

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN SEPAKBOLA  
PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SEKOLAH DASAR NEGERI  
MIJAHAN II PACAREJO SEMANU KEC. SEMANU KAB.  
GUNUNGKIDUL TAHUN AJARAN 2014/2015**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk memenuhi sebagian persyaratan  
guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh  
Guntur Dwi Harmaji  
NIM. 11601247101**

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2015**

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Semanu Kecamatan Semanu Kabupaten Gunungkidul Tahun Ajaran 2014/2015" ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Juni 2015  
Pembimbing,



Nurhadi Santoso, M. Pd.  
NIP. 197403172008121003

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Kecamatan Semanu Kabupaten Gunungkidul Tahun Ajaran 2014/2015” yang disusun oleh Guntur Dwi Harmaji, NIM 11601247101 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 23 Juli 2015 dan dinyatakan lulus.

### DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nurhadi Santoso, M. Pd	Ketua		13/8 2015
Saryono, M. Or	Sekretaris		12/8 2015
A.M. Bandi Utama, M. Pd	Penguji I		11/8 2015
Sudardiyono, M. Pd	Penguji II		11/8 2015

Yogyakarta, Agustus 2015  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.

NIP. 19600824 198601 1 001

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Kecamatan Semanu Kabupaten Gunungkidul Tahun Ajaran 2014/2015” ini benar-benar karya 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 ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Oktober 2015

Yang menyatakan,



Guntur Dwi Harmaji

NIM. 11601247101

## **MOTTO**

1. Jangan jadikan masalah sebagai beban hidupmu, karena tidak ada masalah yang tidak dapat terselesaikan.
2. Bahwasanya setiap amal itu memiliki niat dan orang akan mendapatkan sesuatu sesuai dengan apa yang ia niatkan. (Al-Hadist).
3. Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua. (Aristoteles).

Guntur Dwi Harmaji

## **PERSEMBAHAN**

Seiring rasa syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga karya yang sederhana saya persembahkan kepada :

1. Ibuku Sutarti.
2. Kakakku Iwan Sulistyو dan keluarga.
3. Harom Wulandari
4. Keluarga besar SD Negeri Mijahan II.

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN SEPAKBOLA  
PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SD NEGERI MIJAHAN II  
PACAREJO KEC. SEMANU KABUPATEN GUNUNGKIDUL  
TAHUN 2014/2015**

Oleh  
Guntur Dwi Harmaji  
11601247101

**ABSTRAK**

Permasalahan yang melatarbelakangi penelitian ini adalah kurangnya penguasaan keterampilan dasar bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler di Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola di Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo Kabupaten Gunungkidul tahun ajaran 2014/2015.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan tes. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III, IV, dan V Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Kecamatan Semanu Kabupaten Gunungkidul tahun ajaran 2014/2015 yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola berjumlah 17 anak. Pengumpulan data menggunakan instrumen test dan keterampilan pendidikan jasmani dari Nurhasan (2009) yang di modifikasi sehingga dapat digunakan untuk anak usia 10 – 12 tahun. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase yang mengacu pada nilai T (T-skor).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola di Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo Semanu Kabupaten Gunungkidul tahun ajaran 2014/2015 dalam hasil penelitian yaitu 0,00 % sangat tinggi, 29,41% tinggi, 52,94% sedang, 5,88% rendah, dan 11,76% sangat rendah.

**Kata Kunci:** *tingkat keterampilan dasar, ekstrakurikuler sepakbola*

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur hanya milik Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, atas segala karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Semanu Kecamatan Semanu Kabupaten Gunungkidul Tahun Ajaran 2014/2015”.

Skripsi ini dapat selesai berkat bantuan dari berbagai pihak, khususnya pembimbing. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. M.A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan pengumpulan data guna penyusunan tugas akhir skripsi.
3. Bapak Amat Komari, M.Si., Ketua Jurusan POR FIK UNY yang telah memberikan pengarahan, sumbang saran serta ijin dalam penyusunan tugas akhir skripsi.
4. Bapak Sriawan, M.Kes., Ketua Prodi PGSD PENJAS yang telah memberikan pengarahan, saran serta ijin dalam penyusunan tugas akhir skripsi.
5. Bapak Dr. Eddy Purnomo, M. Kes., AIFO, Penasihat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan nasehat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Bapak Nurhadi Santoso, M. Pd., Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang dengan sabar dan memberikan masukan, motivasi serta arahan selama penyusunan skripsi.
7. Bapak dan Ibu dosen jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan pengetahuan dan wawasan serta memberikan bekal ilmu kepada penelitian.
8. Bapak Kepala Sekolah dan Guru-guru SD Negeri MIjahan II yang telah membantu dalam penelitian.
9. Ibu dan kakakku yang selalu berdo'a untuk mempermudah penyusunan skripsi ini.
10. Teman-teman yang selalu membantu dalam penyusunan skripsi ini.
11. Semua pihak yang turut membantu dalam penelitian ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Yogyakarta, Oktober 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
<b>BAB II. KAJIAN TEORI</b>	
A. Deskripsi Teori .....	11
1. Hakikat Keterampilan.....	11
2. Hakikat Permainan Sepakbola Secara Umum .....	13
3. Hakikat Permainan Sepakbola Untuk Anak Sekolah Dasar Usia 10-12 Tahun .....	15
4. Teknik Dasar Permainan Sepakbola.....	17
5. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler .....	33
6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Usia 10-12 Tahun.....	36
B. Penelitian Yang Relevan .....	38
C. Kerangka Berfikir.....	39
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	42
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	42
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	43
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	47

B. Pembahasan .....	52
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	55
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	55
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	56
D. Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>60</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kondisi Sarpras di SD Negeri Mijahan II.....	7
Tabel 2. Validitas Tes .....	44
Tabel 3. Norma Penelitian .....	45
Tabel 4. Norma Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstra Kurikuler SD Negeri Mijahan II .....	48
Tabel 5. Norma Tingkat Keterampilan <i>Passing dan Stoping</i> Siswa Peserta Ekstra Kurikuler SD Negeri Mijahan II .....	49
Tabel 6. Norma Tingkat Keterampilan <i>Heading</i> Siswa Peserta Ekstra Kurikuler SD Negeri Mijahan II.....	50
Tabel 7. Norma Tingkat Keterampilan <i>Dribling</i> Siswa Peserta Ekstra Kurikuler SD N egeri Mijahan II .....	51
Tabel 8. Norma Tingkat Keterampilan <i>Shooting</i> Siswa Peserta Ekstra Kurikuler SD Negeri Mijahan II .....	52
Tabel 9. Data Skor Test <i>Passing dan Stoping</i> .....	70
Tabel 10. Data Skor Test <i>Heading</i> .....	70
Tabel 11. Data Skor Test <i>Dribling</i> .....	71
Tabel 12. Data Skor Test <i>Shooting</i> .....	71
Tabel 13. Keterampilan <i>Passing dan Stoping</i> .....	72
Tabel 14. Norma Penilaian Tes <i>Passing dan Stoping</i> .....	72
Tabel 15. Keterampilan <i>Heading</i> .....	73
Tabel 16. Norma Penilaian Tes <i>Heading</i> .....	73
Tabel 17Keterampilan <i>Dribling</i> .....	74
Tabel 18. Norma Penilaian Tes <i>Dribling</i> .....	74

Tabel 19. Keterampilan <i>Shooting</i> .....	75
Tabel 20. Norma Penilaian Tes <i>Shooting</i> .....	75
Tabel 21. Keterampilan Dasar Keseluruhan Sepakbola.....	76
Tabel 22. Norma Penilaian Tes Keterampilan Dasar Keseluruhan Sepakbola...	76
Tabel 23. Hasil T-Skor Keseluruhan.....	77
Tabel 24. Nama Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler .....	83

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Menendang Bola .....	17
Gambar 2. Menendang dengan Kaki Bagian Dalam.....	20
Gambar 3. Menendang dengan Kaki bagian Luar .....	20
Gambar 4. Menendang dengan Punggung Kaki .....	21
Gambar 5. Menendang dengan Punggung Kaki Bagian Dalam .....	22
Gambar 6. Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Dalam.....	23
Gambar 7. Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Luar .....	23
Gambar 8. Menghentikan Bola dengan Punggung Kaki.....	24
Gambar 9. Menghentikan Bola dengan Paha.....	25
Gambar 10. Menghentikan Bola dengan Dada .....	25
Gambar 11. Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam .....	26
Gambar 12. Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Luar .....	27
Gambar 13. Menggiring Bola dengan Punggung Kaki .....	28
Gambar 14. Menyundul Bola.....	29
Gambar 15. Merampas Bola dari Depan.....	30
Gambar 16. Merampas Bola sambil Meluncur .....	31
Gambar 17. Lemparan ke dalam .....	32
Gambar 18. <i>Passing dan Stopping</i> .....	45
Gambar 19. <i>Passing dan Stopping</i> Modifikasi .....	46
Gambar 20. <i>Heading</i> .....	47

Gambar 21. <i>Dribling</i> .....	48
Gambar 22. <i>Dribling</i> Modifikasi .....	49
Gambar 23. <i>Shooting</i> .....	51
Gambar 24. <i>Shooting</i> Modifikasi .....	52
Gambar 25. Norma Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II .....	57
Gambar 26. Norma Tingkat Keterampilan <i>Passing dan Stopping</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II .....	58
Gambar 27. Norma Tingkat Keterampilan <i>Heading</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II .....	60
Gambar 28. Norma Tingkat Keterampilan <i>Dribling</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II .....	61
Gambar 29. Norma Tingkat Keterampilan <i>Shooting</i> Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II .....	62

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rekap Data Keseluruhan .....	60
Lampiran 2. Hasil Validitas dan Reliabilitas .....	78
Lampiran 3. Surat Keterangan Pengujian Alat Ban Ukur.....	79
Lampiran 4. Surat Keterangan Penguji Alat Stopwatch .....	81
Lampiran 5. Data Skor Test Keterampilan Sepakbola.....	77
Lampiran 6. Norma Test Keterampilan Sepakbola.....	79
Lampiran 7. Hasil Skor .....	80
Lampiran 8. Hasil T Skor.....	81
Lampiran 9. Hasil Data Keseluruhan .....	82
Lampiran 10. Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	83
Lampiran 11. Nama Peserta .....	84
Lampiran 12. Foto.....	85

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Setiap kegiatan dan pelaksanaan olahraga oleh setiap individu mempunyai tujuan yang berbeda-beda, variasi tujuan tersebut berkaitan erat dengan motivasi yang muncul untuk mencapai suatu prestasi dalam bidang tertentu. Berolahraga bukan hanya sekedar untuk berekreasi tetapi olahraga juga bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, namun demikian kegiatan olahraga merupakan suatu kebutuhan sekunder yang membawa kompleksitas yang primer bagi subjek itu sendiri. Bagi kehidupan akademik, kegiatan olahraga terstruktur dalam suatu rumusan yang telah tersusun sesuai dengan jenjang dan strata tertentu. Oleh karena itu, sudah selayaknya sekolah mempunyai program belajar mengajar dan program ekstrakurikuler yang dilaksanakan, sebagai wadah bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, mengembangkan bakat serta minat dalam upaya pembinaan pribadi menuju manusia seutuhnya.

Kegiatan ekstrakurikuler ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang diluar bidang akademik serta dapat mengasah bakat siswa siswi. Kegiatan ini diadakan oleh pihak sekolah untuk merintis kegiatan di luar jam pelajaran sekolah dan terprogram sesuai dengan jadwal ekstra yang disusun sesuai program sekolah dengan menggunakan dana BOS.

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler siswa diarahkan untuk memilih macam-macam ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah. Di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di antaranya sepakbola, bola voli, pencak silat dan ekstrakurikuler non olahraga di antaranya tari dan karawitan. Cabang olahraga sepakbola termasuk kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang diselenggarakan oleh SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul.

Ekstrakurikuler olahraga diharapkan dapat meningkatkan tingkat kebugaran jasmani siswa selain itu juga dapat memperkaya dan memperluas pengetahuan, bakat dan minat serta meningkatkan kemampuan atau prestasi. Keberhasilan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah tersebut tentunya harus didukung oleh beberapa faktor seperti ketersediaan alat dan fasilitas yang memadai, kecakapan guru pendidikan jasmani dan kesehatan dan guru pembimbing kegiatan ekstrakurikuler dalam memberikan materi maupun kemampuan siswa untuk mengikuti pelajaran.

Ekstrakurikuler sepakbola saat ini di SD Negeri Mijahan II Pacarejo, Gunungkidul belum banyak peminatnya, kebanyakan siswa memilih ekstrakurikuler yang lain yaitu voli, karawitan dan seni tari. Berdasarkan hasil wawancara pada hari Sabtu 7 Februari 2015 dengan guru pendidikan jasmani kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SD Negeri I Mijahan II Pacarejo Gunungkidul ini diikuti 23 siswa, dan rata-rata siswa yang hadir pada ekstrakurikuler ada 17 siswa. Ekstrakurikuler sepakbola dilaksanakan satu kali seminggu yaitu hari Kamis pukul 15.00-17.00 WIB di Lapangan sepakbola Pacarejo, Gunungkidul. Ekstrakurikuler sepakbola di

SD Negeri Mijahan II Pacarejo dilatih oleh Guru Pendidikan Jasmani SD NegeriMijahan II Pacarejo Gunungkidul.

Dalam permainan sepakbola untuk dapat berprestasi dengan baik tiap pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola dengan baik.Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tacking*),lemparan kedalam (*throwin*), dan menjaga gawang (*goal keeping*) (Sucipto dkk, 2007: 17).

Teknik mengoper bola (*passing*), menahan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menembak (*shooting*), dan menyundul (*heading*) merupakan teknik dasar yang sangat penting dan harus dikuasai oleh para pemain sepakbola.Dalam bermain sepakbola kemampuan dalam melakukan teknikteknik diatas dengan baik dan tepat memiliki manfaat yang sangat baik untuk memperoleh kemenangan saat pertandingan.Teknik-teknik dasar permainan sepakbola harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola.Demikian juga siswa-siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul, untuk meningkatkan kemampuan dan prestasi siswa dalam olahraga sepakbola siswa harus dilatih secara intensif dan efisien.Dalam rangka meningkatkan prestasi dan kemampuan teknik-teknik, diperlukan program latihan yang tepat dengan memperhatikan unsur-unsur yang mempengaruhi kemampuan *passing* dan *stopping*, *dribbling*, *shooting*, dan *heading* tersebut.

