesuai dengan kurikulum. Untuk menghadapi kemajuan zaman, kurikulum selalu diadakan perubahan, diperbaiki dan disempurnakan agar apa yang diberikan di sekolah terhadap anak didiknya dapat digunakan untuk menghadapi tantangan hidup di masa sekarang maupun yang akan datang, sehingga sekolah sebagai tempat untuk belajar agar tujuan hidup atau cita-citanya tercapai. Hal ini berlaku pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.



Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMP Negeri 1 Pakem merupakan kegiatan yang sudah diprogram dengan kebutuhan yang diinginkan oleh sekolah. Adapun kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan di SMP Negeri 1 Pakem yaitu meliputi :

Tabel 1. Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Pakem

No	Jenis Ekstra	Pembimbing	Waktu Kegiatan
1	Pramuka (ekstrakurikuler wajib sem gasal)	1. Suharto, S.Pd 2. Sugeng H.,S.PD 3. Mulyanti, S.Pd 4. Y. Purwanta, S.PD 5. Suryono 6. Nurhidayat Ikhwan, S.PD	Kamis, 15.30-17.30 WIB
2	Karawitan	S. Dwijo Pangrawit	Senin, 15.30-17.30 WIB
3	OSN	Narjoko, A.Md.Pd	Senin, 15.30-17.30 WIB
4	KIR	1. Sugeng Hastanto, S.Pd 2. Narjoko, A.Md. Pd 3. Yunias H. M., S.Pd	Selasa, 15.30-17.30 WIB
5	Tapak Suci/Bela diri	Eka Andriyati, S.H	Rabu, 15.30-17.30 WIB
6	Sepak Bola	Totok Suhartono, S.Pd. Jas	Selasa, 15.30-17.30 WIB
7	Conversation Bahasa Inggris	Legowo Tri Jatmiko, S.Pd	Rabu, 15.30-17.30 WIB
8	Seni Musik	Wasito Paulus, S.Ag	Jumat, 14.30-17.30 WIB
9	TPA	1. Etik Nuraniyah, S.Ag 2. Hidayatul Muslimah, B.A	Sabtu, 15.30-17.30 WIB
10	Kaligrafi	Krisnadi	Sabtu, 15.30-17.30 WIB
11	Basket	Jatmika Yoga Pratama	Sabtu, 14.30-17.30 WIB

Sumber : Tata Usaha SMP N 1 Pakem

Pelatih dari ekstrakurikuler sepakbola di sekolah ini yaitu Bp. Totok Suhartono, S.Pd. Jas. Di setiap ekstrakurikuler latihan yang diberikan oleh pelatih, tidak hanya sekedar latihan taktik dan strategi saja terkadang juga ditambahi dengan latihan fisik. Siswa yang memilih dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola adalah siswa kelas 1, 2, dan 3 yang benar-benar ingin dan berminat latihan sepakbola.

Ketertarikan dalam melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Pakem disebabkan belum terdapat prestasi yang diperoleh tim sepakbola SMP Negeri 1 Pakem dalam pertandingan antar pelajar di Kabupaten Sleman. Dikarenakan pihak sekolah tidak memfasilitasi tim sepakbola SMP Negeri 1 Pakem dalam berbagai kejuaran. Peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem terlihat sedikit peminat dari para siswa untuk mengikuti kegiatan tersebut. Tercatat terdapat 38 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola, namun siswa yang datang setiap kegiatan ekstrakurikuler sepakbola sekitar 20 siswa dari 38 siswa yang terdaftar.

SMP Negeri 1 Pakem memiliki fasilitas penunjang yang sudah memadai dan dalam kondisi baik. Khususnya dalam olahraga sepakbola terdapat lapangan yang dapat digunakan untuk melaksanakan ekstrakurikuler sepakbola. Lapangan terletak 100 meter sebelah selatan sekolah, lapangan berukuran standart dengan rumput dalam kondisi baik, garis lapangan terlihat jelas, gawang dalam kondisi baik. Namun lapangan tersebut milik Rumah Sakit Grahita, bukan milik SMP Negeri 1 Pakem.

Terdapat pula sarana penunjang antara lain : 1) Bola sepak : 3 buah dalam kondisi masih baru, 5 buah dalam kondisi baik, dan 7 buah dalam kondisi tidak layak pakai; 2) Cone : 42 buah dalam kondisi masih baru, 15 buah dalam kondisi baik, cone kerucut sebanyak 15 buah dalam kondisi baik.

Berdasarkan survei yang dilakukan saat pelaksanaan ekstrakurikuler sepakbola, materi saat latihan antara lain : pemanasan; latihan teknik dasar meliputi *dribbling, passing, controlling, heading; small set game, shooting* ke gawang. Dengan sarana dan prasarana yang terdapat di SMP Negeri 1 Pakem yang memadai tidak dimanfaatkan secara maksimal oleh sekolah dan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dikarenakan kegiatan ekstrakurikuler hanya diadakan satu Minggu satu kali setiap hari Selasa pukul 14.30 – 16.30 WIB. Dengan peserta yang tercatat sebanyak 38 siswa, namun peserta yang berangkat tidak mencapai 38 siswa dari keseluruhan peserta ekstrakurikuler sepakbola. Program latihan tidak berjalan dengan baik karena jadwal latihan yang kurang dari standart dari minimal tiga kali dalam latihan hanya melaksanakan latihan satu kali dalam seminggu dan keterbatasan peserta ekstrakurikuler yang hadir.

Banyak hal yang menyebabkan ekstrakurikuler sepakbola tersendat antara lain : Jadwal ekstrakurikuler sepakbola berbenturan dengan jadwal kegiatan lain para peserta ekstrakurikuler, dana untuk biaya operasional dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola hanya cukup untuk latihan satu minggu satu kali.

Sebagian peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola tidak hanya mengikuti latihan saat ekstrakurikuler, namun juga aktif dalam klub-klub sepakbola atau SSB yang terdapat di Sleman sehingga teknik dasar sepakbola yang dikuasai para peserta didik yang aktif di klub-klub sepakbola atau SSB lebih baik dibandingkan peserta didik yang hanya berlatih saat ekstrakurikuler saja, karena jam latihan yang kurang.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka perlu diadakan penelitian tentang “Survei tingkat keterampilan dasar gerak sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Latar belakang masalah yang telah diuraikan dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Minat peserta didik dalam mengikuti ekstrakurikuler sepakbola masih rendah.
2. Belum ada prestasi dibidang sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem.
3. Kurangnya pemanfaatan sarana dan prasarana secara maksimal.
4. Pihak sekolah kurang memfasilitasi tim sepakbola SMP Negeri 1 Pakem dalam berbagai kejuaraan.
5. Ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem hanya melakukan latihan sebanyak satu kali dalam satu minggu.
6. Belum diketahui “tingkat keterampilan dasar gerak sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem”.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah disebutkan di atas, maka peneliti hanya akan mengkaji dan mengetahui, “Tingkat Keterampilan Dasar Gerak Sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem”. Keterampilan dasar bermain sepakbola yang diukur meliputi keterampilan menyepak dan menahan bola, memainkan bola dengan kepala, menggiring bola dan menembak bola.

### **D. Rumusan Masalah**

Atas dasar pembatasan masalah tersebut, maka rumusan masalahnya dapat disimpulkan “Seberapa Tinggi Tingkat Keterampilan Dasar Gerak Sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat Keterampilan Sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem.

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan, yaitu:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat dilakukan penelitian ini adalah dapat dijadikan sebagai masukan untuk meningkatkan program latihan ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Pakem.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk memberikan pembelajaran permainan sepakbola, dalam rangka meningkatkan Kemampuan kognitif pada permainan sepakbola.
- b. Bagi siswa, penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan bahwa penting untuk mengetahui teori tentang olahraga permainan terutama sepakbola khususnya dalam hal keterampilan teknik dasar dan memotivasi siswa untuk meningkatkan kemampuan kognitifnya.
- c. Bagi masyarakat, penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan tentang hal-hal yang berkaitan sepakbola.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORITIK**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Sepakbola**

###### **a. Pengertian Sepakbola**

Pada hakikatnya permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak. Sepakbola dimainkan dilapangan rumput oleh dua regu yang saling berhadapan dengan masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain. Tujuan permainan ini dimainkan adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan. Ada pun karakteristik yang menjadi ciri khas permainan ini adalah memainkan bola dengan menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali lengan. Menurut muhajir (2007:22), “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”. Menurut Luxbacher (2008: 2) menyatakan bahwa pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan gawang dan berusaha menjebol gawang lawan.

Didalam memainkan bola setiap pemain dibolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali lengan, hanya penjaga

gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan lengan. Sepakbola hampir seluruhnya menggunakan kemahiran kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota tubuh manapun. Tujuan dari masing-masing regu adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dengan pengertian pula berusaha sekuat tenaga agar gawangnya terhindar dari kebobolan penyerang lawan.

Pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan antara dua (2) regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 orang dan dimainkan dengan kaki, kecuali penjaga gawang, boleh menggunakan tangan dan lengan. Setiap tim berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawangnya dari kemasukan bola oleh serangan lawan dan permainan ini dilakukan selama 2x45 menit.

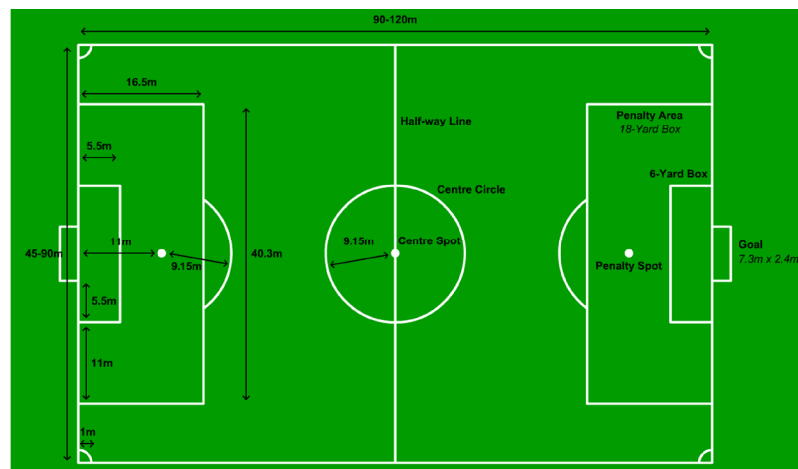
## **b. Lapangan dan Perlengkapan Permainan Sepakbola**

### **1) Lapangan Permainan**

Lapangan sepakbola harus memiliki ukuran panjang 100 meter hingga 110 meter dan lebar 64 meter hingga 75 meter. Garis-garis batas kapur putih harus jelas dengan ketebalan garis sebesar 12 centimeter. Setiap pertandingan dimulai dari titik tengah lapangan yang membagi lapangan menjadi dua daerah simetris yang dikelilingi oleh lingkaran yang memiliki diameter 9,15 meter. Di setiap sudut lapangan diberi garis lingkaran dengan jari-jari 1 meter dan bendera sudut lapangan dengan tinggi tiang 1,5 meter.



Gawang ditempatkan pada kedua ujung lapangan pada bagian tengah garis gawang. Masing-masing gawang memiliki tinggi 2,44 meter dan lebar 7,32 meter yang terbuat dari kayu atau logam yang memiliki ketebalan 12 centimeter, tiang gawang dicat putih dan dipasang jaring-jaring pada bagian belakang tiang. Daerah gawang adalah sebuah kotak persegi panjang pada masing-masing garis gawang. Dua garis ditarik tegak lurus dari garis gawang masing-masing antara tiang gawang yang panjangnya 5,5 meter. Ujung-ujung kedua garis kedua garis dihubungkan oleh suatu garis lurus sejajar dengan garis gawang. Daerah ini masuk bagian dari daerah tendangan hukuman (*penalty area*) dengan ukuran 16,5 meter dari tiang gawang. Titik *penalty* berjarak 11 meter dari depan pertengahan garis gawang dan lingkaran pinalti dengan jari-jari 9,15 meter.



Gambar 1. Lapangan Sepakbola  
([www. google.com](http://www.google.com))

## 2) Perlengkapan Permainan

Bola sepakbola berbentuk bulat dan terbuat dari kulit atau bahan lainnya yang disetujui. Bola FIFA yang resmi berdiameter 68 centimeter hingga 70 centimeter dan beratnya antara 410 gram hingga 450 gram. Perlengkapan yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola (selain kiper) mencakup baju kaos atau baju olahraga, celana pendek, kaos kaki, pelindung tulang kering dan sepatu bola. Kiper menggunakan baju olahraga dan celana pendek dengan lapisan berwarna lain untuk membedakan dari pemain lain dan wasit. Para pemain tidak diperbolehkan untuk menggunakan pelengkap pakaian yang dianggap dapat membahayakan pemain lainnya, seperti: jam tangan, kalung atau bentuk-bentuk perhiasan lainnya (Luxbacher, 2008: 3).



Gambar 2. Perlengkapan Sepakbola  
([www. google.com](http://www.google.com))

## **2. Hakikat Keterampilan**

### **a. Pengertian Keterampilan**

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1991: 13), keterampilan gerak dasar adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efektif dan efisien. Yanuar Kiram (1992: 11), keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktifitas gerak dan harus dipelajari agar mendapatkan bentuk yang benar. Menurut Endang Rini Sukamti (2007: 67), keterampilan merupakan penampilan motorik pada taraf yang tinggi. Gerakan pada taraf tinggi akan terasa enak dipandang. Keterampilan ditandai dengan gerakan yang terorganisasi, halus, dan estentis.

Pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa Keterampilan merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol tubuh dalam melakukan gerak. Keterampilan gerak diperoleh melalui proses belajar yaitu dengan cara memahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang dengan kesadaran pikir akan benar tidaknya gerakan yang telah dilakukan.

### **b. Keterampilan Dasar Sepakbola**

Dalam permainan sepakbola keterampilan dasar pemain sangat penting. Dalam Komarudin (2011: 21) sepakbola merupakan kegiatan fisik yang cukup kaya struktur pergerakan. Dilihat dari taksonomi gerak umum, sepakbola bisa secara lengkap, dari mulai gerakan-gerakan dasar yang membangun pola gerak yang lengkap, dari mulai pola gerak lokomotor, nonlokomotor dan gerakan manipulatif. Keterampilan dasar

ini dianggap sebagai keterampilan dasar fundamental, yang sangat berguna bagi pengembangan keterampilan-keterampilan lain yang lebih kompleks. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 8) keterampilan dasar dalam sepakbola terdiri atas tiga macam keterampilan, meliputi:

(1) Keterampilan Lokomotor dalam bermain sepakbola adalah gerakan berpindah tempat, seperti lari ke segala arah, meloncat, melompat dan meluncur. (2) Keterampilan Nonlokomotor dalam bermain sepakbola adalah gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat, seperti menjangkau, melenting, membungkuk, meliuk. (3) Keterampilan Manipulatif dalam bermain sepakbola adalah gerakan-gerakan seperti menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola dan menangkap bola bagi penjaga gawang.

Ditinjau dari jenis keterampilannya, dalam bermain sepakbola terdiri atas tiga jenis keterampilan yaitu keterampilan diskrit, kontinyu dan serial (Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra, 2000: 66). Menurut Komarudin (2011: 21) sepakbola bisa dimasukkan menjadi beberapa kelas keterampilan. Bila dilihat dari jelas tidaknya awal dan akhir gerakan yang mendasari berbagai keterampilan permainan sepakbola, seperti berlari, meloncat, melompat, menendang dan menembak, keterampilannya bisa dikategorikan sebagai keterampilan diskrit. Jika dilihat dari pola lingkungan dimana sepakbola dilakukan, sepakbola termasuk permainan yang mengandalkan keterampilan terbuka (*open skills*). Artinya, sepakbola dimainkan dalam lingkungan yang tidak mudah diduga, selalu berubah-ubah setiap waktu. Menurut Schmidt dalam Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 64) keterampilan

terbuka adalah keterampilan yang ketika dilakukan lingkungan yang berkaitan dengan bervariasi dan tidak dapat diduga.

