

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 2
TEMPEL, SLEMAN YOGYAKARTA
TAHUN 2017/2018**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh :
Alfyani Satriawan
NIM 12601241026

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 2
TEMPEL, SLEMAN YOGYAKARTA
TAHUN 2017/2018**

Oleh:

Alfyani Satriawan
NIM 12601241026

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh penemuan masalah di lapangan yaitu kurangnya prestasi cabang olahraga sepakbola SMP Negeri 2 Tempel bahkan mengalami penurunan dan demikian muncul permasalahan yang ditemukan adalah belum diketahuinya tingkat keterampilan bermain sepakbola. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta tahun 2017/2018.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei tes dan pengukuran. Populasi yang digunakan adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 26 siswa. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *David Lee Test* (Eric Worthington, 1984:17-18) dimana terdapat tiga rangkaian item tes yaitu *Running Speed*, *Basic Movements*, dan *Ball Techniques*. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepakbola dengan kategori Baik Sekali sebanyak 2 siswa (8%), kategori Baik sebanyak 5 siswa (19%), kategori Cukup sebanyak 12 siswa (46%), kategori Kurang sebanyak 5 siswa (19%), dan kategori Kurang Sekali sebanyak 2 siswa (2%).

Kata Kunci: Tingkat Keterampilan, Sepakbola, Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 2 Tempel

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 2
TEMPEL, SLEMAN YOGYAKARTA
TAHUN 2017/2018**

Disusun oleh:

Alfyani Satriawan
NIM 12601241026

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

Yogyakarta, 8 Mei 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi

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

Disetujui,
Dosen Pembimbing,

Fathan Nurcahyo, M.Or.
NIP. 19820711 200812 1 003

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alfyan Satriawan

NIM : 12601241026

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta Tahun 2017/2018

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, 8 Mei 2019
Yang menyatakan,



Alfyan Satriawan
NIM. 12601241026

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

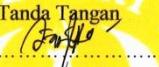
**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 2
TEMPEL, SLEMAN YOGYAKARTA
TAHUN 2017/2018**

Disusun oleh:

Alfyah Satriawan
NIM. 12601241026

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 27 Mei 2019

TIM PENGUJI		Tanggal
Nama/Jabatan	Tanda Tangan	14 - 6 - 2019
Fathan Nurcahyo, M.Or		
Ketua Penguji/Pembimbing		29 - 5 - 2019
Nurhadi Santoso, M.Pd		
Sekretaris Penguji		29 - 5 - 2019
Dr. Yudanto, M.Pd		
Penguji I		

Yogyakarta, Juni 2019
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



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

HALAMAN MOTTO

1. Man Jadda Wa Jadda. Barang siapa yang bersungguh-sungguh akan mendapatkannya.
2. Berpikir positif dan lakukan yang terbaik serta berserah diri kepada Allah SWT. (Ibu Padmiati)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tanpa mengurangi rasa syukur kepada ALLAH SWT Tuhan penguasa alam semesta ini, karya ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya, yaitu Bapak H. Gazwaini Rakhman dan Ibu Padmiati yang senantiasa menyayangi dan mengasihi. Segala usaha saya untuk kalian, semoga membuat kalian bangga.
2. Kakak saya Azmi Widaswari dan adik saya Muhammad Ikhsan Hadiatna yang selalu memberi saya semangat dan keceriaan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan berkat, rahmat, nikmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta tahun 2017/2018”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu penulis mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu

Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan pengarahan dalam penelitian ini.

4. Bapak Dr. Drs. Subagyo, M.Pd, selaku Penasehat Akademik yang memberi pengarahan serta bimbingan selama ini dan memberikan kesempatan penulis untuk menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Fathan Nurcahyo, M.Or, selaku Pembimbing Skripsi yang dengan penuh kesabaran dan ketelitian dalam memberikan bimbingan, dorongan, dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini
6. Kepala sekolah SMP Negeri 2 Tempel yang sudah mengijinkan peneliti melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Tempel.
7. Bapak Hendra Gunawan S.Pd, selaku pelatih ekstrakurikuler sepakbola SMP 2 Tempel yang memberikan masukan dan motivasi dalam upaya penyelesaian skripsi
8. Siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 2 Tempel yang telah bersedia menjadi subjek pada penelitian yang dilakukan dalam upaya penyelesaian skripsi ini.
9. Keluarga besar saya, yang telah memberikan semangat serta doa kepada saya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Teman-teman PJKR A angkatan 2012, terimakasih atas kebersamaan, canda-tawa, dan kekeluargaan, semoga selalu terhias indah dalam hatiku dan menjadi kenangan indah.

11. Semua pihak yang turut memberikan saran dan kritik serta bantuan dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis berharap kritik dan saran yang membangun demi tercapainya perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak khususnya sekolah sepakbola.

Yogyakarta, 8 Mei 2019
Penulis,



Alfyan Satriawan
NIM. 12601241026

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Hakikat Permainan Sepakbola	9
2. Sejarah Sepakbola	13
3. Keterampilan Gerak	15
4. Teknik Dasar Permainan Sepakbola	17
5. Hakikat Keterampilan Bermain Sepakbola.....	26
6. Hakikat Ekstrakurikuler	27
7. Tes Potensi Sepakbola <i>David Lee (David Lee Test)</i>	33
8. Karakteristik Siswa SMP	36
B. Penelitian yang Relevan.....	41
C. Kerangka Berpikir.....	43
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	45

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
C. Populasi Penelitian.....	45
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	46
E. Teknik Analisis Data.....	51
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Hasil Penelitian.....	54
B. Pembahasan.....	62
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	65
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	65
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	66
D. Saran-Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Tempel	4
Tabel 2. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP Negeri 2 Tempel.....	4
Tabel 3. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Tempel	32
Tabel 4. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP Negeri 2 Tempel.....	32
Tabel 5. Populasi Penelitian.....	46
Tabel 6. Norma Nilai Kategori.....	52
Tabel 7. Deskripsi Staistik Tes <i>Running Speed</i>	55
Tabel 8. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data <i>Running Speed</i>	55
Tabel 9. Deskripsi Statistik Tes <i>Basic Movements</i>	56
Tabel 10. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data <i>Basic Movements</i>	57
Tabel 11. Deskripsi Statistik Tes <i>Ball Techniques</i>	58
Tabel 12. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data <i>Ball Techniques</i>	59
Table 13. Deskripsi Statistik Tes <i>David Lee</i>	60
Table 14. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data <i>David Lee</i>	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Sepakbola.	12
Gambar 2. Teknik <i>Ball Feeling</i> Menimang Bola Menggunakan Punggung Kaki	17
Gambar 3. Teknik Passing Bawah Menggunakan Sisi Kaki Bagian Dalam	19
Gambar 4. Teknik <i>Long Passing</i> Menggunakan Sisi Punggung Kaki Bagian Dalam	20
Gambar 5. Teknik <i>Dribbling</i> pada Saat Melewati Lawan	22
Gambar 6. Teknik <i>Dribbling</i> Cepat pada Saat Berada di Ruang Terbuka	23
Gambar 7. Teknik Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian dalam dan Paha	24
Gambar 8. Menendang Bola dengan Kura-kura Penuh	25
Gambar 9. Lapangan Tes Potensi Sepakbola <i>David Lee</i> <i>20 Metre Run Test</i>	34
Gambar 10. Lapangan Tes Potensi Sepakbola <i>David Lee</i> <i>Basic Movements Test</i>	34
Gambar 11. Lapangan Tes Potensi Sepakbola <i>David Lee</i> <i>Ball Techniques Test</i>	35
Gambar 12. Alur Kerangka Berfikir	44
Gambar 13. Lapangan Tes Potensi Sepakbola <i>David Lee</i> <i>20 Metre Run Test</i>	47
Gambar 14. Lapangan Tes Potensi Sepakbola <i>David Lee</i> <i>Basic Movements Test</i>	48
Gambar 15. Lapangan Tes Potensi Sepakbola <i>David Lee</i> <i>Ball Techniques Test</i>	49

Gambar 16. Grafik Hasil Tingkat Keterampilan <i>Running Speed</i>	56
Gambar 17. Grafik Hasil Tingkat Keterampilan <i>Basic Movements</i>	58
Gambar 18. Grafik Hasil Tingkat Keterampilan <i>Ball Techniques</i>	60
Gambar 19. Grafik Hasil Tes <i>David Lee</i>	62
Gambar 20. Grafik Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel	63
Gambar 21. Foto Profil Sekolah SMP Negeri 2 Tempel	87
Gambar 22. Berdoa dan Persiapan Melakukan Tes	87
Gambar 23. Tes <i>Running Speed</i>	88
Gambar 24. Tes <i>Running Speed</i>	88
Gambar 25. Tes <i>Basic Movements</i>	89
Gambar 26. Tes <i>Basic Movements</i>	89
Gambar 27. Tes <i>Ball Techniques</i>	90
Gambar 28. Tes <i>Ball Techniques</i>	90
Gambar 29. Foto Bersama.....	91
Gambar 30. Foto Bersama.....	91

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas	70
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dari KESBANG Sleman	71
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian	72
Lampiran 4. Daftar Hadir dan Biodata Diri Siswa.....	73
Lampiran 5. Data Hasil Penelitian	74
Lampiran 6. Data Statistik Penelitian.....	78
Lampiran 7. Prosedur atau Langkah-Langkah Melakukan Tes <i>David Lee</i>	82
Lampiran 8. Surat Bimbingan Skripsi.....	86
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian.....	87

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga terpopuler di dunia. Permainan tersebut membangkitkan luapan keinginan dan emosi dibandingkan olahraga lainnya. Ketenaran sepakbola tidak terikat oleh umur, jenis kelamin, agama, kebudayaan dan batasan etnik. Gerakan pemain yang terampil menjadi daya tarik dalam permainan sepakbola. Permainan sepakbola sekarang ini telah melewati proses perkembangan yang sangat pesat, baik dari segi peraturan, pengorganisasian maupun sistem latihan yang dijalankan.

Menurut Clive & Gifford (2002: 8) cikal bakal sepakbola sangatlah kuno. Lebih dari 2000 tahun yang lalu, peradaban Cina, Jepang, Yunani, dan Romawi semuanya menunjukkan adanya permainan di mana para pemain menendang atau membawa bola ke suatu sasaran. Tahun 1800-an, sepakbola menjadi teratur dengan adanya berbagai peraturan resmi.

Salah satu negara yang paling tepat menjadi kiblat sepakbola modern adalah Inggris. Tahun 1846 *Cambridge University* membuat peraturan permainan sepakbola yang terdiri dari 11 pasal. Sejak dibuatnya peraturan tersebut, permainan sepakbola mulai berkembang pesat, baik di Inggris maupun di luar Inggris. Pada tanggal 26 Oktober 1863 didirikan badan resmi sepakbola dengan nama *The Football Association* (FA), di kota Cambridge Inggris. Kemudian FA

menyusun peraturan sepakbola untuk disebar keseluruh dunia. (Sucipto, 2000: 3-4).

Dibentuklah organisasi FIFA (*Federation on International de Football Association*) pada tahun 1905 yang merupakan federasi sepakbola dunia. Untuk pertama kalinya FIFA mengadakan kejuaraan dunia sepakbola yang dikenal dengan *Yulies Rimet Cup*. Brazil adalah negara yang menjuarai piala ini tiga kali berturut-turut sehingga berhak memiliki piala tersebut selama-lamanya. Sepakbola 4 tahunan ini diganti nama *World Cup* sampai saat ini.

Sepakbola merupakan permainan beregu, yang terdiri dari sebelas pemain, Dimainkan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. (Sucipto, 2000: 7). Dalam meningkatkan prestasi sepakbola banyak faktor yang mempengaruhi seperti penguasaan teknik yang baik, pelatih yang berkualitas, sarana prasarana, dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadai.

Seorang pemain hendaknya dibekali dengan teknik-teknik dasar bermain sepakbola yang baik dan benar. Seorang pemain yang memiliki teknik dasar yang baik dan benar cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula, karena penguasaan teknik dasar adalah hal yang mutlak dalam bermain sepak bola. Menurut Herwin (2004: 21-49), yaitu:

Permainan sepakbola mencakup dua kemampuan dasar gerak atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pemain yaitu gerak teknik tanpa bola

dan gerak teknik dengan bola. (1) Gerak atau teknik tanpa bola: dalam suatu permainan sepakbola, seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti berjalan, berjingkang, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit dan berhenti tiba-tiba. (2) Kemampuan gerak atau teknik dengan bola meliputi: (a) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*), (b) Menendang bola (*passing*), (c) Menendang bola kegawang (*shooting*), (d) Menggiring bola (*dribbling*), (e) Menerima bola dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*), (f) Menyundul bola (*heading*), (g) Gerak tipu (*feinting*), (h) Merebut bola (*sliding tackle-shielding*), (i) Melempar bola kedalam (*throw-in*), dan (j) Menjaga gawang (*goal keeping*).

Proses pembelajaran sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel dilakukan dalam dua jenis kegiatan, yaitu kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan ini pada dasarnya untuk memberikan siswa pengalaman belajar gerak dan membentuk karakter siswa. Kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Tempel merupakan bagian tidak terpisahkan dalam kegiatan proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan diadakannya kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas siswa berdasarkan minat dan bakatnya. Tujuan lainnya adalah untuk meningkatkan jiwa sosial siswa, serta sebagai media untuk persiapan karir berdasarkan potensi, minat, dan bakat yang dimiliki siswa.

Ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel dilaksanakan empat kali seminggu yaitu hari Senin, Selasa, Kamis dan Sabtu pukul 15.00 WIB sampai 17.00 WIB di Lapangan Banyurejo, desa Banyurejo, kecamatan Tempel, kabupaten Sleman, yang diikuti oleh 30 siswa. Beberapa siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola ada yang mengikuti kegiatan sepakbola tambahan

melalui Sekolah Sepakbola (SSB). Setiap ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Tempel memiliki pelatih atau pembina, ekstrakurikuler sepakbola dilatih oleh bapak Hendra Gunawan, S.Pd.

Sarana dan prasarana untuk kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Tempel sangat mendukung karena terdapat lapangan sepakbola yang dekat dengan sekolah sehingga memudahkan untuk latihan.

Tabel 1. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Tempel

No	Nama Barang	Jumlah	Keterangan
1	Bola sepak	10	Baik
2	Marker	50	Baik
3	Cones	15	Baik
4	Rompi	24	Baik

(Sumber : Koordinator Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Tempel, Tahun 2015)

Prestasi SMP Negeri 2 Tempel yang didapat melalui cabang sebakkola beberapa tahun terakhir masih kurang dan dapat dibilang belum mampu meningkatkan prestasinya dilevel kabupaten Sleman. Dibuktikan dengan tabel prestasi sebagai berikut:

Tabel 2. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP Negeri 2 Tempel

No	Event	Tahun	Hasil
1	LPI Tingkat Kecamatan Tempel	2012	Peringkat 1
2	LPI Tingkat Kabupaten Sleman	2013	Peringkat 2
3	LPI Tingkat Kabupaten Sleman	2014	Peringkat 2
4	LPI Tingkat Kabupaten Sleman	2015	Peringkat 4

(Sumber: Data prestasi SMP N 2 Tempel 2015)

Masalah lain yang dihadapi yakni belum diketahuinya tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa. Padahal penilaian tingkat keterampilan penting untuk mengetahui seberapa jauh perkembangan keterampilan yang dimiliki siswa,

sehingga akan memudahkan pelatih dalam menyusun program latihan agar lebih efektif. Usaha-usaha yang dapat ditempuh dalam meningkatkan prestasi cabang olahraga sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel adalah dengan mengukur secara berkala tingkat keterampilan siswa peserta ekstrakurikuler. Hal ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan tingkat keterampilan siswa, mengetahui keberhasilan program latihan yang telah diberikan, yang selanjutnya dapat menjadi acuan untuk program latihan yang akan diberikan selanjutnya oleh pelatih ekstrakurikuler sepakbola. Melihat kenyataan dilapangan bahwa belum diketahuinya tingkat keterampilan sepakbola yang dimiliki siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, masih kurang diperhatikan oleh pelatih,

Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan diatas, maka peneliti ingin mencoba mengadakan penelitian tentang “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, peneliti dapat mengidentifikasi berbagai permasalahan sebagai berikut:

1. Prestasi cabang olahraga sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel dalam beberapa tahun terakhir mengalami penurunan.

2. Belum diketahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Tempel.

C. Batasan masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan dan waktu penelitian. Maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada "Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta".

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka penulis dapat merumuskan suatu permasalahan, yaitu: Seberapa baik tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat keberbagai pihak, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta yang dapat digunakan sebagai kerangka acuan, bahan kajian, dan pengembangan penelitian selanjutnya. Dari hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan sumbangan pemikiran yang mempunyai manfaat terutama bagi peneliti khususnya cabang olahraga sepakbola.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah SMP Negeri 2 Tempel

Hasil penelitian ini dijadikan bahan dasar kepustakaan dalam penelitian selanjutnya khususnya yang berhubungan dengan tingkat keterampilan bermain sepakbola.

b. Bagi guru atau pelatih

Sebagai data dalam melakukan evaluasi terhadap program latihan yang telah dilakukan, sekaligus menjadi acuan dalam merancang program latihan yang akan di lakukan selanjutnya.

c. Bagi siswa

Agar siswa dapat mengetahui dan memahami tingkat keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat menjadi penyemangat untuk terus meningkatkan keterampilan bermain sepakbolanya.

d. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta

Hasil penelitian ini dijadikan bahan dasar kepustakaan dalam penelitian selanjutnya khususnya yang berhubungan dengan tingkat keterampilan bermain sepakbola.

e. Bagi masyarakat

Supaya dapat digunakan untuk menambah wawasan dengan harapan dapat meningkatkan kualitas masyarakat umum.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Permainan Sepakbola

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga terpopuler di dunia. Permainan tersebut membangkitkan luapan keinginan dan emosi dibandingkan olahraga lainnya. Ketenaran sepakbola tidak terikat oleh umur, jenis kelamin, agama, kebudayaan dan batasan etnik. Gerakan pemain yang terampil menjadi salah satu daya tarik dalam permainan sepakbola. Permainan sepakbola sekarang ini telah melewati proses perkembangan yang sangat pesat, baik dari segi peraturan, pengorganisasian maupun sistem latihan yang dijalankan.

