

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI 2 BERBAH KABUPATEN
SLEMAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:

Bambang Cahya Wicaksana
NIM : 12601244099

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAMRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA PADA SISWA
EKSTRAKULIKULER SMP NEGERI 2 BERBAH KABUPATEN
SLEMAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Oleh:
Bambang Cahya Wicaksana
12601244099

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei. Teknik pengumpulan datanya menggunakan teknik tes dan pengukuran yaitu “tes pengembangan keterampilan metode David Lee”. Populasi yang diambil adalah siswa SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta dengan teknik *purposive random sampling* yang berjumlah 20 orang. Data yang diperoleh dinyatakan dalam bentuk angka dan akan dikategorikan menggunakan tes keterampilan bermain sepakbola didasarkan pada tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto 2010.

Hasil penelitian ini diketahui bahwa tingkat keterampilan sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta; 25% kategori baik sekali, 35% kategori baik, 30% kategori sedang, (5%) masuk kategori kurang, dan 5% kategori kurang sekali.

Kata kunci : Keterampilan sepakbola, Ekstrakurikuler, SMP Negeri 2 Berbah

**LEVEL OF SOCCER PLAYING SKILL AT EXTRACURRICULAR
STUDENTS OF SMP NEGERI 2 BERBAH SLEMAN DISTRICT
SPECIAL REGION OF YOGYAKARTA**

Oleh:
Bambang Cahya Wicaksana
12601244099

ABSTRACT

This study aims to determine how high the level of soccer playing skills of students who follow extracurricular in SMP Negeri 2 Berbah District Special Region of Yogyakarta.

This research is a quantitative descriptive research using survey method. The data collection technique uses test and measurement techniques that are "David Lee's skill development skills". The population taken is the students of SMP Negeri 2 Berbah District Special Region of Yogyakarta with purposive random sampling technique which amounted to 20 people. The data obtained is expressed in numerical form and will be categorized using soccer skills test based on David Lee development test made by Subagyo Irianto 2010.

The results of this study note that the high level of football skills of students extracurricular participants in SMP Negeri 2 Berbah District Special Region of Yogyakarta; 25% excellent category, 35% good category, 30% medium category, 5% less category, and 5% less category once.

Keywords: Soccer Skills, Extracurricular, SMP Negeri 2 Berbah

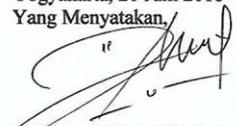
SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bambang Cahya Wicaksana
NIM : 12601244099
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TAS : Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Pada
Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah
Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta

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

Yogyakarta, 20 Juni 2018
Yang Menyatakan,



Bambang Cahya Wicaksana
NIM. 12601244099

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA PADA SISWA
EKSTRAKULIKULER SMP NEGERI 2 BERBAH KABUPATEN
SLEMAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:
Bambang Cahya Wicaksana
NIM. 12601244099

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang
bersangkutan.

Yogyakarta, 20 Juni 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Guntur, M.Pd
NIP. 19810926 200604 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Drs. Joko Purwanto, M.Pd
NIP. 19620805 198901 1 001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

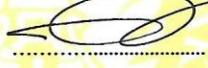
**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA PADA SISWA
EKSTRAKULIKULER SMP NEGERI 2 BERBAH KABUPATEN
SLEMAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Bambang Cahya Wicaksana
NIM. 12601244099

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 10 Juli 2018

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Joko Purwanto, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		30/7/2018
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or. Sekretaris Penguji		27-07-2018
Komarudin, S.Pd., M.A. Penguji		23-07-2018

Yogyakarta, Juli 2018
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


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

MOTTO

- Terkadang berfikir seperti anak-anak mampu membuat kejutan yang besar dalam kehidupan- (Penulis)
- Jadilah orang yang berguna, kemudian rubahlah dunia walau hanya sekecil debu atas perbuatanmu- (Penulis)
- Mandiri Menghidupi – (Penulis)
- Jadilah diri sendiri dan jangan menjadi orang lain, walaupun dia terlihat lebih baik dari kita – (Penulis)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk:

*Orangtua saya tercinta,
Bapak Bambang Sri lelonoadi & Ibu alm. Siti Mardewi*

*Untuk Adikku,
Febriliana Puspa Rahayu*

*Untuk almamater tercinta,
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Kampus Universitas Negeri Yogyakarta*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta” dengan lancar.

Dalam penyusunan skripsi ini pastilah penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Joko Purwanto M.Pd selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Guntur M.Pd. selaku Ketua Jurusan POR dan ketua Prodi PJKR beserta dosen dan staf yang memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai selesainya Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam melaksanakan penelitian ini.

4. Ibu Endang Wahyuti Ningsih, S.Pd. selaku Kepala SMP Negeri 2 Berbah, yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Bapak dan Ibu Guru di SMP Negeri 2 Berbah, yang telah memberikan kerja sama dalam pengambilan data skripsi.
7. Kedua Orangtua yang telah memberikan dorongan dan doa restu, baik moral maupun material selama penulis menuntut ilmu.
8. Teman-teman PJKR D 2012, dan rekan-rekan serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam rangka penyelesaian skripsi ini.

Sangat disadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna. Oleh sebab itu mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi para pembaca.

Yogyakarta, 20 Juni 2018



Bambang Cahya Wicaksana
NIM. 12601244099

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. KAJIAN TEORI	8
A. Deskripsi Teori	8
1. Hakikat Sepakbola	8
2. Hakikat Keterampilan Bermain Sepakbola	9
a. Menendang Bola (<i>Passing</i>)	10
b. Menghentikan Bola (<i>Stopping</i>)	14
c. Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	15
d. Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	16
e. Merebut Bola (<i>Sliding Takle</i>)	18
f. Lemparan Kedalam (<i>Trow-in</i>)	19
g. Menjaga Gawang (<i>Goal Keeping</i>)	20
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Penguasaan Keterampilan	21
4. Unsur-Unsur Kondisi Fisik Dalam Permainan Sepakbola	22
5. Hakikat Ekstrakurikuler	24
a. Hakikat Ekstrakurikuler	24
b. Tujuan Ekstrakurikuler	24
c. Jenis-Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler	25
6. Profil Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 2 Berbah	26
7. Tes Pengembangan <i>David Lee</i>	26

8. Karakteristik Anak Usia 11-15 Tahun	28
B. Penelitian yang Relevan	38
C. Kerangka Berpikir	39
BAB III. METODE PENELITIAN	42
A. Desain Penelitian	42
B. Definisi Oprasional Variabel Penelitian	42
C. Populasi Penelitian	43
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	44
E. Teknik Analisis Data	47
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Deskripsi Lokasi, Waktu dan Subjek Penelitian	49
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian	49
C. Pembahasan	53
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Implikasi Hasil Penelitian	55
C. Keterbatasan Penelitian	56
D. Saran-Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Norma Pengkategorian Tes Pengembangan Tes Kecakapan “ David Lee “	48
Tabel 2. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola Di SMP Negeri 2 Berbah	50
Tabel 3. Kemampuan Tes Pengembangan Tes Kecakapan “David Lee” Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagian Perkenaan Kaki Pada Bola	13
Gambar 2. Menghentikan Bola	15
Gambar 3. Menyundul Bola	16
Gambar 4. Salah Satu Contoh Merampas Bola Sambil Meluncur	19
Gambar 5. Melempar Bola Kedalam	20
Gambar 6. Salah Satu Teknik Penjaga Gawang	21
Gambar 7. Lapangan Tes Pengembangan Tes Kecakapan “ <i>David Lee</i> ”	47
Gambar 8. Histogram Keterampilan “ <i>David Lee</i> ” di SMP Negeri 2 Berbah ...	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian UNY	61
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian KASPANGPOL	62
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian	63
Lampiran 4. Sertifikat Kalibrasi	64
Lampiran 5. Petunjuk Pelaksanaan	66
Lampiran 6. Daftar Nama Siswa	68
Lampiran 7. Hasil Tes	69
Lampiran 8. Statistika Hasil Ujian	70
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga saat ini mengalami kemajuan yang begitu pesat. Hampir semua orang senang berolahraga. Olahraga telah menjadi salah satu gaya hidup yang tidak bisa dipisahkan dari masyarakat dunia saat ini. Salah satunya adalah permainan sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat di kalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia sepakbola sudah dikenal berpuluh-puluh tahun, tetapi belum mampu berprestasi di tingkat dunia. Permainan sepakbola ini telah merambah ke semua daerah dunia terutama di Indonesia. Di wilayah Kabupaten Sleman Yogyakarta misalnya, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa setiap hari memainkan sepakbola walau dengan cara yang sederhana dan lapangan yang tidak standar. Sehingga tidak heran apabila muncul pemain-pemain nasional dari Kabupaten Sleman. Namun dari sekian banyak bibit yang ada hanya sedikit saja pemain yang muncul digemerlapnya Liga Indonesia. Padahal dengan fasilitas dan pembinaan yang baik bukan tidak mungkin nantinya Kabupaten Sleman menjadi pemasok pemain-pemain handal.

Salah satu syarat untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Keterampilan dasar sepakbola ada beberapa macam,

seperti *stopping* (menghentikan bola), *shooting* (menendang bola ke arah gawang), *passing* (mengoper), *heading* (menyundul bola), dan *dribbling* (menggiring bola). Dalam permainan sepakbola terdapat berbagai teknik dan gerakan yang dapat dilakukan oleh pemain di lapangan. Di dalam lapangan berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki setiap pemain sangat berpengaruh terhadap penguasaan bola dan permainan untuk mencapai kemenangan. Namun kurangnya latihan akan menjadi masalah besar terhadap pemain untuk meningkatkan kemampuan.

Pada kenyataan di lapangan, permainan sepakbola didominasi oleh penguasaan bola *passing* cepat antar pemain. Permainan cepat biasanya didukung oleh kualitas *passing* yang baik karena dibutuhkan untuk membuat tempo permainan dan penguasaan bola di lapangan. Seperti contoh pada tim profesional, tim sepakbola dapat menguasai bola sangat baik, aliran bola cepat, *passing* akurat, *dribbling* yang baik, *shooting* yang bagus, saling mendukung rekan satu tim, kerjasama solid dan juga *skill* individu yang dimiliki pemain membuat tim ini menjadi tim yang bagus.

Pada peningkatan keterampilan bermain sepakbola, keterampilan dasar erat sekali hubungannya dengan koordinasi gerak fisik, taktik, dan mental. Keterampilan dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya satu kesebelasan dalam pertandingan (Sudjarwo, dkk. 2005: 48).

Kemampuan dasar bermain sepakbola dapat dikembangkan melalui pelatihan yang rutin. Agar dapat mencapai prestasi yang optimal dibutuhkan pula

dukungan fisik serta bakat pemain. Kemampuan dasar bermain sepakbola merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepakbola, jadi belum sampai pada pengertian sepakbola. Latihan untuk menguasai kemampuan dasar dapat dilakukan tanpa bersama teman, misalnya dengan menggunakan dinding untuk memantulkan bola, atau dengan bola digantung (Sukatamsi, 2001: 29).

Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam, seperti: *stooptball* (menghentikan bola), *shooting* (menendang bola ke arah gawang), *passing* (mengoper), *heading* (menyundul), dan *dribbling* (menggiring bola). Khusus dalam teknik *dribbling* (menggiring bola) pemain harus menguasai teknik tersebut dengan baik, karena teknik *dribbling* sangat berpengaruh terhadap permainan para pemain (Sudjarwo, dkk. 2005: 25).