Pendapat yang dikemukakan para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola dilihat dari keterampilan gerak dasarnya meliputi: pola gerak lokomotor, pola gerak nonlokomotor dan pola gerak manipulatif. Jika dilihat dari kondisi lingkungan masuk dalam kategori keterampilan terbuka (*open skills*) dan jika dilihat dari jenis keberlangsungannya permainan sepakbola termasuk keterampilan diskrit.

### **3. Keterampilan Teknik dasar sepakbola**

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17) teknik dasar dalam permainan sepakbola adalah sebagai berikut.

- a. Menendang (*kicking*)  
Bertujuan untuk mengumpan, menembak ke gawang dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan. Beberapa macam tendangan, yaitu menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan punggung kaki bagian dalam.
- b. Menghentikan (*stopping*)  
Bertujuan untuk mengontrol bola. Beberapa macamnya yaitu menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, menghentikan bola dengan telapak kaki, menghentikan bola dengan menghentikan bola dengan paha dan menghentikan bola dengan dada.
- c. Menggiring (*dribbling*)  
Bertujuan untuk mendekati jarak sasaran untuk melewati lawan, dan menghambat permainan. Beberapa macamnya, yaitu menggiring bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam dan dengan punggung kaki.
- d. Menyundul (*heading*)  
Bertujuan untuk mengumpan, mencetak gol dan mematahkan serangan lawan. Beberapa macam, yaitu menyundul bola sambil berdiri dan sambil melompat.
- e. Merampas (*tackling*)

Bertujuan untuk merebut bola dari lawan. Merampas bola bisa dilakukan dengan sambil berdiri dan sambil meluncur.

- f. Lempar ke dalam (*throw-in*)  
Lemparan kedalam dapat dilakukan dengan awalan ataupun tanpa awalan.
- g. Menjaga gawang (*kipper*)  
Menjaga gawang merupakan pertahanan terakhir dalam permainan sepakbola. Teknik menjaga gawang meliputi menangkap bola, melempar bola, menendang bola.

Sedangkan pembagian teknik dasar bermain sepakbola menurut

Soekatamsi (2001: 17) terdiri dari dua macam yaitu:

- a. Teknik gerakan tanpa bola yang meliputi:
  - 1) Melompat dan meloncat
  - 2) Bertumpu tanpa bola / gerakan tipu
  - 3) Lari dan mengubah arah
- b. Teknik gerakan dengan bola yang meliputi:
  - 1) Menendang bola
  - 2) Menerima / mengontrol bola
  - 3) Menyundul bola
  - 4) Gerak tipu dengan bola
  - 5) Merebut bola
  - 6) Menggiring bola
  - 7) Merampas dan merebut bola

Dalam pelaksanaan, kedua teknik dasar tersebut selalu terjadi dan dilakukan dalam permainan. Teknik dasar tanpa bola dan teknik dasar dengan bola harus mampu dikombinasikan didalam situasi permainan menurut kebutuhan.

#### a. Teknik Gerakan Tanpa Bola

##### 1) Lari

Teknik lari seorang pemain ditandai dengan lari dalam memperoleh posisi serangan dan lari dalam bertahan. Dalam melakukan lari untuk memenuhi kebutuhan tadi, pemain harus dapat lari cepat berbelok atau merubah arah, berhenti lari mundur

dan mendadak start lagi. Untuk memperoleh kelincahan perlu diperhatikan oleh pemain. Menurut Sardjono (1982: 17) "Lari dalam sepak bola tidak sama dengan lari dalam atletik". Dalam atletik, lari tidak mendapat gangguan sedikit pun, tetapi dalam sepak bola selalu tidak bebas dimana seorang pemain kadang-kadang terpaksa mengubah arah berlari, berhenti, lari mundur, lari sambil melompat/meloncat dan beradu badan dengan lawan.

## 2) Melompat/Meloncat

Lompatan dapat dilakukan dengan atau tanpa awalan, tolakan satu kaki akan lebih menguntungkan karena memungkinkan pemain melompat lebih tinggi, walaupun demikian didalam situasi yang sesungguhnya tolakan dengan menggunakan dua kaki juga digunakan. Biasanya lompatan dikombinasikan dengan gerakan menyundul bola, oleh karena itu gerakan melecutkan badan bagian atas sambil melompat perlu dilatih berulang-ulang agar mendapatkan lompatan yang tinggi.

## 3) Gerak tipu tanpa bola atau gerak tipu badan

Gerak tipu badan dapat di bedakan menjadi beberapa macam. Gerak tipu dengan badan bagian atas dengan kaki, mungkin juga dengan dengan bahu. Pemain dapat menipu lawan dengan jalan tiba-tiba berhenti berlari atau merubah arah yang dikombinasikan dengan gerak tipu badan bagian atas. Menurut Sardjono (1982: 18) "Pemain sepakbola yang tidak dapat

melakukan gerak tipu, maka pemain itu tidak akan dapat menjadi pemain sepak bola yang baik”. Pemain dikatakan berhasil melakukan gerak tipu apabila pada waktu pemain melakukan gerakan pura-pura tapi oleh lawan dianggap itu sebagai gerakan sebenarnya sehingga lawan akan mengikuti gerakan pura-pura itu.

b. Teknik Gerakan Dengan Bola

1) Menendang

a) Teknik Dasar Menendang dengan kaki bagian dalam (*Short Pass*)

Pada umumnya menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*Short pass*).

Menurut Muhajir (2007: 3), analisis gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

(1) Ada awalan sebelum tendangan. (2) Badan menghadap sasaran di belakang bola. (3) Kaki tumpu berada disamping bola kurang lebih 15cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk. (4) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola. (5) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat pada tengah bawah bola dan pada saat kaki mengenai bola, pergelangan kaki ditegakkan. (6) Gerakan lanjutan kaki tendang diangkat dan diarahkan kedepan. (7) Pandangan mata sesaat *impact* melihat bola selanjutnya mengikuti arah sasaran. (8) Lengan dibuka berada disamping badan sebagai keseimbangan. (9) Setelah melepas tendangan masih ada gerakan–gerakan lanjutan (*follow trough*) agar diperhatikan tidak putus.

b) Teknik Dasar Menendang dengan kaki bagian luar

Pada umumnya menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*Short pass*).



Menurut Muhajir (2007: 3), analisis gerak menendang dengan kaki luar dalam adalah sebagai berikut:

(1) Ada awalan sebelum tendangan. (2) Badan menghadap sasaran di belakang bola. (3) Kaki tumpu berada disamping bola kurang lebih 25cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk. (4) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola. (5) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki dan tepat pada tengah bola dan pada saat kaki mengenai bola, pergelangan kaki ditegakkan. (6) Gerakan lanjutan kaki tendang diangkat kurang lebih 45derajat dan diarahkan kedepan. (7) Pandangan mata sesaat *impact* melihat bola selanjutnya mengikuti arah sasaran. (8) Lengan dibuka berada disamping badan sebagai keseimbangan. (9) Setelah melepas tendangan masih ada gerakan–gerakan lanjutan (*follow trough*) agar diperhatikan tidak putus.

c) Teknik Dasar Menendang dengan Punggung Kaki bagian dalam (*Long Pass*)

Pada umumnya menendang dengan punggung kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak jauh (*long pass*). Menurut Muhajir (2007: 4), analisis gerak menendang dengan punggung kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

(1) Ada awalan sebelum tendangan. (2) Posisi pemain membentuk sudut kurang lebih 40 derajat dari garis lurus bola, kaki tumpu diletakkan disamping dibelakang bola kurang lebih 30 cm dengan ujung kaki membuat sudut kurang lebih 40 derajat dengan garis lurus bola. (3) Kaki tendang berada dibelakang bola dengan ujung kaki serong kurang lebih 40 derajat ke arah luar. Kaki tendang tarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola. (4) Perkenaan kaki pada bola tepat dipunggung kaki bagian dalam dan tepat pada tengah bawah bola dan pada saat kaki mengenai bola, pergelangan kaki ditegakkan. (5) Gerakan lanjutan kaki tendang diangkat dan diarahkan kedepan. (6) Pandangan mata sesaat *impact* melihat bola selanjutnya mengikuti arah sasaran (7) Lengan dibuka berada di samping badan sebagai keseimbangan. (8)

Setelah melepas tendangan masih ada gerakan–gerakan lanjutan (*follow trough*) agar diperhatikan tidak putus.

Faktor – faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam *long pass*:

Sikap pribadi pemain merupakan faktor utama yang dapat mendukung atau menunjang keberhasilan dalam passing. Faktor ketepatan tendangan dalam mengumpan bola juga harus lebih diutamakan dari pada kekuatan tendangan. Adapun teknik atau sasaran yang dapat membantu keberhasilan dalam ketepatan menembak bola kearah gawang ada dua macam yaitu: (1) Operan bola dengan punggung kaki dan (2) Keakuratan dan penghitungan waktu yang tepat.

d) Teknik Dasar Menembak Bola (*shooting*)

Menembak bola (*shooting*) adalah tendangan kearah gawang dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan. Tendangan kearah gawang atau *shooting* menurut Sugiyanto SD (1997: 17) adalah:

- (1) Ada awalan sebelum tendangan.
- (2) Posisi pemain membentuk sudut kurang lebih 30 derajat disamping bola.
- (3) Penempatan kaki tumpu sesaat setelah *shooting* disamping hampir sejajar dengan bola.
- (4) Sesaat akan menendang, kaki ayun menarik ke belakang dan selanjutnya gerakan melepas ke depan.
- (5) Perkenaan bola adalah kaki punggung bagian dalam juga dapat menggunakan punggung kaki.
- (6) Pandangan mata sesaat *impact* melihat bola selanjutnya mengikuti arah sasaran.
- (7) Setelah melepas tendangan masih ada gerakan–gerakan lanjutan (*follow trough*) agar diperhatikan tidak putus.

Pada umumnya *shooting* bertujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan. Adapun bagian kaki yang digunakan untuk shooting adalah menggunakan kaki bagian punggung. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 20), analisis gerak *shooting* dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

- (1) Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran dan lutut sedikit di tekuk.
- (2) Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke sasaran.
- (3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola.
- (4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bola pergelangan kaki di tegangkan.
- (5) Gerak lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran.
- (6) Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran.

Menurut Komarudin (2011: 100) ada lima dasar yang perlu diperhatikan dalam melakukan teknik *shooting* atau menembak, ialah:

- (1) Mengamati posisi penjaga gawang.
- (2) Harus memperhatikan kemana arah tendangan.
- (3) Mata tetap dalam keadaan terbuka.
- (4) Memperhatikan kecepatan lari dan kecepatan bola.
- (5) Melihat pemain bertahan atau penjaga gawang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam *shooting*:

Faktor ketepatan tendangan kearah gawang dalam menembak bola juga harus lebih diutamakan dari pada kekuatan tendangan. Adapun teknik atau sasaran yang dapat membantu keberhasilan dalam ketepatan menembak bola

kearah gawang ada dua macam yaitu: (1) Menembak bola dengan posisi bola rendah atau menyusur tanah dan (2) Menembak bola dengan posisi bola di jauhkan dari penjaga gawang.



Gambar 3. Teknik Menendang Bola  
Sumber Buku : (Muhajir, 2007: 25)

## 2) Menghentikan bola (*stopping*)

Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuannya menghentikan bola untuk mengontrol bola. Dilihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

### a) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai

setinggi paha. Menurut Muhajir, (2007: 5), analisis gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- (1) Posisi badan segaris dengan datangnya bola.
- (2) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- (3) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola.
- (4) Bola menyentuh kaki persisi dibagian dalam/mata kaki.
- (5) Kaki penghenti mengikuti arah bola.
- (6) Kaki penghenti bersama bola berhenti dibawah badan.
- (7) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
- (8) Kedua lengan di buka disamping badan menjaga keseimbangan.

b) Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Menghentikan bola dengan kaki bagian luar pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha. Menurut Muhajir, (2007: 5), analisis gerak menghentikan bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- (1) posisi badan menghadap kedatangannya bola.
- (2) kaki tumpu berada di samping kurang lebih 30cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- (3) kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian luar dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola.
- (4) bola menyentuh kaki persis dipermukaan kaki bagian luar.
- (5) Kaki penghenti mengikuti arah bola.
- (6) Kaki penghenti bersama bola berhenti dibawah badan.
- (7) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
- (8) Kedua lengan di buka di samping badan menjaga keseimbangan.

c) Menghentikan bola dengan punggung kaki. Menurut Muhajir, (2007: 6), analisis gerak menghentikan bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

(1) Posisi badan menghadap datangnya bola. (2) Kaki tumpu berada pada garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk. (3) Kaki penghenti diangkat sedikit dan dijulurkan sedikit kedepan menjemput datangnya bola. (4) Bola menyentuh kaki persis di punggung kaki.

d) Menghentikan bola dengan telapak kaki. Menurut Muhajir, (2007: 6), analisis gerak menghentikan bola dengan telapak kaki adalah sebagai berikut:

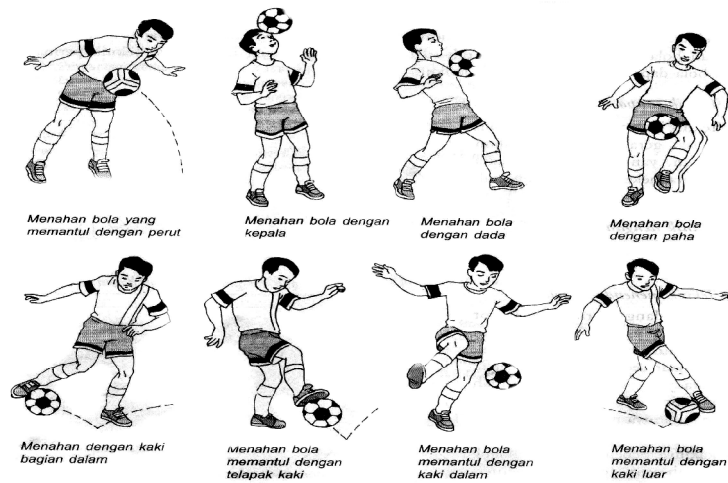
(1) Posisi badan lurus dengan arah datangnya bola. (2) Kaki tumpu berada pada garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk. (3) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan telapak kaki dijulurkan menghadap kesasaran. (4) Pada saat bola masuk ke kaki, ujung kaki diturunkan sehingga bola berhenti di depan badan.

e) Menghentikan bola dengan paha. Menurut Muhajir, (2007: 6), analisis gerak menghentikan bola dengan paha adalah sebagai berikut:

(1) Posisi badan menghadap datangnya bola. (2) Kaki tumpu berada pada garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk. (3) Paha diangkat tegak lurus dengan badan ditekuk tegak lurus dengan paha. (4) Bola mengenai paha tepat pada tengah-tengah paha antara lutut dan pangkal paha.

f) Menghentikan bola dengan dada. Menurut Muhajir, (2007: 6), analisis gerak menghentikan bola dengan dada adalah sebagai berikut:

(1) Posisi badan menghadap datangnya bola. (2) Kedua kaki dibuka selebar bahu dengan kedua lutut sedikit ditekuk. (3) Dada sedikit dibusungkan kedepan menghadap arah datangnya bola. (4) Perkenaan bola pada dada tepat di tengah-tengah dada.



Gambar 4. Teknik Menghentikan/Menahan Bola  
Sumber Buku : (Muhajir, 2007: 26)

### 3) Menyundul Bola

Menurut Sukatamsi (2001:336), “menyundul bola adalah meneruskan bola dengan mempergunakan dahi yaitu daerah kepala di atas kening di bawah rambut”. Ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Sucipto, dkk. (2000:32), “bahwa menyundul adalah memainkan bola dengan kepala”.

