

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP
NEGERI 1 SEMANU KABUPATEN GUNUNGKIDUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:

Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM. 19601244034

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023**

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP
NEGERI 1 SEMANU KABUPATEN GUNUNGKIDUL**

Oleh:

Aditya Wiratama Cahya Mukti
19601244034

ABSTRAK

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei. Teknik pengumpulan data menggunakan tes pengukuran. Populasi penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu sejumlah 25 siswa. Sampel penelitian ini sejumlah 21 siswa yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan data menggunakan instrumen tes pengembangan “*David Lee*” (Subagyo Irianto, 2010) dengan validitas concurrent= 0.484 dan reliabilitas= 0.942. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif persentase dengan pengkategorian yang dibagi menjadi 5 kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang dan kurang sekali.

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan diperoleh tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu dalam kategori sangat baik sebanyak 2 siswa (10%), kategori baik sebanyak 4 siswa (19%), kategori cukup sebanyak 3 siswa (14%), kategori kurang sebanyak 7 siswa (33%), dan kategori kurang sekali sebanyak 5 siswa (24%).

Kata kunci: Tingkat Keterampilan, Sepakbola, Siswa Peserta Ekstrakurikuler

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM : 19601244034
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TAS : Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta
Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 1 Semanu
Kabupaten Gunungkidul

Menyatakan bahwa Tugas Akhir 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, 25 Mei 2023

Yang menyatakan,



Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM. 19601244034

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 1 SEMANU KABUPATEN GUNUNGKIDUL

Disusun oleh:

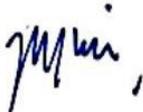
Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM 19601244034

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan ujian Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan

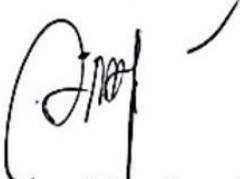


Yogyakarta, 25 Mei 2023

Mengetahui,
Ketua Program Studi


Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
NIP. 197702182008011002

Disetujui,
Dosen Pembimbing,


Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas, M.Or.
NIP. 198207112008121003

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 1 SEMANU KABUPATEN GUNUNGKIDUL

Disusun oleh:

Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM 19601244034

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 16 Juni 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or Ketua Penguji/Pembimbing		19/6/2023
Saryono, S.Pd.Jas., M.Or Sekertaris		19/6/2023
Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or Penguji Utama		19/6/23

Yogyakarta, Juni 2023

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Pf Dekan,



Prof. Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP. 198208152005011002

MOTTO

1. “Jangan menjelaskan tentang dirimu kepada siapa pun, karena yang menyukaimu tidak butuh itu. Dan yang membencimu tidak percaya itu” (Ali bin Abi Thalib)
2. “Jikalau orang lain bisa, maka juga harus bisa” (Aditya Wiratama Cahya Mukti)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT, kupersembahkan karya tulis ini untuk orang-orang yang kusayangi:

1. Alm. Purn. Mayor Inf Suyitno selaku ayah saya yang sudah meninggal waktu saya menempuh perkuliahan semester 4 semoga diberikan tempat terbaik di sisi Allah SWT dan semoga bangga memiliki anak seperti saya.
2. Ibu Sri Mulyati selaku Ibu saya yang senantiasa mendoakanku, memberi dukungan, motivasi, kasih sayang, materi, dan segalanya yang tak pernah berhenti dicurahkan padaku. Terima kasih atas segala perjuangan dan pengorbananmu, berusaha sekuat mungkin membantu perjalanan menyelesaikan perkuliahan demi mendapatkan gelar sarjana.
3. Kakak saya Moh. Roni dan Purwanita Wahyu Yitnawanti selaku kakak saya dan anak-anaknya Arsyia Virendra Rony Pratama serta Ceisya Ranita Putri Sandiya yang telah memberikan dorongan semangat dalam perkuliahan dan kasih sayang selama ini kepada saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. selaku Ketua Departemen POR yang sudah memberikan semangat dan juga persetujuan pada Tugas Akhir Skripsi saya.
3. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Ibu Titik Purwanti, S.Pd., M.Hum. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Bapak Ricky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or. selaku dosen penasehat akademik yang telah memberikan bimbingannya selama masa perkuliahan.