Sepakbola di SD Negeri Mijahan II Pacarejo masih kurang, terutama siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola, contohnya pada saat di

lapangan anak tidak suka dengan pemanasan dan lebih suka langsung bermain sepakbola. Dalam hal ini sangat penting untuk dilatih agar siswa dapat mengetahui teknik-teknik dasar sepakbola.

Cara menendang bola (*kicking*), cara menendang bola adalah sesuatu yang sangat penting dalam permainan sepakbola, karena dalam permainan sepakbola diharuskan setiap pemain mampu menendang bola. Tujuan menendang bola itu sendiri antara lain untuk memberi umpan, mencetak gol, mengamankan pertahanan pada saat bermain sepakbola. Dalam permasalahan ini siswa yang mengikuti ekstrakurikuler masih belum baik dan benar dalam hal ini siswa menendang bola masih menggunakan ujung kaki, akan tetapi sudah ada siswa yang bisa menendang bola dengan kaki bagian dalam, sehingga masih perlu dibenarkan dalam melakukan tendangan.

Cara menghentikan bola (*stopping*), cara menghentikan bola juga sangat penting dalam permainan sepakbola, yaitu gunanya untuk menguasai bola. Kebanyakan untuk menguasai bola sering menjadi masalah bagi pemain sepakbola, dikarenakan keadaan tanah di setiap daerah berbeda-beda, sehingga diperlukan teknik yang tepat untuk menguasai bola sesuai dengan lapangan di daerah masing-masing. Dalam hal ini siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sudah baik tetapi belum semuanya, karena masih ada siswa yang menghentikan bola terlalu jauh dengan posisi kaki, sehingga masih sering kehilangan bola.

Cara menggiring bola (*dribbling*) siswa yang mengikuti ekstrakurikuler belum menggunakan kaki bagian luar atau bagian punggung kaki dalam menggiring bola, sehingga masih banyak siswa yang menggiring bola dengan

menggunakan kaki bagian dalam serta jarak bola dengan kaki masih terlalu jauh.

Cara menyundul bola (*heading*), menyundul bola atau heading adalah salah satu dari berbagai macam dasar permainan sepakbola, menyundul bola juga sangat penting bagi pemain sepakbola dikarenakan apabila kita salah dalam melakukan heading bola akan berakibat fatal apabila itu dilakukan oleh pemain bertahan. Siswayang mengikuti ekstrakurikuler sebagian besar sudah menggunakan kepala bagian depan atau dahi, tetapi masih ada yang menggunakan kepala bagian atas sehingga bola belum terarah sesuai sasaran yang disasar.

Merampas bola (*tackling*) siswayang mengikuti ekstrakurikuler belum bisa menguasai tehnik ini hanya dilaksanakan dengan asal, sehingga tidak memikirkan bahaya yang terjadi ketika tackling dilakukan. Dapat dicontohkan jika teckling dilakukan oleh pemain bertahan dan itu dilakukan di area kotak pinalti, maka dapat mengakibatkan pelanggaran yang berbuah tendangan pinalti bagi lawan yang dilanggar di area kotak pinalti.

Lemparan kedalam (*throw in*), lemparan kedalam sering dianggap sepele tetapi sebenarnya bisa menguntungkan dalam permainan sepakbola. Pada saat menyerang misalnya, lemparan bisa ditujukan kedepan gawang sehingga akan membuat peluang untuk mencetak gol, pada saat bertahan lemparan kedalam bias digunakan untuk membuang bola jauh dari pertahanan. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pada saat melempar bola sudah bisa menguasai tehnik ini dengan baik dan benar, akan tetapi masih sering siswa memakukanya dengan kaki masih diangkat dan biasanya juga dilakukan sambil melompat.

Menjaga gawang (*goal keeping*), penjaga gawang sangat penting bagi permainan sepakbola, dikarenakan penjaga gawang adalah pemain yang dipasang agar dapat mengamankan gawang dari serangan pemain lawan. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler belum bisa menangkap bola dengan erat, reflek kurang cepat dan penjaga gawang masih sering menggunakan kaki untuk menghalau bola bahkan belum mengerti teknik dan peraturan apabila pemain belakang memberikan umpan tarik ke penjaga gawang masih ditangkap.

Berbagai macam kendala yang kurang mendukung dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul, salah satunya adalah kondisi lapangan yang perlu mendapatkan perhatian dan pihak sekolah maupun pemerintah desa Pacarejo serta kurangnya alat dan fasilitas dalam menunjang keberhasilan ekstrakurikuler khususnya sepakbola di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul menjadi kurang efektif. Lapangan tidak rata dan terdapat beberapa lubang di lapangan Pacarejo yang menjadi tempat untuk ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul yang membahayakan siswa dalam bermain sepakbola. Kemudian masih terbatasnya pengetahuan tentang gerak dasar bermain sepakbola. Sehingga materi yang diajarkan seorang guru pelatih hanya sekedar memberikan permainan sepakbola dan tidak menggunakan dasar-dasar yang benar.

Alat dan fasilitas merupakan hal yang juga perlu mendapatkan perhatian dari pihak sekolah. Dengan tersedianya alat dan fasilitas yang cukup serta kondisi dan fasilitas yang baik akan menjadikan pembelajaran lebih efektif. Seperti pengadaan rompi untuk latihan, penambahan bola sepak, cone/kerucut, dan lain

sebagainya akan lebih menunjang kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SD Negeri Mijahan II Pacarejo.

**Tabel 1. Kondisi sarpras di SD Negeri Mijahan II**

No.	Sarpras	Jumlah	Kondisi	Keterangan
1.	Lapangan sepakbola		Lapangan tidak rata dan terdapat beberapa lubang	Lapangan yang digunakan adalah lapangan yang dimiliki oleh pemerintah setempat yang dipinjamkan tanpa membayar uangsewa
2	Bola	5, kondisi baik	Baik	Bola ukuran 5 ada 3 buah dan bola ukuran 4 ada 2
3	Seragam	-	-	Belum ada
4	Rompi	-	-	Belum ada
5	Cone/kerucut	-	-	Belum ada

Sumber: Guru penjas SD Negeri Mijahan II PacarejoGunungkidul (2015)

Dari kenyataan diatas, peneliti masih melihat adanya permasalahan dalam pelaksanaan pembinaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul. Oleh karena itu perlu diadakan penelitian untuk mengetahui sejauh mana tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa SD Negeri Mijahan II Pacarejo khususnya siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. Diharapkan dengan adanya penelitian tentang keterampilan dasar bermain sepakbola ini, dapat dibuat program untuk lebih meningkatkan kemampuan dasar bermain sepakbola yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola, sehingga dapat juga meningkatkan prestasi khususnya dalam bidang olahraga sepakbola serta menumbuhkan minat siswa agar lebih giat dalam mengikuti ekstrakurikuler.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka perlu diadakan penelitian tentang “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Di Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo SemanuKec.Semanu Kab. Gunungkidul Tahun Ajaran 2014/2015”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Dalam menendang bola (*kicking*) siswa belum baik dan benar.
2. Masih ada siswa yang menghentikan bola (*stopping*) terlalu jauh pentalan bola dengan kaki.
3. Siswabelum menggunakan kaki bagian luar atau bagian punggung kaki dalam menggiring bola (*dribling*).
4. Masih menggunakan kepala bagian atas dalam menyudul bola (*heading*).
5. Siswa masih belum benar dalam merampas bola (*teacling*).
6. Siswa masih banyak yang melempar bola (*throwin*) dengan mengangkat kaki dan sambil melompat.
7. Masih belum menguasai teknik menjaga gawang (*goal keeping*).
8. Sarana dan prasarana yang ada di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul belum lengkap.
9. Materi yang diajarkan Guru pelatih hanya ke permainan sepakbola dan tidak dilatihkan gerak dasar bermain sepakbola yang baik dan benar.

10. Kurangnya minat siswa di SD Negeri Mijahan II Pacarejo terhadap kegiatan ekstrakurikuler sepakbola.

11. Belum diketahui tingkat ketrampilan dasar bermain sepakbola pada peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Mijahan II Gunungkidul.

### **C. Batasan Masalah**

Memperhatikan identifikasi masalah tersebut diatas, maka penelitian ini dibatasi pada “Belum diketahui tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola pada peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Kec.Semanu Kab. Gunungkidul tahun Ajaran 2014/2015”.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas maka perlu perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Seberapa Tinggi Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola pada peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Kec. Semanu Kab. Gunungkidul tahun Ajaran 2014/2015?”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai peneliti adalah untuk mengetahui,Seberapa Tinggi Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola pada peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Kec. Semanu Kab. Gunungkidul tahun Ajaran 2014/2015.

### **F. Manfaat penelitian**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

## **1. Secara Teoritis**

Manfaat teoritis adalah manfaat yang diambil untuk mendapatkan gagasan baru, yang diharapkan dapat menambah wacana berpikir, sebagai sumber ilmu pengetahuan, dan diharapkan dapat menyumbangkan gagasan baru serta berusaha menyelesaikan mengenai keterampilan bermain sepakbola baik pada lingkup sekolah maupun pada umumnya demi kemajuan permainan sepakbola. Selain itu juga dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya baik.

## **2. Secara Praktis**

### **a. Bagi sekolah, guru pendidikan jasmani dan pelatih**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kreativitas guru dalam mengajar olahraga. Dan diharapkan guru dapat menciptakan dan melihat potensi siswa terhadap permainan sepakbola sehingga dapat mengantar siswa mencapai prestasi yang terbaik.

### **b. Bagi siswa peserta ekstrakurikuler**

Dapat mengetahui tingkat kecakapannya dalam bermain sepakbola sehingga diharapkan setelah mengetahui tingkat kemampuan bermain sepakbola dapat meningkatkan keterampilan bermain sepakbola untuk berprestasi.

### **c. Bagi masyarakat umum dan orang tua**

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan pengetahuan bagi masyarakat tentang kemampuan dasar bermain sepakbola anak. Selanjutnya masyarakat dapat mendukung hal-hal yang dapat meningkatkan kemampuan dasar sepakbola anak-anak mereka.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

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

##### **1. Hakikat Keterampilan**

Keterampilan seharusnya mendapat perhatian pada tingkat awal, dan pengajaran berlangsung berkesinambungan. Istilah terampil dapat dinyatakan untuk menggambarkan tingkat keahlian seseorang dalam melaksanakan tugas. Menurut Rusli Lutan (1998: 94) keterampilan dipandang sebagai satu perbuatan atau tugas, dan lainnya sebagai sebuah indikator dan tingkat kemahiran.

Menurut Yanuar Kiram (1992: 11) keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktivitas gerak yang harus dipelajari supaya mendapatkan bentuk gerakan yang benar. Sedangkan menurut Singer dalam Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 16) keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Suatu keterampilan ada keharusan untuk pelaksanaan tugas yang terlepas dari unsur kebetulan dan untung-untungan.

Menurut Sugianto dan Sudjarwo (1993: 13) keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efektif dan efisien. Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol tubuh dalam melakukan gerak. Keterampilan gerak diperoleh melalui proses belajar yaitu dengan caramemahami gerakan dan melakukan gerakan berulang-ulang dengan kesadaran pikir akan benar

tidaknya gerakan yang telah dilakukan. Keterampilan gerak dapat diartikan sebagai keterampilan untuk melakukan suatu gerakan tertentu dengan baik (Sugianto dan Sudjarwo, 1993: 249).

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 20-21) keterampilan dasar secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu :

**a. Keterampilan Lokomotor**

Keterampilan lokomotor adalah keterampilan untuk menggerakkan badan dalam keadaan titik berat badan berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain, contohnya gerakan melangkah, lari, jalan, lompat dan loncat.

**b. Keterampilan non Lokomotor**

Keterampilan jenis non lokomotor adalah jenis keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan badan tetap, statis, kaki tetap menumpu pada bidang tumpu atau tangan berpegangan pada pegangan. Contohnya: berdiri tegak dengan satu kaki diangkat, keterampilan dasar ini termasuk keterampilan keseimbangan (*balance*).

**c. Keterampilan Manipulatif**

Keterampilan manipulatif adalah keterampilan anggota badan, tangan atau kaki untuk mengontrol bola. Contohnya: menyepak bola dengan kaki.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan diartikan sebagai kemampuan atau kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan yang didapat melalui proses belajar. Keterampilan-keterampilan yang

berfaedah yang menunjukkan tingkat kemahiran dan derajat keberhasilan yang konsisten untuk mencapai tujuan dengan efektif dan efisien.

## **2. Hakikat Permainan Sepakbola Secara Umum**

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer di dunia, disenangi digemari banyak orang tua, muda-mudi, anak-anak dan bahkan wanita. Menurut Sucipto, dkk. (2007: 7), bukti nyata bahwa permainan dapat dilakukan wanita yaitu diselenggarakan sepakbola wanita pada kejuaraan dunia 1999. Dalam final hasil tim AS melawan China, sesungguhnya tidak kalah menarik dengan partai final World Cup 1998 antara Prancis lawan Brazil.

Menurut Farida Mulyaningsih, dkk. (2010: 11), bahwa sepakbola adalah suatu permainan yang dimainkan sejak awal masehi kemudian dilakukan dengan jalan menepak bola. Bola disepak kian kemari untuk diperebutkan di antara pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan. Dalam memainkan bola maka pemain dibenarkan untuk menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diijinkan untuk memukul bola dengan tangan di daerah garis tendangan hukuman. Tujuan dan masing-masing regu adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dengan pengertian pula berusaha sekuat tenaga agar gawangnya terhindar dari kebobolan penyerang lawan.

Menurut Farida Mulyaningsih, dkk. (2012:12) Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat

Indonesia, baik di kota maupun di desa. Perkembangan sepakbola di Indonesia semakin pesat sehingga tidak hanya laki-laki yang bermain sepakbola, bahkan sepakbola juga dimainkan oleh kaum wanita. Permainan dilakukan di atas lapangan rata berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 100-110 meter dan lebar 64-78 meter. Di kedua ujung lapangan terdapat gawang yang masing-masing berukuran panjang 7,32 meter dan tinggi 2,44 meter, bola yang digunakan adalah nomor 5. Masing-masing tim harus menggunakan seragam buat bertanding, yang mana masing-masing seragam diberi nomor punggung. Adapun seragam yang dikenakan saat bertanding tidak boleh memiliki warna yang serupa supaya tidak membingungkan wasit yang memimpin pertandingan. Lamanya permainan dalam sepakbola adalah 2x45 menit ditambah istirahat 15 menit.