Prinsip-prinsip teknik menyundul bola (Sukatamsi, 2001: 31):

- Lari menjemput arah datangnya bola, pandangan mata tertuju ke arah bola,
- Otot-otot leher dikuatkan, dikeraskan dan difleksasi dagu ditarik rapat pada leher,
- Untuk menyundul bola digunakan dahi yaitu daerah kepala di atas kedua kening dibawah rambut kepala,
- badan ditarik ke belakang melengkung pada daerah pinggang, kemudian dengan gerakan seluruh tubuh yaitu kekuatan otot perut, kekuatan dorongan panggul dan kekuatan kedua lutut kaki bengkok diluruskan, badan diayunkan dan dihentakkan ke depan sehingga dahi dapat mengenai bola,
- Pada waktu menyundul bola mata tetap terbuka dan tidak boleh dipejamkan, dan selalu mengikuti arah datangnya

bola dan mengikuti kemana bola diarahkan dan selanjutnya diikuti dengan gerak lanjutan untuk segera lari mencari posisi.

Macam-macam teknik menyundul bola:

a) Menyundul bola sambil berdiri.

Pada umumnya dilakukan saat datangnya bola maksimal setinggi kepala. Analisis menyundul bola sambil berdiri adalah sebagai berikut (Sucipto, dkk. 2000: 32):

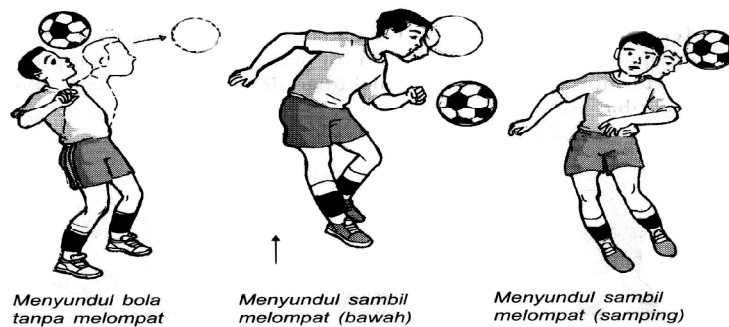
(1) Posisi badan tegak, kedua kaki dibuka selebar bahu atau salah satu kaki maju ke depan dan menghadap sasaran. Kedua lutut sedikit ditekuk. (2) Lentingkan badan ke belakang, pandangan diarahkan ke datangnya bola, dan dagu merapat dengan leher. (3) Dengan gerakan bersamaan otot-otot perut, dorongan panggul. (4) Dan kedua lutut diluruskan, badan dilecutkan kedepan sehingga dahi mengenai bola. (5) Seluruh berat badan diikutsertakan ke depan, sehingga berat badan berada di depan dan menghadap ke sasaran. (6) Salah satu kaki maju ke depan sebagai gerak lanjutan.

b) Menyundul bola sambil meloncat.

Pada umumnya dilakukan ketika datangnya bola di luar jangkauan, baik secara vertikal maupun horizontal. Analisis menyundul bola sambil meloncat adalah sebagai berikut (Sucipto, dkk. 2000: 33):

(1) Meloncat sesuai dengan datangnya bola. (2) Pada saat mencapai titik tertinggi, badan dilentangkan, otot-otot leher dikontraksikan, pandangan ke sasaran dan dagu merapat dengan leher. (3) Dengan gerak bersamaan otot-otot perut, dorongan panggul dan dorongan badan ke depan sehingga dahi mengenai bola. (4) Badan dicondongkan ke depan dan mendarat dengan kedua kaki secara eksplosif.





Gambar 5. Teknik Menyundul Bola

Sumber Buku : (Muhajir 2007: 28)

#### 4) Menggiring Bola

Sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana, dengan kecepatan dan ketepatan. Menggiring bola diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan (Sucipto, dkk. 2000: 28). Oleh karena itu bagian kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak sasaran, melewati lawan dan menghambat permainan. Pemain dapat terkenal oleh karena memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, seperti Diego Armando Maradona dari Argentina. Prinsip teknik menggiring bola meliputi (Sukatamsi, 2001: 3.3) :

- a) Bola didalam penguasaan pemain, bola selalu dekat dengan kaki, badan pemain terletak diantara bola dan lawan, supaya lawan tidak mudah untuk merebut bola
- b) Di depan pemain terdapat daerah kosong, bebas dan lawan,
- c) Bola digiring dengan kaki kanan atau kaki kiri, mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang, irama sentuhan kaki pada bola tidak mengubah irama langkah kaki,
- d) Pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu pada bola saja, tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun posisi kawan,
- e) Badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas seperti lari biasa.

Kegunaan teknik menggiring bola antara lain (Sukatamsi, 2001:

3.4) :

- a) Untuk melewati lawan,
- b) Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat,
- c) Untuk menahan bola agar tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Macam-macam cara menggiring bola (Sukatamsi, 2001: 3.5) :

- a) Menggiring bola dengan kura-kura bagian dalam :  
 (1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam. (2) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola, akan tetapi setiap langkah secara teratur menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut oleh lawan. (3) Pada saat menggiring bola lutut kedua kaki harus selalu sedikit ditekuk, dan pada waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola. (4) kemudian melihat situasi di lapangan, melihat posisi lawan dan posisi teman.
- b) Menggiring bola dengan kura-kura kaki penuh :  
 (1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura-kura penuh. (2) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki penuh kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke

depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki. (3) Pada saat menggiring bola kedua lutut selalu sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola, jangan melihat situasi lapangan, posisi lawan dan posisi teman.

Menggiring bola dengan kura-kura penuh ini, pemain dapat membawa bola dengan cepat. Dari teknik ini hanya digunakan apabila di depan pemain terdapat daerah kosong atau bebas dan lawan, sehingga jarak untuk menggiring bola cukup jauh.

c) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar (Sukatamsi, 2001: 3.6) :

(1) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam posisi menendang bola dengan kura-kura kaki bagian luar. (2) Setiap langkah secara teratur dengan kura-kura kaki bagian luar kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola bergulir ke depan. dan bola harus selalu dekat dengan kaki, sesuai dengan irama lari. (3) Pada saat menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk, waktu kaki menyentuh bola pandangan pada bola dan selanjutnya melihat situasi lawan dan posisi teman.



Gambar 6. Teknik Menggiring Bola  
Sumber Buku : Muhajir (2007: 26)

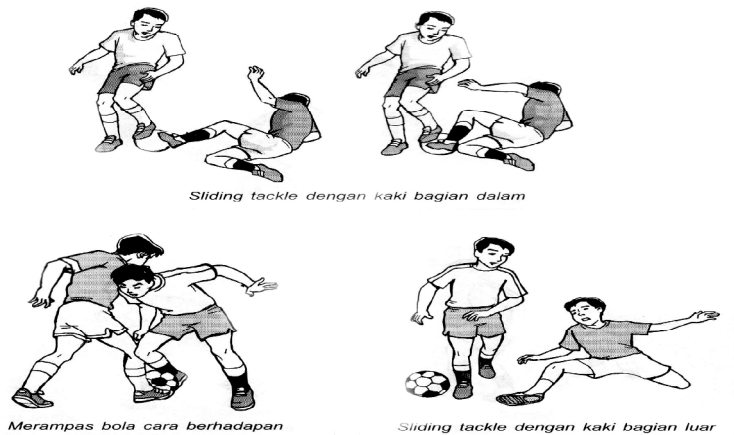
##### 5) Merampas/Merebut Bola (*Tackling*)

Menurut Sucipto, dkk. (2000:34), “Merampas bola adalah salah satu upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan”.

Arma Abdoellah, (1981: 429) "yang dimaksud disini ialah

merampas bola dari penguasaan lawan". Menurut Sucipto, dkk. (2000:34) ada beberapa cara untuk merampas bola dari lawan, diantaranya yaitu:

- a) Merampas bola sambil berdiri pada umumnya dilakukan jika bola masih dalam jangkauan kaki. Merampas bola sambil berdiri dapat dilakukan dari arah samping dan arah depan. Analisis teknik merampas bola sambil berdiri adalah sebagai berikut:  
(1) Menempatkan diri sedekat mungkin dengan lawan yang sedang menguasai bola. (2) Memperhatikan kaki dan gerak lawan. (3) Letakkan kaki tumpu di samping depan kaki lawan yang menguasai bola dan kaki tumpu ditekuk bagian lututnya sedikit. (4) Kaki yang digunakan untuk merampas bola diangkat sedikit ke belakang, kemudian ayunkan kedepan dan kenakan ketengah-tengah bola. (5) Dengan kaki bagian dalam/luar dan dengan menguatkan otot-otot kaki menahan bola dengan tekanan yang kuat. (6) Apabila lawan berdiri dengan kaki rapat, maka cepat-cepat kaki yang merampas bola menekan dan menarik bola sehingga bola bergulir di alas kaki lawan kemudian bola dikuasai.
- b) Merampas bola sambil meluncur pada umumnya dilakukan jika bola diluar jangkauan kaki. Merampas bola sambil meluncur dapat dilakukan dari arah samping dan arah depan. Analisis teknik merampas bola sambil meluncur adalah sebagai berikut:  
(1) Lari mendekati bola yang dikuasai lawan sehingga memungkinkan untuk meluncur ke arah bola. (2) Pada langkah terakhir kaki tumpu, lutut dibengkokkan dan titik berat badan direndahkan. (3) Kaki yang lain meluncur ke arah bola dengan kaki bagian dalam atau telapak kaki bola didorong kelusir penguasaan lawan. (4) Dengan dibantuan tangan, badan direbahkan.



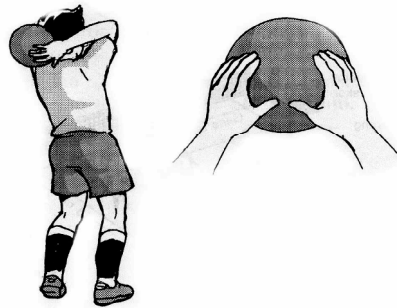
Gambar 7. Teknik Merampas Bola

Sumber Buku : Muhajir (2007: 28)

#### 6) Lemparan ke dalam

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 36) "Lemparan ke dalam merupakan satu-satunya teknik dalam permainan sepakbola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan". Yang perlu di perhatikan dalam melempar yaitu: lemparan menggunakan kedua tangan, bola dilepas di atas kepala, kedua kaki harus kontak dengan tanah dan saat melempar tidak boleh melakukan gerak tipu.

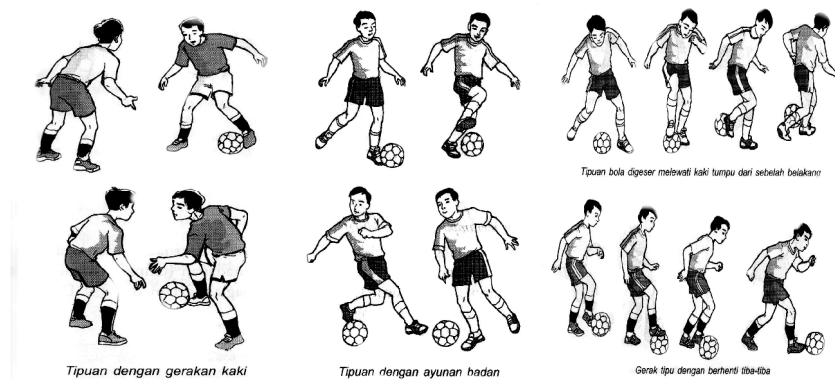
*Throw-in* adalah keterampilan yang sering diabaikan dalam sepakbola. Penggunaan *throw-in* yang benar dapat menciptakan banyak peluang untuk mengontrol bola dan mencetak gol selama pertandingan. Dengan cara melakukan lemparan dengan kekuatan penuh agar menghasilkan lemparan yang jauh dan membuka peluang untuk mencetak gol.



Gambar 8. Teknik Lemparan ke Dalam  
Sumber Buku : Muhajir (2007: 29)

7) Gerak tipu dengan bola (*Feinting*)

Menurut Arma Abdoellah, (1981: 428) "Gerak tipu dengan bola yang diartikan gerak tipu membawa bola dicampur dengan gerak tipu badan".



Gambar 9. Gerak tipu dengan bola (*Feinting*)

([www.google.com](http://www.google.com))

8) Teknik penjaga gawang; bertahan dan menyerang (*Technique of goal keeping; defensive and offensive*)

Menurut Sucipto (2000: 38) "Penjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepakbola". Para penjaga gawang harus memiliki banyak keterampilan dan sering harus bertindak sebagai lini pertahanan terakhir.



Gambar 10. Teknik menjaga gawang  
Sumber Buku : Muhajir (2007: 29)

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Keterampilan Dasar Gerak Sepakbola.

Seorang pemain sepakbola untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar, harus bisa menguasai teknik-teknik dasar sepak bola. Beberapa teknik dasar dengan bola dalam bermain sepakbola yang perlu dimiliki atau dikuasai oleh seorang pemain sepak bola adalah menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, lemparan ke dalam, dan teknik penjaga gawang. Seorang pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik pula dan akan tersusun rapi dalam kerjasama tim.

Untuk dapat meningkatkan keterampilan sepakbola banyak faktor yang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar gerak sepakbola menurut Muhajir (2007: 22), seperti: latihan, kondisi fisik, alat dan fasilitas, pelatih yang berkualitas, pemain berbakat dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadai, gizi, motivasi orang tua atau dorongan keluarga, bakat dan minat.

#### **4. Ekstrakurikuler**

##### **a. Hakikat Ekstrakurikuler**

Ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran biasa yang dilaksanakan di sekolah atau diluar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai jenis pengetahuan, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya. Menurut Depdikbud (1994: 6) bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan olahraga yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan kemampuan olahraga.

Dasar dilaksanakannya ekstrakurikuler olahraga terdapat dalam petunjuk pelaksanaan kegiatan pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani sebagai berikut: mengingat terbatasnya jam pelajaran setiap minggu serta tidak adanya program kurikuler perlu disusun program ekstrakurikuler yang dilaksanakan di luar jam pelajaran sekolah. Program ekstrakurikuler lebih menekankan pada pemahaman dan penguasaan kemampuan dan keterampilan cabang-cabang olahraga serta kebiasaan hidup sehat. Program ekstrakurikuler diperuntukkan bagi siswa yang ingin mengembangkan bakat dan kegemaran dalam cabang olahraga serta lebih membiasakan pola hidup sehat.



#### **b. Jenis-jenis Ekstrakurikuler**

Dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler ada beberapa jenis yang dapat dilaksanakan untuk mencapai tujuan meningkatkan minat dan bakat siswa namun harus disesuaikan dengan Madrasahny. Adapun jenis kegiatan ekstrakurikuler menurut Mulyono (2008: 22) adalah sebagai berikut:

- 1) Krida, meliputi kepramukaan, Pelatihan Dasar Kepemimpinan Siswa (LDKS), Kursus Kader Da'wah (KKD), Palang Merah Remaja (PMR), Pasukan Pengibar Bendera (PASKIBRAKA)
- 2) Karya Ilmiah, meliputi Kegiatan Ilmiah Remaja (KIR), Kegiatan Penguasaan Keilmuan dan kemampuan akademik, penelitian
- 3) Latihan/Lomba, Keterbakatan/Prestasi. Meliputi pengembangan bakat olahraga, seni dan budaya, cinta alam jurnalistik teater keagamaan
- 4) Seminar, lokakarya, dan pameran/bazar, dengan substansi antara lain karir, pendidikan, kesehatan, perlindungan HAM, keagamaan, seni budaya. Pada prinsipnya masih banyak lagi jenis ekstrakurikuler yang dapat kita laksanakan demi mengembangkan minat dan bakat peserta didik.

