

**TINGKAT KETERAMPILAN GERAK DASAR *PASSING-STOPPING*
HEADING DRIBBLING DAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN
SEPAKBOLA PADA SISWA SMA NEGERI 1 LENDAH YANG
MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA
TAHUN AJARAN 2016/2017**

SKRIPSI

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



Oleh:
Anggit Yudha Pratama
NIM. 12601244126

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Gerak Dasar *Passing-Stopping*, *Heading*, *Dribbling* dan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 1 Lendah yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola Tahun Ajaran 2016/2017” yang disusun oleh Anggit Yudha Pratama, NIM 12601244126 ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 5 Oktober 2016



Nurhadi Santoso, M.Pd

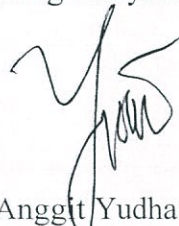
NIP. 197403172008121003

SURAT PERNYATAAN

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

Yogyakarta, 5 Oktober 2016

Yang menyatakan,



Anggit Yudha Pratama
12601244126

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Gerak Dasar *Passing-Stopping*, *Heading*, *Dribbling* dan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 1 Lendah yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola Tahun Ajaran 2016/2017” yang disusun oleh Anggit Yudha Pratama, NIM. 12601244126, telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 24 Oktober 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nurhadi Santoso, M.Pd	Ketua Penguji		24/11/2016
Saryono, M.Or	Sekretaris Penguji		21/11/2016
Drs. Raden Sunardianta, M.Kes	Penguji I (Utama)		17/11/2016
Dr. Sugeng Purwanto	Penguji II (Pendamping)		10/11-2016

Yogyakarta, November 2016
Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 001 2

MOTTO

1. “Your time is limited, don’t waste it living someone else’s life” (Steve Jobs)
2. “Life is short, and it is up to you to make it sweet” (Sarah Louise Delany)

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Orang tuaku, Bapak Murdono dan Ibu Jumilah yang dengan segenap jiwa raga selalu menyayangi, mendoakan, menjaga serta memberikan motivasi dan pengorbanan tak ternilai. Mudah – mudahan selalu dalam kondisi sehat dan semoga persembahan ini bisa memberikan sedikit rasa kebahagiaan.
2. Adiku, Amilia Winda Pangestika yang selalu mendoakan dan memberi semangat.

**TINGKAT KETERAMPILAN GERAK DASAR *PASSING-STOPPING*
HEADING DRIBBLING DAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN
SEPAKBOLAPADA SISWA SMA NEGERI 1 LENDAH YANG
MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA
TAHUN AJARAN 2016/2017**

Oleh

Anggit Yudha Pratama
NIM. 12601244126

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh menurunnya prestasi tim sepakbola SMA Negeri 1 Lendah di tahun 2015. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat ketrampilan *passing-stopping*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah tahun ajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode *survei*. Subjek penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah yang berjumlah 22 orang. Instrumen yang digunakan adalah tes sepak dan tahan bola, tes memainkan bola dengan kepala, tes menggiring bola, dan tes menembak bola ke sasaran. Teknik analisis yang dilakukan adalah menuangkan frekuensi ke dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah cukup dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori cukup dengan 12 orang atau 54,55%. Tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 yang berkategori baik sekali 2 orang atau 9,09%, baik 3 orang atau 13,64%, cukup 12 orang atau 54,55%, kurang 4 orang atau 18,18% dan kurang sekali 1 orang atau 4,54%.

Kata Kunci : *keterampilan, sepakbola, ekstrakurikuler*

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Pemurah, atas segala limpahan kasih dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Gerak Dasar *Passing-Stopping*, *Heading*, *Dribbling* dan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa SMA Negeri 1 Lendah yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola Tahun Ajaran 2016/2017”

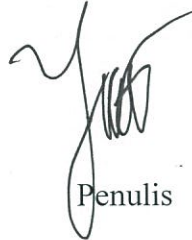
Skripsi dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd,M.A, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
3. Bapak Erwin Setyo, M.Kes, Ketua Jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah menyetujui dan mengizinkan pelaksanaan penelitian.
4. Bapak Nurhadi Santoso, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi.

5. Bapak Drs. F. Suharjana, M.Pd, Selaku Penasehat Akademik.
6. Bapak dan ibu dosen yang telah memberikan banyak ilmu selama saya menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Kepala sekolah dan Bapak/Ibu guru serta staff karyawan SMA Negeri 1 Lendah yang telah membantu saya dalam melaksanakan penelitian.
8. Teman-teman PJKR E angkatan 2012 yang selalu mendukung dan membantu. Maaf kalau banyak kesalahan.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

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

Yogyakarta, 5 Oktober 2016



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	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Sepakbola	9
a. Pengertian Sepakbola	9
2. Hakikat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola	10
3. Teknik Dasar Sepakbola	12
a. Menendang (<i>Kicking</i>)	13
1) Mengumpan (<i>Passing</i>)	13
2) Menembak (<i>Shooting</i>)	16

b. Menghentikan Bola (<i>Stopping</i>).....	17
c. Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>).....	21
d. Menyundul (<i>Heading</i>).....	23
e. Merampas Bola (<i>Tackling</i>)	24
f. Lemparan ke dalam (<i>Throw in</i>)	24
g. Menjaga Gawang	25
4. Kegiatan Ekstrakurikuler	26
a. Kegiatan Ekstrakurikuler.....	26
b. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler	28
c. Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Lendah	28
B. Penelitian yang Relevan	30
C. Kerangka Berpikir	32
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	34
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	34
C. Populasi dan Subjek Penelitian	35
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	35
1. Instrumen Penelitian.....	35
2. Teknik Pengumpulan Data	36
E. Teknik Analisis Data	37
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	40
B. Pembahasan	49
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	52
B. Implikasi Hasil Penelitian	52
C. Keterbatasan Penelitian	52
D. Saran-saran	53
 DAFTAR PUSTAKA	54
 LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	41
Tabel 2. Kategorisasi Tingkat Keterampilan <i>Passing-Stopping</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	43
Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Keterampilan <i>Heading</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	44
Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Keterampilan <i>Dribbling</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	46
Tabel 5. Kategorisasi Tingkat Keterampilan <i>Shooting</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	47

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Diagram Batang Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	42
Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Keterampilan <i>Passing-Stopping</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	43
Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Keterampilan <i>Heading</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	45
Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Keterampilan <i>Dribbling</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	46
Gambar 5. Diagram Batang Tingkat Keterampilan <i>Shooting</i> Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	58
Lampiran 2. Surat Keterangan dari SMA Negeri 1 Lendah.....	59
Lampiran 3. Sertifikat Kalibrasi <i>Stopwatch</i>	60
Lampiran 4. Sertifikat Kalibrasi Ban Ukur	61
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	63
Lampiran 6. Rekapitulasi Hasil Tes Passing-Stopping	69
Lampiran 7. Rekapitulasi Hasil Tes Heading.....	71
Lampiran 8. Rekapitulasi Hasil Tes Dribbling.....	73
Lampiran 9. Rekapitulasi Hasil Tes Shooting.....	75
Lampiran10. Rekapitulasi Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola	77
Lampiran11. Dokumentasi Penelitian	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer diseluruh dunia. “Hakikat permainan sepakbola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya agar lawan tidak mampu mencetak gol” (Sucipto, dkk. 2000: 7). Seiring berjalannya waktu, permainan sepakbola mengalami kemajuan yang sangat pesat, mulai dari teknik dan strategi yang digunakan dalam bermain sepakbola. Di Indonesia sendiri permainan sepakbola berkembang dari tahun 1920 yang dibawa oleh bangsa Belanda (Sucipto, dkk. 2000: 3). Perkembangan sepakbola di Indonesia ditandai dengan berdirinya Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) di Yogyakarta pada 19 April 1930 .

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang berbentuk permainan beregu, yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya adalah seorang penjaga gawang. Permainan sepakbola hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangannya di dalam daerah penalti. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dilakukan di luar lapangan (*out door*) dan di dalam ruangan tertutup (*indoor*). Dalam permainan ini terdapat beberapa macam kemampuan dasar, kemampuan dasar tersebut merupakan aspek mendasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar terampil bermain sepakbola.

Dalam upaya membina prestasi olahraga, maka pembinaan yang baik harus dimulai dari pembinaan usia muda dan pembinaan atlet muda berbakat sangat menentukan untuk prestasi atlet kedepannya. Untuk mendapatkan bibit atlet yang unggul perlu adanya pengolahan dan proses kepelatihan secara ilmiah, sehingga akan didapatkan prestasi atlet yang baik dan maksimal.

Pendidikan di jaman modern juga erat kaitanya dengan olahraga, terbukti dengan banyak bermunculanya sekolah-sekolah olahraga yang justru lebih condong ke bidang olahraga untuk memberikan daya tarik tersendiri dalam perekrutan siswa baru. Hal ini sangat membantu untuk siswa yang berprestasi di bidang olahraga. Dengan adanya sekolah olahraga mereka dapat mengembangkan bakatnya sekaligus dapat memperoleh pendidikan yang sesuai. Sehingga bakat yang dimilikinya tidak hilang dengan percuma. Pengaturan jadwal pelajaran yang disesuaikan juga sangat membantu siswa dalam mendapatkan materi pembelajaran sesuai seperti di sekolah-sekolah biasa pada umumnya.

SMA Negeri 1 Lendah merupakan salah satu sekolah olahraga yang ada di Kabupaten Kulon Progo. Di SMA Negeri 1 Lendah terdapat berbagai ekstrakurikuler olahraga diantaranya silat, futsal, sepakbola, basket, voli, badminton, dan *softball*. Adanya kegiatan ekstrakurikuler ini tentunya untuk menggali bakat dan potensi yang ada pada siswa di samping kemampuan di bidang akademik.

Ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Lendah merupakan salah satu ekstrakurikuler unggulan, itu dibuktikan dengan pernah menjuarai LPI

Kabupaten Kulon Progo pada tahun 2014. Namun, sekolah belum memiliki lapangan sepakbola sehingga untuk melaksanakan ekstrakurikuler sepakbola sekolah harus menyewa lapangan Klampok yang berada 3 km dari sekolah. Ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Lendah diikuti oleh 22 siswa yang berasal dari kelas X dan XI. Latihan rutin dilakukan setiap Selasa dan Jumat sore pukul 15.30-17.30 WIB dipimpin oleh Pak Anwar selaku pelatih.

Prestasi yang pernah diraih diantaranya, tahun 2014 SMA Negeri 1 Lendah menjuarai LPI Kulon Progo dengan mengalahkan SMK Negeri 2 Pengasih di final dengan skor 5-4 dan mewakili Kulon Progo di LPI DIY dan menjadi *runner up* setelah di final kalah dari SMA Negeri 4 Yogyakarta dengan skor 4-3. Di tahun 2015, SMA Negeri 1 Lendah hanya berada di peringkat 2 dalam fase grup LPI Kulon Progo di bawah SMA Negeri 1 Pengasih sehingga gagal lolos ke semifinal. Menurunnya prestasi sebuah tim bisa disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kemampuan individu yang ada di dalamnya. Setiap siswa pasti mempunyai kemampuan *passing*, *dribbling*, *heading* dan *shooting* yang berbeda-beda.

Passing merupakan salah satu teknik dasar menendang dalam permainan sepakbola. Selain harus menguasai teknik menggiring bola yang baik seorang pemain juga harus menguasai teknik mengoper bola. Teknik mengoper bola atau *passing* yaitu memindahkan bola dari pemain satu ke pemain lain dalam satu tim dengan tepat. Teknik *passing* yang baik sangat diperlukan pada saat pertandingan karena sangat mempengaruhi baik buruknya sebuah tim. Pada saat latihan *passing* pemain SMA Negeri 1 Lendah sudah banyak yang bisa

melakukan teknik passing dengan baik akan tetapi pada saat permainan masih ada siswa yang masih melakukan kesalahan passing. Kesalahan yang sering terjadi bola yang ditendang tidak akurat dan terlalu pelan sehingga mudah di rebut lawan.