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dan sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan seluruh badan, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Menurut Sucipto, dkk. (2007: 7), permainan sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua buah regu yang masing-masing terdiri dari sebelas orang pemain.

Berdasarkan definisi yang telah dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak antar kelompok atau regu yang berlawanan. Masing-masing regu sebelas orang atau disesuaikan dengan jumlah pemain atau berdasarkan jumlah siswa, yang bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan

mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan bola. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan tangannya di daerah tendangan hukumannya.

### **3. Hakikat Permainan Sepakbola Untuk Anak Sekolah Dasar Usia 1012 tahun**

Perkembangan sepakbola usia dini atau *grass roots jenjang usia* 10-12 tahun di Indonesia begitu pesat perkembangannya, kegiatan latihan dan pertandingan diadakan dimana-mana, sekolah sepakbola, akademi sepakbola atau ekstrakurikuler di sekolah tumbuh subur di tanah air, membangun fondasi sepakbola Indonesia.

Begitu semaraknya kegiatan sepakbola usia dini, ada yang diorganisir sendiri oleh SSB (Sekolah Sepak Bola) dan kegiatan ekstrakurikuler yang bersangkutan, serta pihak lain yang peduli terhadap pemain usia dini, dengan menyelenggarakan berbagai kegiatan seperti latihan rutin, mitra tanding, festival sepakbola, *coaching clinic*, festival pelatihan sepakbola usia dini (*grassroots football festival*), seleksi pemain, workshop atau seminar dll.

Di masa datang tampaknya semua kegiatan sepakbola usia dini harus dilakukan secara terintegrasi, terpadu, bertahap dan berkesinambungan tanpa terputus-putus disepanjang tahun, supaya berjalan lebih baik dan akan lebih meyakinkan kita akan datangnya kemajuan sepakbola di tanah air dalam waktu tidak lama lagi. Menurut Kemendiknas yang dikutip oleh Dwi Wahyu Utomo (2011: 8) pembinaan pemain usia dini merupakan fondasi pembinaan pemain di jenjang awal, yang perlu dilakukan sekarang bila ingin memperkokoh fondasi pembinaan sepakbola usia dini adalah bekerja dengan lebih sistematis, terarah, meningkatkan

bobot latihan dan cara menangani pemain usia dini, dengan menggunakan atau memperhatikan berbagai panduan sebagai acuan, dasar dan metode untuk melakukan kegiatan pembinaan pemain, dari berbagai sumber yang berasal dari buku, media, internet, seminar, workshop, pelatihan, *coaching clinic*, penyegaran dan kursus pelatih yang diadakan badan otoritas sepakbola.

Pemain usia dini yang berbakat pada usia ini membutuhkan suatu perkumpulan sepakbola atau diklat untuk meningkatkan *skill* individunya dan memperkenalkan padanya suatu sepakbola yang kompetitif. Pada usia antara 6-12 tahun, *skill* sepakbola yang benar dipelajari sambil bermain atau bertanding sepakbola dan dibarengi dengan program dan metode serta rencana pendidikan sepakbola yang bertanggung jawab. Jadi dibentuk latihan yang disederhanakan dan pertandingan dijalankan sebagai alat untuk mengembangkan *skill* teknik dan pengertian dasar teknik.

Bola harus jadi titik sentral dari aktivitas dengan banyak variasi dan kegembiraan. Sasarannya adalah untuk memperlihatkan kepada anak-anak ini. Banyaknya perubahan-perubahan situasi pertandingan yang terus menerus yang mereka harus mengerti dan menguasai dengan cara diberikan demonstrasi dan diberitahu mengapa mereka harus berbuat demikian.

Pelatih yang telah berpengalaman melatih harus mampu melatih anak-anak secara metodik dan efektif tanpa menghilangkan antusiasme anak-anak tersebut. Prioritas harus diberikan kepada usaha-usaha yang langsung mendidik anak-anak, merangsang *skill* dan keperibadian anak-anak setiap hari.

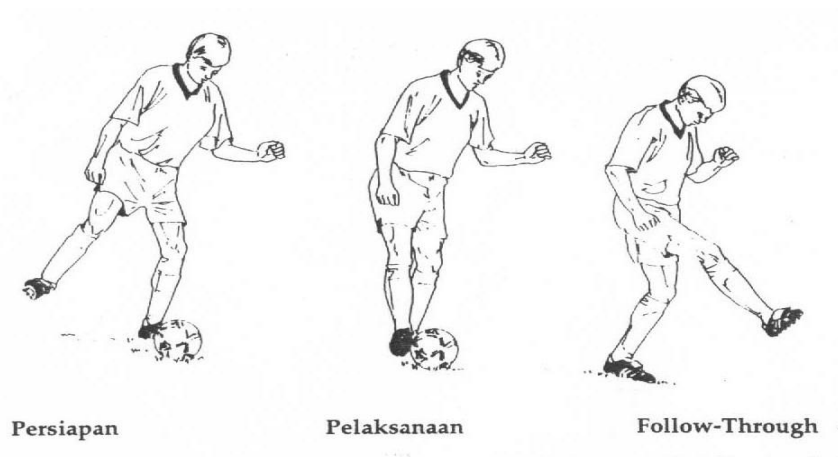
Menurut Juara, dkk. (2010:16) peraturan permainan sepakbola untuk anak SD dengan peraturan yang dimodifikasi adalah ukuran lapangan 65 x 50 meter ukuran gawang 2 x 6 meter. Bola yang dipergunakan bola nomor 4 jumlah pemain setiap tim 9 orang pemain, dengan susunan 1 penjaga gawang, 3 pemain belakang, 2 pemain tengah, dan 3 pemain depan. Lamanya pertandingan 2 x 25 menit, tidak ada *offside* untuk anak Sekolah Dasar.

#### 4. Hakikat Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Menurut Sucipto, dkk (2007:17), untuk bermain sepakbola dengan baik yaitu pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik, cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan kedalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*).

Berikut ini uraian teknik-teknik dalam permainan sepakbola:

##### a. Menendang Bola (*Kicking*)



**Gambar 1. Menendang Bola**  
**Sumber: (Joseph A. Luxbacher, 1996: 23)**

Pada permainan sepakbola waktu sekarang ini di kenal tiga macam posisi pemain yakni: barisan penyerang, barisan pemain tengah (penghubung), dan barisan pertahanan (pemain belakang). Dalam gerakan melakukan penyerangan ke arah gawang lawan pada umumnya dilakukan dengan kerjasama antar pemain. Kerjasama tersebut dilakukan secara berantai antar pemain yang sedang menguasai bola maupun tanpa bola dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan.

Pada permainan sepakbola diharapkan setiap pemain harus mengetahui tugas utamanya, daerah atau ruang gerak serta memahami apa yang harus dilakukan pada saat menyerang dan kemana harus bergerak serta siapa yang harus dijaga kalau pihaknya mengalami serangan dari pihak lawan. Dalam penyerangan dan pertahanan setiap pemain dituntut untuk menguasai teknik-teknik dasar menendang bola.

Secara garis besar kegunaan menendang bola adalah untuk memberikan operan atau *passing*, membuat tembakan guna mencetak gol (*shooting*) dan membersihkan atau menyapu bola dari daerah pertahanan (*tackling*). Keterampilan teknik menendang bola dalam sepak bola sangat dibutuhkan bagi seorang yang ingin menjadi pemain yang baik. Ketepatan menerapkan teknik menendang bola dalam berbagai situasi akansangat menunjang dalam menguasai permainan. Teknik menendang yang dapat digunakan dalam permainan sepak bola bermacam-macam. Untuk tendangan atau *shooting* biasanya para pemain menggunakan kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura penuh. Sedangkan untuk melakukan *passing*

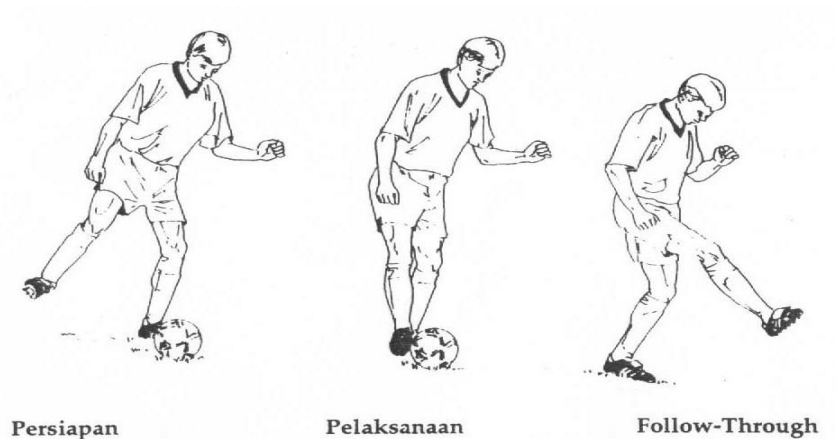
biasanya para pemain menggunakan kaki bagian dalam.

Menurut Sucipto, dkk (2007:17), menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan dari sepakbola. Menendang bola paling banyak dilakukan dalam permainan sepakbola bila dibandingkan dengan teknik lain, maka wajar jika dalam latihan seorang pelatih banyak mengajarkan tentang teknik menendang bola. Menurut Robert Koger (2007:19), mengoper berarti memindahkan bola dari kaki pemain ke pemain lain, dengan cara menendangnya. Dilihat dari perkenaan kaki ke bola, menendang dibedakan menjadi beberapa macam, yaitu:

#### **1) Menendang dengan Kaki Bagian Dalam**

Menendang dengan kaki bagian dalam biasanya digunakan untuk mengumpan pada jarak pendek (*short pass*) atau sedang dan untuk mencetak gol pada jarak dekat. Menendang dengan kaki bagian dalam dapat digambarkan sebagai berikut. Menurut Sucipto, dkk (2007:18)

posisi badan berada tepat di belakang bola dan menghadap pada sasaran, posisi kaki tumpu berada di samping bola (jika kaki kiri digunakan untuk menendang maka kaki kanan sebagai tumpuan dan berada di samping bola begitu juga sebaliknya), kemudian kaki yang digunakan untuk menendang ditarik ke belakang dan ayunkan kaki ke depan tepat mengenai bola, gerak lanjut kaki tendang diangkat menghadap kesasaran serta pandangan ditunjukkan ke arah bola dan mengikuti jalannya arah bola terhadap sasaran, dan kedua lengan tetap berada di samping badan.

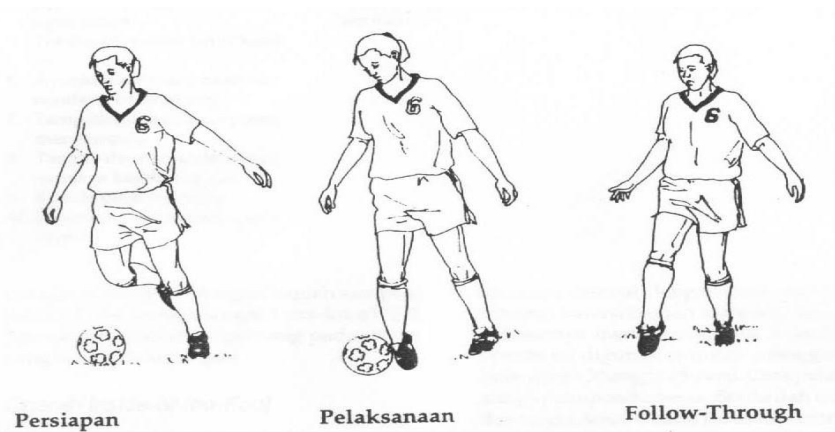


**Gambar 2. Menendang dengan Kaki Bagian Dalam**  
**Sumber: (Joseph A. Luxbacher, 1996 : 12)**

**2) Menendang dengan Kaki Bagian Luar**

Menendang bola dengan kaki bagian luar tidak jauh berbeda dengan kaki dalam, posisi menendang juga sama. Menendang dengan kaki bagian luar dapat digambarkan sebagai berikut. Menurut Sucipto, dkk (2007:19)

posisi badan di belakang bola, kaki tumpu berada di samping bola ujung jari menghadap sasaran dan lutut sedikit agak ditekuk, perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki bagian luar dan tepat pada tengah-tengah bola pada saat perkenaan dengan bola pergelangan kaki ditegangkan, pandangan ke bola dan mengikuti jalannya bola ke sasaran, dan kedua lengan terbuka menjaga keseimbangan disamping badan.



**Gambar 3. Menendang dengan Kaki Bagian Luar**  
**Sumber : (Joseph A. Luxbacher, 1996: 14)**

### 3) Menendang dengan Punggung Kaki

Pada umumnya menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*). Menendang dengan punggung kaki dapat digambarkan sebagai berikut. Menurut Sucipto, dkk (2007:20),

Posisi badan berada di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola agak di belakang, ayunkan kaki yang digunakan untuk menendang dengan ujung kaki mengarah ke bawah arahkan kaki untuk menendang tengah bola bagian bawah dan badan sedikit condong ke belakang.



**Gambar 4. Menendang dengan Punggung Kaki**  
Sumber: (Joseph A. Luxbacher, 1996: 14)

### 4) Menendang dengan Punggung Kaki Bagian Dalam

Menendang dengan menggunakan punggung kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak jauh (*long pass*). Gerakannya dapat digambarkan sebagai berikut. Menurut Sucipto, dkk (2007:21)

Posisi badan berada di belakang bola, badan sedikit serong, kaki tumpu berada di samping belakang bola, kaki tendang berada di belakang bola dan kaki serong 40 derajat ke arah luar, kaki yang digunakan menendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sampai mengenai bola.



**Gambar 5. Menendang dengan Punggung Kaki Bagian Dalam**  
**Sumber: (Sucipto, dkk.,2000:21)**

**b. Menghentikan / Menerima Bola (*Stopping*)**

Menurut Tri Minarsih, dkk. (2010:11), Menghentikan bola yaitu menguasai bola yang akan ditendang agar hasil tendangannya sesuai dengan keinginan dan sasaran yang dituju. Penguasaan bla dilakukan dengan menghentikan bola terlebih dahulu, baru ditendang sesuai arah yang dituju.

Pada waktu akan menghentikan bola, harus diperhatikan arah datangnya bola. Mengontrol bola dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, telapak kaki, punggung kaki, kaki bagian luar, paha, dada, perut dan dahi.