#### **c. Tujuan Ekstrakurikuler**

Kegiatan ekstrakurikuler ini perlu sebab sangat menunjang keberhasilan belajar siswa sehubungan dengan adanya keterbatasan waktu belajar pada setiap mata pelajaran sekaligus untuk mengembangkan diri dengan kegiatan yang positif. Ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu bentuk kegiatan yang tergolong ekstra sehingga peran olahraga disini antara lain sebagai salah satu cara pembinaan fisik, mental dan sosial yang diharapkan dapat tumbuh dan berkembang kearah yang positif. Selanjutnya dikatakan bahwa

olahraga dapat menumbuhkan disiplin diri, mengetahui kewajiban dalam menghadapi tugas sehari-hari, hal tersebut erat kaitannya dengan pembinaan mental.

Berdasarkan keterangan diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai jenis pengetahuan, menyalurkan bakat dan minat, untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan kemampuan olahraga, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya olahraga merupakan salah satu sarana untuk mencapai tujuan. Didalam kegiatan ini terkandung nilai-nilai dan memiliki aspek seperti disiplin, keberanian, kerjasama, tolong menolong dan terbinanya sportifitas.

**d. Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem**

SMP Negeri 1 Pakem merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memiliki kepedulian terhadap kegiatan ekstrakurikuler. Jenis ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Pakem yang termasuk ekstrakurikuler olahraga adalah Bolabasket, Bela Diri Bolavoli, Sepakbola sedangkan yang termasuk non olahraga antara lain Pramuka, OSN, Karya Ilmiah Remaja (KIR), Palang Merah Remaja (PMR), Seni Musik, Bahasa Inggris, Seni Tari, TPA, Kaligrafi, Karawitan.

Melihat dari tujuan ekstrakurikuler maka jelas bahwa diharapkan pihak sekolah berusaha memupuk kegemaran dan bakat para siswa agar mereka mempunyai kesempatan untuk mengembangkan bakat olahraga melalui kegiatan ekstrakurikuler. Dengan mengikuti ekstrakurikuler sepakbola diharapkan bisa menjadi tim inti sekolah serta bisa mewakili sekolah dalam *event* pertandingan sepakbola, dan diharapkan akan mendapatkan prestasi sepakbola.

Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem telah diprogramkan oleh sekolah dan merupakan salah satu cabang olahraga pilihan. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dilaksanakan seminggu satu kali setiap hari Selasa, dimulai pukul 14.30 – 16.30 WIB.

## **5. Karakteristik Siswa SMP (Usia 12-15)**

Anak SMP rata-rata berusia 12-15 tahun, dalam jenjang usia ini anak akan memasuki masa peralihan menuju remaja dan memulai sebagian jati dirinya. Menurut Sri Rumini (1995: 37), karakteristik tercermin dalam tingkah lakunya di antaranya yaitu:

- a. Tercermin dalam keadaan perasaan dan emosi. Keadaan perasaan dan emosinya sangat peka sehingga tidak stabil.
- b. Keadaan mental. Kemampuan mental khususnya kemampuan pikirnya mulai sempurna atau kritis dapat melakukan abstraksi.
- c. Keadaan kemauan. Kemauan mengetahui berbagai hal dengan jalan mencoba segala hal yang dilakukan oleh orang dewasa.
- d. Keadaan moral. Dorongan seks sudah cenderung memperoleh pemuasan sehingga mulai berani menunjukkan sikap-sikap agar menarik perhatian (*sex appeal*).

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dalam kedudukannya sebagai peserta didik dipandang oleh sebagian besar ahli psikologi sebagai individu yang berada pada tahap yang tidak jelas pada rangkaian proses perkembangan seseorang. Ketidakjelasan ini karena mereka berada pada periode transisi kanak-kanak ke periode orang dewasa. Pada masa ini umumnya mereka mengalami masa pubertas atau masa remaja.

Berdasarkan pendapat di atas perlu diketahui bahwa anak usia sekolah menengah pertama (SMP) termasuk dalam taraf masa perkembangan atau berada pada masa remaja berusia 12-15 tahun. Masa remaja ini merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, pada usia ini terjadi perubahan yang menonjol pada diri anak baik perubahan fisik maupun pola berpikirnya.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

Penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini antara lain:

1. Majidi (2008) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Teknik Bola Pada Atlet Berbakat Sepakbola U-14 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik sepakbola pada atlet sepakbola berbakat U-14 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2007/2008. Sampel yang digunakan adalah seluruh populasi sebanyak 25 atlet. Instrument yang digunakan adalah Tes Potensi Sepakbola (David Lee). Data pada penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan teknik sepakbola pada atlet sepakbola berbakat U-14 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta adalah

baik sekali sebanyak 4%, kategori baik sebanyak 28%, kategori cukup sebanyak 28%, kategori kurang sebanyak 32%, dan kategori kurang sekali sebanyak 8%.

2. Penelitian oleh Rahmadhanier Kalbu Adi (2011) dengan judul “Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Putra VIII SMP N 2 Wates Tahun Ajaran 2010/2011”. Teknik pengumpulan data menggunakan tes kecakapan bermain sepakbola dari Nurhasan, yang terdiri atas: (a) *passing* dan *stopping*, (b) *heading*, (c) *dribbling*, (d) *shooting*. Hasil uji validitas dan reabilitas sebagai berikut: (a) *passing* dan *stopping* sebesar 0,747 dan 0,851, (b) *heading* sebesar 0,885 dan 0,939, (c) *dribbling* sebesar 0,548 dan 0,706, (d) *shooting* sebesar 0,779 dan 0,868. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan dasar bermain sepakbola siswa putra kelas VIII SMP 2 Wates Tahun Pelajaran 2010/2011 adalah kategori kurang sekali 5,8% (3 siswa), kategori kurang 25% (13 siswa), kategori sedang 40,4% (21 siswa), kategori baik 21,1% (11 siswa) dan kategori baik sekali 7,7% (4 siswa).

### **C. Kerangka Berpikir**

Sepakbola adalah merupakan suatu permainan olahraga yang sangat memasyarakat. Ini terbukti dengan banyaknya klub-klub sepakbola, tidak hanya klub sepakbola yang ada akan tetapi pada umumnya tiap-tiap sekolah mempunyai suatu wadah yang dapat mengasah kemampuan siswanya baik dalam bidang seni, penalaran, bidang kesejahteraan, bidang khusus maupun bidang olahraga yang biasa disebut ekstrakurikuler. SMP Negeri 1 Pakem

salah satunya, SMP Negeri 1 Pakem memiliki ekstrakurikuler bidang olahraga yang didalamnya terdapat berbagai olahraga yang dapat menjadi pilihan bagi para siswa dan salah satu olahraga tersebut adalah sepak bola.

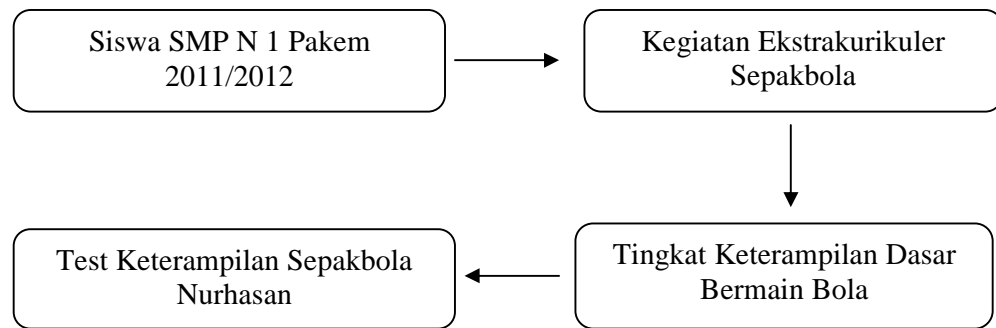
SMP Negeri 1 Pakem mempunyai prestasi yang kurang membanggakan dalam bidang olahraga khususnya sepakbola. Hal tersebut dikarenakan dengan adanya kegagalan dalam mengikuti kejuaran-kejuaran yang diikuti sekolah ini, padahal sekolah ini memiliki lapangan sepakbola. Selain itu sarana dan prasarana yang kurang lengkap seperti bola dan rompi membuat proses latihan tidak efektif. Kegagalan tim sepakbola SMP Negeri 1 Pakem dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktor tersebut adalah tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola yang dimiliki oleh para siswa tersebut.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran, bertujuan untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya diberbagai bidang studi. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler di sekolah sebagai wahana untuk menampung, menyalurkan, dan pembinaan minat, bakat, dan kegemaran siswa dalam cabang olahraga.

Keterampilan dasar sepakbola sangat diperlukan dalam bermain sepakbola, untuk menguasai keterampilan yang baik maka harus menguasai unsur-unsur yang terkandung dalam sepakbola tersebut. Adapun unsur-unsur yang harus dikuasai antara lain: gerakan-gerakan tanpa bola (lari dan merubah arah, melompat, gerak tipu tanpa bola atau badan), gerakan dengan bola

(menendang bola, menerima bola, menyundul bola, menggiring bola, geraktipu dengan bola, merebut bola, melempar bola, teknik penjaga gawang atau bertahan dan menyerang). Untuk dapat meningkatkan keterampilan sepakbola banyak faktor yang mempengaruhi tingkat keterampilan dasar gerak sepakbola seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas, pemain berbakat dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadai.

Penelitian ini akan membahas tingkat keterampilan gerak sepakbola siswa SMP Negeri 1 Pakem, khususnya peserta ekstrakurikuler sepakbola Tes keterampilan cabang olahraga bertujuan untuk mengukur keterampilan para siswa dalam suatu cabang olah raga. Tes ini mengungkapkan penguasaan keterampilan teknik dasar dalam cabang olah raga. Untuk kebutuhan data penelitian tes yang akan dilaksanakan menggunakan pedoman tes menurut Nurhasan. Hal ini dengan pertimbangan bahwa pada tes ini lebih dikhususnya untuk mengukur kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan gerak dasar dalam cabang olah raga sepakbola. Adapun tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan gerak dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163) yang mempunyai 4 macam item tes antara lain : 1) Tes Sepak dan Tahan Bola, 2) Tes memainkan bola dengan kepala, 3) Tes menggiring Bola, dan 4) Tes menembak / Menendang Bola ke Sasaran.

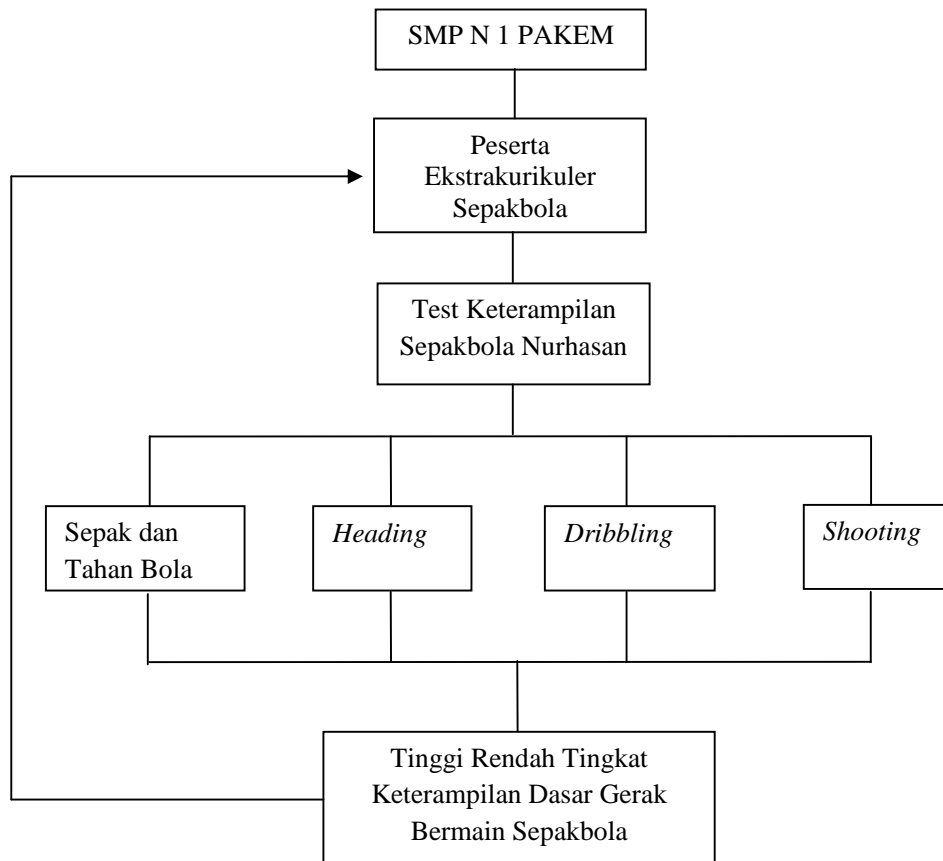


Gambar 11. Alur Kerangka Berpikir



### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian



Gambar 12. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Menurut Suharsimi Arikunto (1996: 243) menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian non hipotesis, sehingga langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis. Penelitian ini memfokuskan pada tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012.

## **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Sesuai dengan desain penelitian tersebut, maka variabel dalam penelitian ini adalah keterampilan dasar sepakbola siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Keterampilan dasar sepakbola adalah tingkat kemahiran yang dimiliki seseorang dalam bermain sepakbola yang diukur dengan menjumlahkan skor yang diperoleh dari unsur-unsur yang ada dalam butir tes keterampilan gerak dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157) yang meliputi: (1) Tes sepak dan menendang bola (*Passing* dan *Stopping*). (2) Tes memainkan bola dengan kepala (*Heading*). (3) Tes menggiring bola (*Dribbling*). (4) Tes menembak bola ke sasaran (*Shooting*)

## **C. Populasi**

Dalam setiap penelitian, populasi yang dipilih erat kaitannya dengan masalah yang ingin diteliti, populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Suharsimi Arikunto, 1998: 115). Populasi adalah keseluruhan penduduk yang dimaksud untuk diteliti disebut populasi atau *universum*. Populasi juga dapat diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Subjek penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepakbola dengan jumlah 20 siswa.

## **D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Untuk memperoleh data yang relevan dan akurat maka diperlukan alat pengukur data yang dipertanggungjawabkan, yaitu alat ukur atau instrumen penelitian yang valid dan reliabel, karena instrumen penelitian yang baik harus memenuhi dua persyaratan yaitu valid dan reliabel (Suharsimi Arikunto, 1998: 135).

Tes dan pengukuran yang dilakukan oleh masing-masing cabang olahraga yang satu dengan olahraga yang lain berbeda, hal ini dikarenakan tes dan pengukuran disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing cabang olahraga. Walaupun tes tersebut belum dapat menggambarkan kebutuhan yang sebenarnya atau secara keseluruhan, tetapi tes tersebut sudah dapat menggambarkan kemampuan keterampilan gerak dasar seorang pemain. Tes keterampilan cabang olahraga bertujuan untuk mengukur keterampilan para siswa dalam suatu cabang olah raga.

Uji validitas dan reabilitas yang telah dilakukan oleh Adi Rahmadhanir Kalbu di SMP N 2 Wates tahun pelajaran 2010/2011 dengan menggunakan bantuan program SPSS. 12 dengan rumus *product moment* dari Karl Person dan rumus *alpha cronbach*. Adapaun hasil penghitungan validitas dan reabilitas masing-masing tes adalah sebagai berikut: tes sepak dan tahan bola diperoleh validitas 0,747 dan reabilitas 0,851; memainkan bola dengan kepala diperoleh validitas 0,885 dan reabilitas 0,939; menggiring bola diperoleh validitas 0,548 dan reabilitas

0,706; dan menembak bola ke sasaran diperoleh validitas 0,779 dan reabilitas 0,868.

Hal ini dengan pertimbangan bahwa pada tes ini lebih dikhususnya untuk mengukur kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan gerak dasar dalam cabang olah raga sepakbola. Adapun tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan gerak dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163).