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukkan. (Sarumpaet, 1992: 5).

Meskipun termasuk dalam olahraga beregu, setiap pemain harus menguasai teknik dasar yang terdiri dari gerakan dengan bola maupun gerakan tanpa bola. Tujuan dari permainan sepakbola adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah pemain lawan untuk mencetak gol ke gawang sendiri sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam permainan sepakbola. Suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola paling banyak ke gawang lawannya, dan apabila sama maka permainan dinyatakan seri.

Dalam perkembangannya permainan sepakbola ini dapat dimainkan di luar lapangan (*outdoor*) dan di dalam ruangan tertutup (*indoor*). Olahraga ini berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan baik anak-anak, dewasa, maupun orang tua. Bukti nyata sepakbola dilakukan oleh wanita, yaitu diselenggarakannya sepakbola wanita pada kejuaraan Dunia 1999, Sucipto, dkk. (2000: 7).

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan dalam waktu 2x45 menit. Selama waktu tersebut, para pemain di tuntut untuk bergerak, berlari sambil menggiring bola, berlari kemudian harus berhenti tiba-tiba, berlari sambil berbelok 90 derajat, bahkan terkadang 180 derajat, melompat, meluncur, dan bahkan terkadang beradu badan (*body contact*) dengan pemain lawan dalam kecepatan tinggi. Semua ini menuntut kualitas fisik dan teknik pada tingkat yang baik untuk dapat bermain sepakbola dengan baik, Remmy Muchtar (1992: 81).

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, dimainkan dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain salah satunya penjaga gawang. Masing-masing regu berusaha memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan dengan menggunakan peraturan yang sudah ditentukan.

Permainan sepakbola dimainkan dalam dua babak, lama waktu pada setiap babak adalah 45 menit, dengan waktu istirahat 15 menit antar babak. Pada pertandingan yang menentukan juara misalnya pada pertandingan final, apabila terjadi skor yang sama (seri), maka akan dilanjutkan dengan babak tambahan

waktu selama 2x15 menit tanpa ada waktu istirahat. Jika dalam waktu tambahan 2x15 menit skor masih seri, maka akan dilanjutkan dengan tendangan penalti untuk menentukan tim yang menang.

Menurut Luxbacher (2011: 2) menjelaskan bahwa sepakbola dimainkan dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebol gawang lawan. Sepakbola adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu yang terdiri atas sebelas pemain setiap regu, termasuk penjaga gawang. Setiap regu berusaha memasukan bola ke gawang lawan dalam permainan yang berlangsung 2x45 menit, apabila seri dilanjutkan dengan babak tambahan waktu dana du pinalti.

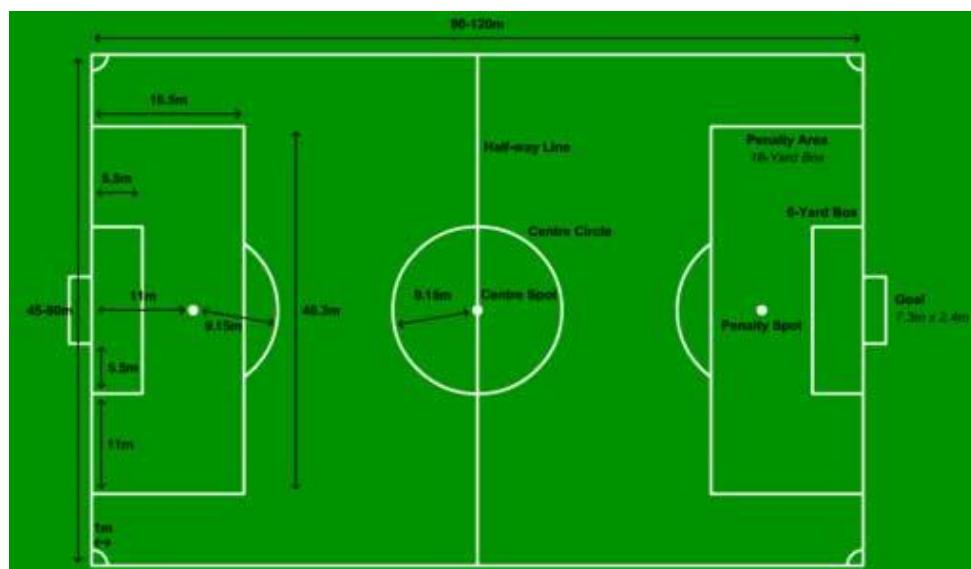
Dalam *Laws of the Game FIFA* (2009: 4-12) lapangan permainan sepakbola harus berbentuk empat persegi panjang dan ditandai dengan garis-garis. Garis-garis ini termasuk dalam daerah permainan yang dibatasinya. Dua garis batas yang panjang disebut garis samping. Dua garis yang pendek disebut garis gawang.

Ukuran yang standar dari sebuah lapangan sepakbola yang layak digunakan adalah memiliki rentang ukuran dengan panjang antara 90-120 meter dan lebar antara 45-90 meter. Tebal garis lapangan 12 sentimeter. Setiap pertandingan

dimulai dari titik tengah lapangan yang membagi lapangan menjadi dua daerah simetris yang dikelilingi oleh lingkaran yang memiliki diameter 9,15 meter.

Disetiap sudut lapangan diberi garis lingkaran dengan diameter 1 meter dan bendera sudut lapangan dengan tinggi tiang 1,5 meter. Gawang terbuat dari bahan yang tidak berbahaya seperti kayu atau besi yang berbentuk bulat dengan diameter 12 sentimeter. Tinggi gawang 2,44 meter dan lebar 7,32 meter dan gawang ditutupi dengan jaring.

Daerah gawang memiliki ukuran 5,5 meter ke depan dengan panjang 18,3 meter. Daerah ini masuk bagian dari daerah tendangan hukuman (*penalty area*) saat terjadi pelanggaran didalam kotak *penalty* baik berupa menjatuhkan lawan, ataupun terjadi *handsball*. Area kotak *penalty* ini memiliki ukuran 16,5 meter dengan panjang 40 meter. Titik *penalty* berjarak 11 meter yang diukur dari garis gawang. Berikut ini terlihat dalam gambar lapangan sepakbola.



Gambar 1. Lapangan Sepakbola
Sumber: (*Laws of the Game FIFA*, 2009: 10)

Dalam *Laws of the Game FIFA* (2009: 14-24) fasilitas atau perlengkapan lainnya yang penting dalam permainan sepakbola meliputi: kaos tim (*jersey*) yang berlengan, jika memakai pakaian dalam, warna dari lengan pakaian dalam itu harus sama dengan warna dari lengan kaos tim atau kemeja olahraga yang dipakai. Celana pendek, jika memakai celana di bawah celana pendek warnanya harus sama dengan warna celana pendek utama.

Sepatu bola yang terbuat dari bahan yang tidak berbahaya, kaos kaki panjang, rompi, *skin decker* atau *shinguard* untuk pelindung tulang kering dan sarung tangan untuk penjaga gawang. Bola berbentuk bulat, terbuat dari bahan kulit atau bahan lainnya yang diperbolehkan oleh *FIFA*, dengan keliling lingkaran tidak lebih dari 70 cm (28 inci) dan tidak kurang dari 68 cm (27 inci) dan berat tidak lebih dari 450 g (16 oz) dan tidak kurang dari 410 g (14 oz) tekanan udara sama dengan 0,6-1,1 atm (600-1100 g/cm²) pada permukaan laut (8,5 lbs/sq inci - 15,6 lbs/sq inci).

2. Sejarah Sepakbola

Permainan sepakbola termasuk kegiatan olahraga yang sudah sangat tua usianya, sepakbola sudah dimainkan ribuan tahun yang lalu. Sampai saat ini belum ada kepastian dari mana dan siapa pencipta permainan sepakbola.

Menurut Clive & Gifford (2002: 8) cikal bakal sepakbola sangatlah kuno. Lebih dari 2000 tahun yang lalu, peradaban Cina, Jepang, Yunani, dan Romawi semua menunjukan adanya permainan dimana para pemain menendang atau

membawa bola ke suatu sasaran. Tahun 1800-an, sepakbola menjadi teratur dengan adanya peraturan resmi.

Menurut Harsuki (2004: 281) Yunani purba merupakan negara yang mempelopori banyaknya cabang olahraga, begitu pula sepakbola dengan nama *Episkyros*. Romawi, sebagai kekaisaran besar menamakan sepakbola dengan sebutan *Haspartum*. Cina sebagai negara besar Asia mengenal sepakbola dengan nama *Tsu-Chi*, yang sudah di kenal pada tahun 1124-247 SM. Sedangkan Inggris mengenal sepakbola pada Abad ke-12, berawal dari tengkorak-tengkorak dari penjajah bangsa *Viking* ditendang-tendang secara beramai-ramai menyerupai permainan sepakbola.

Salah satu negara yang paling tepat menjadi kiblat sepakbola modern adalah Inggris. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 3-4) sepakbola modern berasal dari Inggris. Tahun 1846 *Cambridge University* membuat peraturan permainan sepakbola yang terdiri dari 11 pasal yang dikenal dengan sebutan *Cambridge Rules of Football*. Sejak dibuatnya peraturan tersebut, permainan sepakbola mulai berkembang pesat, baik di Inggris maupun di luar Inggris. Pada tanggal 26 Oktober 1863 didirikan badan resmi sepakbola dengan nama *The Football Association* (FA), di kota *Cambridge* Inggris. Kemudian FA menyusun peraturan sepakbola untuk di sebar keseluruh dunia pada tanggal 8 Desember 1863.

Atas inisiatif Guirin yang berasal dari Prancis dibentuklah organisasi FIFA (*Federation on International de Football Association*) pada tahun 1905 yang merupakan federasi sepakbola dunia. Untuk pertama kalinya FIFA mengadakan

kejuaraan dunia sepakbola yang dikenal dengan nama *Coup de Monde* yang diikuti oleh anggota FIFA. Akan tetapi untuk menghormati jasa Yulies Rimet *Coup de Monde* diganti dengan nama *Yulies Rimet Cup*. Brazil adalah negara yang berhasil menjuarai piala ini tiga kali berturut-turut sehingga berhak memiliki piala tersebut selama-lamanya. Sepakbola empat tahunan ini diganti nama *World Cup* sampai saat ini.

Di Indonesia sejak Bangsa Belanda menjajah Indonesia pada tahun 1920, seakbola berkembang sebatas orang-orang Belanda saja. Pada tanggal 19 April 1930 dibentuklah PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) dengan ketua Ir. Soeratin Sosrosoegono. PSSI berdiri didukung oleh tujuh Bond ternama yaitu Jakarta dengan VIJ, Bandung dengan BIVB, Magelang dengan MIVB, Surabaya dengan SIVB, Surakarta dengan VVB, Madiun dengan MVB, dan Yogyakarta dengan PSM. Sepakbola merupakan tujuh cabang olahraga yang dipertandingkan di PON ke-1 di Surakarta. Sepakbola menjadi olahraga yang memasyarakat di Indonesia, seiring perkembangan zaman dan modernisasi zaman.

3. Keterampilan Gerak

Banyak pengertian dan ruang lingkup gerak dasar yang digunakan dalam bidang olahraga. Keterampilan gerak menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, (2000: 57) didalam keterampilan gerak terdapat unsur efektivitas dan efisiensi, keterampilan tersebut dapat dikategorikan sebagai keterampilan yang tinggi. Selain itu, dalam bukunya juga mengemukakan keterampilan dapat

dipelajari atau dilatihkan yang dilakukan secara terus-menerus dalam periode waktu tertentu.

Mengkaji pola gerak permainan sepakbola, ddalamnya meliputi gerakan-gerakan seperti lari, lompat, loncat, menendang, menghentakan dan menangkap bola bagi penjaga gawang. Semua gerakan-gerakan tersebut terangkai dalam suatu pola gerak yang diperlukan pemain dalam menjalankan tugasnya bermain sepakbola. Berdasar pada analisis rumpun gerak pada keterampilan dasar, pemain sepakbola memiliki tiga keterampilan dasar gerak yaitu gerak lokomotor, gerak non lokomotor, dan gerak manipulatif, Sucipto, dkk. (2000: 8).

Gerak lokomotor dalam permainan sepakbola tercermin pada gerakan perpindahan tempat ke segala arah, melompat/meloncat, dan meluncur. Sedangkan gerak non-lokomotor dalam permainan sepakbola tercermin pada gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat seperti menjangkau, melenting, membungkuk, meliuk. Adapun gerak manipulatif dalam permainan sepakbola tercermin pada gerakan-gerakan seperti menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola dan menangkap bola bagi penjaga gawang, atau lemparan ke dalam untuk memulai permainan setelah bola keluar lapangan.

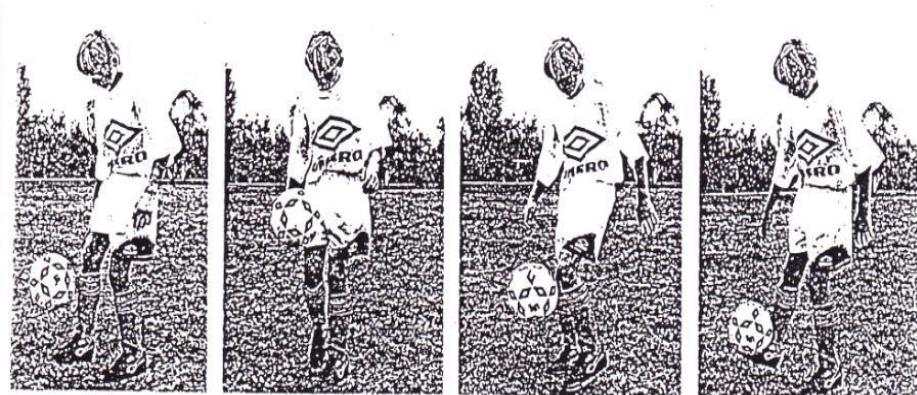
Dari pengertian tentang keterampilan gerak dasar di atas dapat didefinisikan bahwa keterampilan gerak dasar dalam keterampilan sepakbola adalah kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan mendasar atau teknik dasar dalam permainan sepakbola secara efektif dan efisien baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun dengan bola.

4. Teknik Dasar Permainan Sepakbola

a. Pengenalan Bola dengan Bagian Tubuh (*Ball Feeling*)

Menurut Herwin (2004: 23) menyatakan pengenalan bola dengan bagian tubuh merupakan awal pembelajaran permainan sepakbola, haruslah diawali dengan pembelajaran pengenalan bola dengan seluruh bagian tubuh (*ball feeling*) dengan baik dan benar. Semua bagian tubuh yang diperbolehkan untuk menyentuh bola dalam peraturan sepakbola.

Bagian tubuh yang diperbolehkan menyentuh bola meliputi bagian kaki dalam, kaki luar, punggung kaki, tumit, telapak kaki, paha, dada, dan kepala, sehingga pembelajaran memerlukan sentuhan yang banyak sehingga *ball feeling* terbentuk dengan baik. Untuk melakukan *ball feeling* menurut Herwin (2004: 23) menyatakan dapat dimulai dari berdiri di tempat, berpindah tempat, dan sambil berlari; baik dalam bentuk menahan bola, menggulirkan bola, dan menimang bola dengan bagian kaki, paha, dan kepala.



Gambar 2. Teknik *Ball Feeling* Menimang Bola Menggunakan Punggung Kaki
Sumber: (Herwin, 2004: 24)

b. Mengoper Bola (*Passing*)

Dalam permainan sepakbola Herwin (2004: 27) menyatakan mengoper bola (*passing*) memiliki tujuan, antara lain mengoper bola pada teman, mengoper bola di daerah kosong, mengoper bola terobosan di antara lawan, menendang bola untuk membuat gol ke gawang lawan, dan menendang bola untuk mengamankan daerah permainan sendiri. Mengoper bola dengan kaki dapat dilakukan dengan semua bagian kaki, namun secara teknis agar bola dapat ditendang dengan baik, dapat dilakukan dengan punggung kaki atau kura-kura kaki, sisi kaki bagian dalam, sisi kaki bagian luar, punggung kaki bagian dalam, dan punggung kaki bagian luar.

1) Mengoper Bola Bawah (*Short-Passing*)

Luxbacher (2011: 12) menyatakan keterampilan pengoperan bola yang paling dasar dan harus dipelajari terlebih dahulu yang biasa disebut dengan push pass (operan dorong) karena menggunakan sisi kaki bagian dalam untuk mendorong bola. Menurut Herwin (2004: 28) menyatakan mengoper bola bawah hanya dapat dilakukan dengan sikap awal kedua kaki yang baik, yaitu memperhatikan:

a) Kaki Tumpu dan Kaki Ayun (*Steady Leg Position*)

Kaki yang tidak menendang bola dinamakan kaki tumpu, dan kaki yang mendang bola dinamakan kaki ayun. Untuk menghasilkan tendangan bola bawah, kaki tumpu di samping atau agak di depan bola dan ujung kaki tumpu mengarah

ke sasaran. Pergelangan kaki ayun harus terkunci atau kaku saat perkenaan dengan bola.

b) Bagian Bola

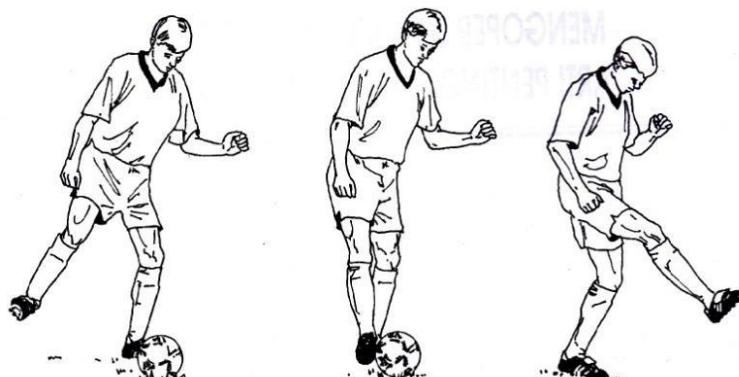
Bagian bola yang dikenakan kaki ayun adalah titik tengah bola ke atas.

c) Perkenaan Kaki dengan Bola (*Impact*)

Bagian kaki ayun yang mengenai bola harus pada sisi kaki yang terlebar, yaitu sisi kaki bagian dalam.

d) Akhir Gerakan (*Follow-Through*)

Sebagai tindak lanjut gerakan menendang dan memberi hasil tendangan lebih keras, maka kaki ayun harus benar-benar optimal ke depan.