**1) Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Dalam**

Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam biasanya digunakan untuk menghentikan bola yang datang menggelinding, bola pantul ke tanah dan bola di udara sampai setinggi paha. Menurut Tri Minarsih, dkk (2010:12), gerakannya dapat digambarkan sebagai berikut.

Bola yang datang dihentikan dengan salah satu kaki yang diangkat

(lemas). Kaki tumpu berada di depan dan kaki yang digunakan untuk menahan bola diletakan agak ke belakang serta lutut ditekuk, kaki bagian dalam menekan pada bola



**Gambar 6. Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Dalam**  
Sumber : (Tri Minarsih, dkk2010 : 12)

## 2) Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Luar

Menghentikan bola dengan kaki bagian luar digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul dan bola udara sampai setinggi paha. Menurut Tri Minarsih, dkk (2010:12), gerakan menghentikan bola dengan kaki bagian luar dapat digambarkan sebagai berikut.

Letakan kaki tumpu disamping bola dengan lutut ditekuk. Pergelangan kaki yang akan digunakan untuk menendang bola, diputar ke dalam ke arah kaki tumpu, kemudian tendang bola dengan menggunakan kaki bagian luar tepat dibagian tengahnya



**Gambar 7. Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Luar**  
Sumber: (Tri Minarsih, dkk2010 : 12)

### 3) Menghentikan Bola dengan Punggung Kaki

Menghentikan bola dengan punggung kaki digunakan untuk menghentikan bola di udara sampai setinggi paha. Menurut Tri Minarsih, dkk (2010:12), gerakannya dapat digambarkan sebagai berikut, posisi badan menghadap datangnya bola, bola yang datang dari atas dijemput dengan meluruskan kaki kemudian pada saat bola jatuh pada punggung kaki segera kaki diturunkan dan bola dibawa kebawah sampai ditanah.



**Gambar 8. Menghentikan Bola dengan Punggung Kaki**

**Sumber: Tri Minarsih, dkk. ( 2010: 12)**

### 4) Menghentikan Bola dengan Paha

Pada umumnya menghentikan bola dengan paha digunakan untuk menghentikan bola setinggi paha. Menurut Tri Minarsih, dkk (2007:26), gerakannya dapat digambarkan sebagai berikut.

Bola yang datang dari atas langsung dijemput dengan menggunakan paha yang juga diangkat keatas. Pada saat bola menyentuh paha segera di ikuti dengan menurunkan paha secara perlahan agar bola tidak memantul jauh dan dapat dikuasai dengan kaki.



**Gambar 9. Menghentikan Bola dengan Paha**  
Sumber: (Tri Minarsih, dkk., 2010:12)

#### 5) Menghentikan Bola dengan Dada

Menghentikan bola dengan dada dalam sepakbola juga sering dilakukan, biasanya bola dihentikan dengan dada jika tinggi bola setinggi dada kita. Menurut Tri Minarsih, dkk (2007:27), gerakannya adalah sebagai berikut.

Bola yang datang dari atas disongsong dengan membusungkan dada kedepan mengarah keatas. Pada saat bola jatuh di dada segera ditarik kebelakang mengikuti arah gerakan bola, kemudian setelah bola turun ke tanah segera kuasai bola dengan menggunakan kaki agar bola tidak direbut oleh lawan.



**Gambar 10. Menghentikan Bola dengan Dada**  
Sumber: (Tri Minarsih, dkk., 2010:13)

### c. Menggiring Bola (*Dribbling*)

Menurut Sucipto, dkk., (2007:28), menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan. Saat menggiring bola pemain dapat menggunakan punggung kaki dan kaki bagian dalam serta kaki bagian luar. menggiring bola dilakukan jika pemain berada jauh dari lini pertahanan (*defensive third*). Seorang penggiring bola yang handal pasti mengetahui kemana arah yang sedang dituju dan kapan akan melepaskan bola, serta tahu bagaimana cara menghindari sergapan pemain lawan yang hendak menyudutkannya.

#### 1) Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam

Pada umumnya menggiring bola dengan kaki bagian dalam digunakan untuk melewati/mengecoh lawan. Menurut Endang Widyastuti, dkk (2010 :9), gerakannya dapat digambarkan sebagai berikut.

Posisi badan menghadap arah gerakan bola dengan pandangan ke depan, kemudian lengan rileks dan agak terlentang. Waktu menggiring bola dilakukan dengan membuka pergelangan kaki keluar, sehingga bola disentuh dengan kaki bagian dalam. Dorong bola ke arah depan dengan tumpuan berat badan pada kaki yang tidak menggiring bola.



**Gambar 11. Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam**  
Sumber: (Endang widyastuti, dkk., 2010 : 9)

## 2) Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Luar

Menggiring bola dengan kaki bagian luar pada umumnya digunakan untuk melewati/mengecoh lawan. Menurut Endang Widyastuti, dkk (2010:9), gerakannya dapat digambarkan sebagai berikut.

Posisi badan menghadap arah bola dengan pandangan ke depan. Kemudian kedua lengan rileks dan agak terlentang. Pada saat menggiring bola dilakukan dengan memutar pergelangan kaki ke dalam, sehingga bola disentuh dengan kaki bagian luar. Dorong bola ke arah depan dengan tumpuan badan pada kaki yang tidak menggiring bola.



**Gambar 12. Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Luar**

**Sumber: (Endang Widyastuti, dkk., 2010:9)**

## 3) Menggiring Bola dengan Punggung Kaki

Menggiring bola dengan punggung kaki pada umumnya digunakan untuk mendekati jarak yang paling cepat dibandingkan dengan bagian kaki lainnya. Menurut Tri Minarsih, dkk (2010:10), gerakannya dapat digambarkan sebagai berikut,

posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola dengan punggung kaki, kaki tidak ditarik ke belakang hanya menyentuh/mendorong bola bergulir ke depan, pada waktu menggiring bola kedua lutut ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan.



**Gambar 13. Menggiring Bola dengan Punggung Kaki**  
**Sumber: (Endang Widyastuti, dkk, (2010:8)**

**d. Menyundul Bola (*Heading*)**

Salah satu ciri unik dalam sepakbola adalah seluruh anggota badan dapat dipergunakan kecuali lengan (selain penjaga gawang), selain itu kepala boleh digunakan untuk memainkan bola di udara. Walaupun banyak resiko yang bisa diakibatkan karena *heading*.

Di samping kekhawatiran-khawatiran tersebut, pemain yang telah berpengalaman bisa melakukan gerakan *heading* ini dengan aman jika telah memperoleh pelatihan dan teknik yang tepat dalam melakukan *heading*. Karena dalam sepakbola waktu yang dihabiskan di udara sama banyaknya dengan waktu yang dihabiskan di lapangan. Karena menyundul bola bukan hanya diperlukan oleh pemain belakang dan penyerang saja tetapi semua pemain memerlukan itu. Para pemain dapat menyundul bola saat meloncat, melompat ke depan, menjatuhkan diri (*diving*) atau tetap diam dan mengarahkan bola dengan tajam ke gawang lawan atau teman satu tim. Menurut Endang Widiyastuti, dkk. (2010:10), Menyundul pada hakikatnya adalah memainkan bola dengan kepala.

Tujuan dari menyundul bola dalam sepakbola adalah mengumpan, mencetak gol dan untuk mematahkan serangan lawan. Untuk menyundul bola bagian tubuh yang digunakan adalah dahi, jika menggunakan dahi tidak akan merasakan sakit karena dahi adalah terkuat kepala dan bias dilaksanakan dengan berdiri dan melompat



**Gambar 14. Menyundul Bola**

**Sumber : (Endang Widyastuti, dkk., 2010:10)**

**e. Merampas/Merebut Bola (*Tackling*)**

Bila pemain lawan menguasai bola, ada sejumlah cara untuk merebutnya dari kaki lawan untuk dapat kita kuasai kembali. Seorang pemain biasa mencoba untuk menyerobot bola operan atau menghadang bola dengan *men-tacklenya*. *Tackling* adalah suatu upaya yang biasa dilakukan seorang pemain bola untuk merebut bola dari kaki lawan. Menurut Sucipto, dkk (2007:34) merampas bola adalah salah satu upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan. *Tackling* tidak hanya dilakukan oleh pemain bertahan saja, *tackling* paling baik dilakukan ketika teman satu tim berada didekatnya sebagai penutup tetapi kadang-kadang pemain tidak punya pilhan lain kecuali *tackling* untuk menghentikan kesempatan lawan mencetak gol.

### 1) *Tackling dari Depan (front-block tackle)*

*Tackling* dengan menghadan adalah jenis *tackling* yang paling banyak digunakan. Untuk melakukan *tackling* ini biasanya seorang pemain berhadapan dengan pemain lawan dari arah depan. Gerakan untuk *men-tackle* dari depan dapat digambarkan sebagai berikut, pemain yang akan melakukan *tackling* berusaha sedekat mungkin dengan lawan yang sedang menguasai bola, pijakkanlah sebelah kaki yang tidak digunakan untuk *men-tackle* sebagai tumpuan kemudian condongkan tubuh ke depan untuk *men-tackle*, setelah itu gunakan bagian kaki sebelah dalam untuk melakukan benturan yang kuat pada bagian tengah bola. Dalam melakukan *tackling* diperlukan kepercayaan diri, karena jika dalam melakukan *tackling* tidak memiliki rasa percaya diri kemungkinan besar *tackling* yang dilakukan akan gagal.

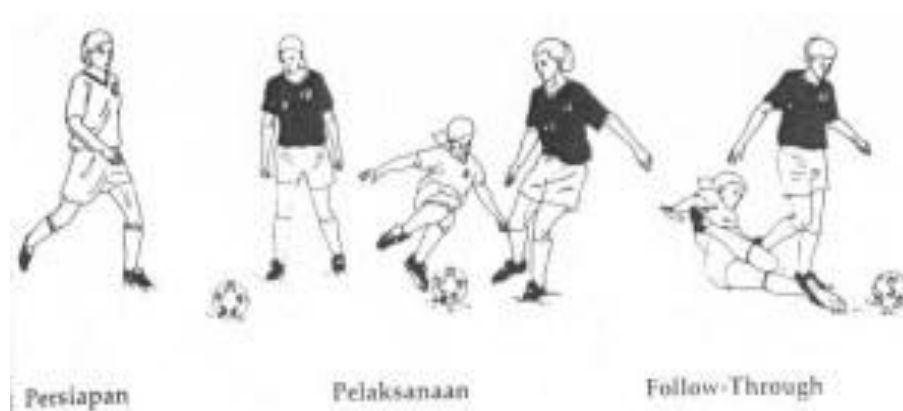


**Gambar 15. Merampas Bola dari Depan**  
**Sumber: (Joseph A. Luxbacher, 1996: 54)**

### 2) *Tackling dengan Meluncur (sliding tackle)*

*Men-tackle* dengan meluncur biasanya dilakukan karena jarak dengan bola di luar jangkauan dan satu-satunya cara untuk membelokkan atau merampas bola. Meskipun gerakan ini terlihat menakjubkan namun juga dapat menimbulkan masalah jika dalam melakukannya tidak tepat kemungkinan besar ia akan cedera atau diganjal dengan kartu. Menurut Sucipto, dkk

(2007:35-36), analisis dalam melakukan gerakannya adalah berlari mendekati bola yang sedang lawan, pastikan menekuk lutut kaki yang menopang tubuh saat meluncur dengan bertumpu pada kaki tersebut. Saat akan menyentuh bola pemain perlu memindahkan berat badan ke kaki yang digunakan saat melakukan serobotan. Meskipun gerakan ini bisa membebaskan bola namun kebanyakan pemain mencoba mengaitkan kaki ke bola untuk dapat menguasai bola.

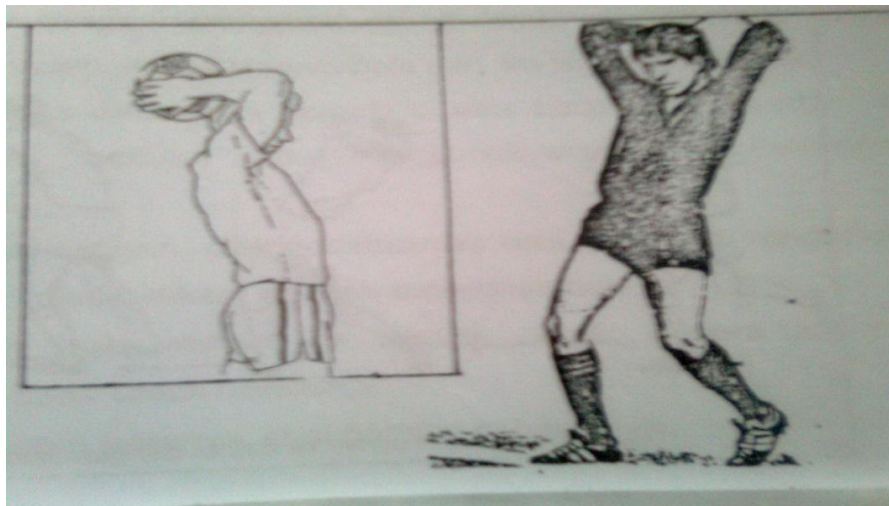


**Gambar 16. Merampas Bola sambil Meluncur**  
**Sumber: (Joseph A.Luxbacher, 1996: 55)**

**f. Lemparan ke Dalam (*Throw-In*)**

Dalam sepakbola penggunaan tangan sangat dibatasi dan hampir sama sekali tidak diperbolehkan. Dalam sepakbola hanya penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badannya termasuk tangan dan hanya di daerah garis gawang saja. Namun ketika bola keluar lapangan pertandingan / melewati garis lapangan, maka akan dilakukan *throw-in* (lemparan ke dalam) dengan keluarnya bola dari lapangan maka pemain diharuskan melempar bola dengan menggunakan tangan agar permainan bisa dimulai kembali. Gol tidak bisa dicetak langsung dengan cam *throw-in*.