## **2. Teknik Pengumpulan data**

Pengambilan data ini dilakukan pada hari Selasa tanggal 12 Juni 2012 pada pukul 14.30 WIB-selesai di lapangan sepakbola Rumah Sakit Grahita. Saat melakukan pengumpulan data testi dibantu oleh 4 teman yang bertugas sebagai pencatat dan sebagai timer (pengatur waktu) sedangkan testi bertugas sebagai penghitung. Dalam pengambilan data ini testi melakukan tes secara berurutan dari tes pertama yaitu tes *passing* dan *stopping*, kemudian dilanjutkan tes kedua yaitu tes *heading*, kemudian dilanjutkan tes ketiga yaitu tes *dribbling* dan tes yang terakhir adalah tes *shooting*.

Testi dibagi dalam 4 kelompok agar efektif dan mudah untuk mengamati, tes *dribbling* diawasi oleh Ardila, tes *heading* oleh Singgih, tes *shooting* oleh Henry, tes *passing* oleh Fitra. Sebelum pengambilan data dilakukan penjelasan tentang pelaksanaan tes dan contoh agar testi dapat melakukan dengan baik dan benar, kemudian dilanjutkan pengambilan

data sesuai dengan urutan kehadiran. Setelah urutan pertama sampai terakhir melakukan, di ambil tes yang kedua dalam item tes yang sama.

#### **E. Teknik Analisis Data**

Analisis data atau penggolongan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Statistik ini dilakukan untuk mengumpulkan data, menyajikan data dan menentukan nilai. Selanjutnya dipakai pada pembahasan permasalahan dengan mengacu pada standar kemampuan dasar bermain sepakbola yang sudah ditentukan.

Data-data yang diperoleh tiap-tiap item tes merupakan data kasar dari hasil tiap butir yang dicapai siswa. Selanjutnya hasil tersebut diubah menjadi nilai dengan mengkonsultasikan data dari tiap-tiap item tes yang telah dicapai siswa dengan kategori yang sudah ditentukan, pengkategorian dikelompokkan menjadi 5 kategori. Kriteria penilaiannya adalah sebagai berikut:

Baik Sekali	: $M + 1,5 SD$	$X$
Baik	: $M + 0,5 SD$	$X < M + 1,5 SD$
Cukup	: $M - 0,5 SD$	$X < M + 0,5 SD$
Kurang	: $M - 1,5 SD$	$X < M - 0,5 SD$
Kurang Sekali	: $X < M - 1,5 SD$	

Sumber : Anas Sudijono, (2009: 453)

Setelah data dikelompokkan dalam kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase. Menurut Suharsimi

Arikunto rumus persentase yang digunakan adalah:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:  
P : persentase yang dicari  
F : frekuensi  
N : jumlah responden

Sumber : Suharsimi Arikunto, (2011: 33)

Guna menggambarkan seberapa besar tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem, maka data yang sudah terkumpul dalam satuan point dan detik, diubah menjadi skor T. Data dalam satuan point menggunakan rumus:

$$T - Score = 50 + 10 \left( \frac{X - M_x}{SD_x} \right) \text{ (Untuk Point)}$$

Sedangkan data dalam satuan detik menggunakan rumus :

$$T - Score = 50 + 10 \left( \frac{M_x - X}{SD_x} \right) \text{ (Untuk Waktu)}$$

Keterangan:

T-score = nilai tes standar  
X = data mentah  
Mx = rata-rata nilai  
SDx = standar deviasi angka kasar

Sumber : Setyo Budiwanto, (1992: 23)

Dari 4 item tes yang telah diubah ke dalam skor T kemudian dijumlahkan untuk menyusun standar tingkat keterampilan dasar sepakbola yang digolongkan menjadi 5 kategori yaitu kurang sekali, kurang, cukup, baik dan baik sekali. Untuk memperoleh skor-skor yang standart penulis

menggunakan perhitungan *T-score*. Fungsi dari *T-score* adalah menyetarakan dari beberapa jenis skor yang berbeda satuan ukurannya atau bobot skornya, menjadi skor yang baku atau skor standart.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi, Subyek, dan Waktu Penelitian**

##### **1. Deskripsi Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Pakem, yang beralamatkan: Pakembinangun, Pakem, Sleman, DIY. Telp 895518. Pengambilan data tes keterampilan sepakbola dilaksanakan di lapangan sepakbola milik Rumah Sakit Grahita.

##### **2. Deskripsi Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri1 Pakem. Berdasarkan data yang disebutkan jumlah subjek (n) dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 siswa putra. Sehingga subjek dalam penelitian ini berjumlah 20 siswa.

##### **3. Deskripsi Waktu Penelitian**

Pengambilan data dilaksanakan selama 1 hari dan dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 12 Juni 2012 pada pukul 14.30 WIB-selesai.

#### **B. Data Hasil Penelitian**

Berdasarkan data hasil tes keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 diperoleh melalui *survei* dengan teknik tes dan pengukuran. Dari data yang terkumpul selanjutnya dilakukan analisis data dengan perhitungan statistik. Berikut ini adalah hasil deskripsi untuk tiap tes yang dilaksanakan:



## 1. Analisis Deskriptif Persentase Keterampilan Dasar Sepakbola

Tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dideskripsikan dari keempat item tes. Dari data normal diubah ke dalam bentuk *t-score* kemudian seluruh item tes yang telah diubah menjadi *t-score* dijumlahkan untuk mengkategorikan hasil penelitian menjadi kurang sekali, kurang, cukup, baik dan baik sekali. Untuk menentukan kategori tersebut terlebih dahulu menghitung *mean* dan *standar deviasi*.

Hasil analisis deskriptif keterampilan dasar sepakbola secara keseluruhan pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dilakukan dengan menggunakan *t-score* dari tiap item tes.

**Tabel 2. Data *T-Score* Keterampilan Dasar Sepakbola**

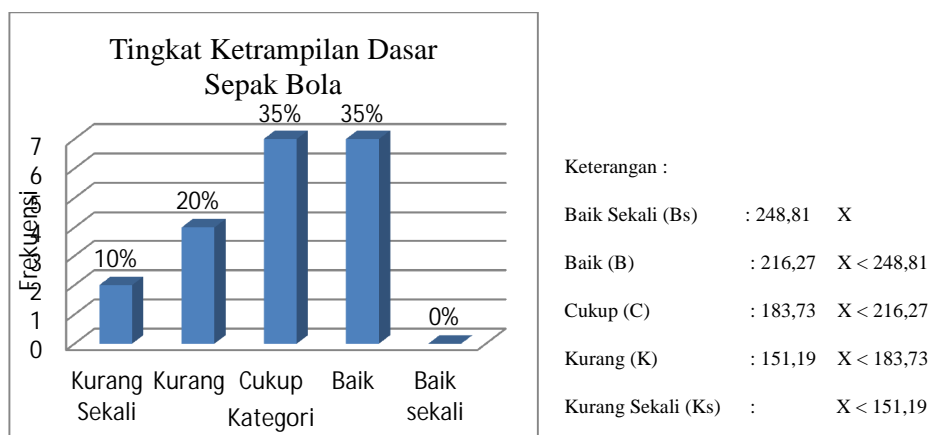
No.	Keterangan	Siswa
1.	<i>Mean</i>	200,00
2.	<i>Standar Deviasi</i>	32,54
3.	<i>T-Score</i> Terbesar	247,08
4.	<i>T-Score</i> Terkecil	138,39

Hasil perhitungan tersebut digunakan untuk menyusun standar tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa. Adapun hasil pengkategorian tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola**

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Baik Sekali	248,81 X	0	0%
Baik	216,27 $X < 248,81$	7	35%
Cukup	183,73 $X < 216,27$	7	35%
Kurang	151,19 $X < 183,73$	4	20%
Kurang Sekali	$X < 151,19$	2	10%
Total		20	100%

Tabel di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 adalah sebagai berikut: kategori kurang sekali sebesar 10% (2 siswa), kategori kurang sebesar 20% (4 siswa), kategori cukup sebesar 35% (7 siswa), kategori baik sebesar 35% (7 siswa), dan kategori baik sekali sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan hasil tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dalam kategori cukup dan baik yakni sebanyak 7 siswa kategori cukup dan 7 siswa kategori baik atau dengan persentase sebesar masing – masing 35%. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram di bawah ini:



**Diagram 1. Histogram Skor Keterampilan Dasar Sepakbola**

Untuk hasil analisis deskriptif pada tiap item tes keterampilan dasar sepakbola yang dilaksanakan pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dapat dilihat pada hasil berikut ini:

**a. *Passing dan Stopping***

Hasil analisis deskriptif keterampilan dasar *Passing* dan *Stopping* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 4. Data Hasil Tes *Passing* dan *Stopping***

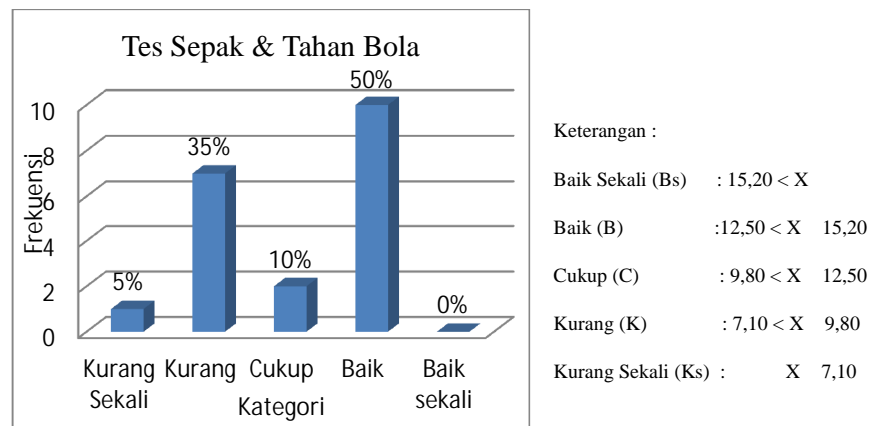
No	Keterangan	Siswa
1	<i>Mean</i>	11,15
2	<i>Median</i>	12
3	<i>Modus</i>	13
4	Standar Deviasi	2,70
5	Skor Maksimal	15
6	Skor Minimal	7

Hasil perhitungan tersebut digunakan untuk menyusun standar tingkat keterampilan dasar *passing* dan *stopping*. Adapun hasil pengkategorian tingkat keterampilan dasar *passing* dan *stopping* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem adalah sebagai berikut:

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tes *Passing* dan *Stopping***

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Baik Sekali	$15,20 < X$	0	0%
Baik	$12,50 < X \leq 15,20$	10	50%
Cukup	$9,80 < X \leq 12,50$	2	10%
Kurang	$7,10 < X \leq 9,80$	7	35%
Kurang Sekali	$X \leq 7,10$	1	5%
Total		20	100%

Tabel di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan dasar *Passing* dan *Stopping* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 sebagai berikut: kategori kurang sekali sebesar 5% (1 siswa), kategori kurang sebesar 35% (7 siswa), kategori cukup sebesar 10% (2 siswa), kategori baik sebesar 50% (10 siswa), dan kategori baik sekali sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan hasil tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar *Passing* dan *Stopping* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dalam kategori baik yakni sebanyak 10 siswa atau dengan persentase sebesar 50%. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram di bawah ini:



Gambar 13. Histogram *Passing* dan *Stopping*

#### b. *Heading*

Hasil analisis deskriptif keterampilan dasar *Heading* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 6. Data Hasil Tes *Heading***

No	Keterangan	Siswa
1	<i>Mean</i>	28,45
2	<i>Median</i>	29
3	<i>Modus</i>	25
4	Standar Deviasi	4,77
5	Skor Maksimal	37
6	Skor Minimal	17

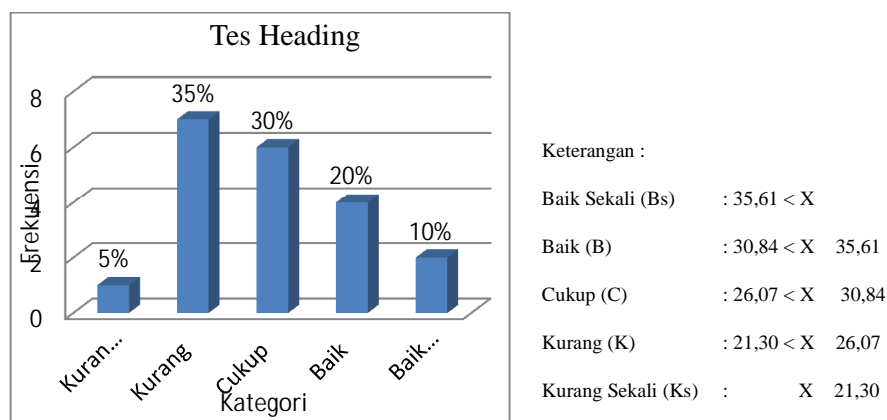
Hasil perhitungan tersebut digunakan untuk menyusun standar tingkat keterampilan dasar *heading*. Adapun hasil pengkategorian tingkat keterampilan dasar *heading* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem adalah sebagai berikut:

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi Tes *Heading***

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Baik Sekali	$35,61 < X$	2	10%
Baik	$30,84 < X \leq 35,61$	4	20%
Cukup	$26,07 < X \leq 30,84$	6	30%
Kurang	$21,30 < X \leq 26,07$	7	35%
Kurang Sekali	$X \leq 21,30$	1	5%
Total		20	100%

Tabel di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan dasar *Heading* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem sebagai berikut: kategori kurang sekali sebesar 5% (1 siswa), kategori kurang sebesar 35% (7 siswa), kategori cukup sebesar 30% (6 siswa), kategori baik sebesar 20% (4 siswa), dan kategori baik sekali sebesar 10% (2 siswa). Berdasarkan hasil tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar *Heading* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012

dalam kategori kurang yakni sebanyak 7 siswa atau dengan persentase sebesar 35%. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram di bawah ini:



Gambar 14. Histogram *Heading*

### c. *Dribbling*

Hasil analisis deskriptif keterampilan dasar *Dribbling* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 8. Data Hasil Tes *Dribbling***

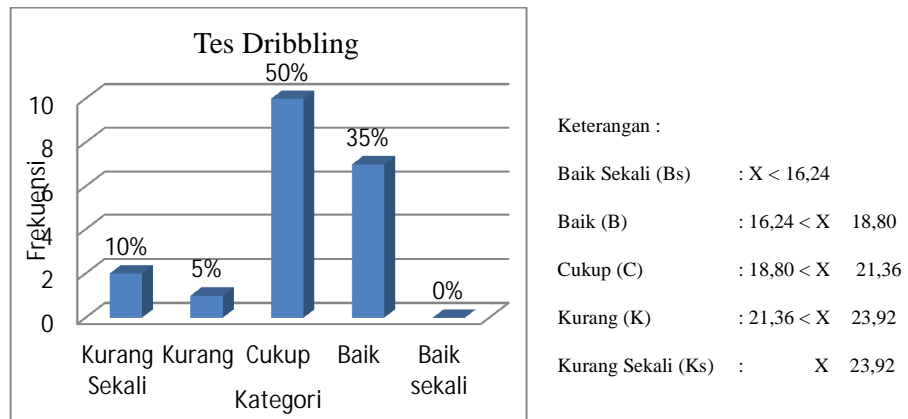
No	Keterangan	Siswa
1	<i>Mean</i>	20,08
2	<i>Median</i>	19,24
3	<i>Modus</i>	
4	Standar Deviasi	2,56
5	Waktu Tercepat	17,01
6	Waktu Terlama	26,81

Hasil perhitungan tersebut digunakan untuk menyusun standar tingkat keterampilan dasar *dribbling*. Adapun hasil pengkategorian tingkat keterampilan dasar *dribbling* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem adalah sebagai berikut:

**Tabel 9. Distribusi Frekuensi Tes *Dribbling***

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Baik Sekali	$X < 16,24$	0	0%
Baik	$16,24 < X \leq 18,80$	7	35%
Cukup	$18,80 < X \leq 21,36$	10	50%
Kurang	$21,36 < X \leq 23,92$	1	5%
Kurang Sekali	$X \geq 23,92$	2	10%
Total		20	100%