Gambar 3. Teknik Passing Bawah Menggunakan Sisi Kaki Bagian Dalam
Sumber: (Luxbacher, 2011: 12)

2) Menendang Bola Atas (*Long-Passing*)

Herwin (2004: 28) menyatakan bahwa menendang bola atas atau melambung (*long-passing*) sering dilakukan saat terjadi pelanggaran di lapangan tengah, umpan bola dari samping (*crossing*), tendangan sudut, hanya dapat

dilakukan dengan sikap awal kedua kaki dan arah tubuh yang baik, yaitu dengan memperhatikan:

a) Kaki Tumpu dan Kaki Ayun (*Steady Leg Position*)

Untuk menghasilkan tendangan bola atas, kaki tumpu berada di samping agak di belakang bola dan ujung kaki tumpu mengarah ke sasaran. Kaki ayun ditarik ke belakang ke arah paha bagian belakang dan agak ditekuk ke belakang.

b) Bagian bola

Bagian bola yang dikenakan oleh kaki ayun adalah bagian bawah bola.

c) Perkenaan kaki dengan bola (*impact*)

Bagian kaki ayun yang mengenai bola harus terkunci dan kaku, perkenaan pada punggung kaki bagian dalam.

d) Akhir gerakan (*follow-through*)

Sebagai tindak lanjut gerakan menendang dan memberi hasil tendangan naik atau melambung dan keras, maka kaki ayun harus benar-benar optimal ke depan.



Gambar 4. Teknik Long Passing Menggunakan Punggung Kaki Bagian Dalam
Sumber: (Luxbacher, 2011: 23)

c. Menggiring bola (*Dribbling*)

Permainan sepakbola menjadi lebih menarik, ketika seorang pemain mampu menguasai bola dengan baik melalui aksi individu menggiring bola (*dribbling*). Tujuan menggiring bola menurut Herwin (2004: 33) adalah bertujuan untuk melewati lawan, untuk mendekati daerah pertahanan lawan, untuk membebaskan diri dari kawalan lawan, untuk mencetak gol, dan untuk melewati daerah bebas.

Perkenaan kaki saat menggiring bola menurut Herwin (2004: 33) hampir sama dengan menendang *passing* bola bawah; yaitu sisi kaki bagian dalam, punggung kaki penuh, punggung kaki bagian dalam, punggung kaki bagian luar, dan sisi kaki bagian luar. *Dribbling* menghadapi tekanan lawan, bola harus dekat dengan kaki ayun atau kaki yang akan melakukan *dribbling*, artinya sentuhan terhadap bola sesering mungkin atau banyak sentuhan. Sedangkan, bila di daerah bebas tanpa ada tekanan lawan, maka sentuhan bola sedikit dan diikuti gerakan lari cepat. Menggiring bola dapat diikuti oleh gerakan berikutnya *passing*, ataupun *shooting*.

Menurut Luxbacher (2011: 49) menyatakan *dribbling* memiliki dua teknik dalam menggiring bola, yaitu sebagai berikut:

- 1) Menggiring bola dengan kontrol yang rapat

Menggiring bola dalam keadaan tertekan oleh lawan yang memenuhi ruang gerak dengan jarak yang dekat. Teknik menggiring bola tipe ini berusaha untuk melewati lawan dengan perubahan kecepatan dan arah yang cepat disertai dengan

gerak tipu tubuh dan kaki terhadap lawan, untuk mencari ruang tambahan untuk menggiring dan melakukan manuver dengan bola.



Gambar 5. Teknik *Dribbling* pada Saat Melewati Lawan
Sumber: (Luxbacher, 2011: 48)

2) Menggiring bola dengan cepat

Menggiring bola dalam kondisi ini tidak seperti melakukan menggiring bola pada kontrol yang rapat, karena menggiring bola tipe ini dilakukan pada saat menggiring bola pada ruang terbuka tanpa ada tekanan dari lawan. Dalam situasi ini pemain harus mampu menggiring bola pada kecepatan penuh, tidak membiarkan bola rapat dengan kaki, sebaliknya bola didorong beberapa kali ke arah depan pemain dengan ruang yang terbuka, berlari cepat ke arah bola yang didorong sebelumnya, kemudian mendorongnya kembali menggunakan sentuhan sisi kaki bagian dalam maupun luar.



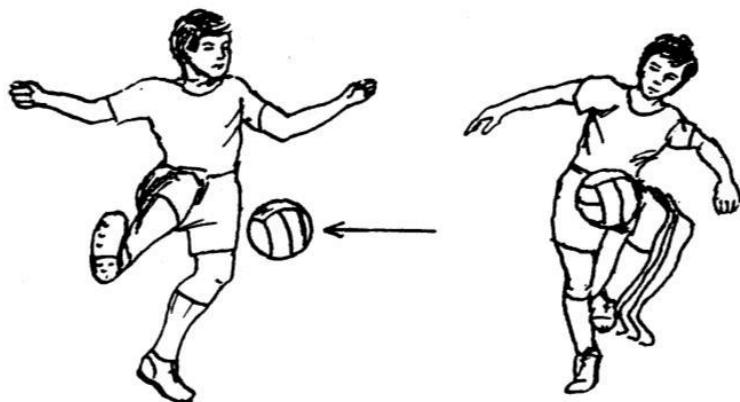
Gambar 6. Teknik *Dribbling* Cepat pada Saat Berada di Ruang Terbuka
Sumber: (Luxbacher, 2011: 49)

d. Menghentikan bola (*Stoping*)

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. Dilihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

Menurut Herwin (2004: 35) teknik pada saat menghentikan bola yaitu pengamatan terhadap lajunya bola selalu harus dilakukan oleh pemain, baik saat bola melayang maupun bergulir. Gerakan menghentikan lajunya bola dengan cara menjaga stabilitas dan keseimbangan tubuh, dan mengikuti jalannya bola (saat bola bersentuhan antara bola dengan bagian tubuh), dan pandangan selalu tertuju pada bola.



Gambar 7. Teknik Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian dalam dan Paha
Sumber: (Luxbacher, 2011: 52)

e. Menembak (*Shooting*)

Shooting adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan memasukan bola ke dalam gawang. Teknik dasar menendang bola dengan kaki kura-kura penuh biasa digunakan para pemain sepakbola dengan tujuan untuk memasukan bola ke dalam tiang gawang. Sukatamsi (1995:84). Tendangan dengan punggung kaki seringkali dilakukan guna menghasilkan bola jauh dan keras serta terarah, biasanya tendangan punggung kaki dilakukan dalam bola-bola *shooting* ke gawang (Joseph A

Luxbacher, 2012:15) Analisa gerak menendang dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

a. Sikap Awal

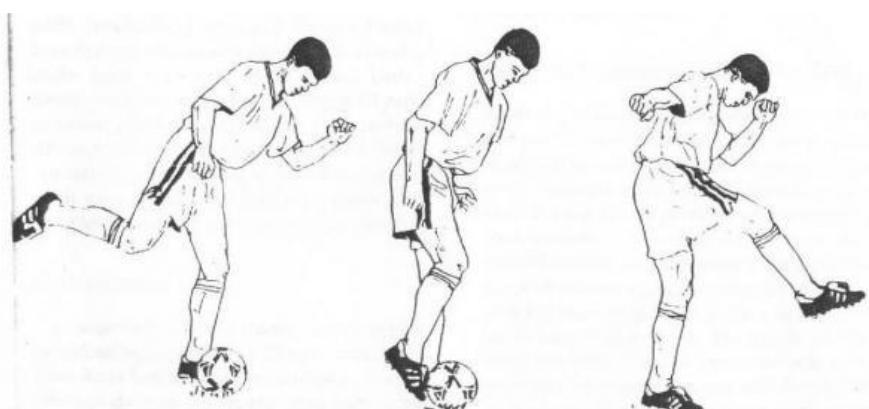
- 1) Mendekati bola dari belakang pada sudut yang tipis
- 2) Meletakkan salah satu kaki untuk menahan keseimbangan disamping bola
- 3) Mengarahkan kaki ke target
- 4) Lutut kaki ditekuk
- 5) Bahu dan pinggung lurus dengan target
- 6) Menarik kaki yang akan menendang
- 7) Meluruskan dan menguatkan bagian kura-kura kaki
- 8) Lutut kaki berada di atas bola
- 9) Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan
- 10) Kepala tidak bergerak
- 11) Fokus perhatian pada bola

b. Sikap Pelaksanaan

- 1) Berat badan dipindahkan kedepan
- 2) Kaki yang akan menendang disentakkan dengan kuat
- 3) Kaki tetap lurus
- 4) Menendang bagian tengah bola dengan bagian kura-kura kaki

c. Sikap Akhir

- 1) Melanjutkan gerak searah dengan bola
- 2) Berat badan pada kaki yang menahan keseimbangan
- 3) Gerakan akhir kaki sejajar dengan dada
- 4) Badan berdiri rilek dan kembali kesikap awal



Gambar 8. Menendang Bola dengan Kura-kura Penuh.

Sumber: (Joseph A Luxbacher, 2012:15)

5. Hakikat Keterampilan Bermain Sepakbola

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 8-9) ada tiga gerakan keterampilan yang paling dominan dalam bermain sepakbola yaitu lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Gerakan lokomotor dalam sepakbola adalah gerakan berpindah tempat, seperti lari, meloncat dan lompat. Gerakan nonlokomotor dalam sepakbola adalah gerakan yang tidak berpindah tempat seperti menjangkau, melenting membungkuk dan meliuk. Sedangkan gerakan manipulatif seperti gerakan menendang, menggiring, menyundul, merampas, dan menangkap bola.

Keterampilan bermain sepakbola merupakan perpaduan keterampilan beberapa gerakan yang dilakukan dengan waktu hampir bersamaan dengan waktu yang sesingkat mungkin. Gerakan tersebut merupakan gerakan teknik-teknik dasar dalam sepakbola baik pergerakan dengan bola seperti menggiring, menendang, mengontrol dan menangkap bola maupun tanpa bola seperti berlari dan mencari ruang. Menurut Luxbacher (2011: 11,47) mengoper merupakan bagian paling penting dalam keterampilan bermain sepakbola, karena mengoper dan mengontrol bola merupakan jalinan vital untuk menghubungkan antar pemain. Sedangkan keterampilan melindungi bola dalam permainan sepakbola yaitu teknik lanjutan untuk *mendribbling* bola, melindungi bola adalah menempatkan tubuh di antara bola dan lawan yang mencoba merebut bola yang kita kuasai.

Keterampilan bermain sepakbola sangatlah kompleks, selain keterampilan teknik-teknik dasar juga harus dikuasai keterampilan pendukung seperti kemampuan fisik, kecepatan, keterampilan membaca permainan, menyesuaikan

diri dengan perubahan situasi permainan dan membaca ruang. Menurut Clive Gifford (2003: 40) penjaga gawang harus memiliki keterampilan berkomunikasi dan mengetahui cara untuk berkonsentrasi dengan baik. Selain itu dalam mengambil keputusan seorang penjaga gawang harus dengan cepat, cermat dan tenang dalam menghadapi pertandingan.

Keterampilan bermain sepakbola merupakan keterampilan satu tim yang saling berkomunikasi dan bekerjasama untuk menerapkan beberapa keterampilan yang ada dan boleh dilakukan, baik seorang penjaga gawang maupun sepuluh pemain di depan merupakan kesatuan sebuah tim yang menerapkan berbagai keterampilan teknik dasar untuk diterapkan saat bertahan maupun menyerang untuk memperoleh kemenangan.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan seseorang, antara lain: peserta berasal dari akademi sepakbola atau sekolah sepakbola (SSB), serta latihan satu kali dalam seminggu.

6. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Keterbatasan waktu berolahraga yang dilakukan secara formal sangat menghambat tercapainya pembinaan secara maksimal untuk perkembangan dan pertumbuhan siswa. Oleh karena itu, sering sekali atau pun wajib diadakan kegiatan di luar jam sekolah untuk memaksimalkan kegiatan bagi siswa yang mengikutinya walaupun kegiatan tersebut tidak formal. Dengan adanya kegiatan yang dilakukan di luar sekolah maka siswa dapat menyalurkan, memaksimalkan

dan mengembangkan kemampuan beserta bakatnya yang terpendam di dalam dirinya masing-masing. Melalui ekstrakurikuler siswa dapat benar-benar menjadi manusia yang intensif. Siswa dapat belajar untuk menghormati keberhasilan orang lain, bersikap sportif, berjuang untuk mencapai prestasi secara jujur.

Menurut Yudik Prasetyo (2010: 65) Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan diluar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah. Menurut Depdikbud Dirjen Dikdasmen Direktorat pembinaan kesiswaan (1995: 4) bahwa kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah ataupun di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Dari beberapa uraian di atas dapat diambil suatu kesimpulan bahwa ekstrakurikuler merupakan suatu pelajaran tambahan yang diadakan oleh sekolah dan dilakukan diluar jam sekolah yang mempunyai nilai positif bagi peserta didik agar dapat menambah pengetahuan atau meningkatkan prestasi dari bakat bermain sepakbola yang telah dimiliki oleh peserta didik tersebut.

b. Tujuan Ekstrakurikuler

Dalam setiap kegiatan yang dilakukan, pasti tidak lepas dari aspek tujuan. Kerena suatu kegiatan yang diakukan tanpa jelas tujuannya, maka kegiatan itu

akan sia-sia. Begitu pula dengan kegiatan ekstrakurikuler tertentu memiliki tujuan tertentu. Mengenai tujuan kegiatan dalam ekstrakurikuler dijelaskan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1995: 2) sebagai berikut:

- 1) Siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan keterampilan mengenai hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, sehat rohani dan jasmani, berkepribadian yang mentap dan mandiri, memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.
- 2) Siswa mampu memanfaatkan pendidikan kepribadian serta mengaitkan pengetahuan yang diperolehnya dalam program kurikulum dengan kebutuhan dan keadaan lingkungan.

Dari penjelasan diatas pada hakeketnya tujuan kegiatan ekstrakurikuler yang ingin dicapai adalah untuk kepentingan siswa. Dengan kata lain, ekstrakurikuler untuk menunjang tercapainya tujuan pendidikan, untuk memperluas pengetahuan, untuk menyalurkan bakat dan minat dan untuk melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya. Tujuan kegiatan ekstrakurikuler tidak akan berhasil tanpa adanya partisipasi dari pihak lain seperti: prasarana, orang tua, guru, teman, dan masyarakat.

c. Jenis-Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler tentu berbeda-beda jenisnya, karena banyak hal yang memang berkaitan dengan kegiatan siswa selain dari kegiatan inti. Menurut Yudha M. Saputra (1999: 8) jenis-jenis ekstrakurikuler meliputi: 1) Ekstrakurikuler beladiri, 2) Ekstrakurikuler seni musik, 3) Ekstrakurikuler seni tari, 4)

Ekstrakurikuler seni media, 5) Ekstrakurikuler olahraga. Dengan beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang ada, siswa dapat memilih kegiatan yang sesuai dengan kemampuan dan minat masing-masing.

Kegiatan ekstrakurikuler tersebut berbeda-beda sifatnya, ada yang bersifat sesaat dan ada pula yang berkelanjutan. Kegiatan yang bersifat sesaat seperti karyawisata dan bakti sosial, itu hanya dilakukan pada waktu sesaat dan alokasi waktu yang terbatas sesuai dengan kebutuhan, sedangkan yang sifatnya berkelanjutan maksudnya kegiatan tersebut tidak hanya untuk hari itu saja, melainkan kegiatan tersebut telah diprogramkan sedemikian rupa sehingga dapat diikuti terus sampai selesai kegiatan sekolah.

d. Ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Tempel

SMP Negeri 2 Tempel merupakan sekolah menengah pertama negeri di kecamatan Tempel kabupaten Sleman yang menjadi salah satu sekolah favorit dengan keunggulan dalam ilmu sains, umum, dan olahraga. Ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Tempel terdiri dari ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Ekstrakurikuler wajib meliputi kegiatan pramuka, kegiatan pramuka ini wajib diikuti oleh seluruh siswa SMP Negeri 2 Tempel dengan tujuan menjadi manusia yang berkepribadian dan berwatak luhur serta tinggi mental, moral, budi pekerti dan kuat keyakinan beragama. Selain itu ekstrakurikuler yang bergerak dibidang olahraga juga wajib diikuti siswa kelas khusus olahraga yaitu cabang olahraga sepakbola, bola voly, dan atletik. Sedangkan ekstrakurikuler pilihan 1) kegiatan

ekstrakurikuler yang bergerak dibidang olahraga yang diikuti siswa regular hanya basket . 2) kegiatan ekstrakurikuler yang bergerak dibidang non olahraga seperti: tari, musik,tonti, majalah dinding.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri 2 Tempel terdiri dari berbagai cabang olahraga salah satunya adalah sepakbola. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel dibimbing oleh pelatih Bapak Hendra Gunawan, S.Pd. Dengan menggunakan sistem latihan terpadu, yaitu dipadukannya antara target pengembangan fisik, mental, taktik dan teknik dari setiap peserta. Dengan pelatihan secara rutin, diharapkan para anggota dapat lebih terlatih dan kondisi fisik selalu terpantau. Para anggota ekstrakurikuler juga selalu mendapat pengarahan-pengarahan dari pelatih setiap sesi pelatihan. Hal ini juga bertujuan untuk selalu menyiapkan tim agar siap setiap saat ketika ada kompetisi.