*Throw-in* dapat menjadi senjata yang ampuh dalam strategi suatu tim. Sebuah lemparan ke dalam yang sangat kuat dapat mendorong bola dari garis pinggir ke tengah-tengah lapangan, menyusuri sisi lapangan atau ke depan gawang. Penggunaan *throw-in* yang benar dapat menciptakan banyak peluang untuk mengontrol bola dan mencetak gol selama pertandingan. Dalam melakukan *throw-in* pelempar dan penerima bola harus mengetahui apa yang harus dilakukan arah dan kecepatan penerima bola akan menentukan bagaimana pada pelempar bola melemparkan bolanya. Menurut Danny Mielke, dkk (2007:39). Bahwa lemparan kedalam dapat menjadi senjata yang ampuh dalam rencana serangan sebuah tim. Sebuah lemparan ke dalam yang sangat kuat dapat mendorong bola dari garis pinggir ke tengah lapangan menyusuri sisi lapangan atau kedepan gawang



**Gambar 17. Lemparan ke dalam**  
**Sumber: (Sucipto, dkk., 2007:37)**

### **g. Teknik Penjaga Gawang**

Menjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepakbola. Teknik menjaga gawang meliputi: menangkap bola, melempar bola, menendang bola. Untuk menangkap bola dapat dibedakan berdasarkan arah datangnya bola, ada yang datangnya bola masih dalam jangkauan penjaga gawang (tidak meloncat), dan ada yang di luar jangkauan penjaga gawang (Sucipto, dkk. 2007:38-39).

## **5. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler**

### **a. Pengertian Ekstrakurikuler**

Menurut Trueno (2009: 1), kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan koordinasi mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah atau madrasah. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur tersendiri berdasarkan pada kebutuhan. (Depdiknas, 2003: 16). Ekstrakurikuler dilaksanakan sebagai pedoman mengenai suatu materi yang belum dikuasai dengan tambahan waktu khusus di luar jam pelajaran sekolah.

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan bakat siswa dalam bidang tertentu. Selain itu juga

akan membantu siswa untuk lebih memahami mengenai suatu hal yang tidak dapat dimengerti pada saat jam sekolah.

#### **b. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler**

Depdiknas dalam Tri Ani Hastuti (2008:63) ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimisasi pelajaran yang terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar. Tujuan kegiatan ekstrakurikuler adalah memberikan sumbangan pada perkembangan kepribadian anak didik, khususnya bagi mereka yang berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Bahkan depdikbud menetapkan program tersebut sebagai peningkatan kualitas siswa pada seluruh jenjang pendidikan. Jadi perkembangan anak didik tersebut, intelektual dan juga perilaku, merupakan tujuan menclasar untuk dicapai melalui kegiatan ekstrakurikuler. Tujuan diadakanya kegiatan ekstrakurikuler menurut Trueno (2009: 1), adalah sebagai wadah penyaluran hobi, koordinasi dan bakat para siswa atau mahasiswa secara positif yang dapat mengasah kemampuan, daya kreativitas, jiwa sportivitas, meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa, tujuan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler adalah membantu siswa dalam menyalurkan hobi, bakat, dan koordinasi sesuai dengan yang siswa butuhkan.

### **c. Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler**

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu bentuk kegiatan pengembangan diri yang diadakan di setiap institusi pendidikan. Menurut Trueno (2009: 1-2), jenis-jenis ekstrakurikuler yang diadakan di institusi pendidikan pada umumnya yaitu:

- 1) Ekstrakurikuler olahraga, antara lain: sepak bola, bola basket, bolavoli, futsal, tenis meja, bulutangkis, sepaktakraw, renang.
- 2) Ekstrakurikuler seni bela diri, yaitu meliputi: karate, silat, *tae kwon do*, gulat, tarung drajat, kempo, wushu.
- 3) Ekstrakurikuler seni musik, yang meliputi: band, paduan suara, orchestra, *drumband (marchingband)*, nasyid, qosidah.
- 4) Ekstrakurikuler seni tari dan peran, diantaranya: *cheerleader*, *modern dance*/tari modern, tarian tradisional, teater.
- 5) Ekstrakurikuler seni media, yang meliputi: jurnalistik, majalah dinding (mading), radio komunikasi, fotografi, sinematografi.
- 6) Ekstrakurikuler lain, diantaranya: komputer, otomotif/bengkel, Palang Merah Remaja (PMR), pramuka, Karya Ilmiah Remaja (KIR).

Berdasarkan uraian jenis-jenis ekstrakurikuler di atas, kegiatan ekstrakurikuler sepakbola termasuk ekstrakurikuler olahraga yang diadakan di institusi pendidikan.

### **d. Deskripsi Kegiatan Ekstrakurikuler di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul.**

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler siswa diarahkan untuk memilih kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah. Di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan non olahraga. Untuk ekstrakurikuler olahraga adalah sepakbola, bola voli dan pencak silat kemudian ekstrakurikuler non olahraga adalah pramuka, tari dan karawitan.

Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dilaksanakan 1 kali dalam seminggu, yang dilaksanakan setiap hari Kamis. Kemudian dengan lama latihan selama 120 menit dan dimulai pada pukul 15.00 – 17.00 WIB. Dalam pembinaan ekstrakurikuler sepakbola di SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul didukung sarana dan prasarana berupa 1 lapangan sepakbola, 3 buah bola sepak.

Ekstrakurikuler sepakbola merupakan salah satu ekstrakurikuler yang dibina langsung oleh guru olahraga yaitu Bapak Isnanta. Kurangnya sarpras disekolah dan minimnya latihan menjadikan suatu kendala untuk membuat minat siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler sangat sedikit. Kenyataan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola hanya diikuti oleh 20 peserta dari siswa kelas IV, V, dan kelas VI. Hal ini membuktikan bahwa sebagian besar siswa SD Negeri Mijahan II Pacarejo Gunungkidul kurang minat terhadap permainan sepakbola.

## **6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Usia 10-12 Tahun**

Anak usia sekolah dasar umur 10-12 tahun merupakan individu yang sangat aktif dalam melakukan aktivitas fisik dan mengisi waktu luangnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Phil Yanuar yang dikutip oleh Nurhadi Santoso (1999: 26) menyatakan bahwa mereka tidak bisa tinggal diam dan selalu bergerak hampir setiap stimulus atau rangsangan yang datang dari sekelilingnya selalu dijawab dengan gerakan. Mereka selalu ingin mengetahui dan mencoba sesuatu yang dilihatnya.

Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun siswa juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis.

Menurut Sri Rumini dkk (2000: 32), manusia saling berkomunikasi untuk memenuhi kebutuhannya, maka saling memahami dengan cara mempelajari karakteristik masing-masing akan terjadi hubungan saling mengerti.

Menurut Zulkifli (2009: 52), Setelah anak mencapai usia Sekolah Dasar, perkembangan jasmani dan rohani mulai sempurna. Anak keluar dari lingkungan keluarga memasuki lingkungan sekolah. Anak lebih mengenal banyak teman dalam lingkungan sosial, sehingga peran sosial semakin berkembang. Dan dengan pengalaman yang berkembang tersebut membantu dan mempengaruhi proses perkembangan berpikirnya.

Adapun ciri-ciri utama anak usia sekolah dasar yang rata-rata berusia 6-12 tahun menurut Desmita (2005: 153-180) adalah sebagai berikut:

- a. Terjadi peningkatan berat badan lebih banyak dari pada panjang badan, Kaki dan tangan menjadi lebih panjang, dada dan panggul menjadi lebih besar.
- b. Koordinasi motorik halus berkembang dengan mulai memperlihatkan gerakan-gerakan yang kompleks, rumit, dan cepat.
- c. Daya pikir anak berkembang ke arah berpikir kongkrit, rasional, dan obyektif. Daya ingat menjadi lebih kuat.
- d. Perbendaharaan kosa kata anak meningkat dan cara menggunakan kalimat bertambah kompleks menyerupai orang dewasa.
- e. Mulai membangun relasi yang banyak dengan teman sebaya, keluarga, dan sekolah.

Karakteristik anak Sekolah Dasar menurut Kartini Kartono (1990:133-138)

dalam masa ini adalah:

- a. Pertumbuhannya lancar, otot-otot tumbuh cepat dan butuh latihan, postur tubuh cenderung belum bagus, karena itu memerlukan latihan-latihan pembentukan tubuh.
- b. Anak mulai merebut atau menguasai dunia sekitar secara obyektif.
- c. Sikap berkembang menjadi logis dan rasional.
- d. Anak lebih senang menceburkan diri ke dalam masyarakat luas, keluarga, sekolah, dan kelompok social lainnya.
- e. Anak dapat belajar sistematis, dan dapat bergaul dengan teman-temannya.
- f. Daya ingat mencapai intensitas paling besar dan paling kuat.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, di samping itu dapat digunakan sebagai pedoman/pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang mempunyai relevansi dengan penelitian ini adalah:

1. Majidi (2008) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Teknik Bola Pada Atlet Berbakat Sepakbola U-14 Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik bola pada atlet sepakbola berbakat U- 14 Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet berbakat sepakbola U-14 Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2007/ 2008. Sampel yang digunakan adalah seluruh populasi sebanyak 25 atlet. Instrumen yang digunakan adalah *The David Lee Potential Circuit Test*, yaitu butir ketiga atau tes teknik dengan bola. Tes tersebut diukur dengan menggunakan satuan detik sampai sepersepuluh detik. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitiannya: baik sekali sebanyak 1 anak, atau sebesar 4 %, kategori baik sebanyak 7 anak atau sebesar 28 %, kategori cukup sebanyak 7 anak atau sebesar 28 %, kategori kurang sebanyak 8 anak atau sebesar 32 %, dan kategori kurang sekali sebanyak 2 anak atau sebesar 8 %.
2. Yunanta Eka Prasetya (2009) yang berjudul “Kemampuan Dasar Sepakbola Siswa SMP Negeri I Paliyan Gunungkidul Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa SMP Negeri I Paliyan Gunungkidul yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola. Sampel yang digunakan adalah seluruh populasi sebanyak 30 siswa. Instrumen yang digunakan adalah *The David Lee Soccer Potential Circuit Test*, yaitu butir ketiga atau tes teknik dengan bola. Tes tersebut diukur dengan satuan detik sampai sepersepuluh detik. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dengan persentase. Hasil penelitiannya: baik sekali sebanyak 1 anak, atau sebesar 3,3 %, kategori baik sebanyak 10 anak atau sebesar 33,3 %, kategori cukup sebanyak 12 anak atau sebesar 40 %, kategori kurang sebanyak 4 anak atau sebesar 10 %, dan kategori kurang sekali sebanyak 3 anak atau sebesar 10%.

### **C. Kerangka Berpikir**

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik di kota maupun di desa. Perkembangan sepakbola di Indonesia semakin pesat sehingga tidak hanya laki-laki yang bermain sepakbola, bahkan sepakbola juga dimainkan oleh kaum wanita. Permainan dilakukan di atas lapangan rata berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 100-110 meter dan lebar 64-78 meter. Di kedua ujung lapangan terdapat gawang yang masing-masing berukuran panjang 7,32 meter dan tinggi 2,44 meter. Masing-masing tim harus menggunakan seragam saat bertanding, yang mana masing-masing seragam diberi nomor punggung. Adapun seragam yang dikenakan saat bertanding tidak boleh memiliki warna yang serupa

supaya tidak membingungkan wasit yang memimpin pertandingan. Lamanya permainan dalam sepakbola adalah 2x45 menit ditambah istirahat 15 menit.

Menurut Juari, dkk. (2010:16) peraturan permainan sepakbola untuk anak SD dengan peraturan yang dimodifikasi adalah ukuran lapangan 65 x 50 meter ukuran gawang 2 x 6 meter. Bola yang dipergunakan bola nomor 4 jumlah pemain setiap tim 9 orang pemain, dengan susunan 1 penjaga gawang, 3 pemain belakang, 2 pemain tengah, dan 3 pemain depan. Lamanya pertandingan 2 x 25 menit, tidak ada *offside* untuk anak Sekolah Dasar.

Sepakbola merupakan olahraga yang menggunakan bola besar beregu dimainkan dengan seluruh anggota badan kecuali tangan, hanya penjaga gawang atau lemparan ke dalam. Terdapat beberapa teknik dasar dalam permainan sepakbola yaitu menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, merampas, lemparan ke dalam dan menjaga gawang.

Berdasarkan dari kajian teori timbul pemikiran bahwa keterampilan dasar dalam permainan sepakbola sangat menentukan bagi keterampilan siswa. Dalam permainan sepakbola, teknik merupakan faktor penting disamping faktor fisik, teknik dan mental seorang pemain. Keterampilan dasar tersebut sangat penting karena apabila seseorang mampu menguasai teknik tersebut maka seseorang dapat bermain sepakbola dengan baik. Oleh karena itu selama proses pembelajaran sepakbola harus senantiasa memperhatikan faktor tersebut, maka latihan teknik dasar diutamakan. Penguasaan teknik bola yang benar dapat memudahkan siswa untuk mengembangkan kemampuan bermain sepakbolanya. Adapun teknik dasar

bermain sepakbola meliputi *passing, shooting, dribbling, headding, tackling, trhow in, goal keeping*. Penelitian ini membahas tentang tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa-siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SD Negeri Mijahan II Pacarejo, Kec. Semanu, Kab. Gunungkidul Tahun Ajaran 2014/2015.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, artinya dalam penelitian ini hanya ingin menggambarkan situasi yang saat ini sedang berlangsung, tanpa pengujian hipotesis. Penelitian ini memiliki maksud untuk meneliti dan mendapatkan informasi-informasi mengenai keadaan suatu obyek secara sistematis, sesuai fakta dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi suatu daerah tertentu. Penelitian deskriptif ini merupakan penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran untuk pengumpulan datanya.

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

Suharsimi Arikunto (1989: 94) menyatakan bahwa variabel adalah objek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian. Dalam penelitian ini yang menjadi variabelnya adalah Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola. Tingkat keterampilan dasar sepakbola adalah kemampuan dasar siswa SD Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul dalam melakukan teknik dasar sepakbola dengan baik. Teknik keterampilan dasar bermain sepakbola diukur dengan tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani Nurhasan tahun 2001, yang meliputi: *passing and stoping, dribling, heading the ball, shooting*.

## **C. Populasi Penelitian**

### **1. Populasi Penelitian**

Populasi menggambarkan keseluruhan subjek yang akan digunakan dalam penelitian. Hal ini sesuai dengan pendapat Sugiyono (2009: 55), yang mengatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek ataupun subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul yang berjumlah 23 siswa. Sedangkan subjek penelitian berjumlah 17 siswa berdasarkan usia 10 – 12 tahun dimulai dari kelas III, IV, dan V yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

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

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen sebagai media bantu pengambilan data harus dapat memberikan informasi tentang responden sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 150). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan *test*, maksudnya peneliti langsung mengadakan *test* praktek kepada responden mengenai kemampuan dasar sepakbola.