Tabel di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan dasar *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem sebagai berikut: kategori kurang sekali sebesar 10% (2 siswa), kategori kurang sebesar 5% (1 siswa), kategori cukup sebesar 50% (10 siswa), kategori baik sebesar 35% (7 siswa), dan kategori baik sekali sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan hasil tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar *Dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dalam kategori cukup yakni sebanyak 10 siswa atau dengan persentase sebesar 50%. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram di bawah ini:



**Gambar 15. Histogram *Dribbling***

#### d. *Shooting*

Hasil analisis deskriptif keterampilan dasar *Shooting* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 10. Data Hasil Tes *Shooting***

No	Keterangan	Siswa
1	<i>Mean</i>	12,95
2	<i>Median</i>	14
3	<i>Modus</i>	17 dan 8
4	Standar Deviasi	4,49
5	Skor Maksimal	19
6	Skor Minimal	4

Hasil perhitungan tersebut digunakan untuk menyusun standar tingkat keterampilan dasar *shooting*. Adapun hasil pengkategorian tingkat keterampilan dasar *shooting* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem adalah sebagai berikut:

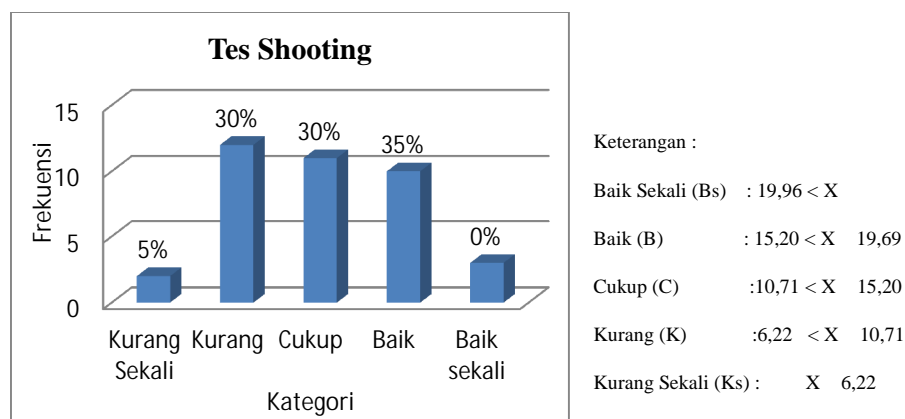
**Tabel 11. Distribusi Frekuensi Tes *Shooting***

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Baik Sekali	$19,96 < X$	0	0%
Baik	$15,20 < X \leq 19,69$	7	35%
Cukup	$10,71 < X \leq 15,20$	7	35%
Kurang	$6,22 < X \leq 10,71$	5	25%
Kurang Sekali	$X \leq 6,22$	1	5%
Total		20	100%

Tabel di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan dasar *Shooting* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem sebagai berikut: kategori kurang sekali sebesar 5% (1 siswa), kategori kurang sebesar 30% (6 siswa), kategori cukup sebesar 30% (6 siswa), kategori baik sebesar 35% (7 siswa), dan kategori baik sekali



sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan hasil tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar *Shooting* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 dalam kategori kurang yakni sebanyak 12 siswa atau dengan persentase sebesar 31,6%. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram di bawah ini:



Gambar 15. Histogram *Shooting*

### C. Pembahasan

Berdasarkan data yang diperoleh dari tes keterampilan sepakbola Nurhasan (2001: 157-163) diketahui tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri Pakem tahun 2011/2012 dalam kategori “Cukup dan Baik”.

Hasil tersebut dapat dikarenakan oleh kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem dilaksanakan hanya satu kali dalam seminggu yang tentunya menyebabkan porsi berlatih sepakbola relative kecil. Sarana dan prasarana seperti bola, lapangan yang tidak rata dan rompi yang masih minim tentunya akan menghambat peningkatan keterampilan siswa

saat melakukan latihan. Selain itu juga dapat disebabkan karena partisipasi dan motivasi siswa yang masih rendah dan tidak adanya program latihan yang terencana oleh guru.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dalam usaha untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola, siswa perlu melakukan latihan secara rutin di luar kegiatan ekstrakurikuler sekolah seperti menjadi anggota di klub sepakbola yang ada di daerahnya masing-masing. Selain itu siswa juga dianjurkan untuk melakukan latihan secara individu, misalnya dengan memantul-mantulkan bola ke tembok dan menimang-nimang bola (*jugling*). Semakin sering siswa berlatih dan bermain sepakbola tentunya akan berdampak juga pada peningkatan keterampilan dasar sepakbolanya. Guru sebagai pelatih juga harus membuat menu latihan yang terprogram dan terencana, seperti latihan teknik dasar, latihan fisik dan latihan taktik. Semua ini diharapkan agar mampu membentuk tim sepakbola sekolah yang kuat sehingga dapat membanggakan nama sekolah dalam setiap kejuaraan sepakbola yang diikuti dan siswa perlu melakukan latihan secara rutin di luar kegiatan ekstrakurikuler sekolah seperti menjadi anggota di klub sepakbola atau SSB yang ada di daerahnya masing-masing.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilakukan analisis data penelitian mengenai keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem Tahun 2011/2012, maka dapat diambil beberapa kesimpulan bahwa berdasarkan tes keterampilan dasar sepakbola diketahui bahwa kategori baik sekali sebesar 0% (0 siswa), kategori baik sebesar 35,0% (7 siswa), kategori cukup sebesar 35,0% (7 siswa), kategori kurang sebesar 20,0% (4 siswa), dan kategori kurang sekali sebesar 10,0% (2 siswa), sehingga dapat dikatakan keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Pakem tahun 2011/2012 termasuk dalam kategori cukup dan baik karena masing – masing memiliki persentase seimbang sebesar 35,0% atau sebanyak 7 siswa.

#### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Kesimpulan-kesimpulan yang ditarik dari sebagai hasil penelitian tentunya memiliki konsekuensi implikasi terhadap perkembangan olahraga yang erat hubungannya terhadap masalah ini. Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi sekolah SMP Negeri 1 pakem, guru, dan siswa. Adapun konsekuensi implikasi dengan diketahuinya keterampilan dasar bermain sepakbola siswa putra SMP Negeri 1 Pakem dapat disajikan sebagai berikut:

1. Bagi SMP Negeri 1 Pakem penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan gagasan baru dan memperbaiki atau mempertahankan teknik penyelenggaraan proses belajar mengajar.
2. Bagi guru, dapat digunakan suatu pengajaran yang lebih baik sehingga meningkatkan siswa berprestasi lebih baik.
3. Bagi siswa, sebagai masukan dalam belajar sepakbola yang dapat menambah wawasan siswa mengenai teknik-teknik sepakbola, dan untuk mempersiapkan diri.

### **C. Keterbatasan Hasil Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis telah berusaha dengan mengerahkan seluruh kemampuan yang dimiliki, supaya hasil penelitian ini maksimal dan berhasil dengan baik serta memuaskan. Meskipun telah merencanakan dengan sebaik-baiknya dan berusaha dengan maksimal, penulis tidak luput dari kesalahan karena ada beberapa faktor yang mempengaruhinya, diantaranya sebagai berikut:

1. Pada saat melakukan tes *Heading* dan tes *sepak* dan *tahan bola*, testor meminta bantuan kepada testi untuk membantu menghitung hasil tes testi peserta lain.
2. Pada saat melakukan tes Sepak dan Tahan bola tidak dilakukan pada lapangan yang berrumput melainkan di lapangan *conblock* karena lapangan berrumput yang terdapat tembok tidak rata.

#### **D. Saran-saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, saran yang dapat disimpulkan diantaranya:

1. Bagi Sekolah dan Guru Penjas
  - a. Dapat dijadikan pertimbangan untuk memilih pemain sepakbola di SMP Negeri 1 Pakem, dengan mengacu pada hasil tes tersebut.
  - b. Diharapkan dapat meningkatkan kinerja guru dalam upaya meningkatkan kualitas mengajar keterampilan dasar bermain sepakbola bagi anak didiknya.
  - c. Dapat menyumbangkan peranan yang baik dalam aktivitas jasmani sehingga akan memudahkan siswa dalam melakukan berbagai gerakan dalam aktivitas jasmani khususnya sehingga siswa tidak akan mengalami kesulitan yang berarti dalam menjalani pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam pembelajaran sepakbola.
2. Bagi Siswa
  - a. Diharapkan siswa dapat meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbolanya dengan cara mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, pengembangan diri di sekolah, atau mengikuti sekolah sepakbola yang ada di daerah masing-masing.
  - b. Dapat meningkatkan pengetahuan tentang berbagai keterampilan dasar sepakbola.

### 3. Bagi Orangtua dan Masyarakat

- a. Dengan diadakannya tes ini diharapkan orangtua mengerti bakat sepakbola yang anak miliki, dan mendukung untuk mengembangkan bakatnya tersebut dengan memasukkannya ke sekolah sepakbola di daerahnya.
- b. Dapat dijadikan masukan bagi klub-klub di desa tempat tinggal siswa untuk membina, mengasah, dan mendidik bakat yang dimiliki anak tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifudin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud: Dirjendikti.
- Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak*. Depdiknas.
- Anas Sudijono. (2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Clive Gifford. (2002). *Sepakbola Panduan Lengkap untuk Permainan yang Indah*. Erlangga.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Keplatihan*. Yogyakarta: Diktat.
- Endang Rini Sukamti, dkk. (2007). *Perkembangan Motorik*. Diktat. Yogyakarta: FIK UNY
- Husdarta dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Peserta Didik*. Depdiknas.
- Luxbacher, Joseph A.(1998). *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Komarudin. (2011). *Dasar Gerak Sepakbola*.Yogyakarta: FIK UNY.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Teori Dan Praktek Untuk SMP Kelas VII*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- . (2007). *Pendidikan Jasmani Teori Dan Praktek Untuk SMP Kelas VIII*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Depdiknas.
- PSSI. (2010). *Peraturan Permainan FIFA*. Jakarta: PSSI
- Rahmadhaniar Kalbu Adi. (2011). “Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Putra Kelas VIII SMP N 2 Wates Tahun Pelajaran 2010/2011”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIKUNY.
- Sardjono. (1982). *Pedoman Menyusun Permainan Sepakbola*. Yogyakarta: IKIP.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Depdikbud: Dirjendikti.
- Sugianto dan Sudjarwo. (1991). *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Suharsimi Arikunto. (1996). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soekatamsi, (2001). *Teknik dasar Bermain Sepak Bola*. Solo: Tiga Serangkai
- Surayin, BA. (1988). *Penuntun Pembelajaran Orkes*. Bandung: Ganeca Exact Bandung.
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta : Dirjendikti.





KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : ~~1252~~/UN.34.16/PP/2012 13 Juni 2012  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta  
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
Setda. Provinsi DIY

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta ;

Nama : Fitra Setyawan  
NIM : 08601244163  
Program Studi : POR/PJKR

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juni s/d Agustus 2012  
Tempat/Obyek : SMP N 1 Pakem / siswa  
Judul Skripsi : Survei Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP N 1 Pakem, Sleman, Yogyakarta.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan  
  
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMP N 1 Pakem.
2. Kajur POR
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)  
YOGYAKARTA 55213

**SURAT KETERANGAN / IJIN**

070/5968/V/6/2012

Membaca Surat : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY Nomor : 1252/UN.34.16/PP/2012  
Tanggal : 13 Juni 2012 Perihal : Ijin Penelitian

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
  2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
  3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
  4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : FITRA SETYAWAN NIP/NIM : 08601244163  
Alamat : Jl. Kolombo 1 Yogyakarta  
Judul : SURVEI TINGKAT KETERAMPILAN GERAK DASAR SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP N 1 PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA  
Lokasi : SMP N 1 PAKEM SLEMAN Kec. PAKEM, Kota/Kab. SLEMAN  
Waktu : 18 Juni 2012 s/d 18 September 2012

**Dengan Ketentuan**

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan \*) dari Pemerintah Provinsi DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda Provinsi DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website [adbang.jogjapro.go.id](http://adbang.jogjapro.go.id) dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website [adbang.jogjapro.go.id](http://adbang.jogjapro.go.id);
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal 18 Juni 2012

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Kepala Biro Administrasi Pembangunan

*(Signature)*  
Ir. Joko Wuryantoro, M.Si

NIP. 19580108 198603 1 011

**Tembusan :**

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Bupati Sleman c/q Bappeda
3. Ka. Dinas Pendidikan, Pemuda & OR Prov. DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
5. Yang bersangkutan





PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511  
Telepon (0274) 868800, Faksimile (0274) 868800  
Website : bappeda.slemankab.go.id , E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN  
Nomor : 070 / Bappeda / 2081 / 2012

TENTANG  
IZIN PENELITIAN

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Keputusan Bupati Sleman Nomor : 55/Kep.KDH/A/2003 tentang Izin Kuliah Kerja Nyata, Praktek Kerja Lapangan, dan Penelitian.  
Menunjuk : Surat dari Sekretariat Daerah Pemerintah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor: 070/5968/V/6/2012 Tanggal: 18 Juni 2012 Hal: Ijin Penelitian

MENGIZINKAN :

Kepada :  
Nama : FITRA SETYAWAN  
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 08601244163  
Program/Tingkat : S1  
Instansi/Perguruan Tinggi : UNY  
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Karangmalang Yogyakarta  
Alamat Rumah : Jl. Rajawali 154 Condongcatur Depok Sleman  
No. Telp / HP : 087838684019  
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul:  
"SURVEI TINGKAT KETRERAMPILAN GERAK DASAR SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP N 1 PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA"  
Lokasi : SMP N 1 Pakem  
Waktu : Selama 3 bulan mulai tanggal : 18 Juni 2012 s/d 18 September 2012

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melapor diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 22 Juni 2012

a.n. Kepala Badan Perencanaan  
Pembangunan Daerah

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab Sleman, Sekretaris
3. Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga Kabupaten Sleman, u.b.
4. Kepala Bidang Sosbud Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kab. Sleman, Kepala Bidang Pengendalian dan Evaluasi
5. Camat Pakem
6. Kepala SMP N 1 Pakem
7. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dra. SUCIRIANI SINURAYA, M.Si, M.M  
Pembina, IV/a  
NIP. 19630112 198903 2 003



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN, YEMUDA DAN OLAH RAGA  
**SMP NEGERI 1 PAKEM**

Alamat: Pakembinangun, Pakem, Sleman, Prop. D'Y, Telp. 895518

**SURAT KETERANGAN**

**Nomor : 422/192**

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Wakijo.S.Pd  
NIP : 195610101987101 003  
Jabatan : Kepala SMPN 1 Pakem

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Fitra Setyawan  
NIM : 08601244163  
Tempat, tanggal lahir : Bandung, 22 April 1990  
Mahasiswa dari : U N Y

Benar-benar telah mengadakan penelitian di SMP Negeri I Pakem pada hari Selasa  
12 Juni 2012 dengan judul SURVEI TINGKAT KETERAMPILAN GERAK DASAR  
SEPAK BOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP  
NEGERI I PAKEM

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat di pergunakan sebagaimana  
mestinya.