Teknik *heading* biasanya digunakan saat bola berada lebih tinggi dari kedudukan kepala. Pada saat melawan SMA Negeri 1 Sentolo di fase grup LPI Kulon Progo 2015, pemain SMA Negeri 1 Lendah masih kurang menguasai teknik heading perkenaan bola tidak tepat ke dahi pemain bertahan yang akan menghalau serangan sehingga bola jatuh di kotak pinalti yang menyebabkan kemelut di depan daerah pertahanan yang berakibat gol untuk lawan. Pemain lebih cenderung menunggu bola jatuh dan mengontrol dengan kaki, hal ini sangat berbahaya jika dilakukan di sekitar daerah pertahanan. Saat melakukan penyerangan maupun pertahanan teknik *heading* sangat di perlukan baik itu untuk pemain penyerang maupun pemain bertahan. Saat melakukan penyerangan pemain penyerang bisa menciptakan gol dengan tandukan atau *heading* kearah gawang, sedangkan saat bertahan pemain bisa menghalau bola yang melambung untuk melindungi pertahanan.

Dribbling merupakan salah satu komponen penting dalam sepakbola, jika seorang pemain mempunyai kemampuan *dribbling* yang bagus pasti sebuah tim juga akan memperoleh keuntungan dari pemain tersebut. Dengan menggunakan teknik dribbling seorang pemain dapat melewati lawan dan menciptakan peluang. Hal ini yang belum di miliki di SMA Negeri 1 Lendah. Pemain masih sering melakukan kesalahan dalam melakukan teknik dribbling. Kesalahan

yang sering terjadi pada penguasaan bola yang terlalu jauh dari kaki sehingga mudah direbut oleh lawan saat permainan. Hanya beberapa pemain yang bisa mempraktikkan teknik *dribbling* dalam permainan. Padahal dalam sebuah pertandingan tentunya diperlukan seorang pemain yang dapat menguasai teknik *dribbling* untuk menyusuk daerah pertahanan lawan.

Shooting atau tembakan merupakan salah satu cara untuk memasukkan bola atau menciptakan gol ke gawang lawan dengan menggunakan kaki. Seorang penyerang biasanya mempunyai tembakan yang keras mengingat tugas seorang penyerang yaitu mencetak gol. Pada saat melawan SMA Negeri 1 Pengasih sebenarnya tim SMA Negeri 1 Lendah mempunyai banyak peluang akan tetapi banyak tembakan yang tidak mengarah ke gawang dan laga berakhir 1-1 yang membuat SMA Negeri 1 Lendah gagal lolos ke babak semifinal LPI Kulon Progo 2015. Untuk memperoleh kekuatan shooting yang keras dan terarah tentunya diperlukan skill pemain dan latihan.

Berdasarkan hasil pengamatan pada waktu kegiatan ekstrakurikuler berlangsung, pelatih lebih menekankan latihan pada *dribbling*, *passing*, dan *shooting*, akan tetapi ada sebagian siswa yang tidak memperhatikan arahan pelatih. Masih kurangnya kesadaran siswa juga mempengaruhi hasil latihan sehingga latihan yang diberikan pelatih kurang maksimal. Para siswa cenderung lebih suka untuk langsung bermain tanpa mengerti pentingnya latihan yang diberikan pelatih. Dalam hal ini ketegasan pelatih sangat dibutuhkan, selain itu kesadaran diri seorang pemain juga perlu.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Tingkat keterampilan gerak dasar *passing-stopping*, *dribbling* dan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Lendah yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola Tahun Ajaran 2016/2017”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas yang dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah diantaranya:

1. Menurunnya prestasi tim sepakbola SMA Negeri 1 Lendah di tahun 2015.
2. Masih kurangnya kesadaran siswa terhadap pentingnya latihan
3. Siswa masih kurang menguasai *passing-stopping*, *heading*, *dribbling*, dan *shooting* dalam permainan
4. Belum diketahuinya tingkat keterampilan gerak dasar *passing*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Lendah yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola tahun ajaran 2016/2017.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas perlu kiranya diberikan pembatasan masalah agar penelitian ini tidak terlalu luas. Maka dalam penelitian ini peneliti hanya membatasi masalah pada tingkat keterampilan gerak dasar *passing-stopping*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 1 Lendah yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola tahun ajaran 2016/2017.

D. Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan “Seberapa tinggi tingkat keterampilan *passing*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah tahun ajaran 2016/2017?”

E. Tujuan Penelitian

Mengacu pada perumusan masalah di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian adalah untuk mengetahui tingkat ketrampilan *passing-stopping*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah tahun ajaran 2016/2017.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Manfaat Teoritis

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

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk memberikan pembelajaran permainan sepakbola, dalam rangka meningkatkan kemampuan kognitif pada permainan sepakbola.

- b. Bagi siswa, penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan bahwa penting untuk mengetahui teori tentang olahraga permainan terutama sepakbola khususnya dalam hal keterampilan teknik dasar dan memotivasi siswa untuk meningkatkan kemampuan kognitifnya.
- c. Bagi masyarakat, penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan tentang hal-hal yang berkaitan tentang sepakbola.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Sepakbola

a. Pengertian Sepakbola

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola (Muhajir, 2004:22). Dalam permainan sepakbola diperbolehkan menggunakan semua anggota tubuh terutama bagian kaki, tetapi tidak boleh menggunakan tangan kecuali penjaga gawang.

Menurut Herwin (2006:78), “Permainan sepakbola merupakan permainan kelompok yang melibatkan banyak unsur, seperti fisik, teknik, taktik dan mental”. Permainan sepakbola merupakan permainan beregu, yang tiap regu terdiri dari 11 pemain salah satunya menjadi kipper, biasanya dimainkan dalam waktu 2x45 menit. “Tujuan dari olahraga sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri, agar tidak kemasukan” (Sucipto, dkk. 2000:7).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan sepakbola adalah permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang supaya tidak kebobolan. Permainan ini dimainkan antara dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 orang dan dimainkan dengan kaki,

kecuali penjaga gawang, boleh menggunakan tangan. Permainan ini dilakukan selama 2x45 menit. Di dalamnya melibatkan banyak unsur, seperti fisik, teknik, taktik dan mental.

2. Hakikat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola

Pendapat dari Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 57), “keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif dan efisien”. Untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan.

Dalam permainan sepakbola keterampilan dasar pemain sangat penting. Menurut Komarudin (2011:21), “sepakbola merupakan kegiatan fisik yang cukup kaya struktur pergerakan. Dilihat dari taksonomi gerak umum, sepakbola bisa secara lengkap, dari mulai gerakan-gerakan dasar yang membangun pola gerak yang lengkap, dari mulai pola gerak lokomotor, nonlokomotor dan gerakan manipulatif. Keterampilan dasar ini dianggap sebagai keterampilan dasar fundamental, yang sangat berguna bagi pengembangan keterampilan-keterampilan lain yang lebih kompleks”. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 8) keterampilan dasar dalam sepakbola terdiri atas tiga macam keterampilan, meliputi: keterampilan lokomotor, keterampilan non lokomotor dan keterampilan manipulatif.

a. Keterampilan lokomotor

Keterampilan lokomotor yaitu gerakan berpindah tempat seperti lari kesegala arah, melompat atau melompat dan meluncur.

b. Keterampilan nonlokomotor

Keterampilan nonlokomotor adalah gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat, seperti menjangkau, melenting, membungkuk, meliuk.

c. Keterampilan manipulatif

Keterampilan manipulatif adalah gerakan-gerakan yang termasuk ke dalam rumpun gerak manipulatif yang meliputi gerakan menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, dan menangkap bola.

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

Pendapat yang dikemukakan para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan merupakan kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan mendasar atau teknik dasar dalam

permainan sepakbola secara efektif dan efisien. Keterampilan dasar bermain sepakbola dilihat dari keterampilan gerak dasarnya meliputi: pola gerak lokomotor, pola gerak nonlokomotor dan pola gerak manipulatif. Jika dilihat dari kondisi lingkungan masuk dalam kategori keterampilan terbuka (*open skills*) dan jika dilihat dari jenis keberlangsungannya permainan sepakbola termasuk keterampilan diskrit.

3. Teknik Dasar Sepakbola

Teknik dasar bermain sepakbola merupakan keterampilan untuk melakukan gerakan-gerakan dari permainan sepakbola. Menurut Herwin (2006: 21-49), permainan sepakbola mencakup 2 (dua) kemampuan dasar gerak atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pemain meliputi:

Gerak atau teknik tanpa bola

Selama dalam sebuah permainan sepakbola seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang, karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti: berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, dan berhenti tiba-tiba.

Gerak atau teknik dengan bola

Kemampuan gerak atau teknik dengan bola meliputi: (a) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*), (b) Menendang bola ke gawang (*shooting*), (c) Menggiring bola (*dribbling*), (d) Menerima bola dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*), (e) Menyundul bola (*heading*), (f) Gerak tipu (*feinting*), (g) Merebut bola (*sliding tackle-shielding*), (h) Melempar bola ke dalam (*throw-in*), (i) Menjaga gawang (*goal keeping*).

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17), “teknik dasar dalam permainan sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), merampas bola

(*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*)”.

a. Menendang (*Kicking*)

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Maka teknik dasar menendang bola merupakan dasar dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan sempurna tidak mungkin menjadi pemain yang baik (Sukatamsi, 2001:14).

Dilihat dari perkenaan bola dengan bagian kaki, menendang dapat dibedakan menjadi beberapa macam antara lain menggunakan kaki bagian dalam (*inside*), kaki bagian luar (*outside*), punggung kaki (*instep*), dan punggung kaki bagian dalam (*inside of the instep*). Menurut Herwin (2004: 29-31), “yang harus diperhatikan dalam teknik menendang adalah kaki tumpu dan kaki ayun (*steady leg position*), bagian bola, perkenaan kaki dengan bola (*impact*), dan akhir gerakan (*follow-through*)”.

Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the goal*), dan untuk menyapu menggagalkan serangan lawan (*sweeping*) (Sucipto, dkk. 2000: 17).

1) Mengumpan (*Passing*)

Passing atau mengumpan bola yaitu memindahkan bola dari pemain satu ke pemain lain dalam satu tim dengan tepat. Teknik ini

biasanya digunakan untuk mendekatkan bola ke gawang lawan dengan cara kerja sama.

a) Operan *inside of the foot*

Ini merupakan keterampilan pengoperan bola yang paling dasar biasanya disebut dengan *push pass* (operan dorong). Teknik pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 yard (4-14 meter). Menurut Joseph A. Luxbacher (2012:12-13), Cara pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

- (1) Berdirilah menghadap target dengan bahu lurus saat mendekati bola
- (2) Letakan kaki yang menahan keseimbangan tubuh di samping bola dan arahkan ke target
- (3) Tempatkan kaki yang akan menendang dalam posisi menyamping dan jari kaki ke atas menjauh dari garis tengah tubuh Anda
- (4) Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki Anda
- (5) Pastikan kaki tetap lurus pada gerak lanjutan dari tendangan tersebut.