Pada penelitian ini, untuk mengumpulkan data digunakan instrumen yang telah ada. Instrumen yang digunakan adalah Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani oleh Nurhasan yang telah dimodifikasi agar dapat digunakan untuk melakukan penelitian untuk anak

sekolah dasar yang rata-rata berusia sekitar 10 – 12 tahu. Tes ketrampilan yang dilaksanakan yaitu tes sepak dan tahan bola (*passing and stoping*), tes memainkan bola dengan kepala (*heading*), tes menggiring bola (*dribbling*), tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*). Sebelum melakukan test yang sebenarnya penulis melakukan test validitas di SD Negeri Kwangen Pacarejo terlebih dahulu dengan jumlah anak 15 yang berumur 10 – 12 tahun pada Hari Senin,1 Juni 2015 pukul 14.00-17.00 di lapangan dusun kwangen. Hasil rangkaian test ini mempunyai validitas sebagai berikut :

**Tabel 2. Validitas Tes Di Modifikasi**

<b>No</b>	<b>Variabel</b>	<b>Validitas</b>	<b>Reliabilitas</b>
1	<i>Passing &amp; Stoping</i>	0,749	0,816
2	<i>Heading</i>	0,770	0,867
3	<i>Dribbling</i>	0,611	0,745
4	<i>Shooting</i>	0,587	0,795

Sumber: Nurhasan (2001) Modifikasi

Berdasarkan data validitas diatas, maka instrumen yang digunakan telah valid.

Penilaian tes keterampilan bermain sepakbola usia 10-12 tahun ini dilakukan melalui beberapa tahap, diantaranya:

1. Tahap pertama adalah memasukkan hasil tes lapangan kedalam formulir yang telah disediakan
2. Tahap kedua adalah menyusun nilai baku, karena butir tes memiliki besaran ukuran yang berbeda. Caranya adalah menstranformasikan nilai masing-masing butir tes ke nilai T (T-skor). Dengan menggunakan rumus

### Tskor Invers

$$T\text{Skor} = 50 + \left[ \frac{\bar{x} - x}{SD} \right] 10$$

$\bar{X}$  = Rata                      SD = standar deviasi

X = Skor

### Tskor Reguler

$$T\text{Skor} = 50 + \left[ \frac{x - \bar{x}}{SD} \right] 10$$

$\bar{X}$  = Rata                      SD = standar deviasi

X = Skor

3. Tahap ketiga adalah memasukkan nilai yang sudah ada dalam formulir kedalam T-skor yang sudah ada untuk memasukkan kedalam norma-norma yang telah ada, yaitu tinggi sekali, tinggi, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Tabel 3. Norma Penilaian

<b>Rentangan Skor</b>	<b>Kategori</b>
$X > M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
$X > M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Sumber : Anas Sudijono (2009 : 186)

4. Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Angka persentase

N = Jumlah frekuensi/banyaknya individu

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

Sumber: Anas Sudijono (2010:43)

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil Penelitian**

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

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Mijahan II, Pacarejo, Gunungkidul, yang beralamat di Desa Pacarejo, Semanu, Gunungkidul. Adapun pengambilan data dilakukan di lapangan sepakbola Dusun Jonge, Pacarejo, Semanu, Kecamatan Semanu, Kabupaten Gunungkidul.

#### **2. Deskripsi Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 Juni 2015 sampai dengan 5 Juni 2015. Adapun pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 2 - 5 Juni 2015, jam 14.00 sampai 17.00 WIB. Dilapangan Pacerejo, Semanu, Gunungkidul.

#### **3. Deskripsi Subjek Penelitian**

Subjek dari penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Mijahan II Pacarejo, semanu, Gunungkidul. Jumlah subjek yang digunakan adalah 17 siswa dengan usia 10 – 12 tahun.

#### **4. Deskripsi Hasil Penelitian**

Dari hasil penelitian tentang keterampilan dasar bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul, perlu dideskripsikan berdasarkan jenis keterampilannya. Penelitian ini diungkap menggunakan empat macam teknik dalam permainan sepakbola, yaitu *dribbling*, *passing stoping*, *heading* dan *shooting*. Dari ke empat teknik tersebut kemudian diakumulasikan sehingga menjadi nilai keterampilan

dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola di Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul.

Keadaan keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Norma Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ektrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu.

No	Rentangan Skor	Kategori	Jumlah	Presentase
1	$X > 255.81$	Sangat Tinggi	0	0.00
2	$217.59 < X \leq 255.81$	Tinggi	5	29.41
3	$178.89 < X \leq 217.59$	Sedang	9	52.94
4	$141.15 < X \leq 178.89$	Rendah	1	5.88
5	$X \leq 141.15$	Sangat Rendah	2	11.76
Jumlah			17	100

Berdasarkan tabel di atas, Keadaan keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah sedang. Secara rinci, terdapat 0 siswa (0,00 %) dalam kategori "sangat tinggi", 5 siswa (29,41%) dalam kategori "tinggi", 9 siswa (52,94%) dalam kategori "sedang", 1 siswa (5,88%) dalam kategori "kurang", dan 2 siswa (11,76%) dalam kategori "sangat kurang".

Di bawah ini secara jelas akan di deskripsikan data mengenai masing-masing teknik dalam keterampilan dasar sepakbola Siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul:

## 1. *Passing dan Stoping*

Keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul dilihat dari teknik *passing dan stoping* adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Norma Keterampilan *passing dan stoping* Peserta Ektrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Gunungkidul

No	Rentangan Skor	Kategori	Jumlah	Presentase
1	$X > 14.28$	Sangat Tinggi	0	0,00
2	$11.86 < X \leq 14.28$	Tinggi	7	41,18
3	$9.44 < X \leq 11.86$	Sedang	4	23,53
4	$7.02 < X \leq 9.44$	Rendah	4	23,53
5	$X \leq 7.02$	Sangat Rendah	2	11,76
Jumlah			17	100,00

Berdasarkan tabel di atas, Keadaan keterampilan *short pass* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah kurang sekali. Secara rinci, terdapat 0 siswa (0,00 %) dalam kategori sangat tinggi”, 7 siswa (41,18 %) dalam kategori ”tinggi”, 4 siswa (23,53 %) dalam kategori ”sedang”, 4 siswa (23,53%) dalam kategori “rendah”, dan 2 siswa (11,76 %) dalam kategori “sangat rendah”.

## 2. *Heading*

Keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul dilihat dari teknik *Heading* adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Keterampilan Teknik *Heading* Peserta Ektrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul

No	Rentangan Skor	Kasifikasi	Jumlah	Presentase
1	$X > 25.97$	Sangat Tinggi	1	5,88
2	$21.59 < X \leq 25.97$	Tinggi	2	11,76
3	$17.23 < X \leq 21.59$	Sedang	11	64,71
4	$12.86 < X \leq 17.23$	Rendah	1	5,88
5	$X \leq 12.86$	Sangat Rendah	2	11,76
Jumlah			17	100,00

Berdasarkan tabel di atas, Keadaan keterampilan *heading* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah sedang dan kurang. Secara rinci, terdapat 1 siswa (5,88%) dalam kategori "sangat tinggi", 2 siswa (11,76%) dalam kategori "tinggi", 11 siswa (64,71%) dalam kategori "sedang", 1 siswa (5,88%) dalam kategori "rendah", dan 2 siswa (11,76%) dalam kategori "sangat rendah".

### 3. *Dribbling*

Keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul dilihat dari teknik *dribbling* adalah sebagai berikut:

Tabel 7. Norma Keterampilan *Dribbling* siswa Peserta Ektrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul

No	Rentangan Skor	Kasifikasi	Jumlah	Presentase
1	$X > 52.75$	Sangat Rendah	2	11,76
2	$45.63 < X \leq 52.72$	Rendah	1	5,88
3	$38.51 < X \leq 45.63$	Sedang	9	52,94
4	$31.39 < X \leq 38.51$	Tinggi	5	29,41
5	$X \leq 31.39$	Sangat Tinggi	0	0,00
Jumlah			17	100,00

Berdasarkan tabel di atas, Keadaan keterampilan *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah tinggi sekali. Secara rinci, terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori "sangat tinggi", 5 siswa (29,41%) dalam kategori "tinggi", 9 siswa (52,94%) dalam kategori "sedang", 1 siswa (5,88%) dalam kategori "rendah", dan 2 siswa (11,76%) dalam kategori "sangat rendah".

#### 4. *Shooting*

Keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul dilihat dari teknik *running* adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Keterampilan Teknik *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul

No	Rentangan	Kategori	Jumlah	Presentase
1	$X > 5.53$	Sangat Tinggi	0	0.00
2	$4.32 < X \leq 5.53$	Tinggi	6	35.29
3	$3.11 < X \leq 4.32$	Sedang	4	23.53
4	$1.90 < X \leq 3.11$	Rendah	7	41.18
5	$X \leq 1.90$	Sangat Rendah	0	0.00
Jumlah			17	100

Berdasarkan tabel di atas, Keadaan keterampilan *shooting* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah sedang. Secara rinci, terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori "sangat tinggi", 6 siswa (35,29%) dalam kategori "tinggi", 4 siswa (23,53%) dalam kategori "sedang", 7 siswa (41.18%) dalam kategori "rendah", dan 0 siswa (00,00%) dalam kategori "sangat rendah".

## B. Pembahasan

Berdasarkan penghitungan data hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah sedang. Secara rinci, terdapat 0 siswa (0,00 %) dalam kategori "sangat tinggi", 5 siswa (29,41%) dalam kategori "tinggi", 9 siswa (52,94%) dalam kategori "sedang", 1 siswa (5,88%) dalam kategori "rendah", dan 2 siswa (11,76%) dalam kategori "sangat kurang". Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori sedang. Pada jumlah masing-masing T-skor yang diperoleh siswa

terdapat, 5 siswa (29,41%) dalam katagori tinggi, 9 siswa (52,94%) dalam kategori sedang, 1 siswa (5,88%) dalam kategori kurang dan 2 siswa (11,76%) dalam kategori kurang sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah sedang.

Setelah dilakukan penghitungan untuk masing-masing jenis teknik, maka diketahui untuk keterampilan *Passing dan stoping* terdapat 7 siswa (41,18%) pada kategori tinggi, pada teknik *Heading* diperoleh frekuensi terbanyak terdapat pada kategori tinggi sebanyak 11 siswa (64,71%) dalam kategori sedang, pada teknik *Dribling* diperoleh frekuensi terbanyak terdapat pada kategori sedang 9 siswa (52,94%), pada teknik *shooting* diperoleh frekuensi terbanyak terdapat pada kategori kurang sebanyak 7 siswa (41,18%). Persentase pada ketrampilan *heading* yang mencapai 64,71% pada katagori sedang ini menandakan bahwa secara keseluruhan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SD N Mijahan II Semanu, Gunungkidul dapat menguasai secara baik ketrampilan dasar *heading* daripada ketrampilan dasar bermain sepakbola yang lainnya.

Berdasarkan uraian di atas, ternyata keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul sebagian besar adalah sedang. Hal ini dapat dilihat dari kategori yang diperoleh bahwa sebagian besar siswa masuk dalam kategori sedang. Ini berarti bahwa keterampilan dasar sepakbola siswa masih perlu diperbaiki lagi agar semakin baik hingga memperoleh kategori baik dan sangat baik. Melihat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrskurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul secara keseluruhan yang sebagian

besar masuk dalam kategori sedang menunjukkan bahwa pengembangan kondisi teknik atau keterampilan siswa belum optimal, hal ini kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor antara lain:

1. Frekuensi Latihan

Latihan yang baik dilakukan selama 3-5 kali seminggu, sedangkan dalam mata pelajaran penjas hanya dilakukan 1 kali dalam seminggu, itu pun tidak selalu latihan sepakbola, sehingga frekuensi latihan masih sangat kurang untuk mengoptimalkan keterampilan bermain sepakbola siswa.

2. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana latihan yang kurang mendukung berpengaruh dalam proses latihan guna meningkatkan keterampilan bermain sepakbola siswa. Jumlah bola yang ada di sekolah hanyalah 3 buah saja, sehingga sangat kurang apabila digunakan untuk 17 siswa. Selain itu lapangan sepakbola juga hanya ada 1 saja, dan kondisinya tidak rata dan berlubang, sehingga siswa harus ekstra hati-hati ketika menggunakannya.

Berdasarkan hal tersebut, maka penting bagi guru untuk meningkatkan keterampilan sepakbola bagi siswa-siswanya secara maksimal. Hal ini berhubungan dengan prestasi yang akan dicapai siswa. Pembelajaran tersebut dapat dilakukan dengan cara memberikan latihan yang pembelajaran yang diprogramkan sesuai dengan periodisasi pembelajaran yang disesuaikan dengan sasaran pembelajaran dan tingkatan usia anak didik. Selain itu latihan juga harus terarah dan terukur, perlu adanya evaluasi yang dapat dilakukan melalui tes, sehingga dapat mengembangkan keterampilan sepakbola yang optimal, dan selanjutnya dapat meningkatkan prestasi sepakbola siswa.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul kategori sangat tinggi sebanyak 0,00 %, tinggi 29,41%, sedang 52,94%, rendah 5,88%, dan kategori sangat rendah sebanyak 11,76%.

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

Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi guru penjas di SD Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul serta bagi orang tua/wali murid, yaitu dapat memberikan informasi tentang keterampilan dasar bermain sepakbola anaknya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengambil langkah-langkah yang tepat dan benar dalam menentukan program-program pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola siswa, sehingga dapat meningkatkan keterampilan dalam bermain sepakbola, dan juga meningkatkan prestasi sepakbola siswa.

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

Pelaksanaan penelitian ini diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari, yaitu peneliti tidak dapat mengontrol aktivitas subjek penelitian sebelum dilaksanakan pengambilan data, sehingga data yang diperoleh merupakan hasil pengambilan data seketika tanpa

memperhatikan kondisi fisik subjek apakah mengalami kelelahan atau tidak sebelum pengambilan data. Peneliti juga tidak melakukan pengukuran denyut nadi responden sebelum dilakukan pengambilan data, sehingga kondisi kesiapan siswa sebelum pengambilan data tidak dapat dikontrol oleh peneliti, sarana dan prasarana yang kurang memadai sehingga siswa tidak dapat maksimal dalam melaksanakan penelitian.