Ekstrakurikuler sepakbola diadakan 4 kali dalam seminggu yaitu setiap hari Senin, Selasa, Kamis, Sabtu pukul 15.00 WIB sampai 17.00 WIB. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler berjumlah 30 orang. Ekstrakurikuler sepak bola dilaksanakan dilapangan Banyurejo desa Banyurejo kecamatan Tempel kabupaten Sleman. SMP Negeri 2 Tempel juga menyediakan sarana prasarana untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler sepakbola.

Table 3. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Tempel

No	Nama Barang	Jumlah	Keterangan
1	Bola sepak	10	Baik
2	Marker	50	Baik
3	Cones	15	Baik
4	Rompi	24	Baik

(Sumber : Koordinator Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Tempel, Tahun 2015)

Empat tahun terakhir prestasi yang diraih oleh SMP Negeri 2 Tempel dibidang olahraga khususnya sepak bola mengalami penurunan. Pada tahun 2013 dan 2014 dalam event LPI (Liga Pendidikan Indonesia) tingkat kabupaten Sleman mampu merebut medali perak, tetapi pada event LPI(Liga Pendidikan Indonesia) tingkat kabupaten Sleman tahun 2015 SMP Negeri 2 tempel hanya mampu berada di nomor empat pada cabang olahraga sepakbola.

Tabel 4. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP Negeri 2 Tempel

No	Event	Tahun	Hasil
1	LPI Tingkat Kecamatan Tempel	2012	Peringkat 1
2	LPI Tingkat Kabupaten Sleman	2013	Peringkat 2
3	LPI Tingkat Kabupaten Sleman	2014	Peringkat 2
4	LPI Tingkat Kabupaten Sleman	2015	Peringkat 4

(Sumber: Data prestasi SMP N 2 Tempel 2015)

Ekstrakurikuler sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang harus dibina dengan permainan yang dimulai semenjak usia muda. Ekstrakurikuler sepakbola merupakan suatu pelajaran tambahan yang diadakan oleh sekolah dan dilakukan diluar jam sekolah yang mempunyai nilai positif bagi peserta didik agar dapat menambah pengetahuan atau meningkatkan prestasi dari bakat bermain sepakbola yang telah dimiliki oleh peserta didik tersebut.

Pelatihan yang kontinu diharapkan juga mampu memberikan kontribusi positif bagi para anggota ekstrakurikuler sepakbola SMP N 2 Tempel untuk meningkatkan kemampuan fisik para anggota tim. Oleh karena itu, dibutuhkan persiapan yang matang baik secara materi maupun spiritual untuk mendukung agar kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dapat meningkatkan prestasi yang lebih tinggi. Salah satunya adalah kesiapan dari pemain itu sendiri.

7. Tes Potensi Sepakbola *David Lee (David Lee Test)*

Menurut Eric Worthington (1984: 17) tes potensi sepakbola *David Lee* ini dimaksudkan untuk mengukur keterampilan bermain sepakbola bagi pemain muda. Nilai utama dari tes ini adalah upaya untuk mengidentifikasi pemain dengan beberapa keterampilan sepakbola yang belum terlihat dalam permainan.

Unsur yang dinilai adalah unsur-unsur serangkaian teknik dasar sepakbola yang meliputi *dribbling, starting, stoping*, berlari dengan bola, dan menendang bola ke target.

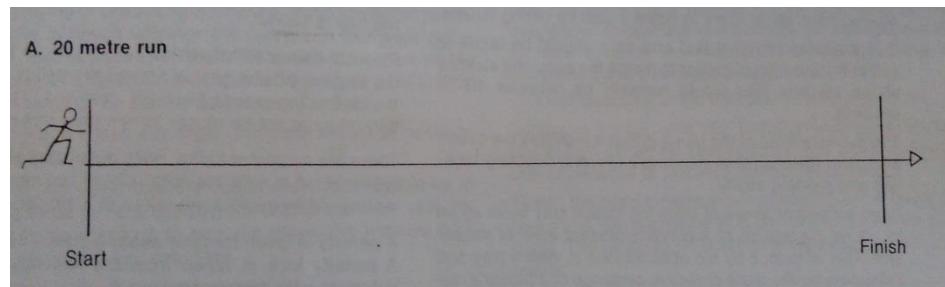
Penggunaan tes potensi sepakbola *David Lee* berupa tes unjuk kerja artinya *teste* dituntut untuk melakukan semua usaha/tindakan yang berupa perbuatan yakni melakukan unjuk kerja terhadap unsur-unsur teknik dasar sepakbola secara cepat dan cermat.

Adapun tes potensi sepakbola *David Lee* meliputi 3 rangkaian tes menurut Eric Worthington (1984: 17) yaitu:

- a. *Running Speed Test* (Kecepatan Berlari)

Lari 20 meter dari garis *start* sampai *finish*, dengan *start* berdiri.

Berikut adalah gambar lapangan tes potensi sepakbola *David Lee 20 Metre Run* (Lari 20 meter):

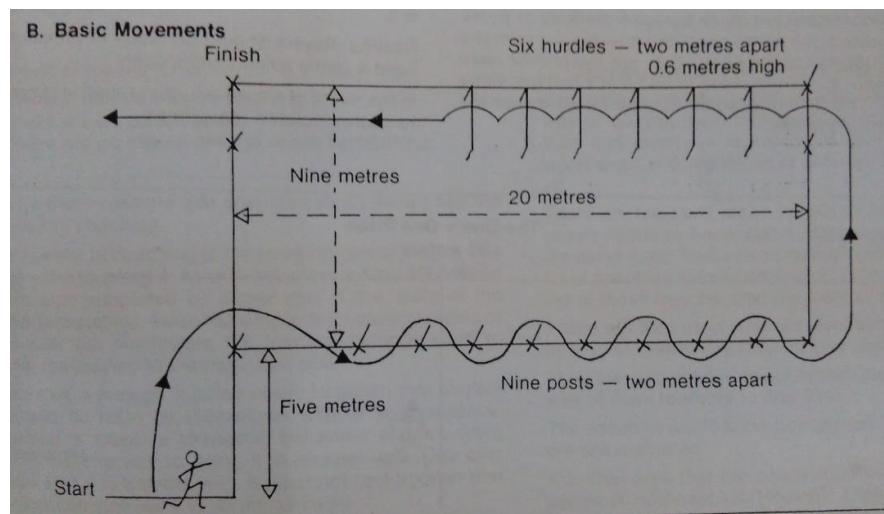


Gambar 9. Lapangan Tes Potensi Sepakbola *David Lee 20 Metre Run Test*
Sumber: (Eric Worthington, 1984: 18)

b. *Basic Movements Test* (Gerakan-gerakan)

Lari tanpa bola mengelilingi lapangan, dan melewati tanda-tanda yang dipasang dan melewati palang-palang yang dipasang. Tes ini bisa diubah yaitu dengan melompati palang dan lewat di bawahnya.

Berikut adalah gambar lapangan tes potensi sepakbola *David Lee Basic Movements* (Gerak dasar tanpa bola):

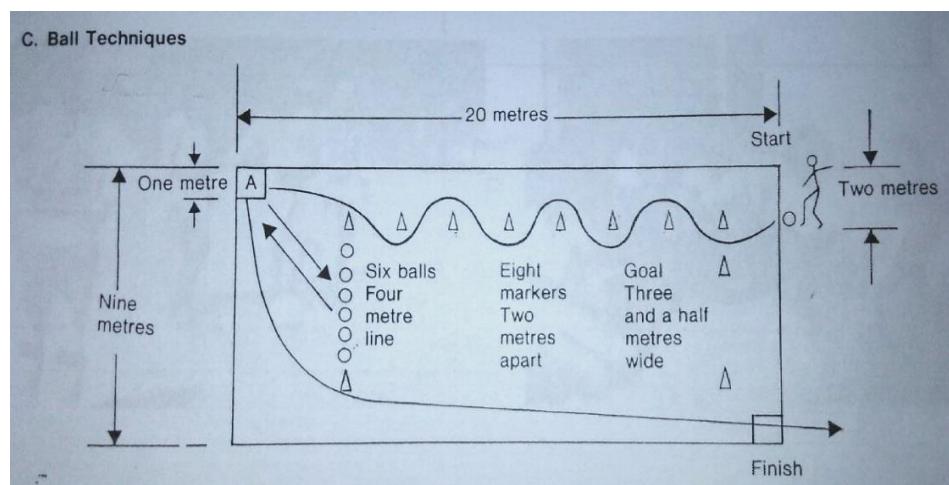


Gambar 10. Lapangan Tes Potensi Sepakbola *David Lee Basic Movements Test*
Sumber: (Eric Worthington, 1984: 18)

c. *Ball Techniques Test* (Teknik dengan Bola)

Lari dengan bola, pertama-tama melewati tanda yang telah dipasang. Lalu bola dimasukkan ke kotak A. Pemain kemudian menendang bola yang telah tersedia, sampai berhasil memasukkan 2 bola ke gawang, satu dengan kaki kanan, dan satu lagi dengan kaki kiri. Pemain kembali lagi ke kotak A untuk mengambil bola, dan selanjutnya lari lagi untuk menempatkan bola di kotak B.

Berikut adalah gambar lapangan tes potensi sepakbola *David Lee Ball Techniques* (Teknik dengan bola):



Gambar 11. Lapangan Tes Potensi Sepakbola *David Lee, Ball Techniques Test*
Sumber: (Eric Worthington, 1984: 18)

Alat dan perlengkapan:

- a. Bola = 7 buah
- b. Meteran panjang = 1 buah
- c. Tiang/Kerucut = 11 buah
- d. Stopwatch = 1 buah
- e. Gawang kecil rendah = 6 buah
- f. Pencatat skor
- g. Kapur gamping
- h. Petugas lapangan 2 orang

8. Karakteristik Siswa SMP

Hurlock (1991: 207-209) yang dikutip oleh Rita (2008, 124-126) menjelaskan bahwa masa remaja memiliki ciri-ciri khusus yang membedakan masa sebelum dan sesudahnya seperti masa-masa sebelumnya. Ciri-cirinya sebagai berikut:

a. Masa Remaja Sebagai Periode Penting

Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat menimbulkan penyesuaian mental dan membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

b. Masa Remaja Sebagai Periode Peralihan

Remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Seorang remaja harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan serta mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang ditinggalkan.

c. Masa Remaja Sebagai Periode Perubahan

Pada masa remaja terjadi perubahan fisik, perilaku, dan sikap yang sangat pesat. Perubahan yang terjadi saat masa remaja seperti meningginya emosi, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan, berubahnya minat dan pola perilaku serta adanya sikap ambivalen terhadap setiap perubahan.

d. Masa Remaja Sebagai Masa Mencari Identitas

Seorang remaja berusaha menunjukkan siapa diri dan perananya dalam kehidupan masyarakat. Pencarian identitas ditentukan oleh lingkungan dan diri remaja itu sendiri. Keluarga harus membekali modal dasar untuk remaja seperti pendidikan moral dan pengetahuan. Sehingga remaja dalam pencarian identitasnya tidak terjerumus ke hal yang negatif. Di masa remaja, keluarga harus sangat memperhatikan perilaku remaja agar dapat mengontrol perkembangannya.

e. Usia Bermasalah

Remaja menolak bantuan dari orangtua dan guru lagi. Sehingga masalah yang dihadapi diselesaikan mandiri. Pada gilirannya remaja dihadapkan kepada berbagai pilihan yang tidak jarang menimbulkan pertentangan batin di dalam diri remaja itu sendiri.

f. Masa Remaja Sebagai Usia Yang Menimbulkan Ketakutan/Kesulitan

Pada masa remaja sering timbul pandangan yang kurang baik atau bersifat negatif yang dapat mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya yang membuat remaja sulit melakukan peralihan menuju masa dewasa.

g. Masa Remaja Sebagai Masa yang Tidak Realistik

Remaja cenderung memandang dirinya dan orang lain sebagaimana yang diinginkan bukan sebagaimana adanya, lebih lebih cita-citanya. Apabila hal yang diinginkannya tidak tercapai akan mudah marah.

h. Masa Remaja Sebagai Ambang Masa dewasa

Menjelang menginjak masa dewasa, remaja merasa gelisah untuk meninggalkan masa belasan tahunnya. Remaja mulai berperilaku sebagai orang dewasa seperti cara berpakaian, merokok, menggunakan obat-obatan yang dianggap dapat memberikan citra seperti yang diinginkan.

Menurut Hurlock (1991: 206) yang dikutip dari Rita (2008: 124)

menyatakan bahwa awal masa remaja kira-kira saat umur 13 tahun sampai 16 tahun atau 17 tahun. Pada anak seusia SMP merupakan masa remaja awal. Pada masa remaja awal biasanya terjadi masa transisi, baik biologis, psikologis, sosial maupun ekonomis. Berikut ini merupakan masa perkembangan remaja awal menurut Abin Syamsudin, (2004: 132-135):

a. Fisik dan perilaku Psikomotorik

- 1) Laju perkembangan secara umum berlangsung sangat cepat dan pesat.
- 2) Proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering kurang seimbang (termasuk otot dan tulang belakang).
- 3) Munculnya ciri-ciri sekunder (tumbuh bulu pada public region, otot mengembang pada baian-bagian tertentu), disertai mulai aktifnya sekresi kelenjar jenis (menstruasi pada wanita dan polusi pada pria pertama kali).
- 4) Gerak-gerak tampak canggung dan kurang terkoordinasikan, aktif dalam berbagai jenis cabang permainan yang dicobanya.

b. Bahasa dan Perilaku Kognitif

- 1) Mengalami perkembangan dalam penggunaan bahasa sandi dan mulai tertarik mempelajari bahasa asing.
- 2) Menggemari literatur yang bernafsakan dan mengandung segi erotik, fantastik, dan estetik.
- 3) Pengamatan dan tanggapannya masih bersifat realisme dan kritis.
- 4) Proses berfikirnya sudah mampu mengoperasikan kaidah-kaidah logika formal (asosiasi, diferensiasi, komparasi, kausalitas) dalam term yang bersifat abstrak (meskipun relatif terbatas).
- 5) Kecakapan dasar intelektual umumnya (general intelligence) menjalani laju perkembangan yang terpesat (terutama bagi yang belajar di sekolah).

- 6) Kecakapan dasar khusus (bakat-bakat) atau aptitudes mulai menunjukkan kecenderungan-kecenderungan secara lebih jelas.
- c. Perilaku sosial, moralitas, dan religious
 - 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.
 - 3) Adanya ambivalensi antara keinginan bebas dari dominasi pengaruh orang tua dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orang tuanya.
 - 4) Dengan sikapnya dan cara berfikirnya yang kritis mulai menguji kaidah-kaidah atau sistem nilai etis dengan kenyataannya dalam perilaku sehari-hari oleh para pendukungnya (orang dewasa).
 - 5) Mengidentifikasi dirinya dengan tokoh-tokoh moralitas yang dipandang tepat dengan tipe idolanya.
 - 6) Mengenai eksistensi (keberadaan) dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan mulai dipertanyakan secara kritis dan skeptis.
 - 7) Penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari dilakukan mungkin didasarkan atas pertimbangan adanya semacam tuntunan yang memaksa dari luar dirinya.
 - 8) Masih mencari dan mencoba menemukan pegangan hidupnya.
- d. Perilaku afektif, konatif dan kepribadian
 - 1) Lima kebutuhan dasar (fisik, rasa aman, afiliasi sosial, penghargaan, perwujudan diri) mulai menunjukkan arah kecenderungan-kecenderungannya.
 - 2) Reaksi-reaksi dan ekspresi emosinya masih labil dan belum terkendali seperti pernyataan marah, gembira, atau kesedihannya mungkin masih dapat berubah-ubah silih berganti, dalam tempo yang cepat.
 - 3) Kecenderungan-kecenderungan arah sikap nilai mulai tampak (teoritis, ekonomis, estesis, sosial, politis, dan religius), meskipun masih dalam taraf eksplorasi dan mencoba-coba.
 - 4) Merupakan masa kritis dalam rangka menghadapi kritis identitasnya yang sangat dipengaruhi oleh kondisi psikososialnya, yang akan membentuk kepribadiannya.
- e. Karakteristik Siswa SMP Negeri 2 Tempel

Masa remaja merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Masa remaja ini sering dianggap sebagai masa peralihan, dimana saat-saat ketika anak tidak mau

lagi diperlakukan sebagai anak-anak, tetapi dilihat dari pertumbuhan fisiknya belum dapat dikatakan orang dewasa. Sesuai dengan karakteristik diatas, siswa di SMP Negeri 2 Tempel secara Fisik, siswa telah mengalami pubertas dimana seluruh organ reproduksinya sudah matang dengan postur tubuh yang ideal namun dengan masa otot yang tidak terlalu kekar dan tidak mengalami kekurangan asupan gizi. Secara Psikis, siswa sering dianggap belum memiliki mental yang stabil. Hal ini dicirikan dengan praktik pencarian identitas dan hal-hal baru yang menarik perhatian mereka. Secara Sosial, siswa masih bergantung kepada keluarga. Dilihat dari keinginan melakukan segala sesuatu halnya perlu bantuan karena belum yakin bisa melakukannya sendiri . Secara Kepribadian, siswa sering mengikuti apa yang dilakukan oleh teman-teman satu kelas yang dianggap satu pemikiran.