6. Bapak dan ibu dosen FIKK UNY yang dengan sabar dan juga ikhlas mendidik serta memberikan ilmu pengetahuan kepada saya di bangku perkuliahan.
7. Keluarga saya yang telah memberikan doa dan semangat sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Teman-teman PJKR E 2019 yang selalu memberikan semangat dan memberikan kenangan.
9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan dari pihak-pihak di atas dapat menjadi amal dan dibalas oleh Allah SWT. Kemudian, Tugas Akhir Skripsi saya ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat untuk pembacanya dan pihak- pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 25 Mei 2023

Penulis



Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM. 19601244034

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori	8
1. Hakikat Permainan Sepakbola.....	8
2. Hakikat Keterampilan.....	11
3. Teknik Dasar Sepakbola.....	14
4. Tes Keterampilan Sepakbola.....	28
5. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler	31
6. Karakteristik Siswa SMP (Usia 10-14 Tahun)	36
B. Penelitian yang Relevan.....	38
C. Kerangka Berfikir.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	43
A. Desain Penelitian.....	43
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian	44
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	45
E. Teknik Analisis Data.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian	51
B. Pembahasan.....	53
C. Keterbatasan Penelitian.....	59

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Implikasi Hasil Penelitian	61
C. Saran-saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semanu	4
Tabel 2. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP N 1 Semanu	4
Tabel 3. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semanu	34
Tabel 4. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP N 1 Semanu	35
Tabel 5. Populasi Penelitian.....	44
Tabel 6. Sampel Penelitian Dengan Usia 14-15.....	45
Tabel 7. Skala Penilaian Tes Pengembangan “David Lee”.....	50
Tabel 8. Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu	52
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semanu	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan Sepakbola.....	10
Gambar 2. Menendang dengan kaki bagian dalam.....	16
Gambar 3. Menendang menggunakan punggung kaki	16
Gambar 4. Menendang dengan punggung kaki bagian dalam.....	17
Gambar 5. Menendang dengan punggung kaki bagian luar	17
Gambar 6. Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam	18
Gambar 7. Menghentikan bola dengan kaki bagian luar	19
Gambar 8. Menghentikan bola dengan punggung kaki.....	19
Gambar 9. Menghentikan bola dengan telapak kaki	20
Gambar 10. Menghentikan bola dengan paha	20
Gambar 11. Menghentikan bola dengan dada	21
Gambar 12. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam.....	22
Gambar 13. Menggiring bola dengan kaki bagian luar	23
Gambar 14. Menggiring bola dengan punggung kaki	23
Gambar 15. Menyundul bola sambil berdiri.....	24
Gambar 16. Merampas bola sambil berdiri	25
Gambar 17. Merampas bola sambil meluncur.....	26
Gambar 18. Melempar bola (throw in).....	27
Gambar 19. Teknik menangkap bola.....	27
Gambar 20. Alur Kerangka Berfikir	42
Gambar 21. Gambar beserta ukuran tes pengembangan “David Lee”	49
Gambar 22. Grafik Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu	53

Gambar 23. Lapangan Tes.....	76
Gambar 24. Pemanasan Sebelum Tes.....	76
Gambar 25. Pemberian Arahan Sebelum Tes.....	77
Gambar 26. Pelaksanaan Tes.....	77
Gambar 27. Pelaksanaan Tes.....	78
Gambar 28. Pelaksanaan Tes.....	78

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Dosen Pembimbing	67
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas	68
Lampiran 3. Pernyataan Diperbolehkan Penelitian	69
Lampiran 4. Pernyataan Telah Melakukan Penelitian	70
Lampiran 5. Biodata Siswa Ekstrakurikuler	71
Lampiran 6. Statistik Hasil Penelitian	72
Lampiran 7. Data Hasil Tes	74
Lampiran 8. Data Posisi Pemain	75
Lampiran 9. Dokumentasi	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat melekat di seluruh lapisan masyarakat Indonesia. Sepakbola tidak memandang dari segi umur, jenis kelamin, agama, suku dan ras. Banyak olahraga yang masuk di Indonesia seperti sepakbola, basket, voli, takraw dan lain-lain, tetapi sepakbola salah satu olahraga yang paling populer di masyarakat Indonesia. Hampir disetiap daerah, baik perkotaan hingga pedesaan sangat mudah menjumpai orang bermain sepakbola. Seseorang bermain sepakbola memiliki tujuan yang berbeda-beda dari yang sekedar hobi untuk mencari keringat, ada juga yang menargetkan prestasi untuk menjadi pemain profesional.