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

Berdasarkan kesimpulan dan keterbatasan penelitian mengenai keterampilan dasar bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi guru penjas SD Negeri Mijahan II Semanu, Gunungkidul agar meningkatkan latihan sepakbola siswa-siswinya, karena secara keseluruhan keterampilan dasar bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SD Negeri Mijahan II semanu, Gunungkidul masuk dalam kategori sedang.
2. Bagi orang tua/wali murid, diharapkan selalu memberikan dukungan dan dorongan agar keterampilan dasar bermain sepakbola anaknya baik, dengan demikian nilai penjas siswa di sekolah pun juga akan terdorong naik.
3. Bagi peneliti yang akan datang hendaknya mengadakan penelitian lanjut tentang keterampilan dasar bermain sepakbola siswa dengan meningkatkan kuantitas dan kualitasnya. Secara kuantitas yaitu dengan menambah jumlah subjek penelitian, dan secara kualitas dengan memberikan perlakuan yang sekiranya dapat meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola siswa.



## DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan gerak dan belajar gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Anas Sudijono. (2009). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Jakarta: Human kinetics.
- Depdiknas. (2003). *Undang-undang R.I. tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Desmita. (2005). *Psikologi perkembangan*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.
- Dwi Wahyu Utomo. (2011). Kemampuan Dasar Sepakbola Siswa Sekolah Sepakbola Putra Grabag usia 10-12 tahun. *Skripsi*: FIK UNY.
- Endang Widyastuti. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Kementerian Pendidikan Nasional
- Farida Mulyaningsih. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Kementerian Pendidikan Nasional
- Juari, dkk. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Koger, Robert. (2007). *The New Coach's Guide to Coaching Soccer*. El Paso Texas: Skyhorse Publishing.
- Luxbacher, Joe. (1996). *Sepakbola Teknik dan Taktik Bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Luxbacher, Joseph A. (1996). *Soccer Steps to Success, Champaign*. Illinois: Human Kinetics.
- Majidi. (2008). Tingkat Keterampilan Teknik Bola Pada Atlet Berbakat Sepakbola U-14 Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. *Skripsi*: FIK UNY.
- Nurhadi Santoso. (1999). *Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olah Raga.

- Riduan. (2009). *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Rusli Lutan. (1998). *Perencanaan dan Strategi Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Sri Rumini, dkk. (1993). *Buku Pegangan Kuliah Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Unit Percetakan dan Penerbitan IKIP.
- Sucipto, dkk. (2007). *Sepakbola*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sugiyanto & Sudjarwo. (1993). *Materi Pokok Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Sugiyono. (2003). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (1989). *Penilaian program pendidikan*. Jakarta: PT. Bina Aksara.
- Sukintaka. (1979). *Permainan dan metodik*. Jakarta: Depdikbud.
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket Terhadap Pembinaan atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia: Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
- Tri Minarsih. *Asiknya Berolahraga 5*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional
- Trueno. (2009). *Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler*. Diambil pada 2 Juni 2015 Dari <http://teachonly13.wordpress.com/2009/07/04/pengertian-kegiatan-ekstra-kurikuler/>.
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.
- Yunanta Eka Prasetya. (2009). *Kemampuan Dasar Sepakbola Siswa SMP Negeri I Paliyan Gunungkidul Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola*. Skripsi: FIK UNY.
- Zulkifli. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

**Lampiran 1****Data Penelitian****Rekap Data Keseluruhan Keterampilan Dasar Sepakbola**

No. Siswa	Passing&Stopping		Heading		Dribbling		Shooting		Total Nilai T skor	Kategori
	Hasil	T skor	Hasil	T skor	Hasil	T skor	Hasil	T skor		
1	9	43.19	19	49.06	39.21	54.02	4	52.40	198.67	Sedang
2	14	63.85	20	51.36	37.17	56.88	5	60.67	232.76	Tinggi
3	6	30.79	9	26.18	45.01	45.87	2	35.87	138.71	Kurang Sekali
4	7	34.92	18	49.78	40.29	52.50	3	44.14	181.34	Kurang
5	9	43.19	20	51.36	40.21	52.61	4	52.40	199.56	Sedang
6	8	39.05	15	39.91	39.38	53.78	5	60.67	193.41	Sedang
7	9	43.19	12	33.05	59.38	25.69	2	35.87	94.61	Sedang
8	12	55.58	20	51.36	59.41	25.65	2	35.87	168.46	Tinggi
9	13	59.72	20	51.36	39.38	53.78	5	60.67	225.53	Tinggi
10	14	63.85	28	69.67	35.91	58.65	5	60.67	252.84	Tinggi Sekali
11	13	59.72	22	55.93	36.21	58.23	5	60.67	234.55	Tinggi
12	12	55.58	21	53.64	37.59	56.29	5	60.67	226.18	Tinggi
13	11	51.44	20	55.36	36.70	57.54	4	52.40	216.74	Sedang
14	13	59.72	19	49.06	38.70	54.73	3	44.14	207.65	Sedang
15	11	51.44	21	53.64	42.11	49.94	2	35.87	190.89	Sedang
16	10	52.69	25	62.79	42.31	49.66	4	52.40	217.54	Tinggi
17	10	52.69	21	53.64	46.21	44.19	3	44.14	194.65	Sedang

**Mean 200.04****Stand. Deviasi 20.97**

## Lampiran 2

### Hasil Validitas dan Reliabilitas

## Reliability

### Scale: ALL VARIABLES

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	15	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	15	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,816	2

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Passing & Stoping 1	10,9333	2,495	,749	.
Passing & Stoping 2	10,5333	5,695	,749	.

## Reliability

### Scale: ALL VARIABLES

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	15	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	15	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,867	2

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Heading 1	19,9333	6,924	,770	.
Heading 2	20,6000	8,686	,770	.

## Reliability

### Scale: ALL VARIABLES

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	15	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	15	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,745	2

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Dribbling 1	41,0773	34,300	,611	.
Dribbling 2	42,5867	55,414	,611	.

## Reliability

### Scale: ALL VARIABLES

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	15	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	15	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,795	5

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Shooting 1	3,2667	1,495	,551	,773
Shooting 2	3,0000	1,571	,688	,719
Shooting 3	2,9333	1,781	,588	,756
Shooting 4	3,0667	1,638	,520	,775
Shooting 5	2,9333	1,781	,588	,756

### Lampiran 3

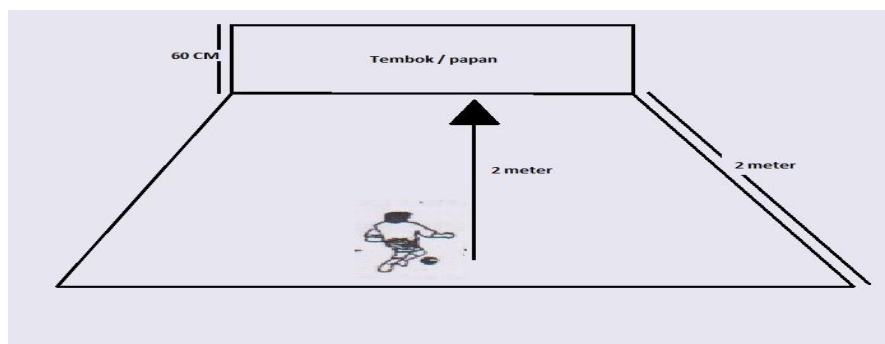
#### Instrumen Penelitian

##### a. Tes Sepak dan Tahan Bola

Tujuan: Mengukur kerampilan menyepak dan menahan bola.

Alat yang digunakan: Bola, *Stopwatch*, papan/tembok.

Bentuk dan ukuran lapangan: Jarak antara teste dengan papan yang digunakan untuk memantulkan bola adalah 2,5 meter.



**Gambar 18.***Tes Sepak dan Tahan Bola*

**Sumber:** (Nurhasan, 2001 : 158)

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testee berdiri dibelakang garis tembak yang berjarak 2 meter dari sasaran/papan dengan posisi kaki kanan atau kiri siap menembak sesuai dengan kebiasaan pemain.
- 2) Pada aba-aba “ya” testee mulai menyepak bola ke sasaran, pentulannya ditahan kembali dengan kaki dibelakang garis tembak. Selanjutnya bola disepak kembali ke sasaran.
- 3) Lakukan tugas ini secara selama 30 menit usahakan dengan menggunakan kaki kanan dan kiri secara bergantian.
- 4) Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila, bola ditahan atau di sepak di

depan garis batas.

Skor: Jumlah menendang dan menahan bola secara sah selama 30 detik.

Hitungan 1, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang dan menahan

**b. Tes *Menyundul bola (Heading)***

Tujuan: Mengukur ketrampilan menyundul dan mengontrol bola

Alat yang digunakan: Bola, *Stopwatch*.

Bentuk dan ukuran lapangan: Bebas leluasa, hanya diperlukan waktu



**Gambar 19. Menyundul bola (*Heading*)**

**Sumber: (Nurhasan, 2001: 159)**

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Pada aba-aba “siap” testee berdiri bebas dengan bola berada dalam penguasaan tangannya.
- 2) Pada aba-aba “ya” testee melempar bola ke atas kepalanya dan kemudian memainkan dengan dahinya.
- 3) Lakukan tugas gerakan ini selama 30 detik.
- 4) Apabila bola jatuh, maka testee mengambil bola tersebut kemudian melakukan lagi
- 5) Gerakan tersebut dinyatakan gagal jika, menyundul bola tidak menggunakan dahi.

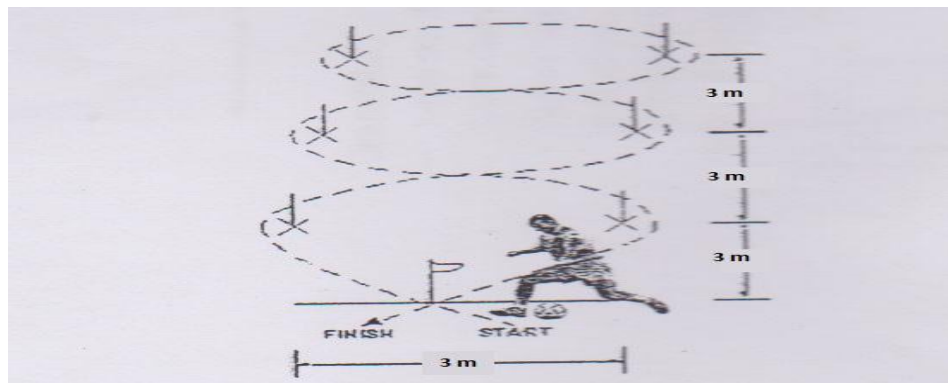
Skor: Skor adalah jumlah bola yang dimainkan dengan dahi yang sah (benar), selama 30 detik.

**c. Tes Menggiring Bola (*Dribling*)**

Tujuan: Mengukur ketrampilan, menggiring bola dengan menggunakan kaki dengan cepat disertai perubahan.

Alat yang digunakan: Bola, *Cone*, *Stopwatch*.

Bentuk dan ukuran lapangan: Panjang lapangan 9 meter, dibagi menjadi 3 rintangan setiap 1 rintangan berjarak 3 meter. Dan lebar 3 meter



**Gambar 20. Menggiring Bola**  
**Sumber: (Nurhasan, 2001: 161)**

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Pada aba-aba “siap” testee berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya.
- 2) Pada aba-aba “ya”, testee mulai menggiring bola ke arah kiri melewati rintangan pertama dan berikutnya sesuai arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis finish
- 3) Bila salah arah dalam menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki ditempat kesalahan terjadi dan

selama itu pula *stopwatch* tetep jalan.

- 4) Bola digiring dengan menggunakan kaki kanan dan kiri secara bergantian, atau setidaknya menggunakan salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.
- 5) Gerakan dinyatakan salah yaitu, testee menggunakan salah satu kaki saja dalam menggiring bola, testee menggiring bola tidak sesuai anak panah yang sudah ditentukan, testee menggunakan anggota badan lainnya kecuali kaki untuk menggiring bola.

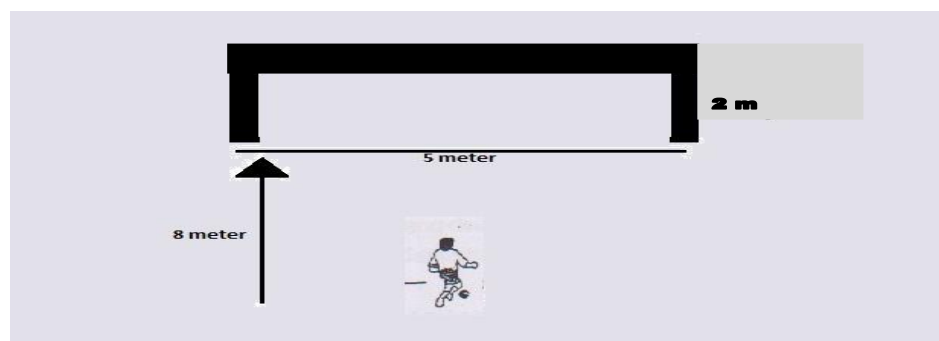
Skor: Hasil yang diambil adalah waktu yang ditempuh oleh testee mulai dari aba-aba “ya” sampai ia melewati garis finish. Waktu dicatat persepuluh detik.

#### **d. Tes Menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*)**

Tujuan: Mengukur ketrampilan menembak bola yang cepat dan tepat ke arah sasaran.

Alat yang digunakan: Bola, *Stopwatch*, *Cone*.

Bentuk dan ukuran lapangan: lebar gawang 5 meter, panjang jarak tendangan dengan sasaran 8 meter.



**Gambar 21. Menendang bola ke sasaran (*shooting*)**  
**Sumber: (Nurhasan, 2001: 163)**

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testee berdiri di belakang bola yang diletakan pada sebuah titik yang berjarak di depan sasaran.
- 2) Tidak ada aba-aba dari testeer.
- 3) Testee diberi 5 kali kesempatan menendang.
- 4) Gerakan dinyatakan gagal jika, bola keluar dari sasaran, menendang bola di depan garis batas.

Skor: Hasil yang diambil adalah banyaknya bola yang masuk ke sasaran.