Faktor penghambat munculnya pemain-pemain sepakbola yang berbakat tersebut salah satunya karena kurangnya pengetahuan dan kurangnya menguasai teknik dasar sepakbola yang benar dalam permainan sepakbola, apalagi di jenjang-jenjang lembaga pendidikan formal. Hal tersebut terjadi karena dalam hal ini pihak pemerintah dan pihak sekolah khususnya kurang memperhatikan, menggalakkan program di bidang olahraga dan mensosialisasikan olahraga sepakbola kepada siswanya.

Pada akhir-akhir ini pemerintah dan pihak sekolah semakin menyadari betapa pentingnya menggalakkan program tentang olahraga disekolah karena dianggap mempunyai manfaat yang sangat besar bagi para siswanya. Adapun

salah satu programnya dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah khususnya bidang olahraga.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat peserta didik melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau lembaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah/madrasah. Kegiatan ekstrakurikuler meliputi berbagai bidang diantaranya kegiatan kepramukaan, palang merah remaja (PMR), karya ilmiah remaja (KIR), olahraga, dan kesenian. Adapun manfaat yang diperoleh dengan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler yaitu untuk memberikan kegiatan yang positif guna memfasilitasi juga menyalurkan minat dan bakat para siswa untuk lebih berprestasi. Selain itu dapat mencegah tindakan-tindakan kenakalan remaja (mencegah tawuran antar pelajar, penyalahgunaan narkoba, minum-minuman keras, dan *free sex*).

Di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta mengadakan kegiatan ekstrakurikuler di berbagai bidang, antara lain: olahraga, kesenian, pramuka, PBB, dan karya ilmiah remaja (KIR). Untuk ekstrakurikuler olahraga meliputi: sepakbola, voli, basket, pencak silat. Ekstrakurikuler sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling digemari di sekolah tersebut. Hal ini terbukti banyaknya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di sekolah sebanyak 20 siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan di lapangan Kadisono, Berbah, Sleman pada setiap hari Sabtu dimulai pukul 14.00-16.00 WIB. Siswa yang

mengikuti ekstrakurikuler cukup banyak, tetapi tidak diimbangi dengan peralatan yang cukup. Untuk peralatannya mempunyai 3 bola sepak dan mempunyai 10 *cones*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih Bapak Untung Prihandoyo, mengatakan bahwa “masih terdapat siswa yang memiliki keterampilan yang kurang untuk bermain sepakbola”. Hal ini dikarenakan intensitas latihan yang dilakukan masih kurang hanya dua kali dalam seminggu. Selain itu sarana dan prasarana yang digunakan tidak sebanding dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler lainnya. Disisi lain pelatih juga belum pernah mengadakan tes keterampilan dasar sepakbola dengan menggunakan instrument yang valid. Pelatih menilai siswa hanya berdasarkan pengamatan saat latihan dan saat melakukan ujicoba ataupun kompetisi.

Melihat kenyataan tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa adanya permasalahan dalam usaha peningkatan keterampilan sepakbola di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Oleh karena itu perlu diadakan penelitian untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan dasar sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Sehingga peneliti mengambil judul penelitian yaitu “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka peneliti mengidentifikasi permasalahan yang berkaitan dengan keterampilan bermain sepakbola sebagai berikut:

1. Sarana dan prasarana yang ada di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta kurang memenuhi bagi siswa untuk mengembangkan potensi yang dimiliki.
2. Masih banyaknya siswa kurang memahami keterampilan dasar sepakbola.
3. Belum diketahui tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Pembatasan Masalah

Memperhatikan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi pada belum diketahuinya tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas maka perlu dirumuskan masalah sebagai berikut, seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ke berbagai pihak, sehingga dapat memberikan solusi atas permasalahan yang selama ini banyak dihadapi. Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan penelitian yang lain yang mempunyai objek yang sama.
- b. Dapat mengetahui kesiapan keterampilan siswanya sebelum memasuki kompetisi.
- c. Sebagai bahan evaluasi untuk menentukan program latihan selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Dapat mengetahui tingkat keterampilan dalam bermain sepakbola, sehingga diharapkan setelah mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa dapat meningkatkan keterampilannya untuk berprestasi.

b. Bagi guru atau pelatih.

Guru atau pelatih dapat menentukan program latihan dan mengoptimalkan siswa yang memiliki bakat guna dibina dan ditingkatkan prestasi sepakbolanya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak yang dimainkan oleh dua kesebelasan yang masing-masing terdiri atas 11 orang pemain. Saat memainkan bola, pemain diperbolehkan untuk menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali tangan dan lengan, hanya penjaga gawang saja yang diperbolehkan untuk memainkan bola dengan menggunakan tangan di dalam kotak pinalti. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 7), sepakbola adalah permainan beregu, yang tiap regu terdiri dari sebelas orang pemain salah satunya adalah penjaga gawang, permainan seluruhnya menggunakan kaki kecuali penjaga gawang boleh menggunakan tangan di daerah hukumannya. Sepakbola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola (Subagyo Irianto, 2010: 7). Permainan sepakbola dimainkan dalam 2 (dua) babak. Lama waktu pada setiap babak adalah 45 menit, dengan waktu istirahat tidak lebih dari 15 menit.

Pada pertandingan yang menentukan misalnya pada pertandingan final, apabila terjadi nilai yang sama, maka untuk menentukan kemenangan diberikan babak tambahan waktu selama 2 x 15 menit tanpa ada waktu istirahat. Jika dalam

waktu tambahan 2 x 15 menit nilai masih sama, maka akan dilanjutkan dengan tendangan dari titik pinalti untuk menentukan tim mana yang menang. Tujuan dari olahraga sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri, agar tidak kemasukkan (Sucipto, dkk. 2000: 7).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan-peraturan yang telah ditentukan.

2. Hakikat Keterampilan Bermain Sepakbola

Menurut Yanuar Kirani (1992: 33) keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktivitas gerak yang harus dipelajari supaya mendapatkan bentuk gerakan yang benar. Jadi, dalam keterampilan dasar bermain sepak bola, maka aspek utama yang harus diperhatikan adalah aktivitas gerak. Keterampilan bermain sepakbola adalah menguasai teknik-teknik dasar bermain sepakbola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan dengan efektif dan efisien. Subagyo Irianto (2010: 8) mengatakan, bahwa keterampilan bermain sepakbola merupakan kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan mendasar atau teknik dasar dalam permainan sepakbola secara efektif dan efisien baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun dengan bola.

Teknik-teknik dalam bermain sepakbola merupakan gerakan yang sangat kompleks. "Kompleksitas keterampilan sepakbola meliputi menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, melempar, dan menangkap

bola” (Sucipto, dkk. 2000: 12). Sehingga membutuhkan proses latihan yang lama dan intensif agar seseorang dapat mahir dalam menguasai teknik-teknik tersebut. Menurut Sukatamsi (2001: 21), teknik dasar bermain sepakbola merupakan semua gerakan yang diperlukan untuk bermain seakbola, kemudian untuk bermain, ditingkatkan menjadi keterampilan teknik bermain sepakbola yaitu penerapan teknik dasar bermain dalam permainan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain sepakbola adalah kemampuan serta kesanggupan seorang pemain dalam menguasai teknik-teknik dasar sepakbola dan mengaplikasikannya ke dalam permainan sepakbola dengan efektif dan efisien. Oleh sebab itu, pemain sepakbola wajib menguasai keterampilan bermain sepakbola, karena hal ini akan sangat mendukung performa pemain di lapangan. Teknik dasar bermain sepakbola meliputi teknik tanpa bola.seperti lari cepat, melompat, zig-zag, sedangkan teknik dengan bola meliputi:

a. Menendang Bola (*Passing*).

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).

Tim sepakbola yang baik dan tangguh adalah suatu tim sepakbola yang semua pemainnya menguasai kemampuan dasar keterampilan menendang bola dengan baik, cepat, cermat dan tepat pada sasaran, sasaran pada teman maupun

sasaran dalam membuat gol ke gawang lawan. Cepat disini diartikan pemain harus menguasai semua gerakan-gerakan. Bagian-bagian dan teknik dasar bermain sepakbola dan terampil memainkan bola dalam segala situasi dan posisi di setiap permainan, tidak melakukan gerakan-gerakan yang tidak perlu, kecuali memperlambat gerakan juga akan membuang waktu dan tenaga. Tepat diartikan pemain sepakbola memiliki keterampilan menendang bola, tendangan operan kepada teman yang bergerak untuk mendapatkan posisi luang mudah menerima bola dan tanpa mendapatkan rintangan dan lawan maupun tendangan ke sasaran tempat luang ke mulut gawang lawan, tanpa mendapatkan rintangan dan penjaga gawang. Cermat diartikan juga dengan seksama, teliti dalam memberikan bola kepada teman dengan mempergunakan jalan yang sependek-pendeknya dan mudah diterima teman. Cermat juga dapat berarti kesanggupan seseorang pemain mengontrol bola pada tempat yang sempit, dan kesanggupan mengontrol bola hanya dengan satu sentuhan dengan cepat memainkan bola seperti yang dikehendaki (Sukatamsi, 2001: 23).

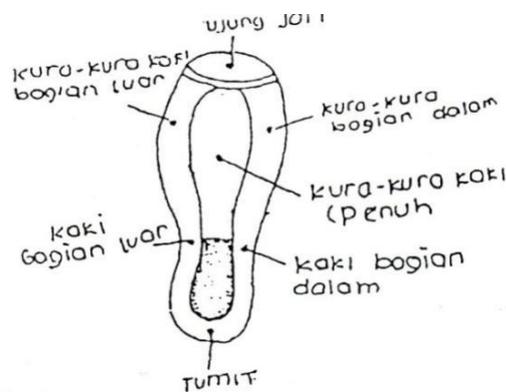
Untuk menunjang hasil tendangan yang baik, maka perlu menguasai prinsip-prinsip teknik menendang bola. Menurut Remmy Muchtar (1992: 32), mempunyai pandangan yang sama tentang prinsip-prinsip menendang bola yang terdiri dari: (1) pandangan mata, (2) kaki tumpu, (3) kaki yang menendang, (4) bagian bola yang ditendang, dan (5) sikap badan.

(1) Pandangan mata. Pandangan mata terutama untuk mengamati situasi atau keadaan permainan. Pada waktu akan menendang bola, pandangan mata ke arah sasaran kemana bola akan, kemudian pandangan jalannya arah bola.

- (2) Kaki tumpu. Kaki tumpu adalah kaki yang menumpu pada tanah pada persiapan akan menendang bola dan kaki tumpu merupakan letak titik berat badan. Posisi kaki tumpu atau dimana harus meletakkan kaki tumpu terhadap bola, posisi kaki tumpu terhadap letak bola akan menentukan arah lintasan bola dan tinggi rendahnya lambungan bola. Lutut kaki tumpu sedikit ditekuk dan pada waktu menendang lutut di luruskan merupakan kekuatan mendorong ke depan.
- (3) Kaki yang menendang. Kaki yang menendang adalah kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Pergelangan kaki yang untuk menendang bola pada saat akan menendang bola dikuatkan atau ditegangkan, tidak boleh bergerak. Tungkai kaki yang menendang diangkat ke belakang kemudian diayunkan ke depan sehingga bagian kaki yang digunakan untuk menendang mengenai bagian bola yang ditendang. Kemudian dilanjutkan dengan gerakan lanjutan ke depan dan seterusnya bergerak untuk mencari posisi.
- (4) Bagian bola yang ditendang. Bagian bola yang ditendang merupakan bagian bola yang disebelah mana yang ditendang, ini akan menentukan arah jalannya bola dan tinggi rendahnya lambungan bola.
- (5) Sikap badan. Sikap badan pada waktu menendang bola sangat dipengaruhi oleh posisi atau letak kaki tumpu terhadap bola. Posisi kaki tumpu tepat disamping bola maka pada saat menendang bola badan berada tepat diatas bola dan sikap badan akan sedikit condong ke depan, sikap badan ini untuk tendangan bola menggulir rendah atau sedikit melambung sedang. Posisi kaki tumpu berada di samping belakang bola, maka badan berada di atas bola

hingga sikap badan condong ke belakang, maka hasil tendangan bola melambung tinggi (Sukatamsi, 2001: 34).