Teknik ini biasanya adalah teknik *passing* yang diajarkan pertama kali di sekolah sepakbola. Selain mudah dalam melakukannya teknik ini tidak membutuhkan banyak tenaga.

b) Operan *Outside of the Foot*

Teknik ini biasa digunakan untuk menggerakkan bola pada jarak pendek atau menengah. Teknik mengoper dengan bagian samping luar kaki bisa digunakan juga sebagai gerak tipu karena terkadang lawan tidak menduga gerakan mengoper ini. Menurut Joseph A. Luxbacher (2012:13), Cara pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

- (1) Letakan kaki yang menahan keseimbangan sedikit di samping belakang bola
- (2) Julurkan kaki yang akan menendang ke bawah dan putar sedikit ke arah dalam
- (3) Gunakan gerakan menendang terbalik saat Anda menendang setengah bagian bawah bola dengan bagian samping luar dari instep Anda
- (4) Jaga kaki agar tetap lurus
- (5) Untuk menggerakkan bola sejauh 5-10 yard (4-10 meter), gunakan gerakan menendang yang pendek dan seperti menyentak pada kaki Anda
- (6) Untuk operan yang lebih panjang gunakan gerakan akhir yang penuh untuk mendapatkan jarak yang lebih jauh dan cepat.

Teknik ini juga bisa dikombinasikan dengan teknik *dribbling*.

Dibutuhkan *skill* yang lebih untuk melakukan teknik kombinasi passing ini. Teknik ini biasanya digunakan untuk menipu lawan yang mencoba merebut bola.

c) Operan *Instep*

Teknik ini biasa digunakan untuk mengoper bola pada jarak 25 yard atau lebih (23 meter atau lebih). Kura-kura kaki adalah bagian dari kaki yang ditutupi tali sepatu. Menurut Joseph A. Luxbacher (2012:13), Cara pelaksanaanya adalah sebagai berikut:

- (1) Dekati bola dari posisi sedikit menyudut
- (2) Letakan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola dengan lutut sedikit ditekukkan
- (3) Bahu dan pinggul dalam posisi lurus dengan target yang dituju
- (4) Saat Anda mengayunkan kaki yang akan menendang ke belakang, luruskan dan mantapkan posisi kura-kura kaki
- (5) Jaga kepala agar tidak bergerak dan fokuskan perhatian pada bola
- (6) Gunakan gerakan akhir yang penuh saat Anda menggerakkan kura-kura kaki pada titik kontak dengan bola.

Teknik ini sering digunakan untuk melambungkan bola ke arah gawang yang bertujuan untuk menciptakan peluang di depan gawang lawan. Teknik ini biasanya dikuasai oleh pemain *wing* yang bertugas mengirim umpan matang ke arah *striker*.

2) Menembak (*Shooting*)

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

- a) Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran dan lutut sedikit di tekuk.
- b) Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke sasaran.
- c) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola.
- d) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bola pergelangan kaki di tegangkan.
- e) Gerak lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran.
- f) Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran.

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

- a) Mengamati posisi penjaga gawang.
- b) Harus memperhatikan kemana arah tendangan.
- c) Mata tetap dalam keadaan terbuka.
- d) Memperhatikan kecepatan lari dan kecepatan bola.
- e) Melihat pemain bertahan atau penjaga gawang.

Kegunaan dari shooting yaitu untuk mencetak gol. Seorang striker biasanya mempunyai shooting yang keras dan akurasi shooting yang bagus mengingat tugas utama seorang striker yakni mencetak gol.

b. Menghentikan Bola (*Stopping*)

Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola, tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk *passing* (Sucipto,dkk. 2000: 22). Dilihat dari perkenaan badan pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

1) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam

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

- a) Posisi badan segaris dengan datangnya bola.
- b) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola.

- d) Bola menyentuh kaki persisi dibagian dalam/mata kaki.
- e) Kaki penghenti mengikuti arah bola.
- f) Kaki penghenti bersama bola berhenti dibawah badan.
- g) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
- h) Kedua lengan dibuka disamping badan menjaga keseimbangan.

Cara ini merupakan cara menghentikan bola yang paling dasar diajarkan dalam sebuah sekolah sepakbola. Pada umumnya merupakan teknik menghentikan bola yang paling sering digunakan dalam permainan karena resiko terjadinya kesalahan sangat kecil.

2) Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

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

- a) posisi badan menghadap kedatangnya bola.
- b) kaki tumpu berada di samping kurang lebih 30cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- c) kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian luar dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola.
- d) bola menyentuh kaki persis dipermukaan kaki bagian luar.
- e) Kaki penghenti mengikuti arah bola.
- f) Kaki penghenti bersama bola berhenti dibawah badan.
- g) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
- h) Kedua lengan di buka di samping badan menjaga keseimbangan.

Teknik menghentikan bola dengan kaki bagian luar memiliki resiko kesalahan yang lebih sehingga jarang digunakan dalam permainan.

Sehingga teknik ini masih jarang diajarkan di sekolah sepakbola tingkat dasar.

3) Menghentikan bola dengan punggung kaki

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

- a) Posisi badan menghadap datangnya bola.
- b) Kaki tumpu berada pada garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- c) Kaki penghenti diangkat sedikit dan dijulurkan sedikit kedepan menjemput datangnya bola.
- d) Bola menyentuh kaki persis di punggung kaki.

Teknik ini biasanya digunakan seorang pemain yang ingin langsung melakukan akselerasi, biasanya dengan menghentikan bola lalu berlari dengan bola (*running with the ball*).

4) Menghentikan bola dengan telapak kaki

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

- a) Posisi badan lurus dengan arah datangnya bola.
- b) Kaki tumpu berada pada garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan telapak kaki dijulurkan menghadap kesasaran.
- d) Pada saat bola masuk ke kaki, ujung kaki diturunkan sehingga bola berhenti di depan badan.

Cara ini merupakan cara menghentikan bola yang paling dasar diajarkan dalam sebuah sekolah sepakbola. Teknik ini juga memiliki resiko kesalahan yang rendah.

5) Menghentikan bola dengan paha

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

- a) Posisi badan menghadap datangnya bola.
- b) Kaki tumpu berada pada garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- c) Paha diangkat tegak lurus dengan badan ditekuk tegak lurus dengan paha.
- d) Bola mengenai paha tepat pada tengah-tengah paha antara lutut dan pangkal paha.

Teknik ini biasanya digunakan jika keadaan terdesak semisal teman melakukan umpan lambung yang tidak akurat. Sehingga bola jatuh tidak tepat sasaran.

6) Menghentikan bola dengan dada

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

- a) Posisi badan menghadap datangnya bola.
- b) Kedua kaki dibuka selebar bahu dengan kedua lutut sedikit ditekuk.
- c) Dada sedikit dibusungkan kedepan menghadap arah datangnya bola.
- d) Perkenaan bola pada dada tepat di tengah-tengah dada.

Teknik menghentikan bola dengan dada juga merupakan teknik yang wajib dikuasai oleh seorang pemain bola. Terutama untuk seorang striker, karena umpan lambung yang diberikan pemain sayap maupun tengah pasti tidak semuanya bisa diselesaikan dengan *heading* atau *shooting* langsung.

Teknik menghentikan bola ini berfungsi untuk mempermudah penguasaan bola. Teknik ini juga bisa digunakan untuk mengatur tempo permainan jika dipadukan dengan teknik *passing*. Pada saat permainan teknik ini sangat penting karena merupakan teknik yang sering digunakan khususnya pada saat melakukan penyerangan.

c. Menggiring Bola (*Dribbling*)

Teknik dasar menggiring bola merupakan kebutuhan teknik yang penting dari taktik yang harus dimiliki setiap pemain. Menggiring bola digunakan untuk penguasaan bola sepenuhnya agar bola tidak direbut oleh lawan. Menggiring bola dibutuhkan untuk melewati lawan dan mencari daerah kosong untuk dapat melakukan umpan kepada teman atau melakukan shooting ke gawang lawan.

Menggiring bola dapat dibedakan menjadi dua, yaitu *closed dribbling* dan *speed dribbling*. *Closed dribbling* adalah teknik menggiring yang dilakukan dengan kontrol penuh pada bola, dilakukan pada saat pemain tersebut menghadapi tekanan lawan, cara melakukannya bola tidak boleh lebih dari satu meter di depan pemain. *Speed dribbling* yaitu teknik menggiring yang dilakukan dengan cara bola di dorong ke depan dan diikuti lari secepat-cepatnya, dilakukan pada saat pemain tersebut dalam keadaan bebas tanpa tekanan pemain lawan.

Menurut Joseph A. Luxbacher (2011: 48), “kunci keberhasilan teknik menggiring bola dengan kontrol rapat tergantung dari persiapan, pelaksanaan, dan gerak lanjut (*follow-through*)”.

- 1) Tahap persiapan:
 - a) Lutut ditekuk sedikit.
 - b) Badan sedikit menunduk dan agak condong ke depan.
 - c) Pusat gravitasi rendah.
 - d) Titik berat badan diatas bola.
 - e) Kepala tegak jika memungkinkan.
- 2) Tahap pelaksanaan:
 - a) Fokuskan perhatian pada bola.
 - b) Gunakan gerak tipu tubuh dan kaki.
 - c) Kontrol bola dengan bagian kaki yang tepat.
 - d) Rubah kecepatan atau arah giringan atau keduanya.
- 3) Tahap gerak lanjut:
 - a) Pertahankan kontrol bola yang rapat.
 - b) Bergeraklah menjauh dari lawan.
 - c) Lihat ke depan dan perhatikan lapangan.

Menurut Robert Koger (2007: 51), “menggiring adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki”. Prinsip-prinsip yang harus diperhatikan dalam menggiring bola antara lain: Bola harus dekat dengan kaki supaya mudah di kuasai, Pemain tidak boleh terus menerus melihat bola, Pemain harus melihat sekeliling lapangan agar dapat mengamati situasi lapangan dan mengamati gerak-gerik lawan.

Menurut Komarudin (2005: 45), “tujuan dari menggiring bola adalah untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong melepaskan diri dari kawalan lawan, serta menciptakan peluang untuk melakukan shooting ke gawang”.

Dapat ditarik kesimpulan menggiring adalah sebuah cara untuk menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di dalam lapangan dengan tujuan untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong, lepas dari kawalan lawan dan menciptakan peluang. Yang harus diperhatikan

dalam menggiring bola yaitu pandangan mata harus luas dan bola tidak terlalu jauh dari kaki,

d. Menyundul (*Heading*)

Menurut Sukatamsi (2001: 44), “menyundul bola adalah meneruskan bola dengan mempergunakan dahi yaitu daerah kepala di atas kening di bawah rambut”. “Menyundul bola bertujuan untuk mengoper ke teman, menghalau bola dari daerah gawang atau daerah berbahaya, meneruskan bola ke teman atau daerah yang kosong, dan untuk membuat gol ke gawang lawan” (Herwin, 2004: 41). Menurut Sukatamsi (2001: 70), prinsip- prinsip teknik menyundul bola adalah sebagai berikut:

- 1) Lari menjemput arah datangnya bola, pandangan mata tertuju ke arah bola.
- 2) Otot-otot leher dikuatkan, dikeraskan dan difleksasi dagu ditarik merapat pada leher.
- 3) Untuk menyundul bola digunakan dahi yaitu daerah kepala di atas kedua kening di bawah rambut kepala.
- 4) Badan ditarik ke belakang melengkung pada daerah pinggang, kemudian dengan gerakan seluruh tubuh yaitu kekuatan otot perut, kekuatan dorongan panggul dan kekuatan kedua lutut kaki bengkok diluruskan, badan diayunkan dan dihentakkan ke depan sehingga dahi dapat mengenai bola.
- 5) Pada waktu menyundul bola mata tetap terbuka dan tidak boleh dipejamkan, dan selalu mengikuti arah datangnya bola dan mengikuti kemana bola diarahkan dan selanjutnya diikuti dengan gerak lanjutan untuk segera lari mencari posisi.