## Lampiran 4

### Data skor tes keterampilan sepakbola

**Tabel 9. Data Skor Test *Passing dan Stopping Bola* Modifikasi  
*Modifikasi skor Passing dan stopping***

Jumlah	Skor
17	80
16	79
15	78
14	76
13	74
12	72
11	70
10	68
9	66
8	64
7	62
6	60
5	58

**Tabel 10. Data Skor Test *Heading* Modifikasi**

#### **Modifikasi Skor *Heading* Modifikasi**

Jumlah	Skor	Jumlah	Skor
7	56	20	69
8	57	21	70
9	58	22	71
10	59	23	72
11	60	24	73
12	61	25	74
13	62	26	75
14	63	27	76
15	64	28	77
16	65	29	78
17	66	30	79
18	67	31	80
19	68		

**Tabel 11. Data Skor Tes *Dribbling*.**

**Modifikasi Skor  
Dribling**

Waktu	Skor	Waktu	Skor
60.00	50	44.00	66
59.00	51	43.00	67
58.00	52	42.00	68
57.00	53	41.00	69
56.00	54	40.00	70
55.00	55	39.00	71
54.00	56	38.00	72
53.00	57	37.00	73
52.00	58	36.00	74
51.00	59	35.00	75
50.00	60	34.00	76
49.00	61	32.00	77
48.00	62	31.00	78
47.00	63	30.00	79
46.00	64	29.00	80
45.00	65		

**Tabel 12. Data Skor Tes *Shooting* Modifikasi**

Jumlah	t-skor <i>shooting</i> Bola masuk
5	77
4	66
3	55
2	45
1	34

**Lampiran 5**  
**Data Tes Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola**

**Hasil Score**

**Tabel 13** Keterampilan *Passing dan Stoping*

No	Hasil	Kategori
1	9	Kurang
2	14	Tinggi
3	6	Kurang Sekali
4	7	Kurang Sekali
5	9	Kurang
6	8	Kurang
7	9	Kurang
8	12	Tinggi
9	13	Tinggi
10	14	Tinggi
11	13	Tinggi
12	12	Tinggi
13	11	Sedang
14	13	Tinggi
15	11	Sedang
16	10	Sedang
17	10	Sedang

**Mean**                      **10.65**  
**Std.Dev**                    **2.42**

**Tabel 14.** Norma Keterampilan *Passing dan Stoping*

No	Rentangan	Kategori	Jumlah	Presentase
1	$X > 14.28$	Sangat Tinggi	0	0.00
2	$11.86 < X \leq 14.28$	Tinggi	7	41.18
3	$9.44 < X \leq 11.86$	Sedang	4	23.53
4	$7.02 < X \leq 9.44$	Rendah	4	23.53
5	$X \leq 7.02$	Sangat Rendah	2	11.76
			17	100.00

**Tabel 15. Keterampilan *Heading***

No	Hasil	Kategori
1	19	Sedang
2	20	Sedang
3	9	Kurang Sekali
4	18	Sedang
5	20	Sedang
6	15	Kurang
7	12	Kurang Sekali
8	20	Sedang
9	20	Sedang
10	28	Tinggi Sekali
11	22	Tinggi
12	21	Sedang
13	20	Sedang
14	19	Sedang
15	21	Sedang
16	25	Tinggi
17	21	Sedang

**Mean**            **19.41**

**Std.Dev**        **4.37**

**Tabel 16. Norma Keterampilan *Heading***

No	Rentangan	Kasifikasi	Jumlah	Presentase
1	$X > 25.97$	Sangat Tinggi	1	5.88
2	$21.59 < X \leq 25.97$	Tinggi	2	11.76
3	$17.23 < X \leq 21.59$	Sedang	11	64.71
4	$12.86 < X \leq 17.23$	Rendah	1	5.88
5	$X \leq 12.86$	Sangat Rendah	2	11.76
Jumlah			17	100.00

**Tabel 17. Keterampilan Dribling**

No	Waktu	Kategori
1	39.21	Sedang
2	37.17	Tinggi
3	45.01	Sedang
4	40.29	Sedang
5	40.21	Sedang
6	39.38	Sedang
7	59.38	Kurang Sekali
8	59.41	Kurang Sekali
9	39.38	Sedang
10	35.91	Tinggi
11	36.21	Tinggi
12	37.59	Tinggi
13	36.70	Tinggi
14	38.70	Sedang
15	42.11	Sedang
16	42.31	Sedang
17	46.21	Kurang

**Mean**                      **42.07**

**Std.Dev**                 **7.12**

**Tabel 18. Norma Keterampilan Dribling**

No	Rentangan	Kasifikasi	Jumlah	Presentase
1	$X > 52.75$	Sangat Tinggi	0	0.00
2	$45.63 < X \leq 52.72$	Tinggi	5	29.41
3	$38.51 < X \leq 45.63$	Sedang	9	52.94
4	$31.39 < X \leq 38.51$	Rendah	1	5.88
5	$X \leq 31.39$	Sangat Rendah	2	11.76
			17	100.00

**Tabel 19. Keterampilan *Shooting***

No. Siswa	Hasil	Kategori
1	4	Sedang
2	5	Tinggi
3	2	Kurang
4	3	Kurang
5	4	Sedang
6	5	Tinggi
7	2	Kurang
8	2	Kurang
9	5	Tinggi
10	5	Tinggi
11	5	Tinggi
12	5	Tinggi
13	4	Sedang
14	3	Kurang
15	2	Kurang
16	4	Sedang
17	3	Kurang

**Mean**                    **3.71**

**Std.Dev**                **1.21**

**Tabel 20. Norma Keterampilan *Shooting***

No	Rentangan	Kategori	Jumlah	Presentase
1	$X > 5.53$	Sangat Tinggi	0	0.00
2	$4.32 < X \leq 5.53$	Tinggi	6	35.29
3	$3.11 < X \leq 4.32$	Sedang	4	23.53
4	$1.90 < X \leq 3.11$	Rendah	7	41.18
5	$X \leq 1.90$	Sangat Rendah	0	0.00
Jumlah			17	100

## Lampiran 6

### Hasil T Skor Keterampilan Sepakbola keseluruhan

**Tabel 21. Keterampilan Sepakbola keseluruhan**

No	Total T-Skor	Kategori
1	198.67	Sedang
2	232.76	Tinggi
3	138.71	Kurang Sekali
4	181.34	Sedang
5	199.56	Sedang
6	193.41	Sedang
7	94.61	Kurang Sekali
8	168,46	Kurang
9	225.53	Tinggi
10	252.84	Tinggi
11	234.55	Tinggi
12	226.18	Tinggi
13	216.74	Sedang
14	207.65	Sedang
15	190.89	Sedang
16	217.54	sedang
17	194.65	Sedang

**Tabel 22. Norma Keterampilan Keseluruhan**

No	Rentangan	Kategori	Jumlah	Presentase
1	$X > 255.81$	Sangat Tinggi	0	0.00
2	$217.59 < X \leq 255.81$	Tinggi	5	29.41
3	$178.89 < X \leq 217.59$	Sedang	9	52.94
4	$141.15 < X \leq 178.89$	Rendah	1	5.88
5	$X \leq 141.15$	Sangat Rendah	2	11.76
Jumlah			17	100

## Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian



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

Nomor : 452/UN.34.16/PP/2015  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian  
Yth : Kepala Sekolah SD N Mijahan II  
Pacarejo, Semanu, Gunungkidul

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian 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 : Guntur Dwi Harmaji  
NIM : 11601247101  
Program Studi : PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juni s.d Juli 2015  
Tempat/obyek : SD N Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul  
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Di Sekolah Dasar Negeri Mijahan II Pacarejo Semanu, Kec. Seamanu Kab. Gunungkidul Tahun Ajaran 2014/2015

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



Drs. Retno Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19660824 198601 1 001

Tembusan :  
1. Kepala Sekolah SD N Mijahan II  
2. Kaprodi. PGSD Penjas  
3. Pembimbing TAS  
4. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 8 Surat Keterangan



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL  
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA  
UPT TK DAN SD KECAMATAN SEMANU

Alamat : Jalan Beringin, No 45 Munggi Pasar, Semanu, Gunungkidul 55893

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 80 / 395

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala UPT TK dan SD Kecamatan Semanu menerangkan bahwa :


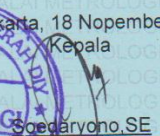

Nama : GUNTUR DWI HARMAJI  
NIM : 11601247101  
Program Studi : PKS  
Jurusan : PGSD Penjas  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melakukan kegiatan penelitian di SD Negeri Mijahan II Pacarejo, Semanu, Gunungkidul pada tanggal 1 Juni 2015 sampai dengan 5 Juni 2015 untuk kepentingan skripsi dengan judul "TINGKAT KETRAMPILAN DASAR BERMAIN SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SEKOLAH DASAR NEGERI MIJAHAN II PACAREJO SEMANU KEC. SEMANU KAB. GUNUNGKIDUL TAHUN AJARAN 2014/2015"

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semanu, 18 Juni 2015  
Kepala UPT  
  
GUNADI, S. Pd  
NIP. 19581211 198402 1 005

**Lampiran 9**  
**Sertifikat Penaraan**

 <p><b>PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA</b> <b>DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH</b> <b>BALAI METROLOGI</b> Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062</p>	
<p><b>SERTIFIKAT PENERAAN</b> VERIFICATION CERTIFICATE Nomor : 4075 / UP - 465 / XI / 2014</p>	
<p>Number</p>	
<p>No. Order : 006226 Diterima tgl : 17 Nopember 2014</p>	
<p><b>ALAT</b> Equipment</p>	
Nama Name	: Ban Ukur
Kapasitas Capacity	: 50 meter
Daya Baca Accuracy	: 2 mm
<p>Tipe/Model Type/Model</p>	
<p>Nomor Seri Serial number</p>	
<p>Merek/Buatan Trade Mark / Manufaktur</p>	
<p><b>PEMILIK</b> Owner</p>	
Nama Name	: Fendi Chandra Yudhi
Alamat Address	: Tegarejo Beji Ngawen Gunungkidul
<p><b>METODE, STANDART, TELUSURAN</b> Method, Standard, Traceability</p>	
Metode Method	: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010
Standart Standard	: Komparator 10 m
Telusuran Traceability	: Ke satuan SI melalui LK -045-IDN
<p><b>TANGGAL TERA ULANG</b> Date of Verification</p>	
<p>: 17 Nopember 2014</p>	
<p><b>LOKASI TERA ULANG</b> Location of Verification</p>	
<p>: Balai Metrologi Yogyakarta</p>	
<p><b>KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG</b> Environment condition of Verification</p>	
<p>: Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 5%</p>	
<p><b>HASIL TERA ULANG</b> Result of verification</p>	
<p>: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2014</p>	
<p><b>DITERA ULANG KEMBALI</b> Reverification</p>	
<p>: 17 Nopember 2015</p>	
<p>Yogyakarta, 18 Nopember 2014 Kepala  Soedaryono SE NIP. 19580114 197903 1 006</p>	
	
Halaman 1 dari 2 Halaman	FBM.22-01.T
<p>DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA</p>	

**LAMPIRAN SERTIFIKAT PENERAAN**  
*ATTACHMENT OF VERIFICATION CERTIFICATE*

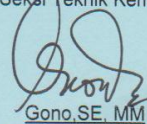
**I. DATA PENERAAN**  
*Verification data*

1. Referensi : Fendi Chandra Yudhi
2. Ditera ulang oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023  
*Verified by*

**II. HASIL**  
*Result*

Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 1.000	1.000,00
0 - 2.000	2.000,00
0 - 3.000	3.000,00
0 - 4.000	4.000,00
0 - 5.000	5.000,00

Kepala Seksi Teknik K metrologian



Gono, SE, MM  
NIP. 19610807.198202.1.007

**Lampiran 10**  
**Sertifikat Kalibrasi**



PEMERINTAH DAERAH 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 : 4074 / SW - 108 / XI / 2014

No. Order	: 006226
Diterima tgl	: 17 Nopember 2014

**ALAT**  
Equipment

Nama Name	: Stopwatch	Tipe/Model Type/Model	:
Kapasitas Capacity	: 9 jam	Nomor Seri Serial number	:
Daya Baca Accuracy	: 0,01 detik	Merek/Buatan Trade Mark/Manufaktur	: Butterfly

**PEMILIK**  
Owner

Nama Name	: Fendi Chandra Yudhi
Alamat Address	: Tegalrejo Beji Ngawen Gunungkidul

**METODE, STANDAR, TELUSURAN**  
Method, Standard, Traceability

Metode Method	: ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument
Standar Standard	: Casio HS-80TW.IDF
Telusuran Traceability	: Ke satuan SI melalui LK -045 IDN

**TANGGAL DIKALIBRASI**  
Date of Calibrated

: 17 Nopember 2014

**LOKASI KALIBRASI**  
Location of calibration

: Balai Metrologi Yogyakarta

**KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI**  
Environment condition of calibration

: Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 2%

**HASIL**  
Result

: Lihat sebaliknya

Yogyakarta, 18 Nopember 2014

Kepala



Soedaryoho, SE  
NIP. 19560114 197903 1 006



Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-02.T

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

**LAMPIRAN SERTIFIKAT KALIBRASI**  
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

**I. DATA KALIBRASI**

Calibration data

1. Referensi : -
2. Dikalibrasi oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023  
Calibrated by

**II. HASIL KALIBRASI**

Result of Calibration

Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"02
00,05'00"00	00,05'00"02
00,10'00"00	00,10'00"05
00,15'00"00	00,15'00"02
00,30'00"00	00,30'00"04
00,59'00"00	00,59'00"02

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian

Gono, SE. MM  
NIP.19610807.198202.1.007

## Lampiran 11

### Nama Siswa Yang Mengikuti Tes Keterampilan Sepak Bola

No	Nama	Kelas	Usia (Tahun)
1	Tanzilal Mustaqim	III	12
2	Fajarudin	III	10
3	Nadiaz Sepnandi	IV	11
4	Ivan Safik	IV	11
5	Roland Andriano	IV	11
6	Abdullah. A. Husein	IV	11
7	M. Farhan	IV	11
8	Nur Fais Alfiansyah	IV	10
9	Beni Adrian	V	12
10	Erlangga Satya	V	12
11	Fadhil Bima	V	12
12	Feri Ariyanto	V	12
13	Rafiq Yudha	V	12
14	Rahmad Baharudin	V	12
15	Raif Syarifudin	V	12
16	Riko Putra R	V	12
17	Yoga Priahutama	V	12

## Lampiran 12



Gambar 30. Nama SD Negeri Mijahan II



Gambar 31. Test Passing dan Stopping



Gambar 32. Tes Heading



Gambar 33. Dribling



Gambar 34. Shooting