Menurut Sukatamsi (2001: 46), dilihat dan perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan beberapa macam, yaitu menendang dengan kaki bagian dalam (*inside*), kaki bagian luar (*outside*), punggung kaki (*instep*), dan punggung kaki bagian dalam (*inside of the instep*).



Gambar 2.1. Bagian Perkenaan Kaki pada Bola

Sumber: Sukatamsi (2001: 41).

Menurut Sukatamsi (2001: 45) fungsi dan kegunaan dari tendangan adalah:

- 1) Untuk memberikan operan kepada teman.
- 2) Memberikan umpan untuk menembakkan bola ke arah mulut gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan.
- 3) Untuk membersihkan atau menyapu bola di daerah pertahanan (belakang) langsung ke depan, tendangan ini biasanya dilakukan oleh pemain belakang untuk mematahkan serangan lawan.
- 4) Untuk melakukan bermacam-macam tendangan khusus seperti tendangan bebas, tendangan sudut, tendangan gawang, tendangan pinalti.

Dengan demikian fungsi dan kegunaan dari tendangan adalah untuk mengumpan, untuk *shooting* ke gawang lawan serta untuk serta tendangan bebas ataupun sepak pojok.

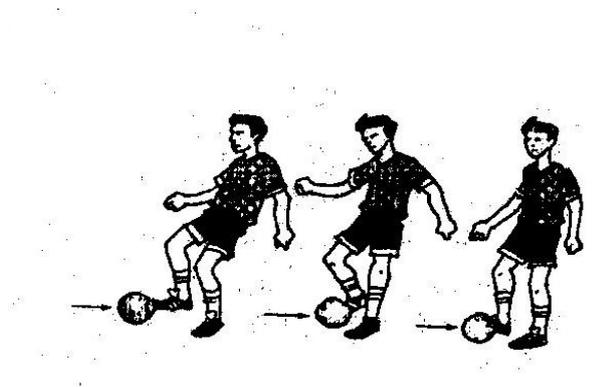
b. Menghentikan Bola (*Stopping*)

Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk di dalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan memudahkan untuk passing (Sucipto, dkk. 2000: 22). Menghentikan bola atau yang sering disebut mengontrol bola terjadi ketika seorang pemain menerima *passing* atau menyambut bola dan mengontrolnya sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*, *passing* atau *shooting*. Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang penggunaannya dapat bersamaan dengan teknik menendang bola.

Tujuan menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola, yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan atau mengubah arah permainan, dan memudahkan untuk melakukan *passing*. Di lihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

Menurut Herwin (2004 : 40), yang harus diperhatikan dalam teknik mengontrol, menerima, dan menguasai bola. Antara lain adalah sebagai berikut:

- 1) Pengamatan terhadap lajunya bola selalu harus dilakukan oleh pemain, baik saat bola melayang ataupun bergulir.
- 2) Gerakan menahan lajunya bola dengan cara menjaga stabilitas dan keseimbangan tubuh, dan mengikuti jalannya bola (sesaat bersentuhan antara bola dengan bagian tubuh).
- 3) Pandangan selalu tertuju pada bola saat menerima bola, setelah bola dikuasai, arahkan bola untuk gerakan selanjutnya seperti mengoper bola atau menembak bola.



Gambar 2.2. Menghentikan Bola

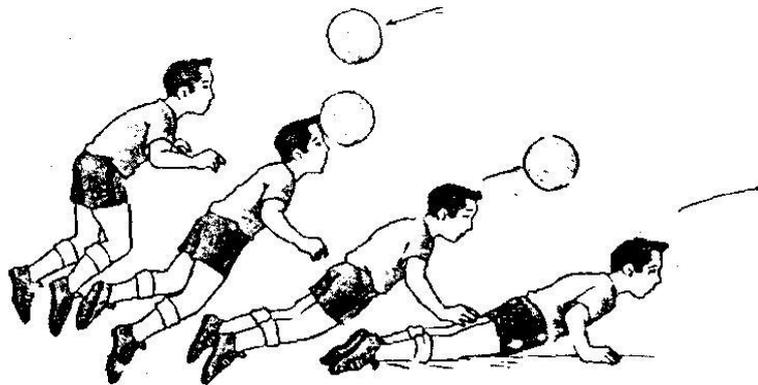
Sumber: (Sucipto, dkk., 2000: 23)

c. Menyundul Bola (*Heading*)

Menurut Sukatamsi (2001: 44), menyundul bola adalah meneruskan bola dengan mempergunakan dahi yaitu daerah kepala di atas kening di bawah rambut. 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.



Gambar 2.3. Menyundul Bola

Sumber: (Sucipto, dkk., 2000: 25)

d. Menggiring Bola (*Dribbling*)

Sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana, dengan kecepatan dan ketepatan. Menggiring bola diartikan dengan gerakan kaki menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Dalam permainan

sepakbola kemampuan *dribbling* yang baik dapat menjadikan permainan sepakbola itu lebih menarik.

Menggiring bola pada dasarnya 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 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:

- 1) Bola harus dekat dengan kaki supaya mudah di kontrol.
- 2) Pemain tidak boleh terus menerus melihat bola.
- 3) Pemain harus melihat sekeliling lapangan agar dapat mengamati situasi lapangan dan mengamati gerak-gerik lawan.

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

- 1) Tahap persiapan:
 - (1) Lutut ditekuk sedikit.
 - (2) Badan sedikit menunduk dan agak condong ke depan.
 - (3) Pusat gravitasi rendah.

- (4) Titik berat badan diatas bola.
 - (5) Kepala tegak jika memungkinkan.
- 2) Tahap pelaksanaan:
- (1) Fokuskan perhatian pada bola.
 - (2) Gunakan gerak tipu tubuh dan kaki.
 - (3) Kontrol bola dengan bagian kaki yang tepat.
 - (4) Rubah kecepatan atau arah giringan atau keduanya.
- 3) Tahap gerak lanjut:
- (1) Pertahankan kontrol bola yang rapat.
 - (2) Bergeraklah menjauh dari lawan.
 - (3) Lihat ke depan dan perhatikan lapangan.

e. Merebut Bola (*Sliding Tackle*)

Merampas bola merupakan salah satu upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan sekaligus memotong atau menghalau serangan lawan. Merampas bola diperkenankan dalam sepakbola asalkan pemain melakukannya mengenai bola yang dalam penguasaan pemain lawan. Herwin (2004: 46) mengatakan, tujuan merebut bola adalah untuk menahan lajunya pemain menuju gawang pemain bertahan, menunda permainan yang cepat, menggagalkan serangan, dan menghalau bola keluar lapangan permainan.

Menurut Herwin (2004: 46), cara merebut bola bisa dilakukan dengan berdiri, melayang atau sambil menjatuhkan tubuh baik dari depan maupun samping pemain, dan perhitungkan waktu yang tepat agar bola dapat direbut dan bukan merupakan pelanggaran.



Gambar 2.4. Salah Satu Contoh Teknik Merampas Bola Sambil Meluncur

Sumber: Remmy Muchtar (1992: 48).

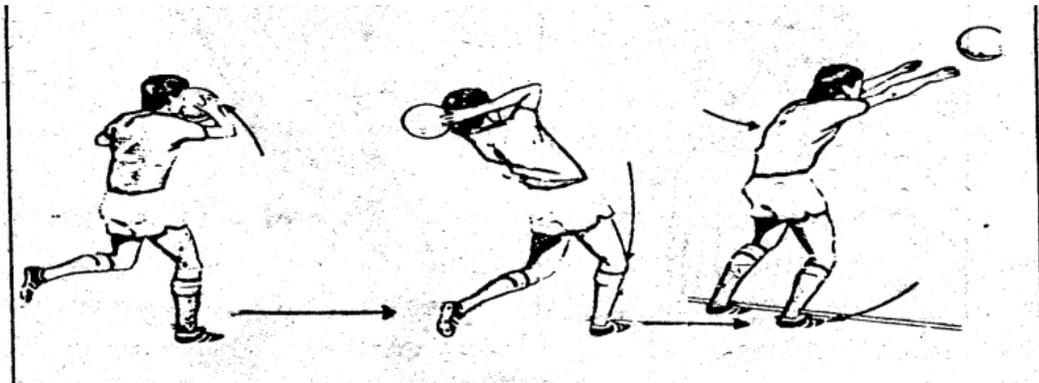
f. Lemparan ke dalam (*throw-in*)

Menurut Herwin (2004: 48) tujuan dari lemparan kedalam adalah untuk menghidupkan/memulai permainan setelah bola keluar meninggalkan lapangan melalui garis samping. Lemparan ke dalam (*throw-in*) adalah salah satu keterampilan yang sering diabaikandalam sepakbola. Penggunaan *throw-in* yang baik seringkali menciptakan peluang untuk mencetak gol selama pertandingan. Kunci keberhasilan melakukan *throw-in* adalah komunikasi. Pelempar dan penerima bola harus mengetahui apa yang akan dilakukan masing-masing sebelum lemparan dilakukan.

Arah dan kecepatan penerima bola menentukan bagaimana pelempar bola melemparkan bolanya. Menurut Herwin (2004: 48), cara melakukan lemparan ke dalam adalah 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 diluar garis samping saat akan melakukan maupun selama melakukan lemparan, dan.
- 6) mata tetap dalam keadaan terbuka, dengan arah tubuh searah dengan sasaran yang akan dituju.



Gambar 2.5. Melempar Bola Ke Dalam

Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 3)

g. Menjaga Gawang (*Goal Keeping*)

Menjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepakbola. Teknik penjaga gawang merupakan teknik khusus yang hanya dilakukan oleh penjaga gawang. Teknik penjaga gawang merupakan semua kegiatan yang dilakukan oleh penjaga gawang dalam usaha menghindarkan agar bola tidak masuk gawang (A. Sarumpaet, dkk, 1992: 28).

Menurut Remmy Muchtar (1992: 50-51), teknik yang dilakukan penjaga gawang antara lain: (1) menangkap bola yang tergulir di tanah, (2) menangkap bola setinggi perut, (3) menangkap bola setinggi dada, dan (4) men-tip bola tinggi melalui atas gawang. Tujuan menjaga gawang adalah menjaga agar bola tidak sampai masuk ke dalam gawang.

Cara menjaga gawang antara lain memperhatikan sikap dan tangan, kedua kaki terbuka selebar bahu, lutut menekuk dan rileks, konsentrasi pada permainan serta arah bola dan merencanakan dengan tepat waktu untuk menangkap, meninju/menepis bola, atau menangkap bola (Herwin, 2004: 49).



Gambar 2.6. Salah satu teknik penjaga gawang

Sumber: Remmy Muchtar (1992: 51).

h. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Penguasaan Keterampilan

Menurut Amung Ma`mun dan Yudha (2000: 70-73), pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utama, yaitu:

- a) Faktor proses belajar mengajar (*learning proses*). Faktor proses belajar mengajar (*learning proses*), dalam pembelajaran gerak proses yang harus dilakukan adalah berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya.
- b) Faktor pribadi (*personal factor*). Faktor pribadi (*personal factor*) setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik fisik, mental, maupun kemampuannya.

c) Faktor situasional (*situational factor*). Faktor situasional (*situational factor*) yang termasuk ke dalam faktor situasional antara lain, tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk median belajar, serta kondisi sekitar dimana proses pembelajaran itu berlangsung.