Secara keseluruhan siswa SMP Negeri 2 tempel cenderung memiliki sifat meniru perilaku temannya ketika berada di sekolah, ini terjadi karena ada kesenjangan sosial dalam sebuah kelas. Dibuktikan dengan adanya *pembully-an* terhadap teman yang dianggap tidak satu pemikiran, selain itu siswa kurang peduli terhadap lingkungan sekolah dengan masih adanya sampah yang berserakan dilantai dan laci meja.

Siswa SMP Negeri 2 Tempel juga memiliki sifat ingin tahu dan belajar yang giat, karena saat melakukan pengamatan terhadap siswa SMP Negeri 2 Tempel siswa selalu aktif bertanya baik dalam proses pembelajaran ataupun diluar proses

pembelajaran. SMP Negeri 2 Tempel memiliki Kelas Khusus Olahraga (KKO), dimana setiap jenjang kelas memiliki satu kelas khusus siswa KKO. Karakteristik siswa KKO di SMP Negeri 2 Tempel berbeda dengan siswa regular, siswa dikelas KKO cenderung memiliki sifat memberontak, sulit diatur dan lebih suka mengobrol ketika proses pembelajaran berlangsung. Ada sifat yang dimiliki siswa KKO dan kurang dimiliki oleh siswa regular, yaitu kerjasama yang sangat tinggi.

Dalam lingkungan SMP Negeri 2 Tempel sudah menerapkan pencegahan terhadap hal tersebut diantaranya, pihak sekolah mengadakan membaca kitab suci *Al quran* dan kitab suci lainnya sekaligus menyanyikan lagu kebangsaan Negara Indonesia sebelum kegiatan belajar dilaksanakan. Selain, itu untuk membentuk karakteristik siswa melalui kegiatan diluar jam sekolah yaitu ekstrakurikuler.

Salah satunya ekstrakurikuler sepakbola yang dilaksanakan di lapangan Banyurejo kecamatan Tempel, empat kali seminggu yaitu hari Senin, Selasa, Kamis, Sabtu pukul 15.00 WIB sampai pukul 17.00 WIB. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola banyak berasal dari siswa KKO di SMP Negeri 2 Tempel, sifat yang sulit diatur, lebih suka berbicara ketika ada yang menerangkan masih tampak terlihat ketika berada di tempat latihan. Saat sesi latihan berlangsung siswa tidak fokus dan melakukan semua intruksi dari pelatih dengan asal-asalan tidak bersungguh-sungguh. Berbeda dengan saat sesi game, siswa senang dan melakukan dengan sungguh-sungguh. Ini membuktikan kerjasama anak saat melakukan salah satu cabang olahraga sangat baik.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat diperlukan guna mendukung kerangka teori-teori dan kerangka berfikir yang dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam pengajuan pertanyaan dalam penelitian.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nurhayat (2013) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri 4 Sleman”. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra SMP Negeri 4 Sleman kelas VII. Penelitian ini merupakan penelitian populasi sehingga populasi sampel dalam penelitian, sehingga subjek penelitian ini adalah siswa putra SMP Negeri 4 Sleman kelas VII berjumlah 45 siswa putra. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan yaitu Tes *David Lee Pengembangan Subagyo Irianto*. Dalam penelitian ini mendapatkan hasil bahwa siswa putra kelas VII SMP Negeri 4 Sleman memiliki tingkat keterampilan bermain sepakbola dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 siswa (4,44%), keterampilan tinggi sebanyak 15 siswa (33,33%), kategori sedang sebanyak 12 siswa (26,67%), kategori rendah sebanyak 13 siswa (28,89%), dan sangat rendah sebanyak 3 siswa (6,67%).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Nur Ridwan Yuli Prihantoro (2010) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 3 Sleman”. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian

ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 3 Sleman sebanyak 35 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu siswa peserta ekstrakurikuler yang berumur 14-15 tahun. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan yaitu tes pengembangan kecakapan *David Lee* oleh Subagyo Irianto. Dalam penelitian ini mendapatkan hasil bahwa siswa SMP Negeri 3 Sleman yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola memiliki keterampilan teknik dasar sepakbola dengan kategori sangat baik 0 siswa (0%), kategori baik sebanyak 3 siswa (15%), kategori cukup sebanyak 8 siswa (40%), kategori kurang sebanyak 5 siswa (25%), dan kategori kurang sebanyak 4 siswa (20%).

3. Penelitian yang dilakukan oleh Didik Dzulqarnain (2013) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 14 Yogyakarta”. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 14 Yogyakarta sebanyak 25 orang. Instrumen yang digunakan yaitu tes *David Lee* yang dimodifikasi (Subagyo Irianto, 2010: 152-156). Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 14 Yogyakarta berada pada kategori kurang sekali dengan persentase sebesar 8% (2 siswa), masuk dalam kategori kurang dengan persentase sebesar 20%

(5 siswa), masuk dalam kategori cukup dengan persentase 52% (13 siswa), masuk dalam kategori baik dengan persentase sebesar 20% (5 siswa), dan masuk dalam kategori baik sekali dengan persentase 0% (tidak ada siswa).

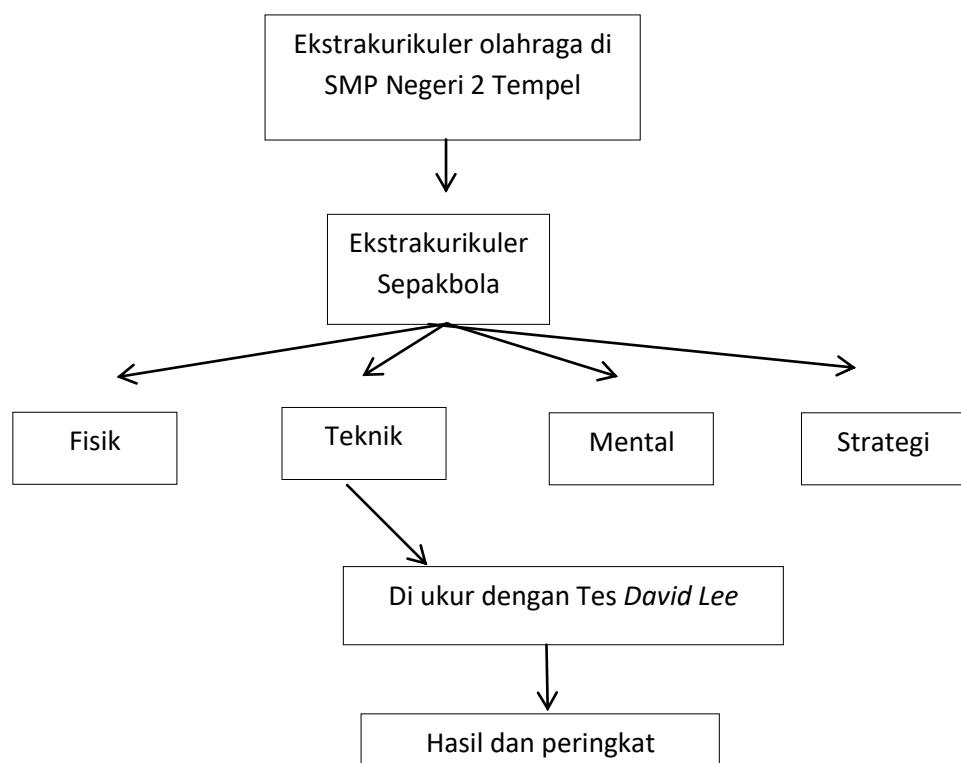
C. Kerangka Berfikir

Dasar atau pondasi yang penting dan harus dimiliki pemain sepakbola yaitu teknik gerak dasar sepakbola yang baik. Sehingga teknik gerak dasar mutlak harus dikuasai oleh tiap pemain sepakbola. Teknik gerak dasar yang baik akan semakin baik jika di tunjang dengan kondisi fisik yang sempurna. Keterampilan sepakbola penting untuk diketahui apakah ada peningkatan yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler sehingga hasilnya dapat menjadi bahan acuan dan evaluasi pelatih dalam memberikan program latihan sehingga lebih efektif.

Dalam peningkatan keterampilan sepakbola, teknik dasar erat sekali hubungannya dengan kemampuan koordinasi gerak fisik, taktik dan mental. Teknik dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yanh menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Namun teknik dasar yang dilatihkan juga harus diukur melalui suatu tes yang baku untuk menentukan sejauh mana tingkat keterampilan bermain sepakbola yang sudah dilatihkan.

Dalam penelitian ini menggunakan tes potensi sepakbola *David Lee*. Unsur yang dinilai adalah unsur-unsur serangkaian teknik dasar sepakbola yang meliputi *dribbling, starting, stoping*, berlari dengan bola, menendang bola ke target, dan

berlari tanpa bola melewati berbagai rintangan. Penggunaan tes potensi sepakbola *David Lee* berupa 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.



Gambar 12. Alur Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan metode survei tes dan pengukuran. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini merupakan variabel tunggal. Variabel tunggal dalam penelitian ini adalah keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta, yang tergolong dalam keterampilan *lokomotor*, *non lokomotor*, dan *manipulatif* dalam bermain sepakbola. Unsur-unsur yang dinilai yaitu kecepatan menggiring bola melewati pancang, ketepatan melakukan tendangan bola ke target, kecepatan menggiring bola dan ketepatan menghentikan bola, yang dibentuk dalam satu rangkaian bentuk tes potensi *David Lee* yang diberikan kepada *teste* untuk diambil waktu tercepat dalam dua kali melakukan tes.

C. Populasi Penelitian

Penelitian ini menggunakan populasi, Menurut Sugiyono (2013: 80) bahwa populasi adalah wilayah generalis yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang,

tetapi juga obyek dan benda-benda alam lainnya. Populasi bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek yang diteliti itu. Menurut Ali Maksum (2012: 53) Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 2 Tempel yang berjumlah 30 siswa.

Tabel 5. Populasi Penelitian

No.	Kelas	Jumlah
1.	VII	15
2.	VIII	5
3.	IX	10
Jumlah siswa		30

Sumber: Hendra Gunawan S.Pd

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen didefinisikan sebagai alat ukur yang digunakan dalam penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur variabel yang diamati (Sugiyono, 2007: 148). Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 136) instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik. (Suharsimi Arikunto, 2003: 134) Instrumen penelitian ini adalah alat bantu yang digunakan dan dipilih oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah.

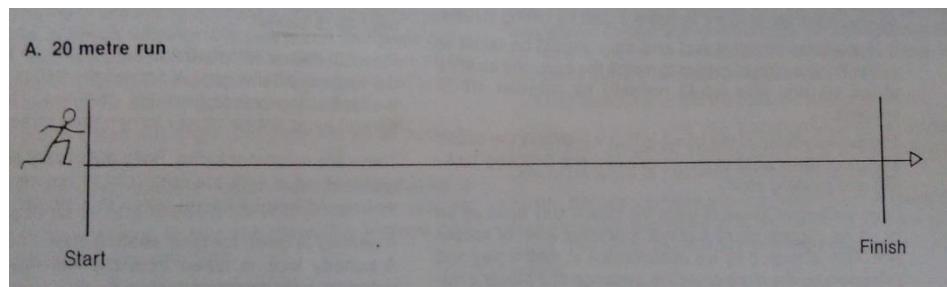
Pengumpulan data penelitian ini adalah menggunakan tes dan pengukuran yang berupa tes unjuk kerja artinya *teste* dituntut untuk melakukan semua

usaha/tindakan yang berupa perbuatan yakni melakukan unjuk kerja terhadap unsur-unsur teknik dasar sepakbola. Tes ini menekankan pada kecepatan (waktu) sehingga *teste* dalam melakukan tes harus benar-benar cepat dan cermat.

Instrumen/tes dalam penelitian ini menggunakan tes *David Lee* (Eric Worthington, 1984: 17-18). Peneliti menggunakan tes ini karena pada tes ini terdapat unsur-unsur yang dinilai mencakup atau dapat mengetahui keterampilan sepakbola. Dengan rangkaian tes yang *simple* baik dari segi peralatan, petugas, waktu maupun tempat yang digunakan. Tes ini menekankan pada kecepatan waktu. Buku instrumen ini tidak menyantumkan validitas dan reliabilitas tes, tetapi didalam buku instrumen ini memiliki tujuan yaitu berguna untuk mengetahui tingkat keterampilan pemain muda.

Adapun tes potensi sepakbola *David Lee* meliputi 3 rangkaian tes menurut Eric Worthington (1984: 17) yaitu:

- a. *20 Metre Run* (Lari 20 meter)



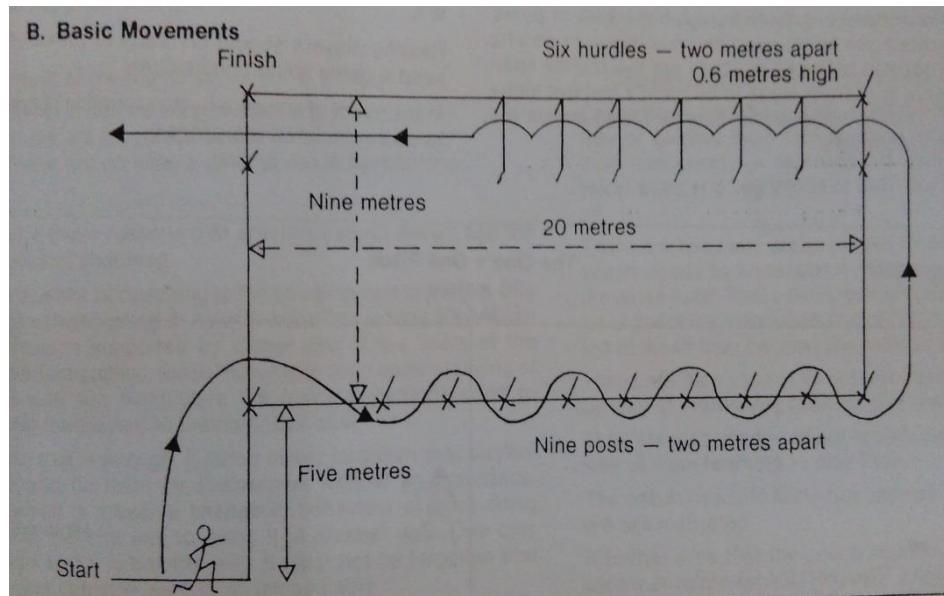
Gambar 13. Lapangan Tes Potensi Sepakbola *David Lee 20 Metre Run Test*
Sumber: (Eric Worthington, 1984: 18)

Petunjuk Pelaksanaan Tes:

1. Testee bersiap di belakang garis start dengan posisi awalan berdiri.

2. Tester menyiapkan *stopwatch* dan memberikan aba-aba mulai, kemudian testee berlari secepat mungkin ke garis finish, jarak lari sejauh 20 meter.
3. Tes dilakukan sebanyak 2 kali, dan diambil waktu tercepat.

b. *Basic Movements Test* (Gerakan-gerakan)

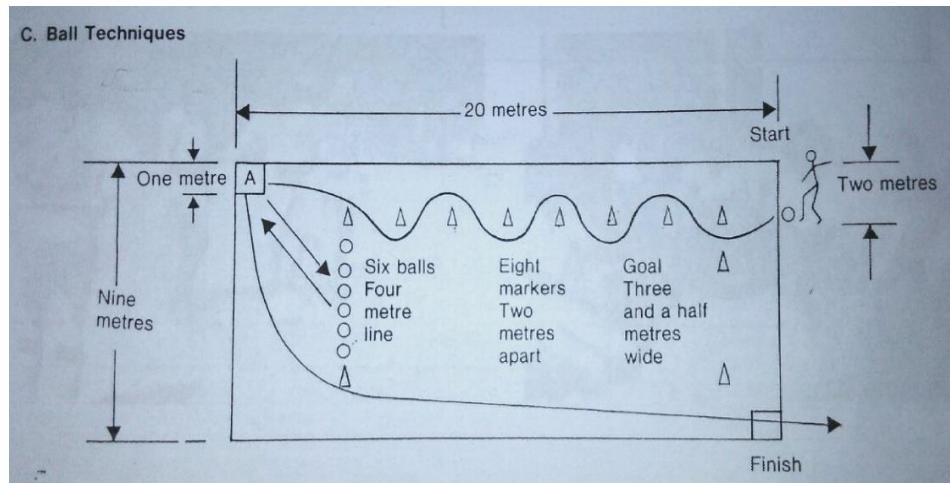


Gambar 14. Lapangan Tes Potensi Sepakbola *David Lee Basic Movements Test*
Sumber: (Eric Worthington, 1984: 18)

Petunjuk Pelaksanaan Tes:

1. Testee bersiap di belakang garis start dengan posisi awalan berdiri.
2. Tester menyiapkan *stopwatch* dan memberikan aba-aba mulai
3. Kemudian testee berlari secepat mungkin menuju kerucut/pancang lalu melewati rintangan tersebut dengan cara berlari zig-zag.
4. Kemudian dilanjutkan dengan melompati semua gawang kecil.
5. Tes dilakukan sebanyak 2 kali, dan diambil waktu tercepat.

c. *Ball Techniques Test* (Teknik dengan Bola)



Gambar 15. Lapangan *Ball Techniques David Lee Test.*

Sumber: (Eric Worthington, 1984: 18)

Petunjuk Pelaksanaan Tes:

1. Pemain bersiap menggiring bola melewati pancang/kerucut di belakang garis *start*.
 2. Tester menyiapkan *stopwatch* dan memberikan aba-aba, kemudian teste menggiring bola melewati pancang/kerucut menuju kotak A dan bola di masukkan di kotak A.
 3. Apabila bola keluar lapangan saat menggiring bola, teste boleh mengambil bola tersebut dan melanjutkan kembali dari posisi dimana bola tersebut keluar, dan waktu tetap di hitung.
 4. Dilanjutkan dengan menendang bola yang telah tersedia, sampai berhasil memasukkan 2 bola ke gawang, satu dengan kaki kanan, dan satu lagi dengan kaki kiri.