Seorang pemain yang memiliki postur badan yang lebih tinggi biasanya lebih mudah dalam memenangkan duel *heading*. Sebagai contohnya, Peter Crouch striker asal Inggris yang sering menciptakan gol

lewat *heading* mempunyai tinggi badan 2,01 meter. Untuk ukuran pemain bola tinggi 2 meter merupakan ukuran tinggi di atas rata-rata.

e. Merampas bola (*Tackling*)

Merampas bola merupakan upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan. Merampas bola dapat dilakukan sambil berdiri (*standing tackling*) dan sambil meluncur (*sliding tackling*) (Sucipto,dkk. 2000: 34). Tujuan merebut bola adalah untuk menahan lajunya pemain bertahan, menunda permainan yang cepat, menggagalkan serangan berbahaya melalui aksi *dribbling*, menghalau bola ke luar lapangan permainan dan untuk melakukan serangan balik (Herwin, 2004: 46).

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk merampas bola dari kaki lawan. Menurut Muhajir (2004:28), Terdapat tiga cara yang paling umum digunakan, yaitu:

- 1) Dengan cara berhadapan (tanpa menjatuhkan diri).
- 2) Dengan cara meluncur (*sliding tackle*) dengan kaki bagian dalam.
- 3) Dengan cara meluncur (*sliding tackle*) dengan kaki bagian luar.

f. Lemparan ke dalam (*Throw in*)

Lemparan ke dalam merupakan teknik dalam sepakbola yang menggunakan lengan atau tangan. Tujuan melempar bola adalah untuk menghidupkan kembali permainan setelah bola ke luar lapangan permainan melewati garis samping. Selain itu lemparan yang dilakukan mendekati daerah pinalti juga dapat menciptakan peluang.

Menurut Herwin (2004: 48), menerangkan bagaimana cara melakukan lemparan ke dalam sebagai berikut:

- 1) Melakukan lemparan ke dalam menggunakan kedua tangan memegang bola.
- 2) Kedua siku menghadap ke depan.
- 3) Kedua ibu jari saling bertemu.
- 4) Bola berada di belakang kepala.
- 5) Kedua kaki sejajar atau depan belakang dengan keduanya menapak pada tanah dan berada di luar garis samping saat akan melakukan maupun selama melakukan lemparan.
- 6) Mata tetap dalam keadaan terbuka, dengan arah tubuh searah dengan sasaran yang akan dituju.

Melempar bola kedalam dilakukan apabila bola keluar melalui garis samping lapangan permainan. Lemparan bola kedalam dilakukan melalui atas kepala dengan kedua tangan, sedangkan kedua kaki pemain harus ditempatkan dibelakang garis samping. Saat bola dilempar kaki pemain tidak boleh diangkat.

g. Menjaga Gawang

Penjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepakbola. Penjaga gawang merupakan satu-satunya pemain yang boleh memainkan bola menggunakan tangan atau lengan. Apabila penjaga gawang mampu mempertahankan gawang tidak kemasukan, maka kemungkinan menang bagi timnya adalah penting (Herwin, 2004: 49).

Banyak sekali teknik yang dapat digunakan oleh seorang penjaga gawang dalam mempertahankan gawangnya dari kemasukan bola. Hal itu disebabkan karena penjaga gawang boleh menggunakan seluruh bagian tubuhnya untuk menangkap dan menghalau bola. Teknik menjaga

gawang diantaranya menangkap bola yang bergulir ditanah, menangkap bola setinggi perut dan menangkap setinggi dada.

4. Kegiatan Ekstrakurikuler

a. Kegiatan ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan non-pelajaran formal yang dilakukan peserta didik sekolah atau universitas, umumnya di luar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan- kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Pengertian ekstrakurikuler menurut Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 yaitu Kegiatan Ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan. Satuan pendidikan adalah Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (SD/MI), Sekolah Menengah Pertama/Madrasah Tsanawiyah (SMP/MTs), Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah (SMA/MA), dan Sekolah Menengah Kejuruan/Madrasah Aliyah Kejuruan (SMK/MAK).

Menurut Tri Ani Hastuti (2008:63), “ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan untuk memantapkan kepribadian siswa”. Kegiatan ekstrakurikuler tersebut memperoleh manfaat dan nilai-nilai luhur yang terkandung dalam kegiatan yang diikuti.

Di sekolah, ekstrakurikuler terdiri dari ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Biasanya di sekolah-sekolah, ekstrakurikuler olahraga masuk dalam kategori pilihan. Untuk membentuk pribadi seutuhnya sesuai dengan tingkat perkembangan siswa menurut jenjang atau tingkatan sekolah dikaitkan dengan kehidupan sebagai suatu bangsa berdasarkan pandangan hidup Pancasila.

Menurut Suryosubroto (2002:270), “kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan, di luar struktur program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan”. Ekstrakurikuler akan bertambah jenis dan macam seiring kebutuhan siswa dan tuntutan perkembangan jaman, serta ekstrakurikuler akan tetap eksis dan diakui keberadaanya di sekolah tergantung oleh beberapa faktor antara lain: guru, pelatih, sarana dan prasarana serta minat siswa itu sendiri. Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah merupakan wadah pembinaan olahraga siswa sehingga memperluas pengetahuan siswa mengenai hal-hal yang berkaitan dengan mata pelajaran yang sesuai dengan program kurikulum sekolah.

Berdasarkan keterangan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran yang di gunakan sebagai sarana untuk menggali bakat minat siswa lebih dalam di luar dari pelajaran sekolah. Dengan bimbingan dan pelatihan ekstrakurikuler siswa dapat mengembangkan bakatnya secara positif.

b. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler

Tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler menurut Yudha M. Saputra (1999:13) adalah sebagai berikut :

- 1) Menyiapkan anak menjadi orang yang bertanggung jawab
- 2) Menemukan dan mengembangkan minat dan bakat pribadinya
- 3) Menyiapkan dan mengarahkan pada suatu spesialisasi, misalnya :
atlet, ekonom, agamawan, seniman dan sebagainya.

Ketiga tujuan tersebut di atas harus diptimbangkan dalam pengembangan kegiatan ekstrakurikuler sehingga produk sekolah memiliki kesesuaian dengan apa yang dibutuhkan oleh masyarakat.

c. Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Lendah

Ekstrakurikuler yang dilakukan di SMA Negeri 1 Lendah, terdiri dari ekstrakurikuler yang bersifat wajib seperti pramuka dan ekstrakurikuler pilihan seperti ekstrakurikuler olahraga, ekstrakurikuler pilihan seperti sepakbola, basket, futsal, saspala, softball, voli dan badminton.

Kegiatan ekstrakurikuler berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan kurikulum. Kegiatan ini bertujuan untuk menyalurkan bakat dan minat siswa. Sehingga pelajaran yang didapat di dalam kegiatan ekstrakurikuler merupakan sarana untuk memperluas wawasan anak-anak, karena di dalam proses pembelajaran belum tentu anak mendapatkan pengetahuan yang bersangkutan.

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler unggulan di SMA Negeri 1 Lendah adalah sepakbola. Ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Lendah ini merupakan salah satu tim pelajar yang diunggulkan di Kabupaten Kulon Progo. Prestasi yang pernah diraih yaitu juara I LPI Kabupaten Kulon Progo tahun 2014 dan juara II LPI DIY tahun 2014. Untuk pelaksanaan latihannya setiap hari Selasa dan Jumat sore di Lapangan Klampok.

Peranan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di samping dapat memperdalam dan memperluas wawasan dan pengetahuan siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran pendidikan jasmani, juga akan dapat membantu upaya pembinaan, pemantapan dan pembentukan nilai-nilai kepribadian siswa selain itu juga dapat menyalurkan dan meningkatkan bakat, minat, dan keterampilan serta prestasi siswa. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola ini mempunyai banyak fungsi selain yang telah diuraikan di atas, yaitu kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dapat menjadi wahana pembinaan khusus untuk melatih siswa-siswa berinteraksi sosial antara sesama siswa dan juga orangtua siswa serta masyarakat sekitar. Dengan adanya interaksi sosial diharapkan akan membentuk sikap kepribadian yang baik.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini diantaranya :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Fajar Gunawan (2013) dari FIK UNY dengan judul “Tingkat Keterampilan Dasar Gerak Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMA Negeri 1 Seyegan”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode yang digunakan adalah metode survey. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes pengukuran yaitu tes *heading*, tes *passing/stopping*, tes *dribbling*, tes waktu *shooting* dan tes *score shooting*. Subjek penelitian yang digunakan adalah peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan yang berjumlah 32 anak. Untuk menganalisis data digunakan statistik deskriptif dengan presentase. Hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan sebagian besar berkategori baik sebanyak 28 anak dengan persentase 87,5%, diikuti kategori cukup sebanyak 4 anak dengan persentase 12,5%, kategori sedang berjumlah 0 dengan persentase 0%, kategori kurang berjumlah 0 dengan persentase 0%, kategori buruk berjumlah 0 dengan persentase 0%. Hasil tersebut dapat disimpulkan tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan adalah baik.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Arief Syarifudin (2007) yang berjudul “Survei Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Purworejo”.

Penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola SMA Negeri 1 Purworejo yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola, meliputi menyepak dan menghentikan bola (*passing and stopping*), memainkan bola dengan kepala (*heading*), menggiring bola (*dribbling*), menembak dan menendang sasaran (*shooting*).

Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Sampel dalam penelitian ini adalah keterampilan teknik dasar sepakbola dari Nurhasan (2001:157-163). Hasil menunjukkan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola memiliki keterampilan (*passing and stopping*) dengan kategori baik sebanyak 3 siswa (5,4%), kategori cukup sebanyak 39 siswa (69,9%), sedangkan kategori sedang sebanyak 14 siswa (25,0%), (*heading*) dengan kategori baik 21 siswa (37,5%), cukup 35 siswa (62,5%), (*dribbling*) dengan kategori baik 3 siswa (5,4%), cukup 25 siswa (44,6%), kategori sedang 28 siswa (50,0%), (*shooting*) dengan kategori baik 39 siswa (69,6%), sedang 17 siswa (30,4%).

C. Kerangka Berpikir

Sepakbola merupakan suatu permainan olahraga yang sangat memasyarakat. Ini terbukti dengan banyaknya klub-klub sepakbola, tidak hanya klub sepakbola yang ada akan tetapi pada umumnya tiap-tiap sekolah mempunyai suatu wadah yang dapat mengasah kemampuan siswanya baik dalam bidang seni, penalaran, bidang kesejahteraan, bidang khusus maupun bidang olahraga yang biasa disebut ekstrakurikuler. SMA Negeri 1 Lendah salah satunya, SMA yang memiliki ekstrakurikuler bidang olahraga yang didalamnya terdapat berbagai olahraga yang dapat menjadi pilihan bagi para siswa dan salah satu olahraga tersebut adalah sepakbola.

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

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

bola, gerak tipu dengan bola, merebut bola, melempar bola, teknik penjaga gawang atau bertahan dan menyerang).