Pakem, 4-Juli 2012

Kepala Sekolah

Wakijo.S.Pd

NIP. 195610101987101 003





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH  
**BALAI METROLOGI**  
Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

**SERTIFIKAT PENERAAN**  
VERIFICATION CERTIFICATE

Nomor : 2237 / MET / UP - 229 / VI / 2012

Number

No. Order : 003556

Diterima tgl : 26 Juni 2012

**ALAT**

Equipment

Nama : Ukuran Panjang

Name

Kapasitas : 300 cm

Capacity

Daya Baca : 1 mm

Accuracy

Tipe/Model

Type/Model

Nomor Seri

Serial number

Merek/Buatan

Trade Mark / Manufaktur

: CM Tools

**PEMILIK**

Owner

Nama

Name

Alamat

Address

: Fitra Setyawan

: Jl Masjid 154 Yogyakarta

**METODE, STANDART, TELUSURAN**

Method, Standard, Traceability

Metode

Method

Standard

Standard

Telusuran

Traceability

: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010

: Komparator 1 m

: Direktorat Metrologi Bandung

**TANGGAL TERA ULANG**

Date of Verification

**LOKASI TERA ULANG**

Location of Verification

**KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG**

Environment condition of Verification

**HASIL TERA ULANG**

Result of verification

**DITERA ULANG KEMBALI**

Reverification

: 26 Juni 2012

: Balai Metrologi Yogyakarta

: Suhu : 30°C ± 3°C ; Kelembaban : 55% ± 3%

: **DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2012**

: 26 Juni 2013



Halaman 1 dari 1 Halaman

FBM.22-01.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH

## BALAI METROLOGI

Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

### SERTIFIKAT KALIBRASI CALIBRATION CERTIFICATE

Nomor : 2246 / MET / SW - 75 / VII / 2012  
Number

No. Order : 003556

Diterima tgl : 26 Juni 2012

#### ALAT

##### Equipment

Nama : Stopwatch

Name

Kapasitas : 9 jam

Capacity

Daya Baca : 0,01 detik

Accuracy

Tipe/Model :

Type/Model

Nomor Seri :

Serial number

Merek/Buatan : Wagi

Trade Mark/Manufaktur

#### PEMILIK

##### Owner

Nama : Fitra Setyawan

Name

Alamat : Jl Masjid 254 Yogyakarta

Address

#### METODE, STANDAR, TELUSURAN

##### Method, Standard, Traceability

Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument

Method

Standar : Casio HS-80TW.IDF

Standard

Telusuran : Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi

Traceability

Bandung

#### TANGGAL DIKALIBRASI

##### Date of Calibrated

#### LOKASI KALIBRASI

##### Location of calibration

#### KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI

##### Environment condition of calibration

#### HASIL

##### Result

: 28 Juni 2012

: Balai Metrologi Yogyakarta

: Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%

: Lihat sebaliknya



Halaman 1 dari 1 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

## **Lampiran 07. Instrument Penelitian :**

### **1) Tes sepak dan Tahan Bola (*Passing dan Stopping*)**

Tujuan: mengukur keterampilan menyepak dan menahan bola.

Alat yang digunakan:

1. Bola
2. Stop watch
3. Tembok
4. Kun

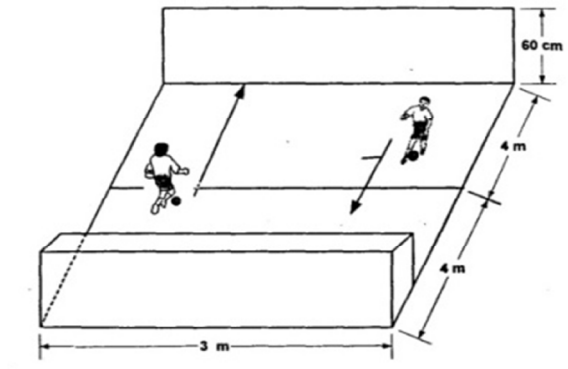
Petunjuk Pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri dibelakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran atau dengan papan dengan posisi kaki kanan atau kaki kiri siap menembak sesuai dengan kebiasaan pemain.
- 2) Pada aba-aba "ya", testi mulai menyepak bola ke sasaran, pantulannya ditahan kembali dengan kaki dibelakang garis tembak.
- 3) Lakukan tugas ini secara bergantian dengan kaki kiri dan kanan selama 30 detik.
- 4) Apabila bola keluar dari daerah sepak, maka testi mesti menggunakan bola cadangan yang telah disediakan.
- 5) Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila:
  - a. Bola ditahan atau disepak di depan garis sepak pada setiap kali tugas
  - b. menyepak bola.
  - c. Bola ditahan dan disepak hanya dengan satu kaki saja.

Skor:

Jumlah menyepak dan menahan bola secara sah selama 30 detik.

Hitungan 1, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang dan menahan bola.



Gambar 11. Bentuk Lapangan Untuk Tes *Passing* Dan *Stopping*  
(Nurhasan, 2001: 157-163)

## 2) Tes Memainkan Bola dengan Kepala (*Heading*)

Tujuan: Mengukur keterampilan menyundul dan mengontrol bola dengan kepala.

Alat yang digunakan:

- Bola
- Stop watch
- Kun

Petunjuk pelaksanaan:

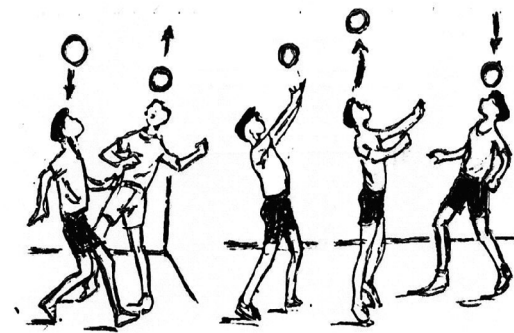
- Pada aba-aba "siap", testi berdiri bebas dengan bola berada pada penguasaan tangannya.
- Pada aba-aba "ya", testi melempar bola ke atas kepalanya dan kemudian memainkan bola tersebut dengan bagian dahi.



- 3) Lakukan tugas gerak ini di tempat selama 30 detik.
- 4) Apabila bola jatuh maka testi mengambil bola itu dan memainkannya kembali di tempat bola tersebut diambil.
- 5) Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila:
  - 1) Testi memainkan bola tidak di dahi.
  - 2) Dalam memainkan bola testi berpindah pindah tempat.

Skor:

Skor adalah jumlah bola yang dimainkan dengan dahi yang benar (sah) selama 30 detik.



Gambar 12. Bentuk Lapangan Untuk Tes *Heading*  
(Nurhasan, 2001: 157)

### 3) Tes Menggiring Bola (*Dribbling*)

Tujuan: Mengukur keterampilan menggiring bola dengan kaki secara cepat disertai perubahan arah.

Alat yang digunakan:

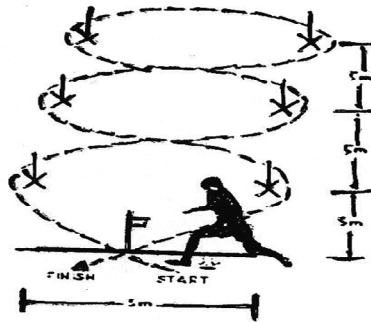
- a. Bola
- b. Stop watch
- c. Kun

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Pada aba-aba "siap". Testi berdiri di belakang garis star dengan bola dalam penguasaan kakinya.
- 2) Pada aba-aba "ya", testi mulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai melewati garis finish.
- 3) Bila arah salah dalam menggiring bola ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di tempat kesalahan terjadi dan selama itu pula stop watch tetap berjalan.
- 4) Bola digiring oleh kaki kanan dan kaki kiri secara bergantian, atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.
- 5) Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila:
  - a) Testi menggiring bola hanya dengan menggunakan satu kaki saja.
  - b) Testi menggiring bola tidak sesuai dengan arah panah
  - c) Testi menggunakan anggota badan lainnya selain kaki, untuk menggiring bola

Skor:

Waktu yang ditempuh oleh testi mulai dari aba-aba "ya" sampai ia melewati garis finish. Waktu dicatat sampai sepersepuluh detik



Gambar 13. Bentuk Lapangan Untuk Tes *Dribbling*  
(Nurhasan, 2001: 157-163)

#### 4) Tes Menembak / Menendang Bola ke Sasaran (*Shooting*)

Tujuan: Mengukur keterampilan menembak bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran

Alat yang digunakan:

- a. Bola
- b. Stop watch
- c. Gawang
- d. Nomor-nomor
- e. Tali
- f. Kun

Petunjuk pelaksanaan:

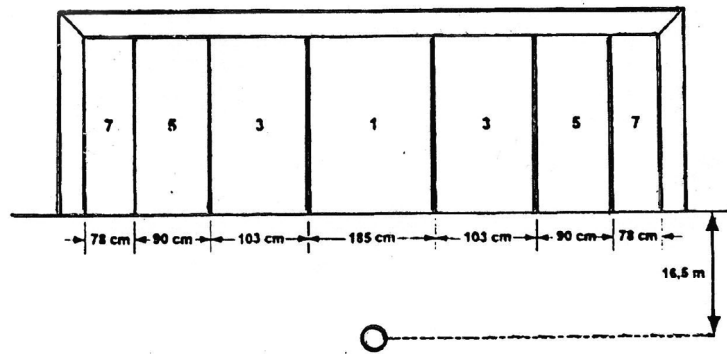
- 1) Testi berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran.
- 2) Pada saat kaki testi mulai menendang bola, maka stop watch dijalankan dan berhenti saat bola mengenai sasaran.
- 3) Testi diberi 3 (tiga) kali kesempatan.

4) Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila:

- a. Bola keluar dari daerah sasaran
- b. Menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran

Skor:

1. Jumlah skor dan waktu yang ditempuh bola pada sasaran dalam tiga kali kesempatan.
2. Bila bola hasil tendangan bola mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.



Gambar 14. Bentuk Lapangan Untuk Tes *Shooting*  
(Nurhasan, 2001: 157)

## Lampiran. 8

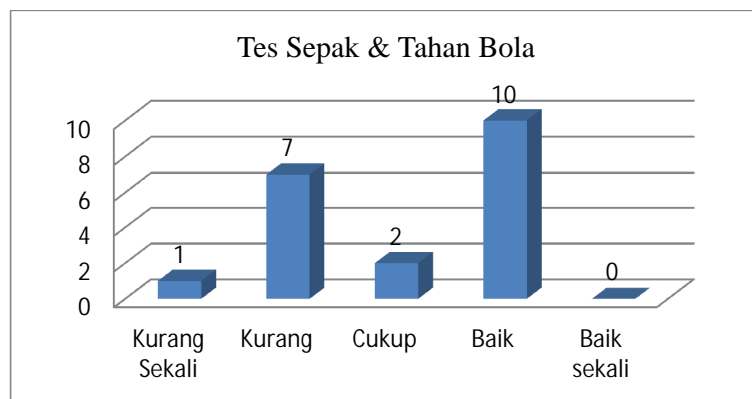
### Data Kategori Tiap Item Tes Keterampilan Dasar Sepakbola

#### Tes Passing & Stopping

No	nama	Tes I	Tes II	Terbaik	T-Score	Kategori
1	Erry Erlangga	11	14	14	60.55	Baik
2	Risky Budi	8	6	8	38.34	Kurang
3	Rudi Ikhsan	10	13	13	56.85	Baik
4	Ardian bagus	12	13	13	56.85	Baik
5	Fauzan Adam	6	8	8	38.34	Kurang
6	Masruri	10	8	10	45.74	Cukup
7	Prasetyo	6	9	9	42.04	Kurang
8	Haswin	5	7	7	34.63	Kurang sekali
9	M. aditya	6	8	8	38.34	Kurang
10	Andri	13	15	15	64.26	Baik
11	Wisnu	12	14	14	60.55	Baik
12	Arif	10	13	13	56.85	Baik
13	Nugroho	7	9	9	42.04	Kurang
14	Burhan	4	8	8	38.34	Kurang
15	Yeheskiel	10	13	13	56.85	Baik
16	Yohanes	15	12	15	64.26	Baik
17	Bintang	14	13	14	56.85	Baik
18	Heru	9	7	9	42.04	Kurang
19	Amri	10	11	11	49.44	Cukup
20	Khalid	11	13	13	56.85	Baik

Tes Passing & Stopping				
Mean	=	11,15		
Std. Deviasi	=	2,70		
Baik Sekali	:	$X > M + 1,5 SD$		
Baik	:	$M + 0,5 SD < X < M + 1,5 SD$		
Cukup	:	$M - 0,5 SD < X < M + 0,5 SD$		
Kurang	:	$M - 1,5 SD < X < M - 0,5 SD$		
Kurang Sekali	:	$X < M - 1,5 SD$		
<b>Kategori</b>		<b>Skor</b>		
Baik Sekali	:	X	15,20	
Baik	:	12,50	X	< 15,20
Cukup	:	9,80	X	< 12,50
Kurang	:	7,10	X	< 9,80
Kurang Sekali	:	X	< 7,10	

Tes Passing & Stopping					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Sekali	1	5.0	5.0	5.0
	Kurang	7	35.0	35.0	40.0
	Cukup	2	10.0	10.0	50.0
	Baik	10	50.0	50.0	100.0
	Baik sekali	0	0	0	
	Total	20	100.0	100.0	



## Lampiran. 09

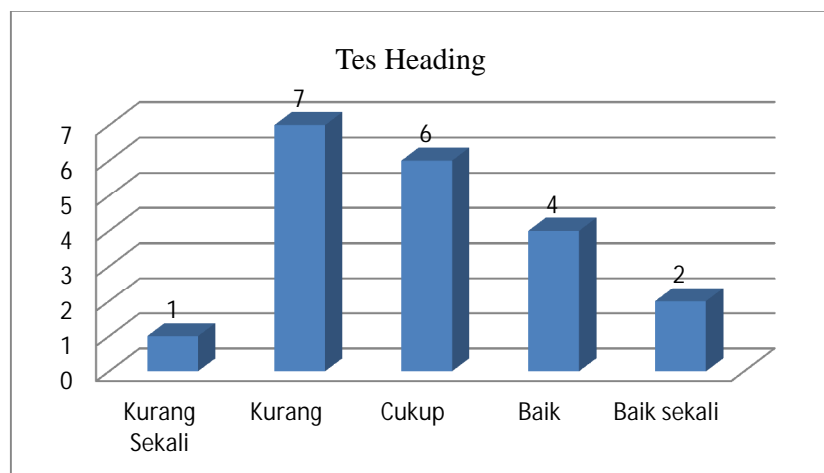
### Data Kategori Tiap Item Tes Keterampilan Dasar Sepakbola

#### Tes Heading

No	Nama	Tes I	Tes II	Terbaik	T-score	Kategori
1	Erry Erlangga	32	37	37	67.91	Baik Sekali
2	Risky Budi	16	17	17	26.01	Kurang Sekali
3	Rudi Ikhsan	30	32	32	57.44	Baik
4	Ardian bagus	22	25	25	42.77	Kurang
5	Fauzan Adam	20	23	23	38.58	Kurang
6	Masruri	23	25	25	42.77	Kurang
7	Prasetyo	20	31	31	55.34	Baik
8	Haswin	25	21	25	42.77	Kurang
9	M. aditya	19	25	25	42.77	Kurang
10	Andri	23	30	30	53.25	Cukup
11	Wisnu	29	25	29	51.15	Cukup
12	Arif	22	28	28	49.06	Cukup
13	Nugroho	26	29	29	51.15	Cukup
14	Burhan	30	19	30	53.25	Cukup
15	Yehekiel	28	33	33	59.53	Baik
16	Yohanes	26	30	30	53.25	Cukup
17	Bintang	37	37	37	67.91	Baik Sekali
18	Heru	19	25	25	42.77	Kurang
19	Amri	21	26	26	44.87	Cukup
20	Khalid	32	32	32	57.44	Baik

Tes Heading				
Mean	=	28,45		
Std. Deviasi	=	4,77		
Baik Sekali	: X	M + 1,5 SD		
Baik	: M + 0,5 SD	X < M + 1,5 SD		
Cukup	: M – 0,5 SD	X < M + 0,5 SD		
Kurang	: M – 1,5 SD	X < M – 0,5 SD		
Kurang Sekali	: X	< M – 1,5 SD		
Kategori		Skor		
Baik Sekali	:	X	35,61	
Baik	:	30,84	X	< 35,61
Cukup	:	26,07	X	< 30,84
Kurang	:	21,30	X	< 26,07
Kurang Sekali	:	X	< 21,30	