5. Apabila bola yang tersedia habis dan teste sebelum teste berhasil memasukkan 2 bola ke gawang, maka boleh di lanjutkan ke tahap selanjutnya. Sedangkan apabila teste mampu memasukkan 2 bola sebelum bola yang disediakan habis (masih tersisa bola), teste boleh melanjutkan ke tahap selanjutnya.
6. Setelah menendang bola, pemain kembali lagi ke kotak A untuk mengambil bola, dilanjutkan dengan menggiring secepat mungkin bola menuju kotak B.
7. Sampai di kotak B waktu di hentikan. Waktu yang diperoleh dihitung *second*.
8. Tes dilakukan sebanyak 2 kali, dan diambil waktu terbaik.

Alat dan perlengkapan:

- a. Bola = 7 buah
- b. Meteran panjang = 1 buah
- c. Tiang/Kerucut = 11 buah
- d. Stopwatch = 1 buah
- e. Gawang kecil rendah = 6 buah
- f. Pencatat skor
- g. Kapur gamping
- h. Petugas lapangan 2 orang

2. Teknik Pengumpulan Data

Prosedur pengambilan data atau langkah-langkah pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Melakukan Persiapan Tes

Persiapan pengumpulan data dengan memberikan pengertian kepada siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah penyiapan alat-alat, penyiapan bahan, penyiapan pelaku eksperimen.

b. Pelaksanaan Tes

Dalam pelaksanaan tes ini menggunakan tes *David Lee Test*. Sampel melakukan tes *David Lee Test* dengan peraturan yang sudah ditentukan.

c. Pencatatan Data Tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, dimana data dalam pelaksanaan tes dicatat secara sistematis dan sesuai dengan hasil yang diperoleh oleh siswa.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan satu langkah yang penting dalam suatu penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistic deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat keterampilan bermain sepakbola. Berikut urutan untuk menganalisis data tersebut:

1. Mengumpulkan data kasar atau *raw score* dengan menggunakan tes potensi sepakbola *David Lee Test*.
2. Setelah itu, dengan menggunakan tabel tes potensi sepakbola *David Lee Test*, dari hasil tes tersebut diambil waktu terbaik, kemudian hasilnya dimasukkan ke dalam skala penilaian tes. Hasil pengukuran dibagi menjadi 5 kategori untuk menentukan interval setiap kategori. Adapun kategori yang diambil yaitu; baik sekali, baik, cukup, kurang, kurang sekali.
3. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dan dinyatakan dalam bentuk persentase. Nilai tersebut kemudian diterapkan pada tabel norma kategori.

Menurut Anas Sudjiono (2009: 453) sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Nilai Kategori

No	Formula	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Kurang Sekali
2	$M + 1,5 SD \geq X > M + 0,5 SD$	Kurang
3	$M + 0,5 SD \geq X > M - 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 0,5 SD \geq X > M - 1,5 SD$	Baik
5	$M - 1,5 SD \geq X$	Baik Sekali

(Sumber: Anas Sudijono, 2009:453)

Keterangan:

X = Nilai/Skor

$$M = \text{Mean observasi} = \frac{\text{total nilai data}}{\text{jumlah data}}$$

$$SD = \text{standar deviasi observasi} = Sd = \sqrt{\frac{\sum x^2}{N} - \left(\frac{\sum x}{N}\right)^2}$$

Setelah data dikelompokkan dalam kategori, kemudian mencari persentase masing-masing dengan rumus. Menurut Husaini Usman (2009:74) rumus penilaian dengan persen sebagai berikut:

$$F\% = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

F% : Frekuensi (Persen)

f : Frekuensi

n : Jumlah responden

Sumber: Husaini Usman (2009:74)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diperoleh dengan tes dan pengukuran yang dilaksanakan di lapangan desa Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 2 Tempel dengan jumlah 26 siswa. Pengambilan data dilakukan pada hari Minggu 12 Desember 2017.

Hasil penelitian mengacu pada variabel dalam penelitian ini, yaitu tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel. Penelitian ini menggunakan instrumen Tes *David Lee*, dimana terdapat tiga macam item tes yaitu, Tes *Running Speed* atau lari dengan jarak tempuh 20 meter, selanjutnya Tes *Basic Movements* atau melewati beberapa rintangan tanpa bola secepat mungkin, selanjutnya Tes *Ball Techniques* atau melewati beberapa rintangan dengan bola secepat mungkin. Hasil penelitian tersebut dideskripsikan sebagai berikut:

1. Deskripsi hasil Tes *Running Speed* (lari 20 meter)

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Deskripsi Statistik Tes *Running Speed*

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	3.2981
<i>Median</i>	3.2650
<i>Mode</i>	3.16 ^a
<i>Std. Deviation</i>	.19204
<i>Range</i>	.75
<i>Minimum</i>	3.03
<i>Maximum</i>	3.78

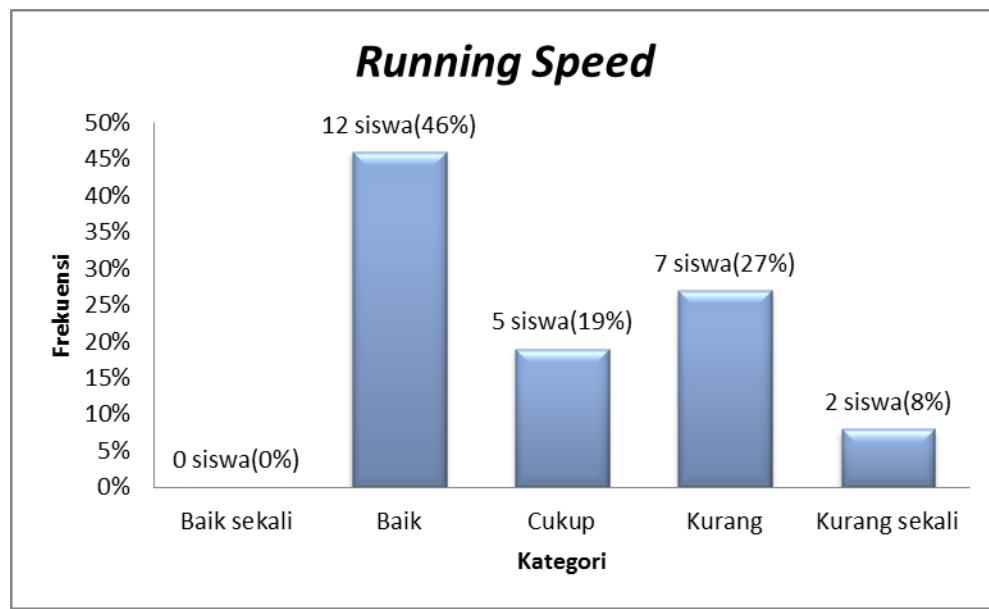
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan *running speed* dengan rerata sebesar 3,29, nilai tengah 3,26, nilai sering muncul 3,16, dan simpangan baku 0,19. Sedangkan skor tertinggi sebesar 3,03 dan skor terendah sebesar 3,78. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *running speed*. Selanjutnya data disajikan dalam distribusi frekuensi dengan norma kategori (Anas Sudijana, 2009: 453) dengan kategori, baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali. Berikut distribusi frekuensi *running speed*.

Table 8. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data *Running Speed*

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 3,01$	Baik sekali	0	0 %
3,02 – 3,20	Baik	12	46 %
3,21 – 3,39	Cukup	5	19 %
3,40 – 3,58	Kurang	7	27 %
$X > 3,58$	Kurang sekali	2	8 %
Jumlah		26	100 %

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 12 siswa atau 46% pada kategori Baik, sebanyak 5 siswa atau 19% pada kategori Cukup, sebanyak 7 siswa

atau 27% pada kategori Kurang, dan sebanyak 2 siswa atau 8% pada kategori Kurang sekali. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 16. Grafik Hasil Tingkat Keterampilan *Running Speed*

2. Deskripsi hasil Tes *Basic Movements* (gerak dasar tanpa bola)

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 9. Deskripsi Statistik Tes *Basic Movements*

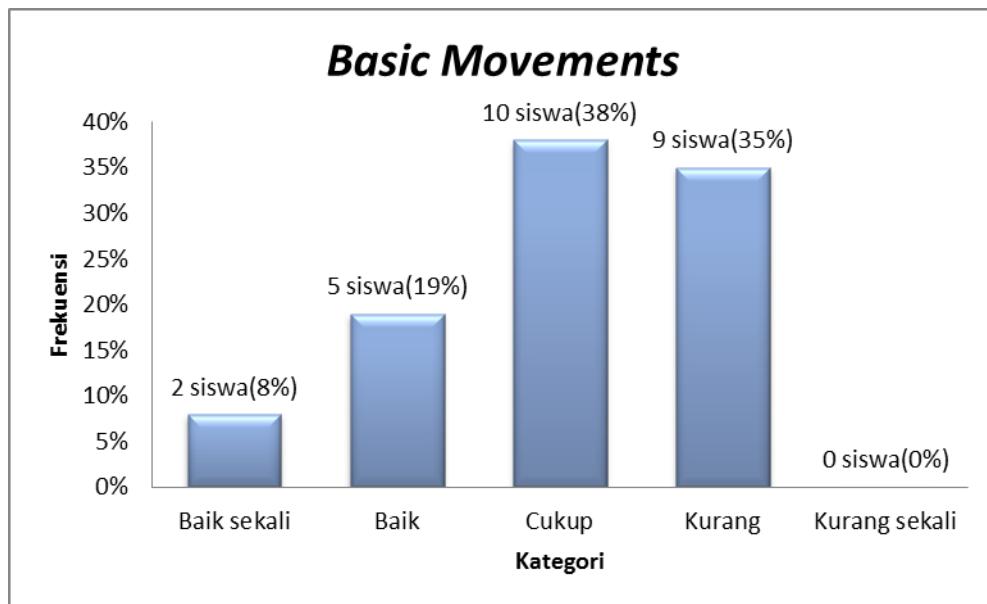
Statistik	Skor
<i>Mean</i>	13.1185
<i>Median</i>	13.2350
<i>Mode</i>	12.25 ^a
<i>Std. Deviation</i>	.66636
<i>Range</i>	2.25
<i>Minimum</i>	11.81
<i>Maximum</i>	14.06

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan *basic movements* dengan rerata sebesar 13,11, nilai tengah 13,23, nilai sering muncul 12,25, dan simpangan baku 0,66. Sedangkan skor tertinggi sebesar 11,81 dan skor terendah sebesar 14,06. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *basic movements*. Selanjutnya data disajikan dalam distribusi frekuensi dengan norma kategori (Anas Sudijana, 2009: 453) dengan kategori, baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali. Berikut distribusi frekuensi *basic movements*.

Table 10. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data *Basic Movements*

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 12,11$	Baik sekali	2	8 %
12,12 – 12,78	Baik	5	19 %
12,79 – 13,45	Cukup	10	38 %
13,46 – 14,11	Kurang	9	35 %
$X > 14,11$	Kurang sekali	0	0 %
Jumlah		26	100 %

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 2 siswa atau 8% pada kategori Baik sekali, 5 siswa atau 19% pada kategori Baik, sebanyak 10 siswa atau 38% pada kategori Cukup, dan sebanyak 9 siswa atau 35% pada kategori Kurang. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 17. Grafik Hasil Tingkat Keterampilan *Basic Movements*

3. Deskripsi hasil Tes *Ball Techniques* (keterampilan dengan bola)

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 11. Deskripsi Statistik Tes *Ball Techniques*

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	20.1142
<i>Median</i>	19.7950
<i>Mode</i>	15.90 ^a
<i>Std. Deviation</i>	2.84726
<i>Range</i>	12.35
<i>Minimum</i>	15.90
<i>Maximum</i>	28.25

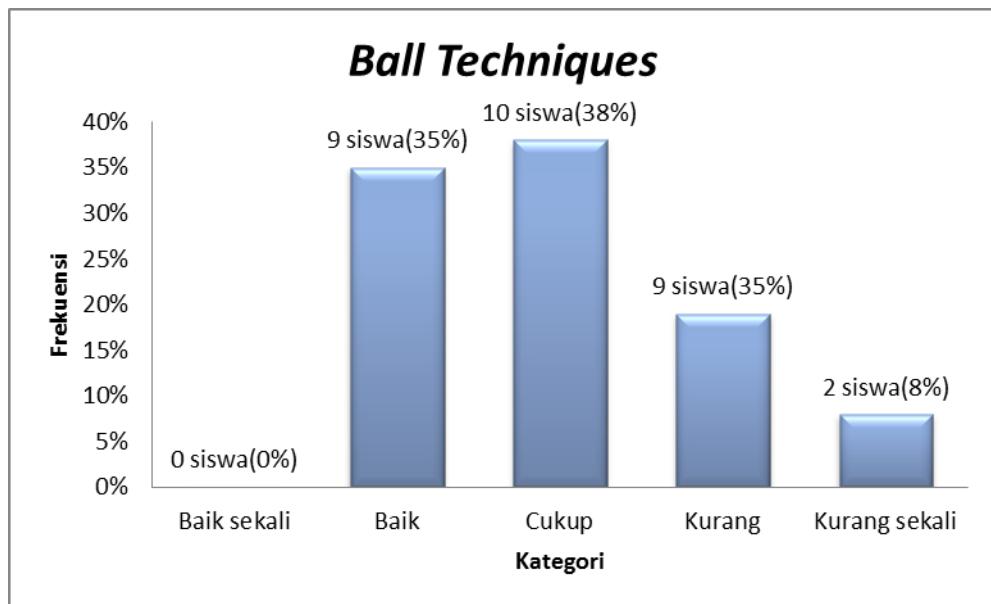
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan *ball techniques* dengan rerata sebesar 20,11, nilai tengah 19,79, nilai sering muncul 15,90, dan simpangan baku 2,84. Sedangkan skor tertinggi sebesar 15,90 dan skor terendah sebesar 28,25. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *ball*

techniques. Selanjutnya data disajikan dalam distribusi frekuensi dengan norma kategori (Anas Sudijana, 2009: 453) dengan kategori, baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali. Berikut distribusi frekuensi *ball techniques*.

Table 12. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data *Ball Techniques*

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 15,84$	Baik sekali	0	0 %
15,85 – 18,69	Baik	9	35 %
18,70 – 21,53	Cukup	10	38 %
21,54 – 24,38	Kurang	5	19 %
$X > 24,38$	Kurang sekali	2	8 %
Jumlah		26	100 %

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 9 siswa atau 35% pada kategori Baik, sebanyak 10 siswa atau 38% pada kategori Cukup, sebanyak 5 siswa atau 19% pada kategori Kurang, dan sebanyak 2 siswa atau 8% pada kategori Kurang sekali. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 18. Grafik Hasil Tingkat Keterampilan *Ball Techniques*

4. Deskripsi hasil Tes *David Lee*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 13. Deskripsi Statistik Tes *David Lee*

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	36.5308
<i>Median</i>	36.0050
<i>Mode</i>	30.90 ^a
<i>Std. Deviation</i>	3.01656
<i>Range</i>	13.36
<i>Minimum</i>	30.90
<i>Maximum</i>	44.26

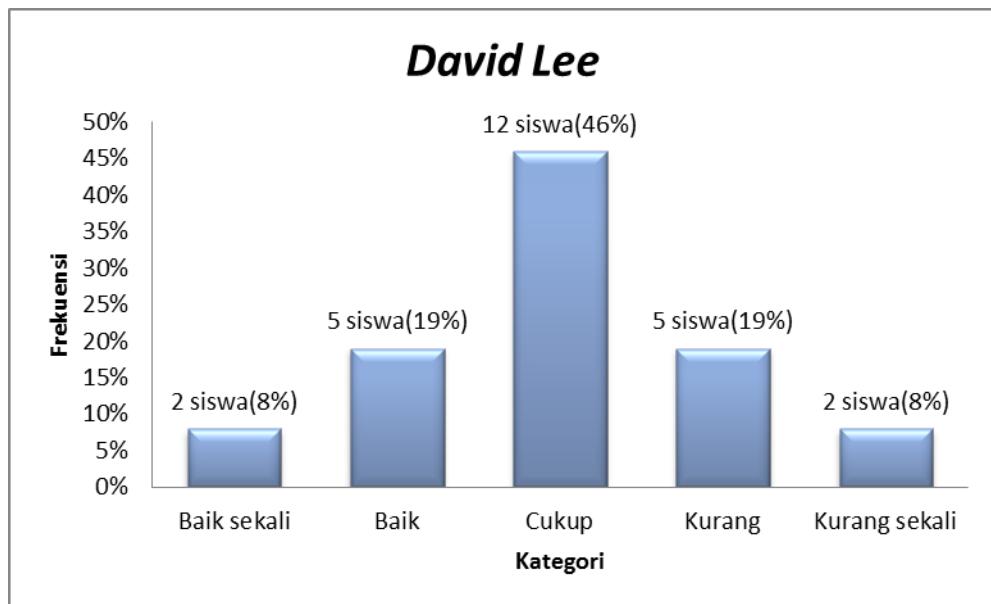
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan *david lee* dengan rerata sebesar 36,53, nilai tengah 36,00, nilai sering muncul 30,90, dan simpangan baku 3,01. Sedangkan skor tertinggi sebesar 44,26 dan skor terendah

sebesar 44,26. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *david lee*. Selanjutnya data disajikan dalam distribusi frekuensi dengan norma kategori (Anas Sudijana, 2009: 453) dengan kategori, baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali. Berikut distribusi frekuensi *david lee*.