Berdasarkan uraian faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan diatas, pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai atau diperoleh, apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut harus dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu yang memadai.

i. Unsur-Unsur Kondisi Fisik Dalam Permainan Sepakbola

Hampir semua kegiatan manusia sehari-hari, baik dalam kegiatan fisik maupun non fisik kondisi fisik seseorang sangat berpengaruh. Dalam konteks yang lebih khusus yaitu dalam kegiatan olahraga, maka kondisi seseorang sangat mempengaruhi bahkan menentukan gerak penampilannya. Oleh karena itu untuk mencapai kondisi fisik yang tinggi diperlukan latihan yang teratur dan terprogram dengan baik. Kondisi fisik atlet memegang peranan yang sangat penting dalam program latihannya.

Dalam rangka usaha pemain untuk mencapai mutu prestasi optimal, persiapan pemain bukan hanya pada teknik, taktik dan mental serta kepribadian yang baik, tetapi juga diperlukan pula kondisi fisik yang baik. Menurut Suharno H. P (1981: 3), kondisi fisik pemain perlu dijaga, dipulihkan kembali, dan ditingkatkan ke keadaan sempurna kondisi fisik puncak untuk menghadapi pertandingan-pertandingan.

Untuk meningkatkan prestasi seorang atlet banyak unsur-unsur yang harus diperhatikan, salah satunya kondisi fisik. Ini bertujuan agar kemampuan fisik atlet meningkat menuju kondisi puncak dan untuk memperoleh prestasi yang optimal. Menurut Bompa yang dikutip oleh Sukadiyanto (2005: 54), komponen-komponen kondisi fisik atlet sepakbola sebagai berikut:

- a. Kekuatan (*strenght*), kekuatan adalah komponen kondisi fisik yang menyangkut masalah kemampuan seorang atlet pada saat mempergunakan otot-ototnya dan menerima beban dalam waktu kerja tertentu.
- b. Daya tahan (*endurance*), daya tahan secara umum adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan sistem jantung, pernapasan, dan peredaran darahnya secara efektif dan efisien dalam menjalankan kerja terus-menerus. Yang melibatkan kontraksi otot-otot besar dengan intensitas tinggi dalam waktu cukup lama.
- c. Kecepatan (*speed*), kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan berkesinambungan, dalam bentuk yang sama dalam waktu sesingkat-singkatnya. Seperti gerak lari cepat saat mengejar bola dalam permainan sepakbola.
- d. Kelentukan (*flexibility*), kelentukan adalah keefektifan seseorang dalam penyesuaian dirinya untuk melakukan segala aktivitas tubuh dengan penguluran, terutama otot-otot dan ligamen-ligamen di sekitar persendian.
- e. Koordinasi (*coordination*), koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan gerakan yang berbeda dalam suatu pola gerakan tunggal secara efektif.

3. Hakikat Ekstrakurikuler

Menurut Trueno (2009), kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah atau madrasah. Visi kegiatan ekstrakurikuler adalah berkembangnya potensi, bakat dan minat secara optimal, serta tumbuhnya kemandirian dan kebahagiaan peserta didik yang berguna untuk diri sendiri, keluarga dan masyarakat. Adapun misi dari kegiatan ekstrakurikuler adalah: (1) Menyediakan sejumlah kegiatan yang dapat dipilih oleh peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat siswa. (2) Menyelenggarakan kegiatan yang memberikan kesempatan peserta didik mengekspresikan diri secara bebas melalui kegiatan mandiri dan atau kelompok.

a. Tujuan Ekstrakurikuler

Tujuan diadakanya kegiatan ekstrakurikuler dalam Trueno (2009), adalah sebagai wadah penyaluran hobi, minat dan bakat para siswa atau mahasiswa secara positif yang dapat mengasah kemampuan, daya kreativitas, jiwa sportivitas, meningkatkan rasa percaya diri.

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

b. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

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

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

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

4. Profil Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

Berdasarkan surat keputusan Direktur Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah (SK Dirjen Dikdasmen) Nomor : 226/C/Kep/O/1992 dirumuskan bahwa, ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah, yang dilakukan baik di sekolah ataupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, mengetahui hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Kegiatan ekstrakurikuler Sepakbola yang dilakukan di luar jam pelajaran di SMP. Kegiatan tersebut di programkan untuk seluruh siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Sedangkan untuk siswa IX tidak wajib mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karna lebih diprioritaskan dalam prestasi akademik, mengingat siswa kelas IX agar lebih berkonsentrasi dalam menghadapi Ujian Akhir Nasional.

5. Tes Pengembangan *David Lee*

Menurut Erick Warthinton yang dikutip oleh Subagyo Irianto (2010: 37) maksud tes *David Lee* itu dimaksudkan untuk mengukur keterampilan bermain sepakbola bagi pemain muda.

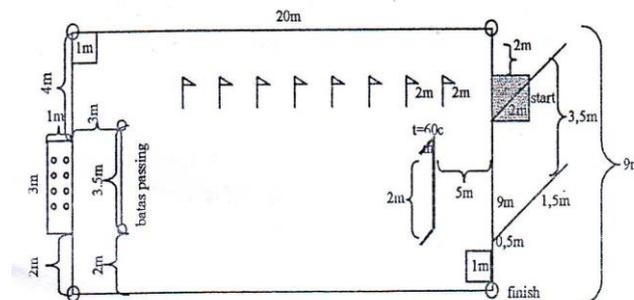
Menurut Subagyo Irianto (2010: 6) ada beberapa spesifikasi tentang tes pengembangan *David Lee* diantaranya:

- 1) Tes pengembangan *david lee* ini merupakan pengembangan dari tes *david lee* diharapkan tes ini dapat menyempurnakan tes yang aslinya.

- 2) Penyusunan tes pengembangan *David Lee* ini telah melalui uji validasi oleh ahli (*expert judgement*) dalam bidang sepakbola dan telah diuji melalui analisa statistik sebagai harapan dapat digunakan sebagai alat ukur baku.
- 3) Unsur yang dinilai adalah unsur-unsur serangkaian teknik dasar sepakbola yang meliputi *dribbling*, *keeping*, kontrol bola bawah, kontrol bola atas, *passing* bawah, *passing* lambung, cara menggulirkan bola, dengan sirkuit yang telah ditentukan ukuran dan jaraknya sehingga tes ini menyerupai permainan sesungguhnya.
- 4) Tes ini berbentuk rangkaian maka tes ini lebih simple baik dari segi peralatan/ area yang digunakan.
- 5) Penggunaan tes keterampilan *David Lee* berupa tes unjuk kerja artinya *teste* dituntut untuk melakukan semua usaha / tindakan yang berupa perbuatan yakni melakukan unjuk kerja terhadap unsur-unsur teknik dasar sepakbola secara cepat dan cermat.
- 6) Tes ini menekankan pada kecepatan waktu yakni *teste* dalam melakukan tugas harus dengan cepat menempuh berbagai serangkaian teknik dasar menggiring melalui pancang-pancang, menghentikan bola di kotak I, *passing* kanan dan kiri ke dalam target, dan menggiring bola dari kotak I ke kotak II dengan kecepatan dan berhenti di kotak II.
- 7) Tes ini dilakukan oleh setiap *teste* sebanyak dua kali dan diambil waktu tercepat.

Pada buku Subagyo Irianto (2010: 79) menyebutkan bahwa, tes pengembangan keterampilan *David Lee* telah dinyatakan sah, handal, dan

objektif yaitu validitas *concurrent* tes sebesar 0,942. Tes ini telah memenuhi syarat untuk mengukur keterampilan bermain sepak bola kelompok usia 11 sampai dengan 15 tahun. Berikut adalah gambar lapangan tes *David Lee*:



Gambar 2.7. Lapangan Tes *David Lee*, Subagyo Irianto, dkk (2010:37)

Alat dan perlengkapan:

- 1) Bola Ukuran 5 = 7 buah
 - 2) Meteran Panjang = 1 buah
 - 3) Cones Besar = 5 buah
 - 4) Pancang 1,5 = 10 buah
 - 5) Stopwatch = 1 buah
 - 6) Pencatat Skor
 - 7) Kapur Gamping
 - 8) Petugas Lapangan 2 Orang
6. Karakteristik Anak Usia 11-15 Tahun

Setiap makhluk hidup, termasuk manusia secara normal akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan selama masa hidupnya. Pertumbuhan adalah proses perubahan fisiologis pada diri seseorang. Oleh karena itu proses pertumbuhan bersifat konkrit dan kuantitatif.

Selain mengalami pertumbuhan, setiap makhluk hidup termasuk manusia juga mengalami perkembangan. Menurut Drs. Tadjad (1994 : 19) bahwa, “Perkembangan adalah perubahan dan penambahan yang bersifat kualitatif dari setiap fungsi-fungsi kejiwaan dan kepribadian”. Dengan demikian perkembangan merupakan proses perubahan psikologis yang bersifat kualitatif pada diri seseorang.

Proses pertumbuhan dan perkembangan senantiasa berlangsung secara simultan pada diri setiap menuju suatu kepribadian yang utuh. Proses tersebut terus berjalan dalam kehidupan setiap orang sesuai masa dan tugas perkembangannya.

Sebagaimana telah dikemukakan sebelumnya bahwa usia 11 – 15 tahun merupakan masa pubertas atau masa remaja awal. Dalam masa ini si anak akan mengalami perkembangan yang berbeda dari masa-masa sebelumnya. Pada masa usia 11 – 15 tahun akan muncul adanya perubahan perilaku sesuai dengan tugas perkembangan dan berbagai faktor yang mempengaruhinya. Masalah perkembangan perilaku ini dapat dijelaskan secara psikologis melalui lima pendekatan (Wikipedia Psikologi, 2009), yaitu :

1) Pendekatan neurobiologis

Tingkah laku manusia pada dasarnya dikendalikan oleh aktivitas otak dan sistem syaraf. Pendekatan neurobiologis berupaya mengaitkan perilaku yang terlihat dengan impuls listrik dan kimia yang terjadi didalam tubuh serta menentukan proses neurobiologi yang mendasari perilaku dan proses mental.

2) Pendekatan perilaku

Menurut pendekatan perilaku, pada dasarnya tingkah laku adalah respon atas stimulus yang datang. Secara sederhana dapat digambarkan dalam model S - R atau suatu kaitan Stimulus - Respon. Ini berarti tingkah laku itu seperti reflek tanpa kerja mental sama sekali. Pendekatan ini dipelopori oleh J.B. Watson kemudian dikembangkan oleh banyak ahli, seperti B.F. Skinner, dan melahirkan banyak sub-aliran.

3) Pendekatan kognitif

Pendekatan kognitif menekankan bahwa tingkah laku adalah proses mental, dimana individu (organisme) aktif dalam menangkap, menilai, membandingkan, dan menanggapi stimulus sebelum melakukan reaksi. Individu menerima stimulus lalu melakukan proses mental sebelum memberikan reaksi atas stimulus yang datang.

4) Pendekatan psikoanalisa

Pendekatan psikoanalisa dikembangkan oleh Sigmund Freud. Ia meyakini bahwa kehidupan individu sebagian besar dikuasai oleh alam bawah sadar. Sehingga tingkah laku banyak didasari oleh hal-hal yang tidak disadari, seperti keinginan, impuls, atau dorongan. Keinginan atau dorongan yang ditekan akan tetap hidup dalam alam bawah sadar dan sewaktu-waktu akan menuntut untuk dipuaskan.

5) Pendekatan fenomenologi

Pendekatan fenomenologi ini lebih memperhatikan pada pengalaman subyektif individu karena itu tingkah laku sangat dipengaruhi oleh pandangan individu terhadap diri dan dunianya, konsep tentang dirinya, harga dirinya dan segala hal

yang menyangkut kesadaran atau aktualisasi dirinya. Ini berarti melihat tingkah laku seseorang selalu dikaitkan dengan fenomena tentang dirinya.