Penelitian ini akan membahas tingkat keterampilan passing, dribbling dan shooting dalam bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Lendah. Tes keterampilan cabang olahraga bertujuan untuk mengukur keterampilan para siswa dalam suatu cabang olahraga. Tes ini mengungkapkan penguasaan keterampilan teknik dasar dalam cabang olahraga. Untuk kebutuhan data penelitian tes yang akan dilaksanakan menggunakan pedoman tes menurut Nurhasan. Hal ini dengan pertimbangan bahwa pada tes ini lebih dikhususkan untuk mengukur kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan bermain sepakbola dalam cabang olahraga sepakbola. Adapun tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163) antara lain, tes sepak dan tahan bola, tes memainkan bola dengan kepala, tes menggiring bola dan tes menembak bola ke sasaran.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu penelitian yang dilakukan untuk menjawab persoalan-persoalan tentang keadaan atau kondisi sebagaimana adanya di lapangan dalam fenomena yang akan diteliti menggunakan media penghitungan angka (Sugiyono, 2007:3). Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar *passing-stopping heading dribbling* dan *shooting* pada siswa SMA Negeri 1 Lendah.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

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

C. Populasi

Menurut Sugiyono (2007:80), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah yang berjumlah 22 orang.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2014: 148). Untuk memperoleh data yang relevan dan akurat maka diperlukan alat pengukur yang bisa dipertanggungjawabkan yaitu alat ukur atau instrumen penelitian yang valid dan reliabel.

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

Uji validitas dan reabilitas yang telah dilakukan oleh Ady Wardoyo di SMK Muhammadiyah 4 Klaten tahun pelajaran 2009/2010 dengan menggunakan bantuan program SPSS. 12 dengan rumus product moment dari Karl Person dan rumus alpha cronbach. Adapaun hasil penghitungan

validitas dan reabilitas masing-masing tes adalah sebagai berikut: tes sepak dan tahan bola diperoleh validitas 0,618 dan reabilitas 0,690, memainkan bola dengan kepala diperoleh validitas 0,772 dan reabilitas 0,871, menggiring bola diperoleh validitas 0,667 dan reabilitas 0,776. dan menembak bola ke sasaran diperoleh validitas 0,669 dan reabilitas 0,802.

Hal ini dengan pertimbangan bahwa pada tes ini lebih dikhususkan untuk mengukur kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan gerak dasar dalam cabang olahraga sepakbola. Adapun tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan gerak dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163) adalah tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*), tes memainkan bola dengan kepala (*heading*), tes menggiring bola (*dribbling*), dan tes menembak bola ke sasaran (*shooting*).

2. Teknik Pengumpulan data

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara testi melakukan tes yang digunakan untuk mengukur tingkat keterampilan bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001:157-163). Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan teknik *test retest*. Adapun beberapa hal yang diperlukan dalam memperlancar proses pengumpulan data antara lain:

- a. Sarana dan prasarana penunjang:
 - 1) Lapangan Sepakbola dan Bola sepak.
 - 2) *Cones* atau lembing.
 - 3) Peluit.
 - 4) *Stopwatch*.

5) Meteran.

6) *Ballpoint* dan Kertas.

7) Kapur/gamping untuk mewarnai garis lapangan.

- b. Sebelum alat-alat digunakan, terlebih dahulu memvaliditasi alat-alat ke badan meteorologi
- c. Dikarenakan banyak siswa dan tidak memungkinkan untuk melakukan pengambilan data seorang diri maka pada saat pengambilan data dibantu oleh beberapa teman yang sebelumnya dikoordinasi.
- d. Sebelum melakukan tes dilakukan pemanasan bersama terlebih dahulu. Setelah itu dibagi menjadi dua kelompok. Tiap kelompok didampingi dua instruktur untuk melakukan tes. Kelompok 1 melakukan item tes *passing* dan *heading* terlebih dahulu, Kelompok 2 melakukan item tes *dribbling* dan *shooting*, setelah semua anggota kelompok selesai melakukan tes kelompok 1 bergantian ke instruktur 2 dan kelompok 2 ke instruktur 1.
- e. Instruktur memberikan penjelasan tentang pelaksanaan tes dan memberikan contoh sebelum siswa melakukan tes.

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat keterampilan gerak dasar *passing*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Kulon Progo. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Statistik ini

dilakukan untuk mengumpulkan data, menyajikan data dan menentukan nilai. Selanjutnya dipakai pada pembahasan permasalahan dengan mengacu pada standar kemampuan dasar bermain sepakbola yang sudah ditentukan.

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

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

Sumber : Anas Sudijono, (2009: 453)

Setelah data dikelompokkan dalam kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase. Menurut Suharsimi Arikunto rumus persentase yang digunakan adalah:

Keterangan:

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

P : presentase yang dicari

F : frekuensi

N : jumlah responden

Sumber : Suharsimi Arikunto, (2011: 33)

Guna menggambarkan seberapa besar tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri

1 Lendah Kulon Progo, maka data yang sudah terkumpul dalam satuan point dan detik, diubah menjadi skor T.

Dari 4 item tes yang telah diubah ke dalam skor T kemudian dijumlahkan untuk menyusun standar tingkat keterampilan dasar sepakbola yang digolongkan menjadi 5 kategori yaitu kurang sekali, kurang, cukup, baik dan baik sekali. Untuk memperoleh skor-skor yang standar penulis menggunakan perhitungan *T-score*. Fungsi dari *T-score* adalah menyetarakan dari beberapa jenis skor yang berbeda satuan ukurannya atau bobot skornya, menjadi skor yang baku atau skor standar.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian tentang tingkat ketrampilan *passing-stopping*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah tahun ajaran 2016/2017. Penelitian ini dilakukan pada Selasa, 2 Agustus 2016 dan diperoleh responden sebanyak 22 orang. Dari data yang terkumpul selanjutnya dilakukan analisis data dengan perhitungan statistik. Berikut ini adalah hasil deskripsi untuk tiap tes yang dilaksanakan:

1. Deskripsi Hasil Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

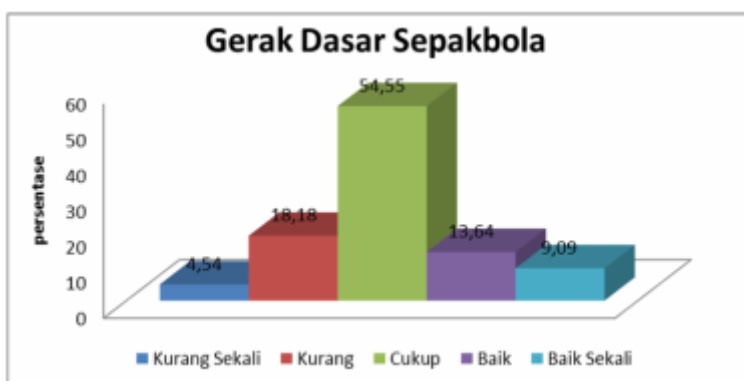
Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 dengan rerata sebesar 200, nilai tengah sebesar 199, nilai sering muncul sebesar 144,93 dan simpangan baku sebesar 26,29. Sedangkan skor tertinggi sebesar 251,81 dan skor terendah sebesar 144,93. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \geq 239,44$	2	9,09	Baik Sekali
2	$213,15 \leq X < 239,43$	3	13,64	Baik
3	$186,85 \leq X < 213,13$	12	54,55	Cukup
4	$160,56 \leq X < 186,84$	4	18,18	Kurang
5	$X < 160,64$	1	4,54	Kurang Sekali
Jumlah		22	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah cukup dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori cukup dengan 12 orang atau 54,55%. Tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 yang berkategori baik sekali 2 orang atau 9,09%, baik 3 orang atau 13,64%, cukup 12 orang atau 54,55%, kurang 4 orang atau 18,18% dan kurang sekali 1 orang atau 4,54%.

Berikut adalah grafik tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017:



Gambar 1.

Diagram Batang Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

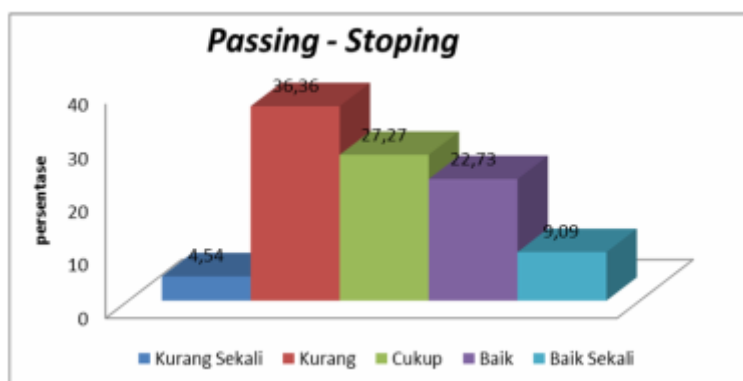
2. Deskripsi Hasil Tingkat Keterampilan *Passing – Stopping* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan tingkat *passing – stopping* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 dengan rerata sebesar 13,32, nilai tengah sebesar 13, nilai sering muncul sebesar 12 dan simpangan baku sebesar 2,03. Sedangkan skor tertinggi sebesar 17 dan skor terendah sebesar 10. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *passing – stopping* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Passing - Stopping* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \geq 16,37$	2	9,09	Baik Sekali
2	$14,33 \leq X < 16,36$	5	22,73	Baik
3	$12,30 \leq X < 14,32$	6	27,27	Cukup
4	$10,27 \leq X < 12,29$	8	36,36	Kurang
5	$X < 10,26$	1	4,54	Kurang Sekali
Jumlah		22	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan *passing - stopping* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah kurang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori kurang dengan 8 orang atau 36,36%. Tingkat keterampilan *passing - stopping* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 yang berkategori baik sekali 2 orang atau 9,09%, baik 5 orang atau 22,73%, cukup 6 orang atau 27,27%, kurang 8 orang atau 36,36% dan kurang sekali 1 orang atau 4,54%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan *passing - stopping* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017:



Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Keterampilan *Passing - Stopping* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

3. Deskripsi Hasil Tingkat Keterampilan *Heading* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

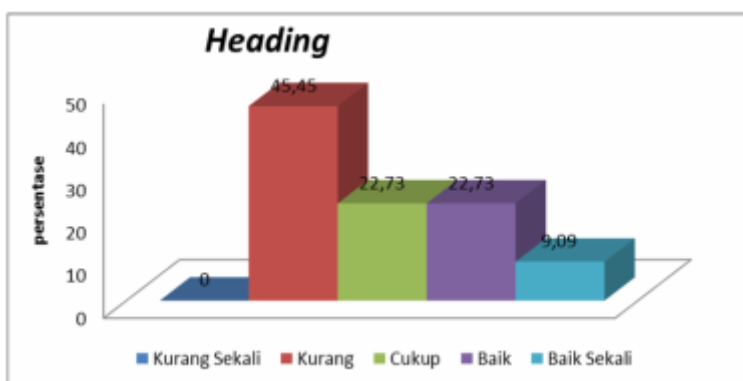
Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan tingkat heading peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 dengan rerata sebesar 22,63, nilai tengah sebesar 21,5, nilai sering muncul sebesar 19 dan simpangan baku sebesar 4,49. Sedangkan skor tertinggi sebesar 30 dan skor terendah sebesar 16. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Heading* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \geq 29,29$	2	9,09	Baik Sekali
2	$24,89 \leq X < 29,28$	5	22,73	Baik
3	$20,39 \leq X < 24,88$	5	22,73	Cukup
4	$15,89 \leq X < 20,38$	10	45,45	Kurang
5	$X < 15,88$	0	0	Kurang Sekali
Jumlah		22	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah kurang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori kurang dengan 10 orang atau 45,45%. Tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 yang berkategori baik sekali 2 orang atau 9,09%, baik 5 orang atau 22,73%, cukup 5 orang atau 22,73%, kurang 10 orang atau

45,45% dan kurang sekali 0 orang atau 0%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017:



Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Keterampilan *Heading* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