Table 14. Distribusi Frekuensi dan Persentase Data *David Lee*

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 32,01$	Baik sekali	2	8 %
32,02 – 35,02	Baik	5	19 %
35,03 – 38,03	Cukup	12	46 %
38,04 – 41,05	Kurang	5	19 %
$X > 41,05$	Kurang sekali	2	8 %
Jumlah		26	100 %

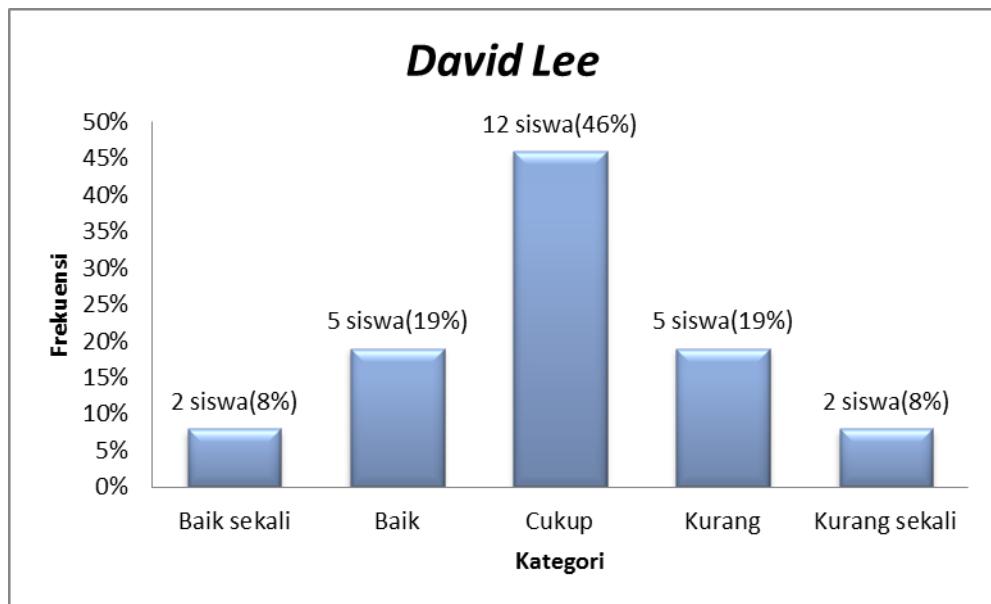
Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa sebanyak 2 siswa atau 8% pada kategori Baik sekali, 5 siswa atau 19% pada kategori Baik, sebanyak 12 siswa atau 46% pada kategori Cukup, sebanyak 5 siswa atau 19% pada kategori Kurang, dan sebanyak 2 siswa atau 8% pada kategori Kurang sekali. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 19. Grafik Hasil Tes *David Lee*

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta. Dari analisis di atas terlihat bahwa tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel dapat dilihat dalam grafik sebagai berikut:



Gambar 20. Grafik Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel

Dari gambar di atas dapat dilihat bahwa tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel masuk dalam kategori cukup. Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan sebanyak 2 siswa (8 %) kategori baik sekali, 5 siswa (19 %) kategori baik, 12 siswa (46 %) kategori cukup, 5 siswa (19 %) kategori kurang, 2 siswa (8 %) kategori kurang sekali.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat 5 siswa yang masuk dalam kategori kurang dan dua orang siswa yang masuk dalam kategori kurang sekali. Ini dapat disebabkan beberapa faktor, yaitu (1) keseriusan dalam menjalankan tes yang diberikan, sehingga mempengaruhi hasil yang diperoleh, (2) kurang konsentrasi saat pengambilan data dilaksanakan.

Guna meningkatkan prestasi ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman, Yogyakarta. Perlu di lakukan peningkatan keterampilan bermain sepakbola.

Proses peningkatan keterampilan harus dilakukan dengan latihan yang baik agar mampu mengalami peningkatan yang maksimal. Banyaknya metode dan bentuk latihan maka pelatih harus mampu memilih dan memberikan materi serta porsi latihan yang disesuaikan dengan kebutuhan pemain maupun kebutuhan secara khusus pada karakteristik keterampilan yang akan ditingkatkan.

Latihan adalah aktivitas untuk meningkatkan keterampilan (kemahiran) berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan cabang olahraga (Sukadiyanto, 2005:5). Adanya kebutuhan siswa untuk meningkatkan keterampilan bermain ini menuntut pelatih untuk dapat memberikan keterampilan terbaiknya dalam mengemas dan menyampaikan materi latihan sebaik mungkin. Hal ini mengingat bahwa latihan membutuhkan pengontrol yang baik agar tetap berjalan dan berlangsung dengan maksimal. Kebutuhan akan adanya peningkatan secara menyeluruh maupun khusus harus dilakukan latihan yang lebih memfokuskan pada kebutuhan tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel cukup”. Apabila dilihat dari analisis data bahwa sebanyak 2 siswa (8%) kategori baik sekali, sebanyak 5 siswa (19%) kategori baik, sebanyak 12 siswa (46%) kategori cukup, sebanyak 5 siswa (19%) kategori kurang, dan sebanyak 2 siswa (8%) kategori kurang sekali.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Dengan diketahuinya tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel, hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait utamanya bagi pelaku olahraga sepakbola, yaitu pelatih dan pemain:

1. Bagi pelatih, sebagai sarana evaluasi kualitas latihan yang telah dilakukan.
2. Bagi siswa, hasil penelitian ini dapat menjadikan acuan untuk siswa agar mau meningkatkan kegiatan latihannya demi memiliki keterampilan bermain yang baik.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Peneliti berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, namun bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan disini antara lain:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil tes, seperti waktu istirahat, kondisi tubuh, faktor psikologis, dan sebagainya.
2. Bola yang digunakan untuk pengambilan data menggunakan merek yang sama namun tekanan bola saat digunakan tidak diukur tekanannya.
3. Kondisi lapangan (rumput) yang tidak rata.

D. Saran-saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian, peniliti menyarankan:

1. Bagi pelatih, harus mampu menjadi fasilitator bagi siswa agar siswa dapat meningkatkan keterampilan secara kompleks dan memberikan latihan yang lebih bervariasi lagi sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola.
2. Bagi sekolah, harus mampu memberikan fasilitas dan mendukung kegiatan latihan agar siswa dapat meningkatkan keterampilan dan pola bermain secara menyeluruh.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan bermain.

DAFTAR PUSTAKA

- Abin Syamsudin. (2004). *Psikologi Kependidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ali Maksum. (2012). *Metode Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Anas Sudijono. (2009). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Clive & Gifford. (2002). *Sepakbola*. Jakarta: Erlangga.
- Didik Dzulqarnain. (2013). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 14 Yogyakarta. *Skripsi*: FIK UNY.
- Eric Worthington. (1984). *Coach's Manual*. Australia: BHP.
- FIFA. (2011). *Laws of the Game FIFA*. Sleman: Pengcab Kab. Sleman.
- Harsuki, dkk. (2004). *Olahraga Indonesia dalam Perspektif Sejarah*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Herwin. (2004). *Diktat Pembelajaran Keterampilan Sepakbola Dasar*. Yogyakarta. FIK: UNY.
- Hurlock, Elizabeth B. (1991). *Text Book of Phylosophy*. Philadelphia: WB Sounders Company.
- Luxbacher, Josep, (2011). *Sepak Bola; Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nurhayat. (2013). Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri 4 Sleman. *Skripsi*: FIK UNY.
- Nur Ridwan. (2010). Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 3 Sleman. *Skripsi*: FIK UNY.
- Remmy Muchtar. (1992). *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Rita, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sarumpaet, dkk. (1992). *Permainan Bola Besar*. Semarang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

- Subagyo Irianto. (2010). Pengembangan Tes Kecakapan “David Lee” untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun. *Tesis*. Yogyakarta: PPs UNY.
- Sucipto, dkk. (2000). *Diktat Pembelajaran Sepakbola*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori Dan Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yudha M. Saputra. (1999). *Pengembangan Kegiatan Kokurikuler dan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud.
- Yudik Prasetyo. (2010). “*Pengembangan Ekstrakurikuler Panahan di Sekolah Sebagai Wahana Membentuk Karakter siswa*”. *Jurnal Pendidikan Jasmainedia Indonesia Volume 7, Nomor 2, November 2010*.

LAMPIRAN



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541
Email : humas_fik@uny.ac.id Website : fik.uny.ac.id

Nomor : 01.11/UN.34.16/PP/2018.

9 Januari 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 : Alfyani Satriawan

NIM : 12601241026

Program Studi : PJKR.

Dosen Pembimbing : Fathan Nurcahyo, M.Or.

NIP : 198207112008121003

Penelitian akan dilaksanakan pada :

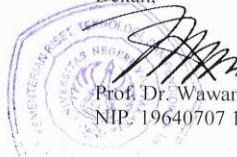
Waktu : 14 s/d 21 Desember 2017

Tempat/Objek : SMP Negeri 2 Tempel Sleman.

Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 2 Tempel Sleman Yogyakarta.

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

Dekan,



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

Tembusan :

1. Kepala SMP Negeri 2 Tempel.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

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

S U R A T I Z I N

Nomor : 070 / Kesbangpol / 186 / 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 : 01.11/UN.34.16/PP/2018
Hal : Ijin Penelitian

Tanggal : 9 Januari 2018

MENGIZINKAN :

Kepada	:
Nama	: ALFYAN SATRIAWAN
No.Mhs/NIM/NIP/NIK	: 12601241026
Program/Tingkat	: S1
Instansi/Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi	: Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta
Alamat Rumah	: Lingkungan Montongan Sari Gerung Utara Lombok Barat NTB
No. Telp / HP	: 083129501031
Untuk	: Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 2 TEMPEL SLEMAN YOGYAKARTA
Lokasi	: SMP N 2 Tempel
Waktu	: Selama 3 Bulan mulai tanggal 16 Januari 2018 s/d 17 April 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 : 16 Januari 2018

a.n. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Sleman
3. Kepala Sekolah SMP N 2 Tempel
4. Camat Tempel
5. Kepala Desa Banyurejo, Tempel
6. Kaprodi PJKR
7. Pembimbing TAS
8. Yang Bersangkutan



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jalan Balangan – Tempel, Banyurejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, 55552
Telepon (0274) 2880268, E-mail: smpnegeri2tempel@gmail.com

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 422 / 134 / 2018

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Kepala sekolah SMP Negeri 2 Tempel, Sleman, Yogyakarta menerangkan dengan sesungguhnya
bahwa:

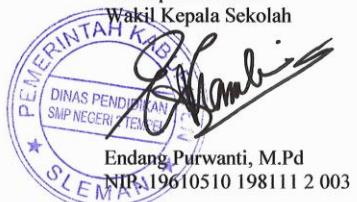
Nama	: Alfyah Satriawan
NIM	: 12601241026
Program / Tingkat	: PJKR
Instansi Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta, Fakultas Keolahragaan
Alamat Instansi	: Jl. Kolombo No 1. Yogyakarta 55281

Benar-benar telah melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Tempel mulai pada tanggal 14 Desember
2017 s.d 21 Desember 2017 dengan judul:

“TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA EKSTRAKURIKULER
SEPAKBOLA di SMP NEGERI 2 TEMPEL SLEMAN YOGYAKARTA.

Demikian surat ini kami berikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tempel, 21 Desember 2017
an. Kepala Sekolah
Wakil Kepala Sekolah



Lampiran 4. Daftar Hadir dan Biodata Diri Siswa**Daftar Hadir dan Biodata Diri Siswa**

No	Nama Lengkap	Tempat, Tanggal Lahir	Kelas	Posisi
1	Laudry Tegar W.	Semarang, 6 Mei 2005	VIII E	Midfielder
2	Deni Aulia	Serang, 14 Februari 2003	IX E	Keeper
3	Rainito Aditya R.	Sleman, 28 Februari 2003	IX E	Striker
4	Yudha Arya S.	Sleman, 14 Agustus 2003	VIII E	Defender
5	Adam Wahyu A.	Sleman, 5 Agustus 2003	VIII E	Striker
6	Rias Setiaji	Sleman, 25 September 2003	VIII E	Striker
7	M. Muthi Ali	Sleman, 30 Juni 2004	VII E	Keeper
8	Riflan A. A.	Sleman, 4 September 2002	IX E	Striker
9	Andika Setiawan	Sleman, 26 Oktober 2002	VIII E	Defender
10	Yoga Putra A.	Sleman, 17 Januari 2004	VIII E	Defender
11	Wahyu Arya Saputra	Sleman, 25 Desember 2002	IX E	Defender
12	Ferdi Setyo N.	Sleman, 24 November 2004	VII E	Midfielder
13	Fajar Darmawan	Sleman, 6 Januari 2004	VIII E	Defender
14	Dimas Eka P.	Batam, 14 Maret 2004	VII E	Defender
15	M. Fatkurozi	Sleman, 27 Maret 2003	VII E	Striker
16	Ragil Nasrudin	Sleman, 12 Desember 2004	IX E	Defender
17	Alvito Febrian P.	Sleman, 28 Februari 2003	IX E	Midfielder
18	Gigih Destaro S.	Magelang, 2 Desember 2003	VIII E	Midfielder
19	Lucky Dewa H.	Sleman, 12 Mei 2002	IX E	Defender
20	Febrianta M. D. P.	Sleman, 3 Februari 2002	IX A	Defender
21	Roni Kurniawan	Sleman, 5 Agustus 2002	IX E	Defender
22	Andi Rachman	Sleman, 24 Juni 2001	IX E	Midfielder
23	Rafif Mahful	Sleman, 28 Mei 2004	VII C	Striker
24	Farhan Fabinanto	Sleman, 21 Februari 2004	VII E	Striker
25	Oktavian Riko P.	Sleman, 9 Oktober 2004	VII E	Striker
26	Bagus Anung F.	Sleman, 26 Maret 2005	VII E	Defender

Lampiran 5. Data Hasil Penelitian

Data Hasil Penelitian

Hasil Tes *Running Speed* (Lari 20 Meter)

No	Nama	Running Speed		Waktu Terbaik	Kategori
		Tes 1	Tes 2		
1	LTW	3,56	3,44	3,44	Kurang
2	DA	3,10	3,03	3,03	Baik
3	RAR	3,66	3,32	3,32	Cukup
4	YAS	3,28	3,16	3,16	Baik
5	AWA	3,55	3,19	3,19	Baik
6	RS	3,72	3,35	3,35	Cukup
7	MMA	4,12	3,16	3,16	Baik
8	RAA	3,57	3,19	3,19	Baik
9	AS	3,38	3,10	3,10	Baik
10	YPA	3,75	3,53	3,53	Kurang
11	WAS	3,45	3,03	3,03	Baik
12	FSN	3,91	3,78	3,78	Kurang sekali
13	FD	3,62	3,59	3,59	Kurang sekali
14	DEP	3,53	3,44	3,44	Kurang
15	MF	3,40	3,12	3,12	Baik
16	RN	3,43	3,12	3,12	Baik
17	AFP	3,62	3,31	3,31	Cukup
18	GDS	3,50	3,57	3,50	Kurang
19	LDH	3,62	3,09	3,09	Baik
20	FMDP	3,16	3,35	3,16	Baik
21	RK	3,44	3,38	3,38	Cukup
22	AR	3,78	3,47	3,47	Kurang
23	RM	3,69	3,41	3,41	Kurang
24	FF	3,34	3,19	3,19	Baik
25	ORP	3,41	3,22	3,22	Cukup
26	BAF	3,72	3,47	3,47	Kurang

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 3,01$	Baik sekali	0	0 %
3,02 – 3,20	Baik	12	46 %
3,21 – 3,39	Cukup	5	19 %
3,40 – 3,58	Kurang	7	27 %
$X > 3,58$	Kurang sekali	2	8 %
Jumlah		26	100 %

Hasil Tes *Basic Movements* (Gerak Dasar Tanpa Bola)

No	Nama	Basic Movements		Waktu Terbaik	Kategori
		Tes 1	Tes 2		
1	LTW	16,78	14,06	14,06	Kurang
2	DA	14,66	12,09	12,09	Baik sekali
3	RAR	14,00	13,72	13,72	Kurang
4	YAS	12,87	12,96	12,87	Cukup
5	AWA	13,00	12,25	12,25	Baik
6	RS	13,50	13,31	13,31	Cukup
7	MMA	14,97	12,85	12,85	Cukup
8	RAA	12,40	12,12	12,12	Baik
9	AS	13,03	13,41	13,03	Cukup
10	YPA	13,97	13,38	13,38	Cukup
11	WAS	12,72	12,25	12,25	Baik
12	FSN	13,96	13,53	13,53	Kurang
13	FD	14,94	14,03	14,03	Kurang
14	DEP	13,60	14,04	13,60	Kurang
15	MF	13,78	13,22	13,22	Cukup
16	RN	13,28	13,29	13,28	Cukup
17	AFP	12,63	12,46	12,46	Baik
18	GDS	14,84	14,03	14,03	Kurang
19	LDH	13,25	13,19	13,19	Cukup
20	FMDP	13,37	12,56	12,56	Baik
21	RK	13,66	13,25	13,25	Cukup
22	AR	13,97	14,44	13,97	Kurang
23	RM	13,16	12,84	12,84	Cukup
24	FF	12,22	11,81	11,81	Baik sekali
25	ORP	13,84	13,75	13,75	Kurang
26	BAF	13,63	14,15	13,63	Kurang

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 12,11$	Baik sekali	2	8 %
12,12 – 12,78	Baik	5	19 %
12,79 – 13,45	Cukup	10	38 %
13,46 – 14,11	Kurang	9	35 %
$X > 14,11$	Kurang sekali	0	0 %
Jumlah		26	100 %

Hasil Tes *Ball Techniwues* (Keterampilan Dengan Bola)