Sehubungan dengan perkembangan perilaku remaja (usia 11 – 15 tahun) ini, Akhmad Sudrajat (2008) telah mengutip pendapat Abin Syamsuddin Makmun (2003) yang telah memerinci karakteristik perilaku dan pribadi pada masa remaja awal (11-3 s.d. 14-15 tahun) yang meliputi aspek fisik, psikomotor, bahasa, kognitif, sosial, moralitas, keagamaan, konatif, emosi afektif dan kepribadian, yang penulis rangkum sebagai berikut :

a) Fisik

- 1) Laju perkembangan secara umum berlangsung pesat.
- 2) Proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering- kali kurang seimbang.
- 3) Munculnya ciri-ciri sekunder (tumbuh bulu pada pubic region, otot mengembang pada bagian – bagian tertentu), disertai mulai aktifnya sekresi kelenjar jenis kelamin (menstruasi pada wanita dan day dreaming pada laki-laki).

b) Psikomotor

- 1) Gerak – gerak tampak canggung dan kurang terkoordinasikan.
- 2) Aktif dalam berbagai jenis cabang permainan.

c) Bahasa

- 1) Berkembangnya penggunaan bahasa sandi dan mulai tertarik mempelajari bahasa asing.
- 2) Menggemari literatur yang bernafaskan dan mengandung segi erotik, fantastik dan estetik.

d) Perilaku kognitif

- 1) Proses berfikir sudah mampu mengoperasikan kaidah-kaidah logika formal (asosiasi, diferensiasi, komparasi, kausalitas) yang bersifat abstrak, meskipun relatif terbatas.
- 2) Kecakapan dasar intelektual menjalani laju perkembangan yang terpesat.
- 3) Kecakapan dasar khusus (bakat) mulai menunjukkan kecenderungan-kecenderungan yang lebih jelas.

e) Perilaku sosial

- 1) Diawali dengan kecenderungan ambivalensi keinginan menyendiri dan keinginan bergaul dengan banyak teman tetapi bersifat temporer.
- 2) Adanya kebergantungan yang kuat kepada kelompok sebaya disertai semangat konformitas yang tinggi.

f) Moralitas

- 1) Adanya ambivalensi antara keinginan bebas dari dominasi pengaruh orang tua dengan kebutuhan dan bantuan dari orang tua.
- 2) Dengan sikapnya dan cara berfikirnya yang kritis mulai menguji kaidah-kaidah atau sistem nilai etis dengan kenyataannya dalam perilaku sehari-hari oleh para pendukungnya.
- 3) Mengidentifikasi dengan tokoh moralitas yang dipandang tepat dengan tipe idolanya.

g) Perilaku keagamaan

- 1) Mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan mulai dipertanyakan secara kritis dan skeptis.

- 2) Penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari dilakukan atas pertimbangan adanya semacam tuntutan yang memaksa dari luar dirinya.
- 3) Masih mencari dan mencoba menemukan pegangan hidup.
- h) Konatif, emosi, afektif dan kepribadian
 - 1) Lima kebutuhan dasar (fisiologis, rasa aman, kasih sayang, harga diri dan aktualisasi diri) mulai menunjukkan arah kecenderungannya.
 - 2) Reaksi-reaksi dan ekspresi emosionalnya masih labil dan belum terkendali seperti pernyaa-taan marah, gembira atau kesedihannya masih dapat berubah-ubah dan silih berganti dalam yang cepat.
 - 3) Kecenderungan-kecenderungan arah sikap nilai mulai tampak (teoritis, ekonomis, estetis, sosial, politis, dan religius), meski masih dalam taraf eksplorasi dan mencoba-coba.
 - 4) Merupakan masa kritis dalam rangka meng-hadapi krisis identitasnya yang sangat dipengaruhi oleh kondisi psiko-sosialnya, yang akan membentuk kepribadiannya.

a. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Anak Usia 11 – 15 Tahun

Anak usia 11 – 15 tahun tengah berada dalam masa peralihan, yaitu dari masa anak-anak menuju masa remaja awal. Mereka mengalami berbagai perubahan baik dalam dirinya sendiri maupun unsur luar yang berhubungan dengan perkembangan dirinya.

Oleh karena itu terdapat beberapa faktor yang memberikan pengaruh terhadap perkembangan perilaku remaja. Dalam Kamus Bahasa Indonesia disebutkan bahwa yang disebut dengan pengaruh adalah “Daya yang ada atau

timbul dari sesuatu yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang” (Nintiyas Utari, 2009).

Secara garis besar ada dua faktor yang mempengaruhi perkembangan perilaku remaja, yaitu :

- 1) Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri anak, yang berasal dari keturunan dan pembawaan.
- 2) Faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar diri anak, yang berasal dari pengalaman dan interaksinya dengan lingkungan.

Kedua faktor tersebut tidak akan banyak mempengaruhi perkembangan perilaku remaja, baik secara terpisah maupun secara bersamaan. Dengan demikian, baik buruknya kedua faktor tersebut akan menentukan kualitas perkembangan perilaku remaja.

Sedangkan faktor yang mempengaruhi perkembangan perilaku remaja menurut Kartini Kartono (1995 : 18) antara lain:

- 1) Faktor herediter (warisan sejak lahir, bawaan).
- 2) Faktor lingkungan, yang menguntungkan atau yang merugikan.
- 3) Kematangan fungsi-fungsi organis dan fungsi-fungsi psikis.
- 4) Aktivitas anak sebagai subyek bebas yang berkemauan, kemampuan sosial, bisa menolak atau menyetujui, punya emosi, serta usaha membangun diri sendiri.

Conger (dalam Joehary, 2008) menjelaskan bahwa :

Pada diri remaja, pengaruh lingkungan dalam menentukan perilaku diakui cukup kuat. Walaupun remaja telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang

memadai untuk menentukan tindakannya sendiri, namun penentuan diri remaja dalam berperilaku banyak dipengaruhi oleh tekanan dari kelompok teman sebaya.

Lingkungan merupakan wadah atau sarana bagi remaja untuk memperluas sosialisasinya. Dalam masa ini seorang remaja tidak lagi terbatas pada pergaulan di lingkungan keluarga, tetapi lingkungan dunia luar lebih menjadi prioritas pergaulannya. Oleh karena itu lingkungan pergaulan dengan teman sebayanya menjadi lebih dominan dalam mempengaruhi sikap perilakunya.

Namun demikian, kita tidak bisa menyimpulkannya secara mutlak bahwa perilaku remaja hanya dipengaruhi oleh lingkungan pergaulan teman sebayanya. Pada dasarnya semua faktor, baik internal maupun eksternal, mempunyai andil dalam mempengaruhi perilaku remaja.

Faktor-faktor tersebut akan senantiasa mempengaruhi berbagai aspek perilaku remaja, baik secara independen maupun secara simultan, baik bersifat positif maupun negatif. Dengan kadar dan kualitasnya faktor-faktor tersebut akan mempengaruhi berbagai aspek perilaku remaja, baik fisik, psikomotor, bahasa, kognitif, sosial, moralitas, keagamaan, konatif, emosi dan kepribadiannya.

b. Realitas Perilaku Anak Usia 11 – 15 Tahun Dewasa ini.

Anak usia 11 – 15 tahun merupakan manusia biasa yang sudah pasti memiliki realitas kehidupan yang sama dengan manusia pada umumnya. Terlebih lagi mereka ada dalam masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Oleh karena itu realitas perilakunya sering menjadi bahan penelitian yang menarik. Terlepas dari kadar dan variasinya, yang jelas sebagai manusia biasa realitas perilaku remaja bisa kita kategorikan menjadi dua, yakni ada realitas yang bersifat

positif dan ada juga yang negatif. Positif dan negatifnya perilaku remaja merupakan akibat dari faktor-faktor penyebab yang mempengaruhinya.

Melalui berbagai pengamatan kita sehari-hari maupun melalui berbagai sumber media massa, kita tidak bisa menutup mata tentang munculnya berbagai realitas kehidupan remaja yang negatif. Realitas perilaku remaja yang negatif ini berkaitan dengan berbagai aspek perkembangannya dan menunjukkan adanya faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Kenakalan anak-anak dan remaja juga akhir-akhir mulai menguatirkan. Keadaan ini dapat terlihat dari perilaku bolos diwaktu sekolah, tawuran antar pelajar, seks bebas, narkoba dan lainnya. Perilaku 'nakal' remaja bisa disebabkan oleh faktor dari remaja itu sendiri (internal) maupun faktor dari luar (eksternal). Faktor internal berupa krisis identitas : perubahan biologis dan sosiologis pada diri remaja memungkinkan terjadinya dua bentuk integrasi. Pertama, terbentuknya perasaan akan konsistensi dalam kehidupannya. Kedua, tercapainya identitas peran. Kenakalan remaja terjadi karena remaja gagal mencapai masa integrasi kedua.

Berikutnya kontrol diri yang lemah dimana remaja yang tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal'. Begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya.

Faktor Eksternal berupa: Keluarga : Perceraian orangtua; Tidak adanya komunikasi antar anggota keluarga, atau perselisihan antar anggota keluarga bisa memicu perilaku negatif pada remaja; Pendidikan yang salah di keluarga pun, seperti terlalu memanjakan anak; Tidak memberikan pendidikan agama, atau penolakan terhadap eksistensi anak, bisa menjadi penyebab terjadinya kenakalan remaja. Berikutnya Teman sebaya yang kurang baik dan Komunitas/lingkungan tempat tinggal yang kurang baik.

Dari problematika yang ada pada remaja, diperlukan penyadaran pada remaja tentang makna hidup yang sesungguhnya. Keterlibatan semua lapisan masyarakat sangat diperlukan, agar generasi muda kita tidak terjerumus ke hal-hal yang negatif. Namun demikian, dari beberapa penelitian diperoleh beberapa contoh sikap perilaku remaja yang positif, sebagaimana dikemukakan oleh Sutji Martiningsih Wibowo (1995 : 2) sebagai berikut: 1) Menunjukkan bahwa dia memiliki kompetensi-kompetensi (misalnya kompetensi kognitif, ditampilkan dalam kemampuan mengambil keputusan yang tepat, memiliki kompetensi sosial, ditampilkan dalam bentuk mampu menyelesaikan konflik sosial, memiliki kompetensi akademik, ditampilkan dalam bentuk pencapaian prestasi akademik yang cenderung/ selalu tinggi, atau memiliki kompetensi vokasional, ditampilkan dalam bentuk membina kebiasaan kerja yang baik.) 2) Menunjukkan bahwa dirinya berharga dan menunjukkan keyakinan bahwa dirinya mampu. 3) Menunjukkan kemampuan membina relasi dengan baik, misalnya mampu membina relasi dengan anggota keluarga, dengan guru, dengan orang dewasa lain, dengan sebaya dan dengan lingkungan masyarakatnya. 4) Melakukan tindakan-

tindakan yang menunjukkan bahwa ia memahami dan peduli pada orang lain serta peduli dengan lingkungan. 5) Menghargai aturan-aturan yang berlaku dan bertindak penuh tanggung jawab.