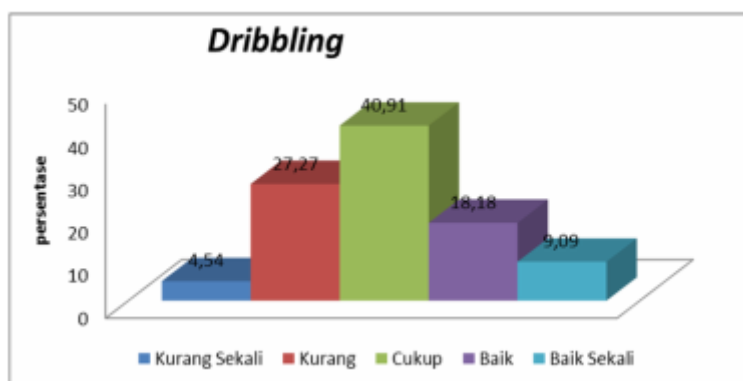
4. Deskripsi Hasil Tingkat Keterampilan *Dribbling* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan tingkat *dribbling* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 dengan rerata sebesar 18,12, nilai tengah sebesar 18,21, nilai sering muncul sebesar 16,08 dan simpangan baku sebesar 1,18. Sedangkan skor tertinggi sebesar 16,08 dan skor terendah sebesar 20,66. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Dribbling* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \geq 19,90$	2	9,09	Kurang Sekali
2	$18,71 \leq X < 19,89$	4	18,18	Kurang
3	$17,53 \leq X < 18,70$	9	40,91	Cukup
4	$16,35 \leq X < 17,52$	6	27,27	Baik
5	$X < 16,34$	1	4,54	Baik Sekali
Jumlah		22	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah cukup dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori cukup dengan 9 orang atau 40,91%. Tingkat keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 yang berkategori baik sekali 2 orang atau 9,09%, baik 4 orang atau 18,18%, cukup 9 orang atau 40,91%, kurang 6 orang atau 27,27% dan kurang sekali 1 orang atau 4,54%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan *dribbling* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017:



Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Keterampilan *Dribbling* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

5. Deskripsi Hasil Tingkat Keterampilan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

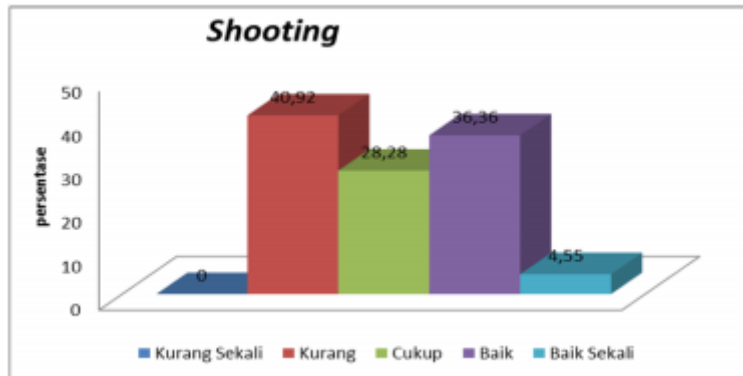
Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan tingkat *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 dengan rerata sebesar 10,86, nilai tengah sebesar 10,5, nilai sering muncul sebesar 7 dan simpangan baku sebesar 4,28. Sedangkan skor tertinggi sebesar 19 dan skor terendah sebesar 5. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \geq 17,28$	1	4,55	Baik Sekali
2	$13,00 \leq X < 17,27$	8	36,36	Baik
3	$8,72 \leq X < 12,99$	4	18,18	Cukup
4	$4,44 \leq X < 8,71$	9	40,91	Kurang
5	$X < 4,42$	0	0	Kurang Sekali
Jumlah		22	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah kurang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori kurang dengan 9 orang atau 40,91%. Tingkat keterampilan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 yang berkategori baik sekali 1 orang atau 4,55%, baik 8 orang atau 36,36%, cukup 4 orang atau 18,18%, kurang 9 orang atau

40,91% dan kurang sekali 0 orang atau 0%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017:



Gambar 5. Diagram Batang Tingkat Keterampilan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017

B. Pembahasan

Dari deskripsi hasil penelitian yang dilakukan tentang tingkat ketrampilan *passing-stopping*, *heading*, *dribbling* dan *shooting* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah tahun ajaran 2016/2017 diperoleh hasil secara keseluruhan bahwa tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah cukup dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berapa pada kategori cukup dengan 12 orang atau 54,55%. Tingkat keterampilan *passing - stopping* adalah kurang dengan frekuensi terbanyak 8 orang atau 36,36%, tingkat keterampilan *heading* adalah kurang dengan frekuensi terbanyak 10 orang atau 45,45%, tingkat keterampilan *dribbling* adalah cukup dengan frekuensi terbanyak 9 orang atau 40,91% dan tingkat keterampilan *shooting* adalah kurang dengan frekuensi terbanyak 9 orang atau 40,91%.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 memiliki kategori cukup. Akan tetapi, secara terpisah keterampilan peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah masih harus ditingkatkan karena peserta ekstrakurikuler sepakbola hanya keterampilan *dribbling* yang memiliki tingkat keterampilan cukup. Sedangkan keterampilan *passing – stoping*, *heading* dan *shooting* masih pada kategori kurang. Hal ini dapat disebabkan oleh kebiasaan siswa yang masih banyak melakukan *dribbling* dalam permainan. Dominan pola permainan yang selama

ini diterapkan oleh peserta ekstrakurikuler dengan banyak melakukan dribbling dan masih kurang dalam melakukan pola permainan yang taktis. Kualitas passing – stoping yang masih kurang menjadi imbas paling besar apabila pola permainan yang diterapkan banyak pada dribbling dan mengolah bola lebih lama di kaki. Akan tetapi, masih kurangnya keterampilan heading dan shooting dikarenakan intensitas yang didapat dalam permainan masih sedikit.

Selain itu, tingkat kategori yang masih kurang tersebut dapat disebabkan oleh belum maksimalnya proses latihan sehingga keterampilan yang dimiliki belum menunjukkan pada kategori yang baik. Permainan sepakbola memerlukan gerak dasar yang baik secara menyeluruh untuk dapat bermain dengan baik. Kombinasi *passing–stopping*, *dribbling* dan *shooting* sangatlah dibutuhkan untuk melakukan penyerangan sehingga diperoleh hasil yang maksimal dalam penyelesaian akhir. Menurut Komarudin (2011: 21), “sepakbola merupakan kegiatan fisik yang cukup kaya struktur pergerakan. Sejalan dengan pendapat tersebut bahwa penguasaan keterampilan gerak dasar bermain sepakbola sangatlah penting untuk meraih hasil bermain yang maksimal”. Hal ini dikarenakan permainan sepakbola merupakan permainan yang kolektif sehingga keterampilan gerak dasar akan membantu peserta ekstrakurikuler untuk berperan aktif dan baik dalam tim. Tingkat keterampilan yang baik maka tim akan diuntungkan karena permainan akan berjalan dengan baik dan pemain tidak akan merugikan tim.

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menendang bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang

lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola (Muhajir, 2004:22). Dengan adanya tujuan permainan sepakbola tersebut maka pemain harus mampu memiliki faktor dasar yang mendukung untuk meraih hasil maksimal dalam menciptakan permainan yang baik dan mampu mencetak gol lebih banyak dari lawan serta menjaga pertahanan agar tidak kemasukan bola. Permainan sepakbola tidak cukup hanya didukung oleh keterampilan dasar saja tetapi harus didukung oleh fisik, strategi dan taktik bermain yang baik pula. Keterampilan bermain, fisik, strategi dan taktik bermain adalah unsur yang harus dikuasai oleh pemain dan tim agar mampu bermain dengan baik dengan menjalankan pola permainan yang terencana. Keterampilan gerak dasar harus baik agar mampu mendukung strategi dan taktik bermain yang telah disusun dengan baik, sebaliknya keterampilan yang baik juga harus diimbangi oleh strategi dan taktik bermain yang baik pula. Dengan hal ini maka pemain akan mampu bermain dengan baik dan didukung oleh strategi dan taktik yang mudah.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa: Tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 adalah cukup dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori cukup dengan 12 orang atau 54,55%. Tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Lendah Tahun Ajaran 2016/2017 yang berkategori baik sekali 2 orang atau 9,09%, baik 3 orang atau 13,64%, cukup 12 orang atau 54,55%, kurang 4 orang atau 18,18% dan kurang sekali 1 orang atau 4,54%.

B. Implikasi

1. Hasil penelitian ini sebagai evaluasi pelatih terhadap tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler.
2. Dengan hasil ini dapat digunakan sebagai acuan bagi pelatih untuk menentukan program latihan yang tepat.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Instrumen penelitian kurang luas lingkupnya sehingga memungkinkan ada unsur-unsur yang lebih penting tidak masuk/tidak terungkap dalam instrumen penelitian.
2. Pengambilan data tidak dilakukan oleh pihak yang ahli dibidangnya.

3. Peneliti mengakui adanya keterbatasan dalam hal waktu, biaya, maupun kemampuan berpikir dan bekerja. Namun besar harapan semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

D. Saran


1. Pelatih harus melakukan tindakan atas dasar hasil penelitian untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar sepakbola siswa.
2. Peserta ekstrakurikuler harus mampu berlatih dengan baik agar mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar bermain sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Danny, Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Herwin. (2006). *Diklat Pembelajaran Keterampilan Sepakbola Dasar*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Komarudin. (2005). *Diklat Pembelajaran Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Luxbacher, Joseph A. (2012). *Sepak Bola: Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Robert Koger. (2007). "Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja". Klaten: Saka Mitra Kompetensi.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugiyono, (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukatamsi. (2001). "Teknik Dasar Bermain Sepakbola". Surakarta: Tiga Serangkai
- Suryosubroto. (2002). "Proses Belajar Mengajar". Jakarta: Reneka Cipta
- Tri Ani Hastuti, (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Jurusan Pendidikan Olahraga. FIK

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 343/UN.34.16/PP/2016. 21 Juli 2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

**Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Yogyakarta.**

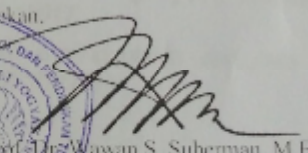
Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

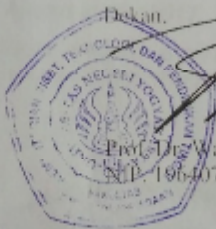
Nama : Anggit Yudha P.
NIM : 12601244126.
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juli s.d Agustus 2016.
Tempat/Obyek : SMA Negeri 1 Lendah.
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Passing - Stopping Heading Dribble dan Shooting dalam Permainan Sepakbola pada Siswa SMA Negeri 1 Lendah yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola Tahun Ajaran 2016/2017.