Sepakbola merupakan permainan dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 11 pemain. Sepakbola dimainkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan, kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan di daerah penjaga gawang. Berdasarkan pendapat Muhajir (2016: 1) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan menendang bola kian-kemari untuk diperebutkan para pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan juga mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola.

Teknik-teknik dasar bermain sepakbola perlu dikuasai untuk menjadi pemain sepakbola. Penguasaan teknik dasar yang baik dan benar akan mengikuti cara bermain yang baik sebagai pemain sepakbola. Ada beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai sebagai pemain sepakbola antara lain *passing*, *control*, *dribble*, *shooting*,

dan *heading*. Jika seseorang ingin melakukan permainan sepakbola, harus tahu dan mampu melakukan teknik dasar atau gerak dasar permainan tersebut (Sukma Aji, 2016: 1).

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang diadakan oleh sekolah diluar jam pelajaran untuk pembinaan siswa pada sekolah tersebut dalam mengembangkan minat bakatnya dengan cara melaksanakan program latihan yang terstruktur guna meningkatkan kemampuan individu yang berkualitas dan dapat memberikan sumbangan prestasi bagi sekolahannya. Kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Semanu meliputi sepakbola, futsal, voli, basket, tonti, kesenian, pramuka, dan baca tulis Al-Quran (BTA).

Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu merupakan wadah siswa dalam menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat bidang olahraga khususnya sepakbola. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dilaksanakan seminggu sekali setiap hari Selasa pukul 15.30 WIB sampai 17.00 WIB di lapangan Semanu utara tepat sebelah barat SMP Negeri 1 Semanu. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola hanya kelas VII dan VIII yang mempunyai keinginan berlatih sepakbola dengan jumlah 25 siswa. Dengan peserta sebanyak 25 siswa, namun yang hadir latihan tidak mencapai 100% dari keseluruhan peserta yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola. Siswa yang memiliki motivasi latihan yang baik akan mempengaruhi tingkat keseriusan dalam kehadiran ekstrakurikuler sepakbola. Motivasi itu muncul dari faktor dalam dirinya atau luar dirinya seperti siswa mengikuti ekstrakurikuler sepakbola karena termotivasi gurunya karena ingin mendapatkan nilai tambah bahkan ada siswa yang ingin menjadi seorang atlet

profesional atau banyak hal lain yang mendorong mereka memilih mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. Setiap ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Semanu memiliki pembina atau pelatih, pelatih ekstrakurikuler sepakbola yaitu Rangga Pradana yang merupakan alumni SMP Negeri 1 Semanu dan belum mempunyai lisensi pelatih. Pada saat latihan materi yang diberikan hanya berupa teknik dasar dan terkadang diberikan materi latihan fisik. Latihan fisik perlu diberikan dalam materi latihan karena kondisi fisik peserta ekstrakurikuler sepakbola masih dikatakan kurang, ini terlihat pada saat ekstrakurikuler sepakbola berlangsung masih banyak siswa yang mengalami kelelahan yang berdampak siswa tidak dapat latihan maupun bermain dengan baik.

SMP Negeri 1 Semanu memiliki sarana dan prasarana sebagai penunjang ekstrakurikuler yang kurang memadai. Terdapat lapangan sepakbola yang sangat mendukung karena terdapat lapangan sepakbola yang dekat dengan sekolah sehingga memudahkan untuk latihan walaupun bukan milik SMP Negeri 1 Semanu. Terdapat pula sarana penunjang lainnya walaupun dengan jumlah yang kurang ideal untuk latihan seperti bola sepak, cone, marker, jersey, dan rompi. Berdasarkan pendapat Permendiknas nomor 24 tahun 2007, standar minimal sarana dan prasarana olahraga di SMP/MTs peralatan bola sepak 1 set/sekolah minimum 6 bola.