Realitas sikap perilaku remaja yang positif seperti contoh di atas menunjukkan adanya dukungan yang positif dari faktor internal dan eksternal yang mempengaruhinya. Dalam hal ini faktor lingkungan tetap memberikan pengaruh yang lebih dominan. Oleh karena itu penataan fungsi lingkungan yang konstruktif perlu menjadi pusat perhatian bagi pembinaan remaja.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Rahmadhaniar Kalbu Adi (2010) yang berjudul, “Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Putra Kelas VII SMP N 2 Wates Tahun Ajaran 2010/2011”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei. Subyek pada penelitian ini adalah siswa putra kelas VII SMP N 2 Wates yang berjumlah 52 siswa. Adapun hasil dari penelitian dari 52 siswa yang mengikuti tes kemampuan dasar bermain sepakbola siswa putra kelas VII SMP N 2 Wates Tahun Ajaran 2010/2011 adalah baik sekali 4 siswa (7,7%), 11 siswa (21,1%) kategori baik, 21 siswa (40,4%) kategori sedang, 13 siswa (25,0%) kategori kurang, 3 siswa (5,3%) kategori kurang sekali. Dan disimpulkan bahwa kemampuan dasar bermain sepakbola siswa putra kelas VII SMP N 2 Wates Tahun Ajaran 2010/2011 dalam kategori sedang sebanyak 21 siswa atau dengan persentase 40,4%.

2. Fitri Hermawan Nurdiyah (2010) yang berjudul “Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Kelas 2 SMP Negeri 2 Pandak”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan dasar bermain sepakbola siswa kelas 2 SMP 2 Pandak bagi siswa putra yang berkategori baik sekali 1 siswa (3, 33%), kategori baik sebanyak 26 siswa (34, 67%). Kategori sedang sebanyak 30 siswa (40 %), kategori kurang sebanyak 11 siswa, dan kategori kurang sekali sebanyak 7 siswa (9, 33%). Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian siswa putra masuk dalam kategori sedang yaitu dengan persentase 40%. Siswa putri dengan kategori baik sekali 4 siswa (6,06%), kategori baik 16 siswa (24,24%), sedangkan kategori sedang 26 siswa (39,39%), kategori kurang sekali 3 siswa (4,55%). Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putri masuk dalam kategori sedang yaitu dengan persentase sebesar 39,39%.

C. Kerangka Berpikir

Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat peserta didik melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau lembaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah/madrasah.

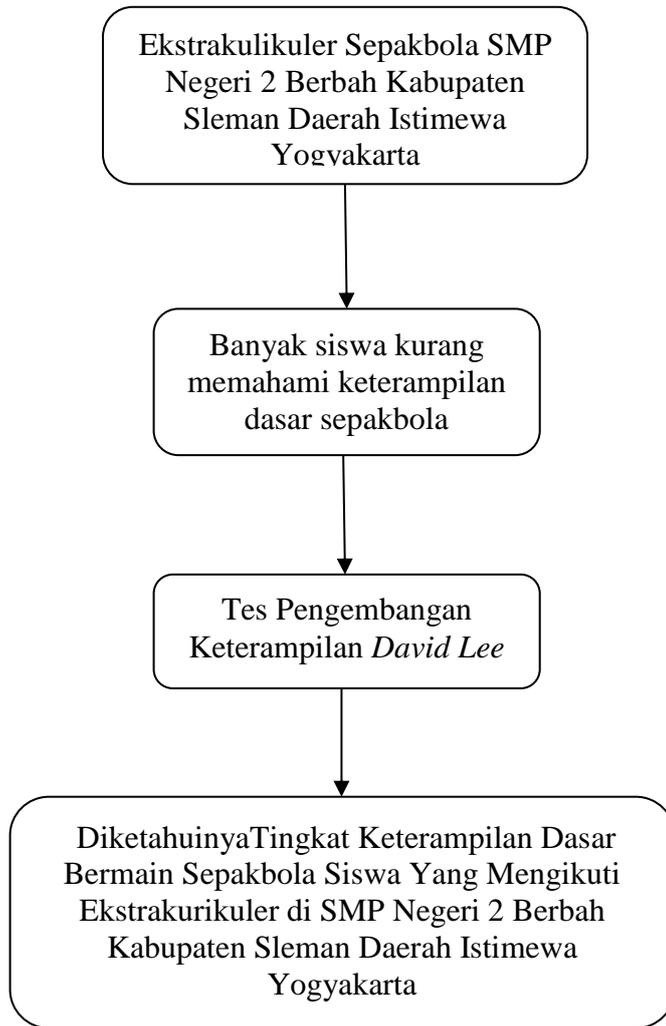
SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta mengadakan kegiatan ekstrakurikuler diberbagai bidang, antara lain: olahraga, kesenian, pramuka, PBB, dan karya ilmiah remaja (KIR), dan sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling digemari di sekolah tersebut untuk

diikuti sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini terbukti banyaknya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di sekolah ini sebanyak 20 siswa.

Hasil wawancara mengatakan bahwa “masih terdapat siswa yang memiliki keterampilan yang kurang untuk bermain sepakbola”. Hal ini dikarenakan intensitas latihan yang dilakukan masih kurang hanya dua kali dalam seminggu. Selain itu sarana dan prasarana yang digunakan tidak sebanding dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler lainnya. Disisi lain pelatih juga belum pernah mengadakan tes keterampilan dasar sepakbola dengan menggunakan instrument yang valid. Pelatih menilai siswa hanya berdasarkan pengamatan saat latihan dan saat melakukan ujicoba ataupun kompetisi.

Kegiatan penelitian dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Melalui tes dan pengukuran “*David Lee*” maka akan didapat hasil penelitian dan bisa mendeskripsikan data mengenai tinggi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

Secara konseptual, kerangka berpikir dalam penelitian ini digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 2.8. Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan teknik tes dan pengukuran. Metode penelitian deskriptif dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan nyata sekarang yang selanjutnya dipersentasekan. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 98), bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian non hipotesis sehingga langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

Keterampilan dasar bermain sepakbola adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau teknik dasar dalam permainan sepakbola yang terdiri atas kemampuan *dribbling*, *passing*, *stopping*, dan *shooting* secara efektif dan efisien, Yang kemudian kemampuan dasar sepakbola tersebut diukur menggunakan tes pengembangan keterampilan metode *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dan Sampel Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya, (Sugiyono, 2010: 72). Populasi adalah keseluruhan objek penelitian sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki dan oleh populasi tersebut, (Sugiyono, 2010: 73).

Sampel merupakan bagian atau subset dari pada populasi, sampel diambil dari bagian populasi yang dipilih. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti subjeknya kurang dari 100 maka diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Jika subyeknya besar, maka 10%-15% atau 20%-25% atau lebih tergantung kemampuan penelitian.

Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik *purposive random sampling*. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 39), sampel dapat dikatakan memiliki teknik *purposive random sampling* apabila dari jumlah populasi yang ada untuk menjadi sampel harus memenuhi ketentuan-ketentuan untuk memenuhi tujuan penelitian. Pada penelitian ini jumlah sampel yang akan diambil pada peserta ekstrakurikuler sepakbola sebanyak 20 siswa. Dengan Ketentuan-ketentuan sebagai berikut:

1. Siswa SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola.
2. Berusia 11-15 tahun.
3. Mau dijadikan bahan coba.

D. Instrumen Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mendapatkan data yang diinginkan. Instrumen merupakan alat bantu yang digunakan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan di permudah. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 150), instrumen dibagi menjadi 2 macam, yaitu *tes* dan *non tes*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan tes praktek kepada responden mengenai kemampuan dasar sepakbola. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 128), yang dimaksud teknik pengumpulan data adalah cara yang ditempuh untuk memperoleh data sesuai dengan pengumpulan yang dibutuhkan.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah tes pengembangan keterampilan David Lee yang telah dinyatakan sah, handal, dan objektif yaitu validitas concurrent tes sebesar 0,942. Tes ini telah memenuhi syarat untuk mengukur keterampilan bermain sepak bola kelompok usia 11 sampai dengan 15 tahun (Subagyo Irianti, 2010: 79).

2. Teknik Pengumpulan Data

Cara pengumpulan data yaitu seluruh siswa bergantian melakukan tes David Lee dua kali kesempatan. Kesempatan pertama dilakukan oleh 20 siswa secara bergantian dan urut. Selanjutnya setelah kesempatan pertama dilakukan oleh seluruh 20 siswa tersebut, baru kesempatan kedua dilakukan oleh 20 siswa tersebut secara bergantian dan urut.

Teknik pengumpulan data dengan tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010 antara lain sebagai berikut:

1) Alat-alat dan perlengkapan

- a) Bola ukuran 5 = 9 buah
- b) Meteran panjang = 1 buah
- c) Cones besar = 5 buah
- d) Pancang 1,5 m = 10 buah
- e) Gawang kecil untuk passing bawah dengan ukuran tinggi 60 cm dan lebar 2 m
- f) Pancang 2 m = 2 buah
- g) Stop watch = 1 buah
- h) Pencatat skor/ hasil (*ballpoint*, blangko tes, *score pad*)
- i) Kapur gamping.
- j) Petugas lapangan 3 orang, sebagai pencatat waktu, pencatat hasil/skor, dan penilai unsur teknik (*judge*).

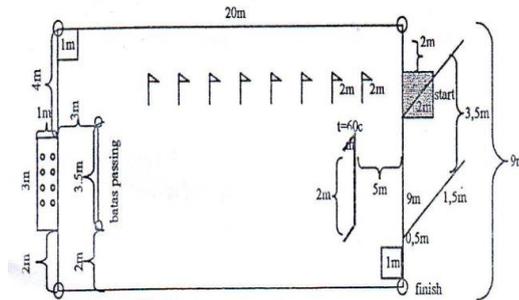
2) Ketentuan umum petunjuk pelaksanaan tes:

- a) Testi menggunakan sepatu sepakbola.
- b) Sebelum melakukan tes, testi melakukan pemanasan selama 5-10 menit.
- c) Sebelum pelaksanaan tes, tidak ada percobaan bagi testi.
- d) Testi mendapatkan penjelasan dan peragaan tentang cara melakukan yang baik dan benar dari seseorang instruktur atau testor.

3) Urutan pelaksanaan tes

- a) Testi berdiri di kotak start (kotak 1) sambil memegang bola.
- b) Setelah aba-aba “ya”, testi memulai tes dengan menimang-nimang bola di udara dengan kaki, minimal sebanyak 5 kali.

- c) Kemudian bola di *dribble* atau digiring melewati pancang-pancang sebanyak 8 buah, dimulai dari sisi kanan.
 - d) Setelah melewati pancang yang terakhir (ke-8) bola dihentikan di kotak ke-2.
 - e) Testi mengambil bola di kotak berikutnya untuk melakukan *passing* rendah dengan diawali bola hidup/bergerak pada batas yang telah ditentukan sebanyak 2 x (dengan kaki kanan 1 x dan kaki kiri 1 x). Bola harus masuk ke gawang yang telah ditentukan dan jika gagal diulangi dengan kaki yang sama dengan sisa bola berikutnya.
 - f) Testi melakukan seperti “e” tapi dengan menggunakan *passing* atas dan diarahkan ke gawang yang telah ditentukan sebanyak 2 x dengan kaki yang terbaik. Jika gagal diulangi dengan sisa berikutnya.
 - g) Mengambil bola di kotak ke-2 untuk kemudian *didribbel*/digiring dengan cepat menuju kotak *finish* (kotak ke-3), bola harus benar-benar berhenti dalam kotak.
- 4) Yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan tes:
- a) *Stopwatch* dihidupkan setelah perkenaan kaki dengan bola yang pertama kali.
 - b) Setiap kesalahan yang dilakukan, testi harus mengulang dari tempat terjadi kesalahan, *stopwacth* tetap berjalan. Setiap testi diberi 2 x kesempatan
 - c) Penskoran: mencatat waktu pelaksanaan dari start hingga finish dalam satuan detik (dicatat hingga 2 bilangan di belakang koma).



Gambar 3.1. Bentuk Lapangan Tes Pengembangan Keterampilan Sepakbola Dengan Metode “David Lee”

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang kemampuan dasar bermain sepakbola bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Statistik ini ditujukan untuk mengumpulkan data, menyajikan data dan menentukan nilai.

Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dengan mengacu pada standar keterampilan yang telah baku untuk mendapatkan keterampilan dasar sepakbola yang sudah ditentukan. Data yang diperoleh dinyatakan dalam bentuk angka sehingga disebut data kuantitatif. Pengategorian tes keterampilan bermain sepakbola didasarkan pada tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto 2010.

Tabel 3.1. Norma Pengkategorian Tes Pengembangan Keterampilan Sepakbola Dengan Metode “David Lee”

No	Kategori	Klasifikasi
1.	<34,81	Baik Sekali
2.	40,78 – 34,81	Baik
3.	46,76 – 40,79	Sedang
4.	52,73 – 46,77	Kurang
5.	>52,73	Kurang sekali

Sumber: Subagyo Irianto (2010: 10)

Setelah data dikumpulkan dalam kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase. Rumus persentase yang digunakan adalah:

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

Keterangan :

P = Prosentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah responden

Sumber: Suharsimi Arikunto (2010: 245-246).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Waktu dan Subjek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian berada di lapangan Kadisono dusun Tegal Tirto, Berbah yang berjarah \pm 500 m dari sekolah SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Deskripsi Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada hari Sabtu tanggal 3 maret 2018 pukul 14.00 - 16.00 WIB.

3. Deskripsi Subjek Penelitian.

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 20 siswa. Dalam pengambilan data dibantu oleh 2 mahasiswa yang berasal dari mahasiswa FIK UNY.

B. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah data hasil tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010, yang diperoleh dari subjek penelitian. Untuk dapat mengetahui seberapa besar tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Adapun

hasil dari tes ketrampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta dengan menggunakan tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010 yang telah didapatkan sebagai berikut:

Tabel 4.1. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta

No	Nama Siswa	Kelas	Umur	Tahap	
				I	II
1	AV	7B	14	49,77	38,84
2	DA	7B	12	45,99	44,50
3	DR	7C	12	53,85	42,82
4	KB	7C	12	36,34	37,70
5	AY	8C	14	50,51	46,16
6	DS	7C	13	41,78	37,64
7	DR	7B	13	52,96	42,63
8	MZ	7A	14	36,26	38,74
9	NS	7C	12	43,94	40,24
10	FA	8A	14	34,25	32,24
11	AR	7A	12	36,50	35,25
12	HR	7B	13	52,20	34,06
13	MN	7B	13	48,73	42,98
14	RZ	7B	13	39,21	38,06
15	AN	7C	12	57,12	30,60
16	AM	8A	14	38,50	35,69
17	FN	8C	13	55,58	42,50
18	DA	7C	12	34,33	33,66
19	MJ	7C	12	50,56	33,51
20	DP	8C	14	56,69	46,39

Hasil analisis tes keterampilan bermain sepakbola dengan menggunakan tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010 yang dilakukan oleh siswa menghasilkan waktu tercepat yaitu 30,60 detik, waktu terlama yaitu 59,69, dan rerata yaitu 36,74 detik. Setelah data terkumpul maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2. Kemampuan Tes Pengembangan Keterampilan “*David Lee*” Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta

No	Kategori	Klarifikasi	Jumlah Siswa	Persentase
1	< 34,81	Baik Sekali	5	25%
2	40,78 – 34,81	Baik	7	35%
3	46,76 – 40,79	Sedang	6	30%
4	52,73 – 46,77	Kurang	1	5%
5	>52,73	Kurang Sekali	1	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 4.2. tampak bahwa kemampuan Tes pengembangan keterampilan “*David Lee*” siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola adalah masuk kategori baik sekali dengan frekuensi 5 siswa (25%) dan kategori baik dengan frekuensi 7 siswa (35%), 6 siswa (30%) masuk kategori sedang, 1 siswa (5%) masuk kategori kurang, serta kategori kurang sekali dengan frekuensi 1 siswa (5%). Apabila dilihat dari nilai rerata yang diperoleh, yaitu 36,74 berada pada kelas interval 40,78 - 34,81.

Histogram kemampuan tes pengembangan keterampilan “*David Lee*” siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 2 Berbah, Sleman, Yogyakarta adalah sebagai berikut:



Gambar 4.1 Histogram Kemampuan Tes Pengembangan Keterampilan “*David Lee*” Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta

C. Pembahasan

Keterampilan bermain sepakbola adalah menguasai teknik-teknik dasar bermain sepakbola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan dengan efektif dan efisien. Subagyo Irianto (2010: 15) Untuk mengetahui tingkat keterampilan siswa kelas khusus olahraga sepakbola di SMP N 2 Berbah, Sleman, Yogyakarta digunakan tes pengembangan “tes keterampilan *David Lee*“ Secara lebih rinci, penghitungan tes pengembangan “tes keterampilan *David Lee*“ siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola yang masuk kategori baik sekali sebanyak 5 siswa, 7 siswa masuk kategori baik, 6 siswa kategori sedang, 1 siswa masuk kategori kurang dan sisanya 1 siswa masuk kategori kurang sekali.

Tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola yang mendominasi adalah kategori baik sekali dan kategori baik berjumlah 12 siswa dengan presentase mencapai lebih dari 60%. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar kemampuan para siswa telah terbilang baik. Hal ini disebabkan oleh kemampuan pelatih dalam mengaplikasikan program latihan, terutama untuk latihan teknik dasar yang erat kaitanya dengan kemampuan keterampilan bermain sepakbola, selain itu juga didukung oleh keseriusan dan ketekunan para siswa dalam mengikuti latihan. Delapan siswa dengan prosentase 40% sisanya masuk kategori sedang, kurang, dan kurang baik.

Walaupun hasil keseluruhan tersebut sudah masuk dalam kategori baik namun masih sangat riskan untuk dipertahankan dan perlu ditingkatkan kearah baik sekali, karena dalam permainan sepakbola menggunakan kekuatan tim bukan kekuatan individual, sehingga apabila dalam suatu tim tersebut terdapat pemain

dalam posisi tertentu yang lemah maupun yang kurang maupun sangat kurang dalam sisi penguasaan teknik, maka akan menjadi titik lemah dan masalah besar dalam tim tersebut. sedangkan untuk kategori kurang dan kurang sekali masih perlu dilakukan latihan-latihan untuk mengembangkan tingkat keterampilan siswa. Seorang pelatih harus memberikan materi seperti: kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dasar atau teknik dasar dalam permainan sepakbola secara efektif dan efisien baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun dengan bola.

Dalam pengamatan peneliti di sekolah khusus olahraga tersebut pada saat siswa sedang melakukan rangkaian pengembangan tes keterampilan *David Lee* ini, rata-rata siswa mengalami kesulitan dalam *dribbling* bola serta dalam melakukan *passing* baik *passing* bawah maupun *passing* lambung. Kemampuan *dribble* bola pada saat melakukan tes terlihat masih sangat kaku dan masih lambat menggiring bola, untuk itu perlunya tambahan materi dan penekanan untuk latihan *dribbling* (menggiring bola). Selain itu hasil yang di dapat dari penelitian di atas menyebutkan bahwa rata-rata siswa yang melakukan Tes Keterampilan David Lee tidak sama dengan yang di rencanakan sebelumnya. Dari survey awal yaitu adanya siswa kurang mendapatkan materi Tes Keterampilan David Lee dan prasarannya yang sangat kurang. Di hasil yang sudah di dapat ternyata tingkat Keterampilan siswa pada saat melakukan rata-rata sudah mampu dan sudah ada yang pernah melakukannya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta: 25% kategori baik sekali, 35% kategori baik, 30% kategori sedang, (5%) masuk kategori kurang, dan 5% kategori kurang sekali.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka hasil penelitian ini berimplikasi praktis, di antaranya:

1. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak pelatih ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta, sehingga lebih terpacu untuk meningkatkan keterampilan teknik bermain sepakbola bagi para siswanya, sehingga upaya untuk mencapai prestasi sepakbola yang optimal dapat tercapai.
2. Timbul semangat dari para siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta untuk meningkatkan ketrampilan bermain sepakbola mereka demi mencapai prestasi yang maksimal.
3. Sebagai gambaran bagi pelatih maupun manajemen sekolah di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta tentang

perkembangan anak latihnya terhadap proses latihan yang telah dilakukan selama ini.

4. Sebagai bahan pertimbangan dan masukan bagi pelatih sepakbola di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta untuk dapat menggunakan pengembangan tes keterampilan bermain sepakbola “*David Lee*” yang dibuat oleh Subagyo Irianto, yang mempunyai kualitas standar sebagai alat untuk mengevaluasi latihan yang telah diberikan.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Meskipun dalam penelitian ini telah berhasil mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 2 Berbah, Sleman, Yogyakarta, namun bukan berarti penelitian ini terlepas dari segala keterbatasan yang ada. Adapun keterbatasan penelitian yang dimaksud adalah sebagai berikut:

1. Masih ada siswa yang kurang bersungguh-sungguh dalam melaksanakan tes walaupun peneliti sudah mencoba untuk memberi motivasi.
2. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik dan mental siswa pada waktu dilaksanakan tes.
3. Tidak diperhitungkan masalah kondisi cuaca saat dilaksanakan tes.
4. Sarana dan prasarana yang kurang memadai juga mempengaruhi hasil tes.

Dalam hal ini adalah kondisi bola dan kondisi lapangan yang permukaannya tidak terlalu rata dalam hal untuk tes keterampilan.

D. Saran- Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan di antaranya:

1. Bagi pelatih sepakbola di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta untuk lebih giat lagi dan memiliki komitmen kuat untuk meningkatkan keterampilan teknik bermain sepakbola para siswanya.
2. Bagi pelatih sepakbola di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta untuk menambah dan memperbanyak sesi latihan teknik dasar sepakbola khususnya *dribbling* bola dan *passing*.
3. Bagi pelatih sepakbola di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta hendaknya menambah pengetahuan tentang metode melatih dan menerapkan sistem latihan yang teruji secara ilmiah agar proses latihan berlangsung secara efektif dan efisien.
4. Bagi para siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta sangat diharapkan untuk bersikap proaktif dalam upaya meningkatkan kualitas teknik individu dalam bermain sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Sarumpaet, dkk. (1992). *Permainan Besar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Kebudayaan.
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Andi Mappiare. (1987). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Usaha Nasional.
- Fitri Hermawan Nurdiyah. (2010). Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Kelas 2 SMP Negeri 2 Pandak. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Luxbacher, Joseph A. (2011). *Sepakbola*. Edisi ke-2, Cetakan ke 5. Jakarta: PT. Raja Persada.
- Remmy Muchtar. (1992). *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud.
- Koger. Robert(2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi.
- Sri Rumini, dkk. (1995). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Unit Percetakan dan Penerbitan (UPP) UNY.
- Subagyo Irianto. (2010). *Pedoman Pelaksanaan Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Yogyakarta: FIK UNY.
- _____. (2010). "Pengembangan Tes Kecakapan David Lee Untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun". *Tesis*. Yogyakarta: UNY
- _____. (2010). *Standardisasi Kecakapan Bermain Sepakbola untuk Siswa Sekolah Sepakbola KU 14 – 15 Tahun se- Daerah Istimewa Yogyakarta*. Diakses dari <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/131808328/Standardisasi.Pdf>.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud.
- Sudjarwo. (2005). *Metode Penelitian Sosial*. Bandung : Mandar Maju.
- Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Afbeta.

- Suharno HP. (1981). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rienenka Cipta.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rinenka Cipta.
- Sukadiyanto. (2005). *Teori dan Metodologi melatih Fisik*. Yoyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukatamsi. (2001). *Permainan Besar I Sepak Bola*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Trueno. (2009). Pengertian Ekstrakurikuler. Yang diambil dari <http://techonly13.wordpress.com/2009/07/04/pengertianekstrakurikuler> pada tanggal 10 April 2013.
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud

LAMPIRAN

Lampiran 1. Izin Penelitian UNY



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta 55281 Telp. (0274) 513092 586168 fax: 282 299 291 541

Nomor : 02.19/UN.34.16/PP/2018.