Tes Heading					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Sekali	1	5.0	5.0	5.0
	Kurang	7	35.0	35.0	40.0
	Cukup	6	30.0	30.0	70.0
	Baik	4	20.0	20.0	90.0
	Baik sekali	2	10.0	10.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	





## Lampiran. 10

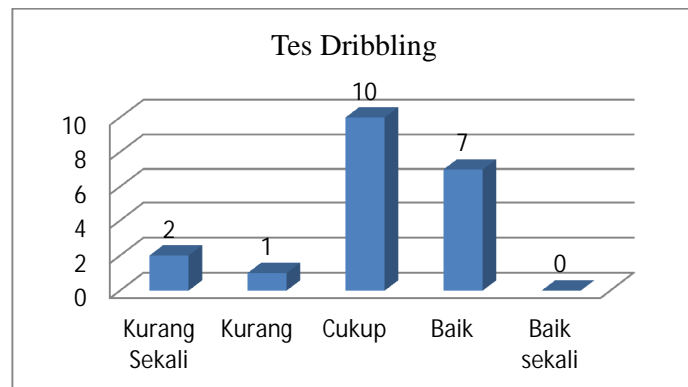
### Data Kategori Tiap Item Tes Keterampilan Dasar Sepakbola

#### Tes Dribbling

No	Nama	Tes I	Tes II	Terbaik	T-score	Kategori
1	Erry Erlangga	21,10	18,77	18,77	55.14	Baik
2	Risky Budi	28,87	23,90	23,90	35.07	Kurang
3	Rudi Ikhsan	21,84	18,48	19,48	52.37	Cukup
4	Ardian bagus	21,31	23,86	21,31	45.21	Cukup
5	Fauzan Adam	19,89	19,20	19,20	53.46	Cukup
6	Masruri	19,51	19,56	19,51	52.25	Cukup
7	Prasetyo	20,75	18,42	18,42	56.51	Baik
8	Haswin	26,81	28,62	26,81	23.69	Kurang Sekali
9	M. aditya	22,31	18,97	18,97	54.36	Cukup
10	Andri	19,22	18,47	18,47	56.32	Baik
11	Wisnu	17,21	17,28	17,28	60.97	Baik
12	Arif	24,21	20,77	22,77	47.32	Cukup
13	Nugroho	20,05	19,92	19,92	50.64	Cukup
14	Burhan	19,27	20,97	19,27	53.19	Cukup
15	Yeheskiel	20,99	20,89	20,89	46.85	Cukup
16	Yohanes	23,05	18,58	18,58	55.89	Baik
17	Bintang	20,58	18,51	18,51	56.16	Baik
18	Heru	25,41	26,36	25,41	29.16	Kurang Sekali
19	Amri	22,49	19,21	19,21	53.42	Cukup
20	Khalid	17,01	17,47	17,01	62.03	Baik

Tes Dribbling				
Mean	=	20,08		
Std. Deviasi	=	2,56		
Baik Sekali	: $X > M + 1,5 SD$			
Baik	: $M + 0,5 SD < X < M + 1,5 SD$			
Cukup	: $M - 0,5 SD < X < M + 0,5 SD$			
Kurang	: $M - 1,5 SD < X < M - 0,5 SD$			
Kurang Sekali	: $X < M - 1,5 SD$			
<b>Kategori</b>		<b>Skor</b>		
Baik Sekali	:	$X < 16,24$		
Baik	:	$16,64 < X < 18,80$		
Cukup	:	$18,80 < X < 21,36$		
Kurang	:	$21,36 < X < 23,92$		
Kurang Sekali	:	$X > 23,92$		

Tes Dribbling					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Sekali	2	10.0	10.0	10.0
	Kurang	1	5.0	5.0	15.0
	Cukup	10	50.0	50.0	65.0
	Baik	7	35.0	35.0	100
	Baik sekali	0	0	0	
	Total	20	100.0	100.0	



## Lampiran. 11

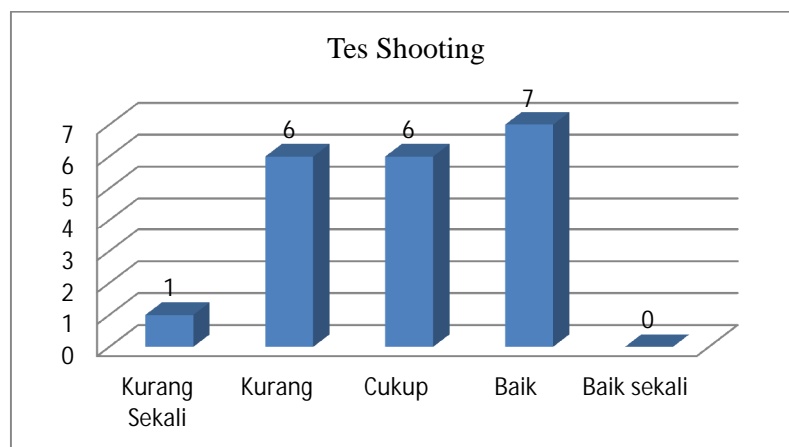
### Data Kategori Tiap Item Tes Keterampilan Dasar Sepakbola

#### Tes Shooting

No	Nama	Tes I	Tes II	Terbaik	T-score	Kategori
1	Erry Erlangga	13	19	19	63.48	Baik
2	Risky Budi	8	7	8	38.97	Kurang
3	Rudi Ikhsan	11	8	11	45.66	Cukup
4	Ardian bagus	3	8	8	38.97	Cukup
5	Fauzan Adam	4	3	4	30.06	Kurang Sekali
6	Masruri	2	8	8	38.97	Kurang
7	Prasetyo	8	13	13	50.11	Cukup
8	Haswin	8	7	8	38.97	Kurang
9	M. aditya	3	8	8	38.97	Kurang
10	Andri	17	10	17	59.02	Baik
11	Wisnu	13	19	19	63.48	Baik
12	Arif	10	8	10	43.43	Kurang
13	Nugroho	8	17	17	59.02	Baik
14	Burhan	15	8	15	54.57	Cukup
15	Yeheskiel	10	17	17	59.02	Baik
16	Yohanes	17	17	17	59.02	Baik
17	Bintang	13	15	15	54.57	Cukup
18	Heru	15	6	15	54.57	Cukup
19	Amri	13	11	13	50.11	Cukup
20	Khalid	17	10	17	59.02	Baik

Tes Shooting				
Mean	=	12,95		
Std. Deviasi	=	4,49		
Baik Sekali	: X	M + 1,5 SD		
Baik	: M + 0,5 SD	X < M + 1,5 SD		
Cukup	: M – 0,5 SD	X < M + 0,5 SD		
Kurang	: M – 1,5 SD	X < M – 0,5 SD		
Kurang Sekali	: X	M – 1,5 SD		
<b>Kategori</b>		<b>Skor</b>		
Baik Sekali	:	X	>	19,69
Baik	:	15,20	<	X 19,69
Cukup	:	10,71	<	X 15,20
Kurang	:	6,22	<	X 10,71
Kurang Sekali	:	X		6,22

Tes Shooting					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Sekali	1	5.0	5.0	5
	Kurang	6	30.0	30.0	35.5
	Cukup	6	30.0	30.0	65.5
	Baik	7	35.0	35.0	100.0
	Baik sekali	0	0	0	
	Total	20	100.0	100.0	



## Lampiran. 12

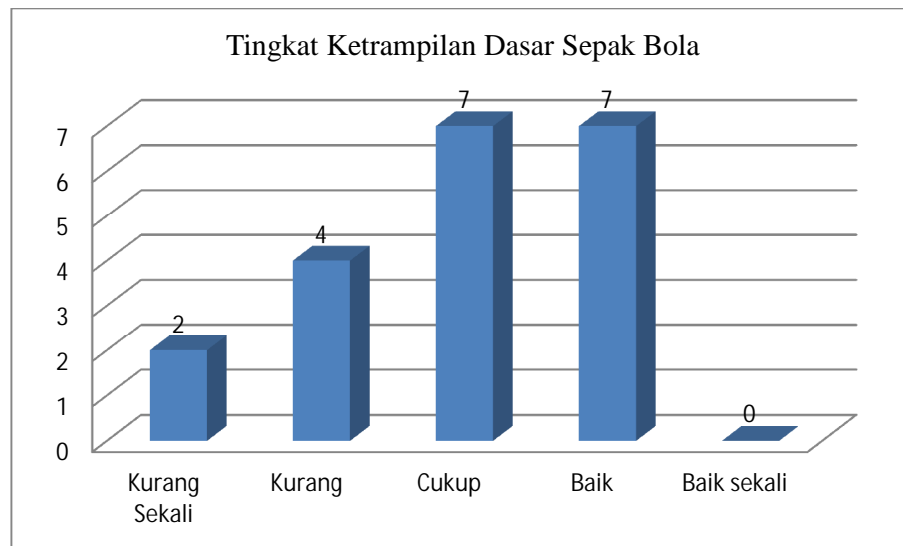
### Data Kategori Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola SMP Negeri 1 Pakem Tahun 2011/2012

No	Nama	Data T – Score				Total T - Score
		T-Score Passing	T-Score Heading	T-Score Dribbling	T-Score Shooting	
1	Erry Erlangga	60.55	67.91	55.14	63.48	247.08
2	Risky Budi	38.34	26.01	35.07	38.97	138.39
3	Rudi Ikhsan	56.85	57.44	52.37	45.66	212.31
4	Ardian bagus	56.85	42.77	45.21	38.97	183.80
5	Fauzan Adam	38.34	38.58	53.46	30.06	160.44
6	Masruri	45.74	42.77	52.25	38.97	179.74
7	Prasetyo	42.04	55.34	56.51	50.11	204.00
8	Haswin	34.63	42.77	23.69	38.97	140.06
9	M. aditya	38.34	42.77	54.36	38.97	174.44
10	Andri	64.26	53.25	56.32	59.02	232.84
11	Wisnu	60.55	51.15	60.97	63.48	236.16
12	Arif	56.85	49.06	47.32	43.43	196.66
13	Nugroho	42.04	51.15	50.64	59.02	202.86
14	Burhan	38.34	53.25	53.19	54.57	199.34
15	Yeheskiel	56.85	59.53	46.85	59.02	222.25
16	Yohanes	64.26	53.25	55.89	59.02	232.41
17	Bintang	56.85	67.91	56.16	54.57	235.49
18	Heru	42.04	42.77	29.16	54.57	168.54
19	Amri	49.44	44.87	53.42	50.11	197.85
20	Khalid	56.85	57.44	62.03	59.02	235.34

Tingkat Keterampilan Dasar SepakBola				
Mean	=	200.00		
Std. Deviasi	=	32.54		
Baik Sekali	:	$X \geq M + 1,5 \text{ SD}$		
Baik	:	$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$		
Cukup	:	$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$		
Kurang	:	$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$		
Kurang Sekali	:	$X < M - 1,5 \text{ SD}$		
Kategori			Skor	
Baik Sekali	:	X	248.81	
Baik	:	216.27	X	< 248.81
Cukup	:	183.73	X	< 216.27
Kurang	:	151.19	X	< 183.73
Kurang Sekali	:	X	<	151.19

No	Nama	Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola	Kategori
1	Erry Erlangga	247.08	Baik
2	Risky Budi	138.39	Kurang sekali
3	Rudi Ikhsan	212.31	Cukup
4	Ardian bagus	183.80	Cukup
5	Fauzan Adam	160.44	Kurang
6	Masruri	179.74	Kurang
7	Prasetyo	204.00	Cukup
8	Haswin	140.06	Kurang Sekali
9	M. aditya	174.44	Kurang
10	Andri	232.84	Baik
11	Wisnu	236.16	Baik
12	Arif	196.66	Cukup
13	Nugroho	202.86	Cukup
14	Burhan	199.34	Cukup
15	Yeheskiel	222.25	Baik
16	Yohanes	232.41	Baik
17	Bintang	235.49	Baik
18	Heru	168.54	Kurang
19	Amri	197.85	Cukup
20	Khalid	235.34	Baik

Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Sekali	2	10.0	10.0	10.0
	Kurang	4	20.0	20.0	30.0
	Cukup	7	35.0	35.0	65.0
	Baik	7	35.0	35.0	100.0
	Baik sekali	0	0	0	
	Total	20	100.0	100.0	



### Lampiran 13. Tabulasi Data Penelitian

No	Nama	Data T – Score								Total T - Score
		Passing & Stopping	T-Score	Heading	T-Score	Dribbling	T-Score	Shooting	T-Score	
1	Erry Erlangga	14	60.55	37	67.91	18,77	55.14	19	63.48	247.08
2	Risky Budi	8	38.34	17	26.01	23,90	35.07	8	38.97	138.39
3	Rudi Ikhsan	13	56.85	32	57.44	19,48	52.37	11	45.66	212.31
4	Ardian bagus	13	56.85	25	42,77	21,31	45.21	8	38.97	183.80
5	Fauzan Adam	8	38.34	23	38.58	19,20	53.46	4	30.06	160.44
6	Masruri	10	45.74	25	42.77	19,51	52.25	8	38.97	179.74
7	Prasetyo	9	42.04	31	55.34	18,42	56.51	13	50.11	204.00
8	Haswin	7	34.63	25	42.77	26,81	23.69	8	38.97	140.06
9	M. aditya	8	38.34	25	42.77	18,97	54.36	8	38.97	174.44
10	Andri	15	64.26	30	53.25	18,47	56.32	17	59.02	232.84
11	Wisnu	14	60.55	29	51.15	17,28	60.97	19	63.48	236.16
12	Arif	13	56.85	28	49.06	22,77	47.32	10	43.43	196.66
13	Nugroho	9	42.04	29	51.15	19,92	50.64	17	59.02	202.86
14	Burhan	8	38.34	30	53.25	19,27	53.19	15	54.57	199.34
15	Yeheskiel	13	56.85	33	59.53	20,89	46.85	17	59.02	222.25
16	Yohanes	15	64.26	30	53.25	18,58	55.89	17	59.02	232.41
17	Bintang	14	56.85	37	67.91	18,51	56.16	15	54.57	235.49
18	Heru	9	42.04	25	42.77	25,41	29.16	15	54.57	168.54

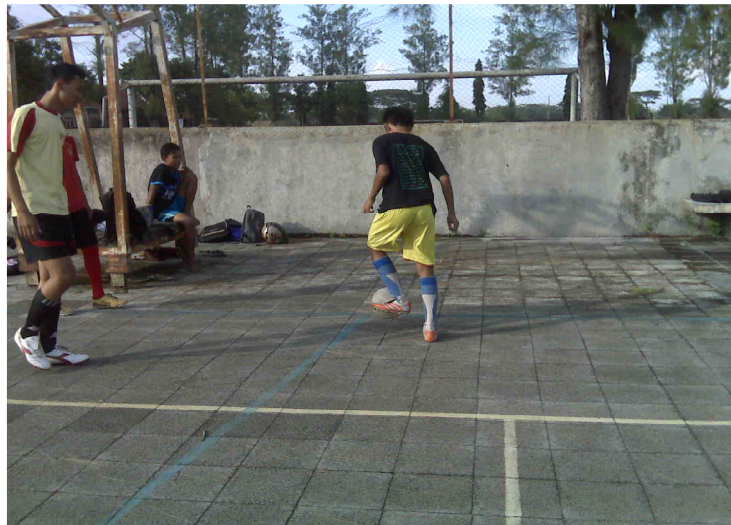


19	Amri	11	49.44	26	44.87	19,21	53.42	13	50.11	197.85
20	Khalid	13	56.85	32	57.44	17,01	62.03	17	59.02	235.34

## Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian



**Testor saat mengkondisikan siswa**



**Testi melakukan tes *passing & stopping***



**Testi melakukan tes *heading***



**Lapangan untuk tes *dribbling***



Testi saat melakukan tes *dribbling*



Gawang/sasaran untuk tes *shooting*



Testi saat melakukan tes *shooting*