Tabel 1. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semanu

No	Barang	Jumlah	Keterangan
1	Bola Sepak	4	Baik
2	<i>Cone</i> Kerucut	15	Baik
3	<i>Jersey</i>	18	Baik
4	Rompi	10	Baik

Sumber: Harminto, S.Pd (2023)

Prestasi SMP Negeri 1 Semanu yang didapat melalui cabang sepakbola pernah mendapatkan juara 2 dalam ajang LPI (Liga Pelajar Indonesia) tingkat Kabupaten Gunungkidul tahun 2014. Ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu hingga tahun 2019 belum terdapat prestasi yang diperoleh dalam pertandingan antar pelajar atau Liga Pelajar Indonesia (LPI) Kabupaten Gunungkidul. Selain itu, tim sepakbola SMP Negeri 1 Semanu tiga tahun terakhir belum dapat mengikuti ajang kejuaraan baik tingkat kabupaten hingga provinsi. Hal tersebut dikarenakan Indonesia terdampak virus Covid-19 yang berakibat tidak adanya ajang kompetisi dalam bidang olahraga. Selama beberapa tahun, pandemi Covid-19 telah mengubah banyak aspek kehidupan sehari-hari. Setiap aspek kehidupan, dari kehidupan pribadi dan keluarga hingga kehidupan sosial di masyarakat, sangat terpengaruh oleh Covid-19. Olahraga adalah salah satunya yang terdampak adanya Covid-19. Dibuktikan dengan tabel prestasi sebagai berikut:

Tabel 2. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP N 1 Semanu

No	Event	Tahun	Hasil
1	Tidak ada <i>event</i>	2022	Tidak ada hasil
2	Tidak ada <i>event</i>	2021	Tidak ada hasil
3	Tidak ada <i>event</i>	2020	Tidak ada hasil

Sumber: Harminto, S.Pd (2023)

Berdasarkan pengamatan peneliti, masalah lain muncul yakni siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola dalam melakukan latihan belum mengetahui tingkat keterampilannya. Perkembangan keterampilan siswa sangat penting untuk memudahkan pelatih dalam menyusun program latihan yang efektif. Mengukur berkala tingkat keterampilan siswa berguna untuk mengetahui keberhasilan program latihan yang telah diberikan, yang selanjutnya akan menjadi acuan untuk menyusun program latihan selanjutnya pada saat ekstrakurikuler. Melihat kenyataan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu belum pernah diketahui tingkat keterampilan sepakbola.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka perlu diadakan penelitian tentang “Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Minat kehadiran peserta didik dalam mengikuti ekstrakurikuler sepakbola masih rendah.
2. Kondisi fisik yang mudah lelah peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu.
3. Keterbatasan sarana dan prasarana dalam menunjang ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu untuk mengembangkan potensi yang dimiliki.
4. Prestasi ekstrakurikuler cabang olahraga sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu mengalami penurunan beberapa tahun terakhir.

5. Belum diketahuinya tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Semanu.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah disebutkan diatas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan, waktu penelitian dan keterbatasan-keterbatasan lainnya. Maka peneliti hanya mengkaji dan mengetahui “Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah: Seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai kerangka acuan atau pengembangan penelitian selanjutnya yang mempunyai objek yang sama dan dapat mengetahui

seberapa jauh keterampilan sepakbola siswanya sebelum mengikuti kompetisi. Dari hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi untuk menentukan dan meningkatkan program latihan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Dapat digunakan bahan pertimbangan dalam menentukan program ekstrakurikuler sepakbola khususnya pada pengukuran keterampilan siswa.

b. Bagi guru atau pelatih

Sebagai acuan evaluasi terhadap program latihan yang diberikan peserta ekstrakurikuler sepakbola sekaligus sebagai acuan merancang program latihan yang akan dilakukan selanjutnya.

c. Bagi siswa

Dapat mengetahui dan memahami tingkat keterampilan bermain sepakbola, sehingga diharapkan dapat meningkatkan keterampilannya untuk lebih baik dan berprestasi.

d. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam merancang serta melaksanakan penelitian ilmiah mengenai tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu.

e. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan yang berkaitan dengan sepakbola khususnya pengukuran keterampilan sepakbola.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Permainan Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan yang sangat populer di dunia termasuk di kalangan masyarakat Indonesia. Permainan sepakbola tidak membedakan dari segi jenis kelamin, umur, agama, ras, suku, budaya, dan ekonomi. ketenaran sepakbola bisa dilihat dari mudahnya menemukan orang bermain sepakbola mulai dari perkotaan hingga pelosok desa. Permainan ini hampir semuanya dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang keterampilan lengan juga diperlukan.