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



Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NID. 196407071988121001



Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA N 1 Lendah.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Keterangan dari Sekolah

 PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 LENDAH 

Alamat : Jatirejo, Lendah, Kulon Progo, Yogyakarta Telp. 085100102507

SURAT KETERANGAN
Nomor : 070 / 302

Yang bertanda tangan di bawah ini :


Nama : Drs. Marsudi Raharjo
NIP : 19561210 198303 1 011
Jabatan : Kepala Sekolah
Pangkat/Gol. : Pembina/ IV/a

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Anggit Yudha Pratama
NIM : 12601244126
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan kegiatan penelitian di SMA Negeri 1 Lendah pada tanggal 02 Agustus 2016 dengan judul: ***Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Passing - Stopping, Heading, Dribbel Dan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada siswa SMA Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo yang Mengikuti Ektrakurikuler Sepakbola Tahun Ajaran 2016 / 2017.***

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya dan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lendah, 05 September 2016
Kepala Sekolah

Drs. Marsudi Raharjo
NIP 19561210 198303 1 011

Lampiran 3. Sertifikat Kalibrasi Stopwatch



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI WILAYAH MAGELANG
Jalan Jend. Sudirman No. 285 Magelang 56101 Telp/ Fax (0293) 364876

SURAT KETERANGAN PENGUJIAN

Nomor : 510.936 / 1795 / 2016

Jenis UUTP / Buntan : STOP WATCH / -
Merek / Type/No. Seri : - / C-210 / -
Kapasitas/Daya Baca : 9 jam / 0,01 s
Pemilik/ Pemakai : LUKI ARI WINARNO
Alamat : Papringan RT 2/ RW 1, Gondowangi, Kec. Sawangan, Kab. Magelang
NIM : 12601244124
Diuji oleh : Tri Handoyo, ST / NIP. 19651219 198312 1 001
Tanggal Pengujian : 28 Maret 2016
Metode : Perbandingan langsung dengan standar
Standar : Stopwatch standar
Hasil Pengujian : Telah dilakukan Pengujian Tahun 2016 dengan hasil sbb :

NO	PENUNJUKAN STANDAR	PENUNJUKAN ALAT	KESALAHAN
1	05'30"37	05'30"33	- 0,04
2	15'15"30	15'15"33	- 0,07
3	20'06"69	20'06"59	- 0,10
4	2:05'24"15	2:05'24"09	- 0,11
5	6:12'38"29	6:12'38"16	- 0,13

Penunjukan sebenarnya - penunjukan alat - kesalahan



Magelang, 28 Maret 2016
A.n. Kepala Balai Metrologi Wilayah Magelang
Kepala Seksi Standar Ukuran,


Bambang Winarto, ST SH MSi
Pembina
NIP. 19581005 198203 1 018

CATATAN :

1. Surat Keterangan Pengujian ini berlaku sampai dengan Maret 2017
2. Surat Keterangan Pengujian ini tidak berlaku tanpa pengesahan dari Kepala Balai Metrologi Wilayah Magelang

Lampiran 4. Sertifikat Kalibrasi Ban Ukur

 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 PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE Nomor : 1214 / UP - 93 / III / 2016 Number	
No. Order : 009694 Diterima tgl : 25 Februari 2016	
ALAT Equipment Nama : Ban Ukur Kapasitas : 50 m Daya Baca : 2 mm Roadability	Tipe/Model : Nomor Seri : Merek/Buatan : Prosnip Trade Mark / Manufaktur
PEMILIK Owner Nama : Yudi Purwanta Alamat : Gilangharjo Pandak Bantul Address	
METODE, STANDART, TELUSURAN Method, Standard, Tracesability Metode : SK Dirjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010 Standard : Komparator 10 m Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN Tracesability	
TANGGAL TERA ULANG Date of Verification : 25 Februari 2016	
LOKASI TERA ULANG Location of Verification : Balai Metrologi Yogyakarta	
KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG Environment condition of Verification : Suhu : 28°C ± 2°C ; Kelembaban : 54% ± 10%	
HASIL TERA ULANG Result of verification : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2016	
DITERA ULANG KEMBALI Reverification : 25 Februari 2017	
Yogyakarta, 2 Maret 2016 Pdt. Kepala Balai  BALAI METROLOGI Masitro, SE, M.Si NIP. 19591210 198401 1 0034	
Halaman 1 dari 2 Halaman	FBM.22-01.T

DILARANG MENGGUNAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA IZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

HASIL PENERAAN
RESULT OF VERIFICATION

I. DATA PENERAAN

Verification date

1. Referensi : Yudi Purwanta


2. Ditera ulang oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Verified by

II. HASIL

Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 10	1000,00
0 - 20	2000,00
0 - 30	3000,00
0 - 40	4000,00
0 - 50	5000,00

Kepala Seksi Teknik Kemetrologian



Gono, SE, MM
NIP. 19610807.198202.1.007

Lampiran 5. Instrument Penelitian

a. Tes sepak dan Tahan Bola (Passing dan Stopping)

Tujuan: mengukur keterampilan menyepak dan menahan bola.

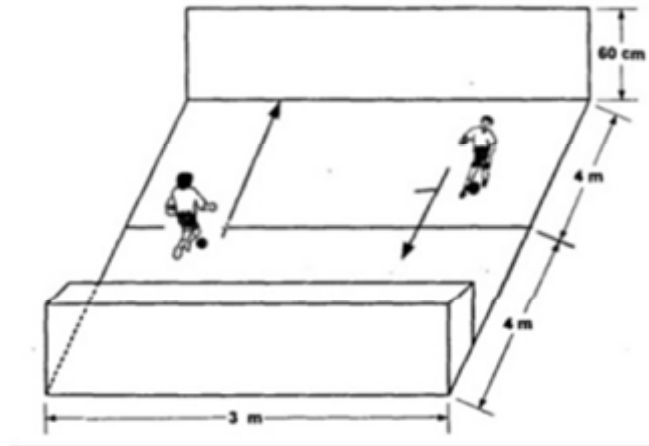
Alat yang digunakan:

- 1) Bola
- 2) *Stopwatch*
- 3) Dinding/ Sasaran
- 4) *Cones*

Petunjuk Pelaksanaan:

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

Skor: Jumlah menyepak dan menahan bola secara sah selama 30 detik.
Hitungan 1, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang dan menahan bola.



Gambar 6. Bentuk Lapangan Untuk Tes Passing Dan Stopping (Sumber: Nurhasan, 2001: 157-163)

b. Tes Memainkan Bola dengan Kepala (*Heading*)

Tujuan: Mengukur keterampilan menyundul dan mengontrol bola dengan kepala.

Alat yang digunakan:

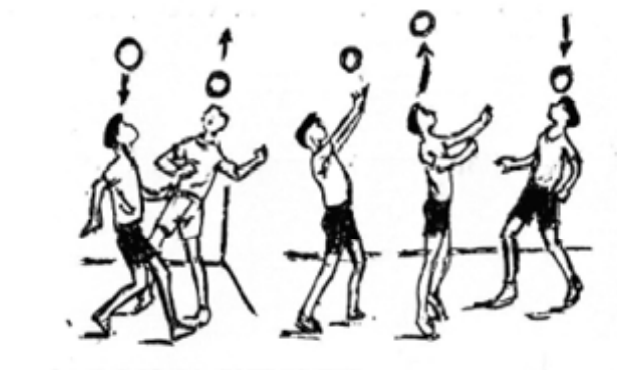
- 1) Bola
- 2) *Stop watch*
- 3) *Cones*

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Pada aba-aba "siap", testi berdiri bebas dengan bola berada pada penguasaan tangannya.

- 2) Pada aba-aba "ya", testi melempar bola ke atas kepalanya dan kemudian memainkan bola tersebut dengan bagian dahi.
- 3) Lakukan tugas gerak ini di tempat selama 30 detik.
- 4) Apabila bola jatuh maka testi mengambil bola itu dan memainkannya kembali di tempat bola tersebut diambil.
- 5) Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila:
 - a) Testi memainkan bola tidak di dahi.
 - b) Dalam memainkan bola testi berpindah pindah tempat

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



Gambar 7. Bentuk Lapangan Untuk Tes *Heading* (Sumber: Nurhasan, 2001: 157)

c. Tes Menggiring Bola (*Dribbling*)

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

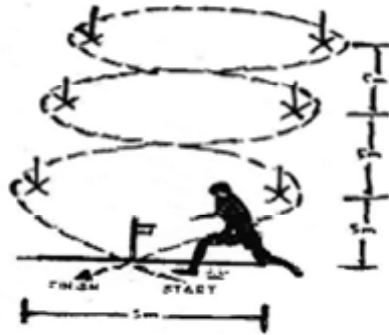
Alat yang digunakan:

- 1) Bola
- 2) *Stop watch*
- 3) *Cones*

Petunjuk pelaksanaan:

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

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



Gambar 8. Bentuk Lapangan Untuk Tes *Dribbling* (Sumber: Nurhasan, 2001: 157-163)

d. Tes Menembak/Menendang Bola ke Sasaran (*Shooting*)

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

Alat yang digunakan:

- 1) Bola
- 2) Gawang
- 3) Nomor-nomor
- 4) Tali
- 5) *Cones*

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran.
- 2) Testi diberi 3 (tiga) kali kesempatan.
- 3) Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila:

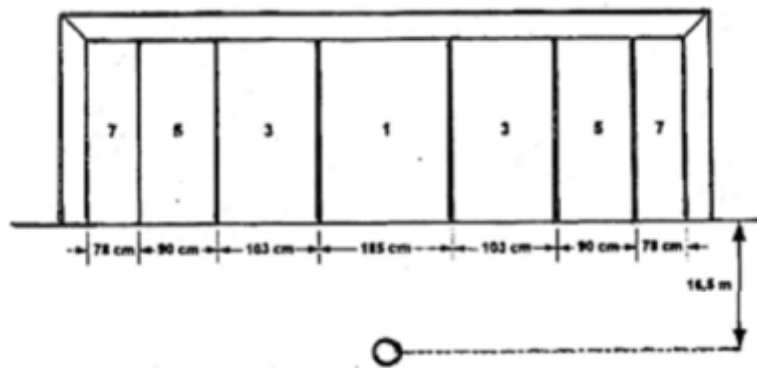
a) Bola keluar dari daerah sasaran

b) Menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran

Skor:

1) Jumlah skor yang dicapai oleh siswa pada sasaran dalam tiga kali kesempatan.

2) Bila bola hasil tendangan bola mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.



Gambar 9. Bentuk Lapangan Untuk Tes *Shooting* (Sumber: Nurhasan, 2001: 157)

Lampiran 6. Rekapitulasi Hasil Tes *Passing-Stopping*

NO	NAMA	Passing-Stopping			T-Score	Kategori
		I	II	terbaik		
1	Ade Zainal	8	12	12	43.52	kurang
2	Riski R	10	13	13	48.43	cukup
3	Ahmad Beny L	8	10	10	33.68	kurang sekali
4	Lutfi N S	10	11	11	38.60	kurang
5	M. Bayu S	12	13	13	48.43	cukup
6	Damar Aji P	11	12	12	43.52	kurang
7	Roni	10	12	12	43.52	kurang
8	Ahmad Fadli	10	12	12	43.52	kurang
9	Rifki Abdullah	13	10	13	48.43	cukup
10	Mutohar Sidik	15	14	15	58.27	baik
11	Daniel	11	16	16	63.19	baik
12	Dimas Bagus P	11	17	17	68.11	baik sekali
13	Diki W P	15	14	15	58.27	baik
14	Dimas Dwi P	12	17	17	68.11	baik sekali
15	Dika Kurnianto	11	14	14	53.35	cukup
16	Ryo Permadi	9	11	11	38.60	kurang
17	Jalu Prakoso	15	16	16	63.19	baik
18	Edo	13	15	15	58.27	baik
19	Fajar Adi	10	12	12	43.52	kurang
20	Eko Wahyu	12	13	13	48.43	cukup
21	Satria	11	13	13	48.43	cukup
22	Azhar Nurkholis	10	11	11	38.60	kurang

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	13,32
<i>Median</i>	13,00
<i>Mode</i>	12,00
<i>Std. Deviation</i>	2,03
<i>Range</i>	7,00
<i>Minimum</i>	10,00
<i>Maximum</i>	17,00

PASSING-STOPPING

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 10	1	4,5	4,5	4,5
11	3	13,6	13,6	18,2
12	5	22,7	22,7	40,9
13	5	22,7	22,7	63,6
14	1	4,5	4,5	68,2
15	3	13,6	13,6	81,8
16	2	9,1	9,1	90,9
17	2	9,1	9,1	100,0
Total	22	100,0	100,0	