No	Nama	Ball Techniques		Waktu Terbaik	Kategori
		Tes 1	Tes 2		
1	LTW	21,15	19,91	19,91	Cukup
2	DA	30,91	20,41	20,41	Cukup
3	RAR	23,97	18,66	18,66	Baik
4	YAS	42,43	23,32	23,32	Kurang
5	AWA	20,06	22,97	20,06	Cukup
6	RS	26,41	22,78	22,78	Kurang
7	MMA	29,63	28,25	28,25	Kurang sekali
8	RAA	18,78	17,10	17,10	Baik
9	AS	31,27	22,66	22,66	Kurang
10	YPA	24,71	22,00	22,00	Kurang
11	WAS	17,47	16,53	16,53	Baik
12	FSN	20,03	18,15	18,15	Baik
13	FD	24,37	18,03	18,03	Baik
14	DEP	26,43	25,53	25,53	Kurang sekali
15	MF	21,28	18,50	18,50	Baik
16	RN	17,41	18,19	17,41	Baik
17	AFP	19,53	18,94	18,94	Cukup
18	GDS	18,78	19,63	18,78	Cukup
19	LDH	20,72	20,47	20,47	Cukup
20	FMDP	22,75	28,13	22,75	Kurang
21	RK	24,91	17,37	17,37	Baik
22	AR	19,81	22,75	19,81	Cukup
23	RM	24,90	19,03	19,03	Cukup
24	FF	17,93	15,90	15,90	Baik
25	ORP	23,53	20,84	20,84	Cukup
26	BAF	21,19	19,78	19,78	Cukup

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Percentase
$X \leq 15,84$	Baik sekali	0	0 %
15,85 – 18,69	Baik	9	35 %
18,70 – 21,53	Cukup	10	38 %
21,54 – 24,38	Kurang	5	19 %
$X > 24,38$	Kurang sekali	2	8 %
Jumlah		26	100 %

Hasil Tes *David Lee*

No	Nama	David Lee			Total Waktu	Kategori
		Running Speed	Basic Movements	Ball Techniques		
1	LTW	3,44	14,06	19,91	37,41	Cukup
2	DA	3,03	12,09	20,41	35,53	Cukup
3	RAR	3,32	13,72	18,66	35,70	Cukup
4	YAS	3,16	12,87	23,32	39,35	Kurang
5	AWA	3,19	12,25	20,06	35,50	Cukup
6	RS	3,35	13,31	22,78	39,44	Kurang
7	MMA	3,16	12,85	28,25	44,26	Kurang sekali
8	RAA	3,19	12,12	17,10	32,41	Baik
9	AS	3,10	13,03	22,66	38,79	Kurang
10	YPA	3,53	13,38	22,00	38,91	Kurang
11	WAS	3,03	12,25	16,53	31,81	Baik sekali
12	FSN	3,78	13,53	18,15	35,46	Cukup
13	FD	3,59	14,03	18,03	35,65	Cukup
14	DEP	3,44	13,60	25,53	42,57	Kurang sekali
15	MF	3,12	13,22	18,50	34,84	Baik
16	RN	3,12	13,28	17,41	33,81	Baik
17	APP	3,31	12,46	18,94	34,71	Baik
18	GDS	3,50	14,03	18,78	36,31	Cukup
19	LDH	3,09	13,19	20,47	36,75	Cukup
20	FMDP	3,16	12,56	22,75	38,47	Kurang
21	RK	3,38	13,25	17,37	34,00	Baik
22	AR	3,47	13,97	19,81	37,25	Cukup
23	RM	3,41	12,84	19,03	35,28	Cukup
24	FF	3,19	11,81	15,90	30,90	Baik sekali
25	ORP	3,22	13,75	20,84	37,81	Cukup
26	BAF	3,47	13,63	19,78	36,88	Cukup

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \leq 32,01$	Baik sekali	2	8 %
32,02 – 35,02	Baik	5	19 %
35,03 – 38,03	Cukup	12	46 %
38,04 – 41,05	Kurang	5	19 %
$X > 41,05$	Kurang sekali	2	8 %
Jumlah		26	100 %

Lampiran 6. Data Statistik Penelitian

Statistics					
	Running speed	Umur	Basic Movements	Ball Techniques	
N	Valid	26	26	26	26
	Missing	0	0	0	0
Mean	3.2981	13.8077	13.1185	20.1142	
Std. Error of Mean	.03766	.20015	.13068	.55839	
Median	3.2650	14.0000	13.2350	19.7950	
Mode	3.16 ^a	13.00	12.25 ^a	15.90 ^a	
Std. Deviation	.19204	1.02056	.66636	2.84726	
Variance	.037	1.042	.444	8.107	
Skewness	.592	.172	-.346	1.076	
Std. Error of Skewness	.456	.456	.456	.456	
Kurtosis	-.187	-.563	-.914	1.422	
Std. Error of Kurtosis	.887	.887	.887	.887	
Range	.75	4.00	2.25	12.35	
Minimum	3.03	12.00	11.81	15.90	
Maximum	3.78	16.00	14.06	28.25	
Sum	85.75	359.00	341.08	522.97	

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

umur					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	12.00	2	7.7	7.7	7.7
	13.00	9	34.6	34.6	42.3
	14.00	8	30.8	30.8	73.1
	15.00	6	23.1	23.1	96.2
	16.00	1	3.8	3.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Running Speed

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
3.03	2	7.7	7.7	7.7
3.09	1	3.8	3.8	11.5
3.10	1	3.8	3.8	15.4
3.12	2	7.7	7.7	23.1
3.16	3	11.5	11.5	34.6
3.19	3	11.5	11.5	46.2
3.22	1	3.8	3.8	50.0
3.31	1	3.8	3.8	53.8
3.32	1	3.8	3.8	57.7
Valid	3.35	1	3.8	61.5
	3.38	1	3.8	65.4
	3.41	1	3.8	69.2
	3.44	2	7.7	76.9
	3.47	2	7.7	84.6
	3.50	1	3.8	88.5
	3.53	1	3.8	92.3
	3.59	1	3.8	96.2
	3.78	1	3.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0

Basic Movements

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
11.81	1	3.8	3.8	3.8
12.09	1	3.8	3.8	7.7
12.12	1	3.8	3.8	11.5
12.25	2	7.7	7.7	19.2
12.46	1	3.8	3.8	23.1
12.56	1	3.8	3.8	26.9
12.84	1	3.8	3.8	30.8
12.85	1	3.8	3.8	34.6
12.87	1	3.8	3.8	38.5
13.03	1	3.8	3.8	42.3
13.19	1	3.8	3.8	46.2
13.22	1	3.8	3.8	50.0
Valid	13.25	1	3.8	53.8
	13.28	1	3.8	57.7
	13.31	1	3.8	61.5
	13.38	1	3.8	65.4
	13.53	1	3.8	69.2
	13.60	1	3.8	73.1
	13.63	1	3.8	76.9
	13.72	1	3.8	80.8
	13.75	1	3.8	84.6
	13.97	1	3.8	88.5
	14.03	2	7.7	96.2
	14.06	1	3.8	100.0
Total	26	100.0	100.0	

Ball Techniques

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
15.90	1	3.8	3.8	3.8
16.53	1	3.8	3.8	7.7
17.10	1	3.8	3.8	11.5
17.37	1	3.8	3.8	15.4
17.41	1	3.8	3.8	19.2
18.03	1	3.8	3.8	23.1
18.15	1	3.8	3.8	26.9
18.50	1	3.8	3.8	30.8
18.66	1	3.8	3.8	34.6
18.78	1	3.8	3.8	38.5
18.94	1	3.8	3.8	42.3
19.03	1	3.8	3.8	46.2
19.78	1	3.8	3.8	50.0
Valid	19.81	1	3.8	53.8
	19.91	1	3.8	57.7
	20.06	1	3.8	61.5
	20.41	1	3.8	65.4
	20.47	1	3.8	69.2
	20.84	1	3.8	73.1
	22.00	1	3.8	76.9
	22.66	1	3.8	80.8
	22.75	1	3.8	84.6
	22.78	1	3.8	88.5
	23.32	1	3.8	92.3
	25.53	1	3.8	96.2
	28.25	1	3.8	100.0
Total	26	100.0	100.0	

Lampiran 7. Prosedur Atau Langkah-Langkah Melakukan Tes *David Lee*

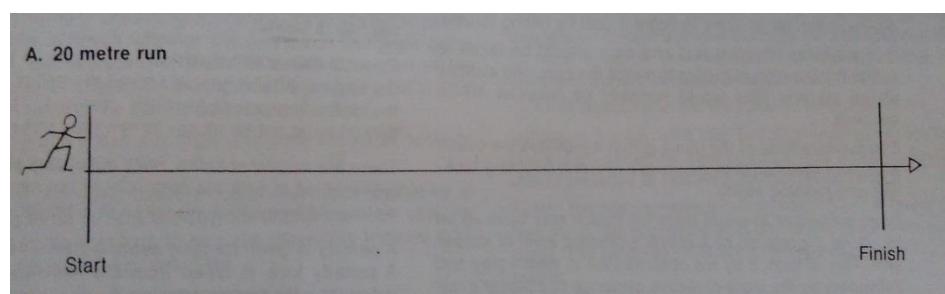
Prosedur Atau Langkah-Langkah Melakukan Tes *David Lee*

Ketentuan umum:

1. Sebelum pelaksanaan tes, tidak ada percobaan untuk testi.
2. Sebelum melakukan tes, testi melakukan pemanasan selama 5-10 menit.
3. Testi bersepatu bola.
4. Testi mendapatkan penjelasan dan peragaan tentang cara melakukan tes yang baik dan benar dari seorang instruktur atau testor.

Adapun tes potensi sepakbola *David Lee* meliputi 3 rangkaian tes menurut Eric Worthington (1984: 17) yaitu:

a. *20 Metre Run* (Lari 20 meter)

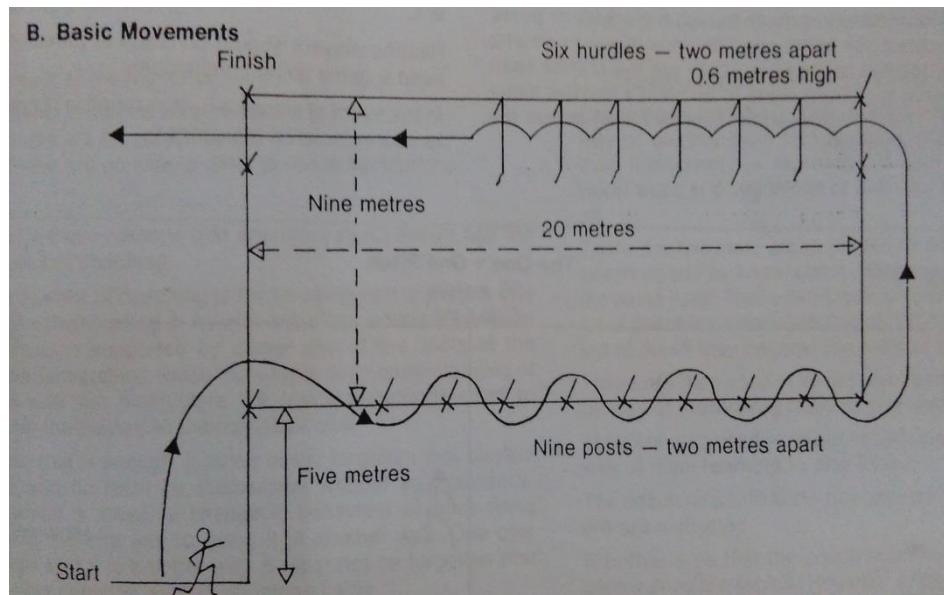


Gambar 12. Lapangan Tes Potensi Sepakbola *David Lee 20 Metre Run Test* (Eric Worthington, 1984: 18)

Petunjuk Pelaksanaan Tes:

1. Testee bersiap di belakang garis start dengan posisi awalan berdiri.
2. Tester menyiapkan *stopwatch* dan memberikan aba-aba mulai, kemudian testee berlari secepat mungkin ke garis finish, jarak lari sejauh 20 meter.
3. Tes dilakukan sebanyak 2 kali, dan diambil waktu tercepat.

b. *Basic Movements Test* (Gerakan-gerakan)

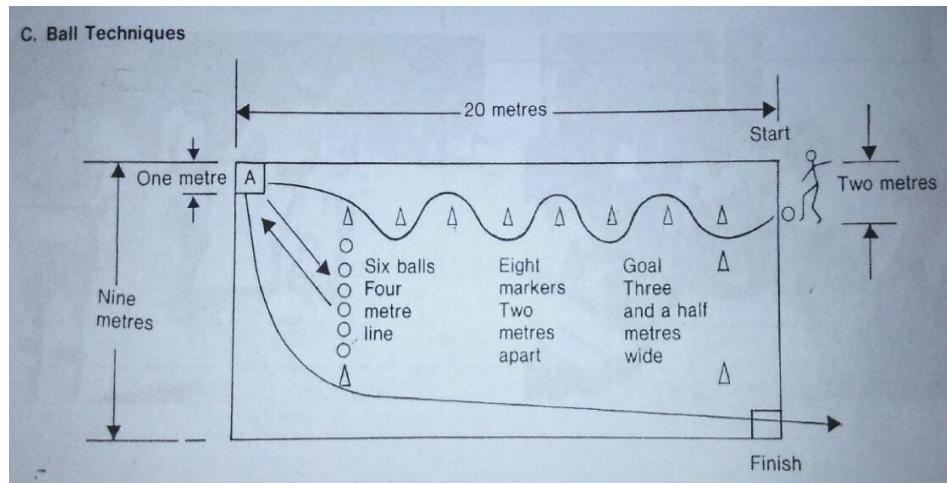


Gambar 13. Lapangan Tes Potensi Sepakbola *David Lee Basic Movements Test* (Eric Worthington, 1984: 18)

Petunjuk Pelaksanaan Tes:

1. Testee bersiap di belakang garis start dengan posisi awalan berdiri.
2. Tester menyiapkan *stopwatch* dan memberikan aba-aba mulai
3. Kemudian testee berlari secepat mungkin menuju kerucut/pancang lalu melewati rintangan tersebut dengan cara berlari zig-zag.
4. Kemudian dilanjutkan dengan melompati semua gawang kecil.
5. Tes dilakukan sebanyak 2 kali, dan diambil waktu tercepat.

c. *Ball Techniques Test* (Teknik dengan Bola)



Gambar 14. Lapangan *Ball Techniques David Lee Test*. Sumber: (Eric Worthington, 1984: 18)

Petunjuk Pelaksanaan Tes:

1. Pemain bersiap menggiring bola melewati pancang/kerucut di belakang garis *start*.
2. Tester menyiapkan *stopwatch* dan memberikan aba-aba, kemudian teste menggiring bola melewati pancang/kerucut menuju kotak A dan bola di masukkan di kotak A.
3. Apabila bola keluar lapangan saat menggiring bola, teste boleh mengambil bola tersebut dan melanjutkan kembali dari posisi dimana bola tersebut keluar, dan waktu tetap di hitung.
4. Dilanjutkan dengan menendang bola yang telah tersedia, sampai berhasil memasukkan 2 bola ke gawang, satu dengan kaki kanan, dan satu lagi dengan kaki kiri.
5. Apabila bola yang tersedia habis dan teste sebelum teste berhasil memasukkan 2 bola ke gawang, maka boleh di lanjutkan ke tahap selanjutnya. Sedangkan apabila teste mampu memasukkan 2 bola

- sebelum bola yang disediakan habis (masih tersisa bola), teste boleh melanjutkan ke tahap selanjutnya.
6. Setelah menendang bola, pemain kembali lagi ke kotak A untuk mengambil bola, dilanjutkan dengan menggiring secepat mungkin bola menuju kotak B.
 7. Sampai di kotak B waktu di hentikan. Waktu yang diperoleh dihitung *second*.
 8. Tes dilakukan sebanyak 2 kali, dan diambil waktu terbaik.

Alat dan perlengkapan:

- a. Bola = 7 buah
- b. Meteran panjang = 1 buah
- c. Tiang/Kerucut = 11 buah
- d. Stopwatch = 1 buah
- e. Gawang kecil rendah = 6 buah
- f. Pencatat skor
- g. Kapur gamping
- h. Petugas lapangan 2 orang

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : ALFYAN SATRIAWAN

NIM : 12601241026

Program Studi : PJKR

Pembimbing : FATHAN NURCAHYO, M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	21 Juni 2016	Mengganti instrumen yang digunakan untuk menyelesaikan siswa melakukan tes	M
2.	22 Nov 2016	- Cari sekolah yg terdapat teknik sepakbola. - Instrumen dianalisis kesiapan disusun ulang	M
3.	25 Nov 2016	- Cari permasalahan, fasilitas, program latihan pelatih untuk latihan berlangsung.	M
4.	4 Des 2016	- Tata tulis dan analisis data.	M
5.	8 Mei 2019	Print pedoman TA 2016, susun komplit skripsi (daftar isi, kata pengantar)	M
6.	9 Mei 2019	Tata tulis diperbaiki	M
7.	13 Mei 2019	Tambahkan lampiran dlm dokumentasi, perbaiki penulisan sampul,	M
8.	14 Mei 2019	Tambahkan penelitian yg relevan menjadi 3.	M
9.	15 Mei 2019	Tambahkan keterangan foto dokumentasi, nama siswa, jadi ikon inisial pdm data hasil penelitian, tambahkan norma kategori pd data hasil penelitian, dan gabungkan 3 data.	M

21. Ketua Prodi PJKR,


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



Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian



Gambar 21. Foto Profil Sekolah SMP Negeri 2 Tempel



Gambar 22. Berdoa dan Persiapan Melakukan Tes



Gambar 23. Tes *Running Speed*



Gambar 24. Tes *Running Speed*



Gambar 25. Tes *Basic Movements*



Gambar 26. Tes *Basic Movements*



Gambar 27. Tes *Ball Techniques*



Gambar 28. Tes *Ball Techniques*



Gambar 29. Foto Bersama



Gambar 30. Foto Bersama