Pada dasarnya, sepakbola merupakan permainan tim menggunakan bola sepak yang dimainkan dilapangan rumput dimana dua tim saling berhadapan dan masing-masing tim memiliki sebelas pemain. Permainan ini dilakukan dengan cara menendang bola ke arah gawang lawan, dan boleh dilakukan dengan menggunakan seluruh anggota tubuh selain tangan kecuali penjaga gawang. Berdasarkan pendapat Muhajir (2016: 1) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan menendang bola kian-kemari untuk diperebutkan para pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan juga mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Dalam permainan ini, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan didaerahnya.

Permainan sepakbola adalah permainan beregu yang jumlahnya sebelas termasuk penjaga gawang. Permainan tersebut membutuhkan kerjasama yang baik

antar pemain satu dengan yang lainnya. Penguasaan teknik dasar individu yang baik merupakan bekal sebagai pemain sepakbola supaya tujuan dari permainan sepakbola dapat tercapai. Berdasarkan pendapat Sri Wahyuni, dkk (2010: 3) permainan sepakbola bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan menahan/menghalangi bola lawan tidak masuk ke gawang. Permainan sepakbola dimainkan dengan dua babak, setiap babak lama waktunya 45 menit dengan waktu istirahat antar babak 15 menit. Apabila terjadi skor yang sama atau seri, maka akan dilanjutkan dengan babak tambahan waktu selama 2x15 menit tanpa adanya waktu istirahat. Jika waktu tambahan 2x15 menit ternyata skor tetap seri maka dilanjutkan tendangan adu pinalti.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan yang dimainkan dua regu yang masing-masing regu berjumlah sebelas pemain termasuk penjaga gawang. Permainan sepakbola mempunyai tujuan memasukan bola ke gawang lawan sebanyak banyaknya dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri yang dimainkan dua babak dengan setiap babak waktunya 45 menit, tetapi jika seri diberikan babak tambahan. Lapangan permainan sepakbola berbentuk persegi panjang dengan ukuran-ukuran dan kelengkapannya sesuai dengan aturan yang sudah ditetapkan oleh FIFA. Lapangan sepakbola berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 90-120 meter dan lebar 45-90 meter. Pada tengah lapangan sepakbola terdapat garis lingkaran dengan jari-jari 9,15 meter. Ukuran gawangnya lebar 7,32 meter dan tingginya 2,44 meter yang dibuat dari kayu atau besi dengan dicat warna putih. Lapangan sepakbola memiliki

4 sudut yang masing-masing diberi garis lingkaran dengan diameter 1 dan terdapat bendera sudut lapangan dengan tinggi tiang 1,5 meter.



Gambar 1. Lapangan Sepakbola
 Sumber: *Laws of The Game FIFA*, (2022: 32)

Dalam permainan sepakbola, ada beberapa perlengkapan yang harus digunakan pemain saat pertandingan sesuai dengan peraturan yang berlaku. Perlengkapan yang sesuai aturan merupakan usaha untuk menghindari cedera yang tidak diinginkan sebagai pemain sepakbola. Berdasarkan pendapat Luxbacher, (2004: 3) Perlengkapan yang dibutuhkan untuk pemain lapangan (selain kiper) mencakup baju kaos atau baju olahraga, celana pendek, kaos kaki, pelindung tulang kering, dan sepatu. Kiper menggunakan baju olahraga dan celana pendek dengan lapisan berwarna lain pada siku dan pinggul untuk membedakannya dari pemain lain dan wasit.

2. Hakikat Keterampilan

Permainan sepakbola adalah permainan beregu yang masing-masing regu berjumlah sebelas orang termasuk penjaga gawang. Semua cabang olahraga membutuhkan keterampilan penguasaan teknik, taktik, dan strategi khususnya dalam permainan sepakbola. Keterampilan yang dimiliki setiap individu pemain sangat penting walaupun permainan sepakbola dimainkan beregu yang jumlahnya sebelas pemain. Penguasaan keterampilan individu yang baik dan benar mampu memberikan pergerakan yang baik untuk mencapai tujuan permainan sepakbola itu sendiri.