Lampiran 7. Rekapitulasi Hasil Tes *Heading*

NO	NAMA	Heading			T-Score	Kategori
		I	II	Terbaik		
1	Ade Zainal	17	19	19	41.92	kurang
2	Riski R	23	21	23	50.81	cukup
3	Ahmad Beny L	13	16	16	35.25	kurang
4	Lutfi N S	29	27	29	64.14	baik
5	M. Bayu S	28	24	28	61.92	baik
6	Damar Aji P	20	22	22	48.59	cukup
7	Roni	24	29	29	64.14	baik
8	Ahmad Fadli	15	17	17	37.47	kurang
9	Rifki Abdullah	18	20	20	44.14	kurang
10	Mutohar Sidik	18	27	27	59.70	baik
11	Daniel	29	30	30	66.37	baik sekali
12	Dimas Bagus P	16	20	20	44.14	kurang
13	Diki W P	25	30	30	66.37	baik sekali
14	Dimas Dwi P	26	24	26	57.48	baik
15	Dika Kurnianto	15	19	19	41.92	kurang
16	Ryo Permadi	17	21	21	46.36	cukup
17	Jalu Prakoso	20	24	24	53.03	cukup
18	Edo	19	22	22	48.59	cukup
19	Fajar Adi	14	18	18	39.70	kurang
20	Eko Wahyu	16	19	19	41.92	kurang
21	Satria	17	20	20	44.14	kurang
22	Azhar Nurkholis	15	19	19	41.92	kurang

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	22,64
<i>Median</i>	21,50
<i>Mode</i>	19,00
<i>Std. Deviation</i>	4,49
<i>Range</i>	14,00
<i>Minimum</i>	16,00
<i>Maximum</i>	30,00

HEADING

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 16	1	4,5	4,5	4,5
17	1	4,5	4,5	9,1
18	1	4,5	4,5	13,6
19	4	18,2	18,2	31,8
20	3	13,6	13,6	45,5
21	1	4,5	4,5	50,0
22	2	9,1	9,1	59,1
23	1	4,5	4,5	63,6
24	1	4,5	4,5	68,2
26	1	4,5	4,5	72,7
27	1	4,5	4,5	77,3
28	1	4,5	4,5	81,8
29	2	9,1	9,1	90,9
30	2	9,1	9,1	100,0
Total	22	100,0	100,0	

Lampiran 8. Rekapitulasi Hasil Tes *Dribbling*

NO	NAMA	Dribbling			T-Score	Kategori
		I	II	Terbaik		
1	Ade Zainal	19.08	21.56	19.08	41.90	kurang
2	Riski R	18.16	17.16	17.16	58.13	baik
3	Ahmad Beny L	20.4	20.17	20.17	32.69	kurang sekali
4	Lutfi N S	20.19	19.52	19.52	38.19	kurang
5	M. Bayu S	19.25	17.64	17.64	54.08	cukup
6	Damar Aji P	19.74	18.68	18.68	45.29	cukup
7	Roni	19.3	18.19	18.19	49.43	cukup
8	Ahmad Fadli	23.81	20.66	20.66	28.55	kurang sekali
9	Rifki Abdullah	20.68	18.14	18.14	49.85	cukup
10	Mutohar Sidik	19.05	18.3	18.3	48.50	cukup
11	Daniel	17.37	16.08	16.08	67.26	baik sekali
12	Dimas Bagus P	18.71	20.22	18.71	45.03	kurang
13	Diki W P	16.64	17.39	16.64	62.53	baik
14	Dimas Dwi P	16.75	17.69	16.75	61.60	baik
15	Dika Kurnianto	17.21	17.67	17.21	57.71	baik
16	Ryo Permadi	18.3	17.43	17.43	55.85	baik
17	Jalu Prakoso	16.41	17.24	16.41	64.47	baik
18	Edo	19.81	18.26	18.26	48.84	cukup
19	Fajar Adi	20.31	18.23	18.23	49.09	cukup
20	Eko Wahyu	18.31	18.63	18.31	48.41	cukup
21	Satria	17.82	18.12	17.82	52.55	cukup
22	Azhar Nurkholis	19.83	19.3	19.3	40.05	kurang

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	18,12
<i>Median</i>	18,21
<i>Mode</i>	16,08
<i>Std. Deviation</i>	1,18
<i>Range</i>	4,58
<i>Minimum</i>	16,08
<i>Maximum</i>	20,66

DRIBBLING

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 16,08	1	4,5	4,5	4,5
16,41	1	4,5	4,5	9,1
16,64	1	4,5	4,5	13,6
16,75	1	4,5	4,5	18,2
17,16	1	4,5	4,5	22,7
17,21	1	4,5	4,5	27,3
17,43	1	4,5	4,5	31,8
17,64	1	4,5	4,5	36,4
17,82	1	4,5	4,5	40,9
18,14	1	4,5	4,5	45,5
18,19	1	4,5	4,5	50,0
18,23	1	4,5	4,5	54,5
18,26	1	4,5	4,5	59,1
18,3	1	4,5	4,5	63,6
18,31	1	4,5	4,5	68,2
18,68	1	4,5	4,5	72,7
18,71	1	4,5	4,5	77,3
19,08	1	4,5	4,5	81,8
19,3	1	4,5	4,5	86,4
19,52	1	4,5	4,5	90,9
20,17	1	4,5	4,5	95,5
20,66	1	4,5	4,5	100,0
Total	22	100,0	100,0	

Lampiran 9. Rekapitulasi Hasil Tes *Shooting*

NO	NAMA	Shooting			T-Score	Kategori
		I	II	Terbaik		
1	Ade Zainal	1	15	15	59.67	baik
2	Riski R	4	10	10	47.98	cukup
3	Ahmad Beny L	5	8	8	43.31	kurang
4	Lutfi N S	17	12	17	64.34	baik
5	M. Bayu S	5	7	7	40.97	kurang
6	Damar Aji P	6	19	19	69.01	baik sekali
7	Roni	5	4	5	36.30	kurang
8	Ahmad Fadli	15	10	15	59.67	baik
9	Rifki Abdullah	14	12	14	57.33	baik
10	Mutohar Sidik	12	12	12	52.66	cukup
11	Daniel	13	12	13	54.99	baik
12	Dimas Bagus P	4	7	7	40.97	kurang
13	Diki W P	17	11	17	64.34	baik
14	Dimas Dwi P	4	5	5	36.30	kurang
15	Dika Kurnianto	11	7	11	50.32	cukup
16	Ryo Permadi	10	4	10	47.98	cukup
17	Jalu Prakoso	14	7	14	57.33	baik
18	Edo	5	6	6	38.63	kurang
19	Fajar Adi	6	7	7	40.97	kurang
20	Eko Wahyu	10	13	13	54.99	baik
21	Satria	5	6	6	38.63	kurang
22	Azhar Nurkholis	8	7	8	43.31	kurang

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	10,86
<i>Median</i>	10,50
<i>Mode</i>	7,00
<i>Std. Deviation</i>	4,28
<i>Range</i>	14,00
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	19,00

SHOOTING

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 5	2	9,1	9,1	9,1
6	2	9,1	9,1	18,2
7	3	13,6	13,6	31,8
8	2	9,1	9,1	40,9
10	2	9,1	9,1	50,0
11	1	4,5	4,5	54,5
12	1	4,5	4,5	59,1
13	2	9,1	9,1	68,2
14	2	9,1	9,1	77,3
15	2	9,1	9,1	86,4
17	2	9,1	9,1	95,5
19	1	4,5	4,5	100,0
Total	22	100,0	100,0	

Statistics

	KETERAMPI LAN DASAR	PASSING	HEADIN G	DRIBBLIN G	SHOOTIN G
N Valid	22	22	22	22	22
Missing	0	0	0	0	0
Mean	200,0000	13,3182	22,6364	18,1223	10,8636
Median	199,0050	13,0000	21,5000	18,2100	10,5000
Mode	144,93 ^a	12,00 ^a	19,00	16,08 ^a	7,00
Std. Deviation	26,29183	2,03274	4,49916	1,18310	4,27947
Range	106,88	7,00	14,00	4,58	14,00
Minimum	144,93	10,00	16,00	16,08	5,00
Maximum	251,81	17,00	30,00	20,66	19,00

a, Multiple modes exist, The smallest value is shown

Lampiran 10. Rekapitulasi Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola

NO	NAMA	T-Score				Jumlah	Kategori
		Passing-stopping	Heading	Dribbling	Shooting		
1	Ade Zainal	43.52	41.92	41.90	59.67	187.00	cukup
2	Riski R	48.43	50.81	58.13	47.98	205.36	cukup
3	Ahmad Beny L	33.68	35.25	32.69	43.31	144.93	kurang sekali
4	Lutfi N S	38.60	64.14	38.19	64.34	205.26	cukup
5	M. Bayu S	48.43	61.92	54.08	40.97	205.40	cukup
6	Damar Aji P	43.52	48.59	45.29	69.01	206.40	cukup
7	Roni	43.52	64.14	49.43	36.30	193.39	cukup
8	Ahmad Fadli	43.52	37.47	28.55	59.67	169.20	kurang
9	Rifki Abdullah	48.43	44.14	49.85	57.33	199.75	cukup
10	Mutohar Sidik	58.27	59.70	48.50	52.66	219.13	baik
11	Daniel	63.19	66.37	67.26	54.99	251.81	baik sekali
12	Dimas Bagus P	68.11	44.14	45.03	40.97	198.26	cukup
13	Diki W P	58.27	66.37	62.53	64.34	251.51	baik sekali
14	Dimas Dwi P	68.11	57.48	61.60	36.30	223.49	baik
15	Dika Kurnianto	53.35	41.92	57.71	50.32	203.30	cukup
16	Ryo Permadi	38.60	46.36	55.85	47.98	188.79	cukup
17	Jalu Prakoso	63.19	53.03	64.47	57.33	238.03	baik
18	Edo	58.27	48.59	48.84	38.63	194.33	cukup
19	Fajar Adi	43.52	39.70	49.09	40.97	173.27	kurang
20	Eko Wahyu	48.43	41.92	48.41	54.99	193.76	cukup
21	Satria	48.43	44.14	52.55	38.63	183.76	kurang
22	Azhar Nurkholis	38.60	41.92	40.05	43.31	163.87	kurang

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	200,00
<i>Median</i>	199,01
<i>Mode</i>	144,93
<i>Std. Deviation</i>	26,29
<i>Range</i>	106,88
<i>Minimum</i>	144,93
<i>Maximum</i>	251,81

KETERAMPILAN_DASAR

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 144,93	1	4,5	4,5	4,5
163,87	1	4,5	4,5	9,1
169,2	1	4,5	4,5	13,6
173,27	1	4,5	4,5	18,2
183,76	1	4,5	4,5	22,7
187	1	4,5	4,5	27,3
188,79	1	4,5	4,5	31,8
193,39	1	4,5	4,5	36,4
193,76	1	4,5	4,5	40,9
194,33	1	4,5	4,5	45,5
198,26	1	4,5	4,5	50,0
199,75	1	4,5	4,5	54,5
203,3	1	4,5	4,5	59,1
205,26	1	4,5	4,5	63,6
205,36	1	4,5	4,5	68,2
205,4	1	4,5	4,5	72,7
206,4	1	4,5	4,5	77,3
219,13	1	4,5	4,5	81,8
223,49	1	4,5	4,5	86,4
238,03	1	4,5	4,5	90,9
251,51	1	4,5	4,5	95,5
251,81	1	4,5	4,5	100,0
Total	22	100,0	100,0	

Lampiran 11. Dokumentasi Foto Penelitian



Membariskan siswa



Pemanasan sebelum melakukan tes



Tes passing-stopping



Tes heading



Tes shooting



Tes dribbling