8 Februari 2018.

Lamp. : 1Eks

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.

Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Sleman.

Jl. Candi Gebang, Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Bambang Cahya Wicaksana

NIM : 12601244099

Program Studi : PJKR

Dosen Pembimbing : Joko Purwanto, M.Pd.

NIP : 196208051989011001

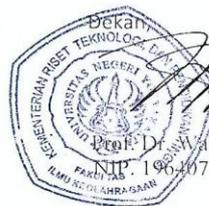
Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s/d April 2018.

Tempat/Objek : SMP Negeri 2 Berbah, Sanggrahan Tegaltrito Berbah Sleman

Judul Skripsi : Tingkat keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Berbah.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



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

NIP. 196407071988121001

Tembusan :

1. Kepala SMP N 2 Berbah.
2. Kaprodi PJKR
3. Pembimbing T.A.S.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Izin Penelitian KESBANGPOL



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 864650, Faksimilie (0274) 864650
Website: www.slemankab.go.id, E-mail : kesbang.sleman@yahoo.com

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Kesbangpol / 589 / 2018

TENTANG PENELITIAN

KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 32 Tahun 2017 Tentang Izin Penelitian, Izin Praktik Kerja Lapangan, Dan Izin Kuliah Kerja Nyata.
Menunjuk : Surat dari Dekan FIK UNY
Nomo : 02.19/UN.34.16/PP/2018
Hai : Ijin Penelitian
Tanggal : 08 Februari 2018

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : BAMBANG CAHYA WICAKSANA
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 12601244099
Program/Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta
Alamat Rumah : Dukuh MJ 1/1209 Gedongkiwo Mantrijeron Yogyakarta
No. Telp / HP : 082242018412
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul
**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA PESERTA
EKSTRAKURIKULER DI SMP NEGERI 2 BERBAH**
Lokasi : SMP N 2 Berbah
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 09 Februari 2018 s/d 11 Mei 2018

Dengan ketentuan sebagai berikut :

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

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

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

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 9 Februari 2018

a.n. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Sekretaris



Dr. Ahmad Yuno Nurkaryadi, M.M

Pembina Tingkat I, IV/b

NIP 19621002 198603 1 010

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Sleman
3. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Berbah
4. Camat Berbah
5. Kepala Sekolah SMP N 2 Berbah
6. Kepala Desa Tegaltirto, Berbah
7. Kaprodi PJKR
8. Pembimbing TAS
9. Yang Bersangkutan

Lampiran 3.Surat Pernyataan Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 2 BERBAH
Alamat : Sanggrahan, Tegaltirto, Berbah, Sleman. Telepon (0274) 497981
E mail : smp2berbah@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN NO : 070 / 114

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 2 Berbah, Kabupaten Sleman, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan ini menerangkan bahwa Saudara tersebut di bawah ini :

Nama Mahasiswa : BAMBANG CAHYA WICAKSANA
Nomor Mahasiswa : 12601244099
Program Studi / Tingkat : Pendidikan PJKR / S-1
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Instansi / Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Instansi / Perguruan Tinggi : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta
Waktu Penelitian : 3 Maret 2018

Telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 2 Berbah dengan judul penelitian **“TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKTRAKURIKULER DI SMP NEGERI 2 BERBAH”**.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Berbah, 19 Maret 2018



Kepala Sekolah

Endang Wahyuti Ningsih, S.Pd
Pembina, Gol IV/a
19650403 198703 2 021

Lampiran 4. Sertifikat Kalibrasi



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
UPT METROLOGI LEGAL

Jl. Sisingamangaraja 21 C Yogyakarta. Kode pos 555122 Telp. (0274)
 sms : 085643491009 EMAIL : metrologilegal@jogjakota.go.id

SERTIFIKAT PENGUJIAN
VERIFICATION CERTIFICATE

Nomor : 1341 / MET / UP - 250 / VI / 2017
 Number

No. Order	: 000071
Diterima tgl	: 22 Juni 2017

ALAT
Equipment

Nama <i>Name</i>	: Ban Ukur	Nomor Seri <i>Serial number</i>	:
Kapasitas <i>Capacity</i>	: 50 m	Merek/Buatan <i>Brand / Made in</i>	: Bison
Tipe/Model <i>Type/Model</i>	:	Daya Baca <i>Readability</i>	: 2 mm

PEMILIK
Owner

Nama <i>Name</i>	: DIPTA PUJI NUGROHO
Alamat <i>Address</i>	: Karang wetan Salamrejo Sentolo Kulon Progo

METODE, STANDART, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode <i>Method</i>	: SK DJ PDN No. 31 / PDN / KEP / 3 / 2010
Standart <i>Standard</i>	: Ukuran Panjang Standar 10 meter
Telusuran <i>Traceability</i>	: Ke satuan Pengukuran SI melalui Direktorat Metrologi

TANGGAL PENGUJIAN : 22 Juni 2017
Date of Verified

LOKASI PENGUJIAN : Kantor UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta
Location of Verified

KONDISI LINGKUNGAN PENGUJIAN : Suhu : 28° C ± 2° C ; Kelembaban : 55% ± 3%
Environment condition of Verified

HASIL : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2017
Result

DISARANKAN UNTUK DIUJI ULANG : 22 Juni 2018
Reverification

Yogyakarta, 22 Juni 2017
 Pjt. Kepala UPT Metrologi Legal

Mohammad Ashari S Kom
 NIP. 19630126/198202.1.001



Halaman 1 dari 2 Halaman

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA UPT METROLOGI LEGAL KOTA YOGYAKARTA

Lampiran 5. Sertifikat Kalibrasi

LAMPIAN SERTIFIKAT PENERAAN
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

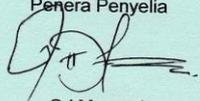
I. DATA PENGUJIAN
Verification data

1. Referensi : DIPTA PUJI NUGROHO

2. Ditera ulang oleh : Sri Maryani , NIP. 19591223 198303 2 012
Verified by

II. HASIL
Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (m)
0 - 10	10,00
0 - 20	20,00
0 - 30	30,00
0 - 40	40,00
0 - 50	50,00

Penera Penyelia

Sri Maryani
NIP.19591223 198303 2 012

Lampiran 6. Pelaksanaan Tes

Urutan pelaksanaan tes :

- a. Testi berdiri di kotak start (kotak 1) sambil memegang bola.
- b. Setelah aba-aba “ya”, testi memulai tes dengan menimang-nimang bola di udara dengan kaki, minimal sebanyak 5 kali.
- c. Kemudian bola di *dribble* atau digiring melewati pancang-pancang sebanyak 8 buah, dimulai dari sisi kanan.
- d. Setelah melewati pancang yang terakhir (ke-8) bola dihentikan di kotak ke-2.
- e. Testi mengambil bola di kotak berikutnya untuk melakukan *passing* rendah dengan diawali bola hidup/bergerak pada batas yang telah ditentukan sebanyak 2 x (dengan kaki kanan 1 x dan kaki kiri 1 x). Bola harus masuk ke gawang yang telah ditentukan dan jika gagal diulangi dengan kaki yang sama dengan sisa bola berikutnya.
- f. Testi melakukan seperti “e” tapi dengan menggunakan *passing* atas dan diarahkan ke gawang yang telah ditentukan sebanyak 2 x dengan kaki yang terbaik. Jika gagal diulangi dengan sisa berikutnya.
- g. Mengambil bola di kotak ke-2 untuk kemudian *didribbel*/digiring dengan cepat menuju kotak *finish* (kotak ke-3), bola harus benar-benar berhenti dalam kotak.

Lampiran 7. Daftar Nama Siswa

DAFTAR HADIR PESERTA EKSTRAKURIKULER
SEPAK BOLA
SMP N 2 BERBAH TAHUN 2017/2018

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN			
			03/02/2018	10/02/2018	17/02/2018	24/02/2018
1	Akbar Vito B	7A				
2	Dhimas Arif W	7A				
3	Dwika Rahma F	7A				
4	Krisna Bayu P	7A				
5	Aditya yahya S	7A				
6	Djohan Saputra	7B				
7	Dzaky Razaan F	7B				
8	Muhammad Zakaria N	7B				
9	Nanda suresh G	7B				
10	Fachreza Adyarma	7B				
11	Afif Rasyad	7C				
12	Haryo rizky F	7C				
13	Mohammad Nur R	7C				
14	Ridwan Zaqi	7C				
15	ALDI NUGROHO	8C				
16	ALI MOCHTAR	8C				
17	FAIZ NUR HUDA	8C				
18	DAFFA ARDIANSYAH	8D				
19	MAHATMA JANITRA P	8D				
20	Dwi Purnomo	8A				

GURU PEMBIMBING

UNTUNG PRIHANDOYO
NIP 19760108 201001 1 006

Lampiran 8. Hasil Tes

No	Nama Siswa	Kelas	Umur	Hasil	
				I	II
1	Akbar Vito	7A	14	49.77	38.84
2	Dhimas Arip	7A	12	45.99	44.50
3	Dwika R	7A	12	57.85	42.82
4	Krisna B	7A	12	36.39	37.70
5	Adit-fa Y	7A	14	50.51	46.16
6	Djohan S	7B	13	41.78	37.64
7	Dzaky R	7B	13	52.96	42.63
8	Moh. Zakaria	7B	14	36.26	38.74
9	Nanda S	7B	12	43.94	40.24
10	Fachreza A	7B	14	34.25	32.24
11	Apip R	7C	12	36.50	35.25
12	Haryo R	7C	13	57.20	54.06
13	Moh. Hor	7C	13	48.73	42.98
14	Pidwan R	7C	13	39.21	38.06
15	Adi H	8B	12	57.12	30.60
16	Ali Mochtar	8C	14	38.50	35.69
17	Pais Hor	8C	13	55.58	42.50
18	Daffa A	8D	12	34.33	33.66
19	Mahatma J	8D	12	50.56	33.51
20	Rui Permomo	8A	14	59.69	48.39

Lampiran 9. Statistik

Keterampilan_Dasar_Sepakbola

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 30.6	1	5.0	5.0	5.0
32.24	1	5.0	5.0	10.0
33.51	1	5.0	5.0	15.0
33.66	1	5.0	5.0	20.0
35.25	1	5.0	5.0	25.0
35.69	1	5.0	5.0	30.0
36.26	1	5.0	5.0	35.0
36.34	1	5.0	5.0	40.0
37.64	1	5.0	5.0	45.0
38.06	1	5.0	5.0	50.0
38.84	1	5.0	5.0	55.0
40.24	1	5.0	5.0	60.0
42.5	1	5.0	5.0	65.0
42.63	1	5.0	5.0	70.0
42.82	1	5.0	5.0	75.0
42.98	1	5.0	5.0	80.0
44.5	1	5.0	5.0	85.0
46.16	1	5.0	5.0	90.0
48.39	1	5.0	5.0	95.0
54.06	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Keterampilan_dasar_sepakbola

	Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik Sekali	5	25.0	25.0	25.0
Baik	7	35.0	35.0	60.0
Sedang	6	30.0	30.0	90.0
Kurang	1	5.0	5.0	95.0
Kurang Sekali	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



(Gambar Tampak Depan Sekolah SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta)



(Gambar Siswa Sedang Melakukan Passing Bawah)



(Gambar Siswa Sedang Melakukan Lari Sprint Menuju Ke Gawang)



(Gambar Siswa Sedang Melakukan Zig-zag)



(Gambar Siswa Sedang Melakukan Awalan juggling)



(Gambar Siswa Sedang Melakukan Zig-zag)



(Gambar Peneliti Sedang Melakukan Instruksi)