Berdasarkan pendapat Ma'mun dan Saputra Yudha M, (2000: 57) keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Keterampilan membutuhkan waktu yang tidak bisa ditentukan untuk dilatih atau dipelajari sampai mencapai target tujuan yang ingin dicapai. Pendapat lain menyebutkan keterampilan secara tidak langsung memenuhi tujuan kinerja, "hasil akhir" dengan kepastian terbesar (Suhartini, 2019: 99). Sedangkan berdasarkan pendapat Sucipto, dkk. (2000: 8) dalam sepakbola terdapat tiga keterampilan dasar, meliputi:

(1) Keterampilan lokomotor pada keterampilan bermain sepakbola adalah gerakan berpindah tempat, seperti lari ke segala arah, meloncat/melompat, dan meluncur. (2) Keterampilan nonlokomotor pada keterampilan bermain sepakbola adalah gerakan yang tidak berpindah tempat seperti menjangkau, melenting, membungkuk, dan meliuk. (3) Keterampilan Manipulatif pada keterampilan bermain sepakbola adalah gerakan yang termasuk kedalam rumpun gerak manipulatif dalam permainan sepakbola, meliputi gerakan menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, dan menangkap bola bagi penjaga gawang.

Beberapa faktor yang menjadi acuan agar siswa mampu mencapai tingkat keterampilan motorik yang maksimal. Berikut adalah 3 faktor umum yang mempengaruhi keterampilan motorik yaitu: (1) faktor proses belajar; (2) faktor pribadi; (3) faktor situasional (Ma'mun & Saputra Yudha M, 2000: 70). Berikut adalah penjelasannya:

a. Faktor proses belajar (*learning process*)

Proses belajar yang baik harus dengan cara merefleksikan pembelajaran pada setiap peserta didiknya. Pada inti dari kegiatan pembelajaran yang dilakukan peserta itu harus terjadi perubahan dalam pengetahuan dan perilaku individu. Berdasarkan pendapat Ma'mun & Saputra Yudha M, (2000: 70) Dalam hal pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya.

b. Faktor pribadi (*personal factor*)

Perbedaan setiap individu sangat mempengaruhi dalam penguasaan keterampilan gerak. Setiap individu ada yang akan lama dalam menguasai keterampilan begitu sebaliknya ada yang lebih cepat dalam menguasai keterampilan. Dengan adanya perbedaan setiap individu dalam belajar keterampilan, tidak mengherankan jika keberhasilan seseorang dalam keterampilan motorik juga bergantung pada ciri-ciri atau kemampuan dan bakat masing-masing peserta (Ma'mun & Saputra Yudha M, 2000: 71-72). Berikut adalah 12 faktor pribadi yang mempengaruhi penguasaan keterampilan berdasarkan pendapat Ma'mun & Saputra Yudha M, 2000: 72-73 adalah sebagai berikut:

- a) *Ketajaman Indra*, yaitu kemampuan indra untuk mengenal tampilan rangsang secara akurat.
- b) *Persepsi*, yaitu kemampuan untuk membuat arti dari situasi yang berlangsung.
- c) *Intelegensi*, yaitu kemampuan untuk menganalisis dan memecahkan masalah serta membuat keputusan-keputusan yang berhubungan dengan penampilan gerak.
- d) *Ukuran Fisik*, adanya tingkatan yang ideal dari ukuran tubuh yang diperlukan untuk sukses dalam cabang olahraga tertentu.
- e) *Pengalaman masa lalu*, yaitu keluasan dan kualitas pengalaman masa lalu yang berhubungan dengan situasi dan tugas gerak yang dipelajari saat ini.
- f) *Kesanggupan*, terdiri dari kemampuan, keterampilan dan pengetahuan yang dikembangkan secara memadai untuk menyelesaikan tugas dan situasi yang dipelajari saat ini.
- g) *Emosi*, yaitu kemampuan untuk mengarahkan dan mengontrol perasaan secara tepat sebelum dan pada saat melaksanakan tugas.
- h) *Motivasi*, yaitu kehadiran semangat dalam tingkat optimal untuk bisa menguasai keterampilan yang dipelajari.
- i) *Sikap*, yaitu adanya minat dalam mempelajari dan memberi nilai pada kegiatan yang sedang dilakukan.
- j) *Faktor-faktor kepribadian yang lain*, hadirnya sifat ekstrim seperti agresif, kebutuhan berafiliasi, atau perilaku lain yang dapat atau tidak dapat dimanfaatkan, tergantung situasi yang terjadi.
- k) *Jenis Kelamin*, yaitu pengaruh komposisi tubuh, pengalaman, faktor-faktor budaya pada pelaksanaan kegiatan dan keinginan untuk berprestasi.
- l) *Usia*, yaitu pengaruh usia kronologis dan kematangan pada kesiapan dan kemampuan untuk mempelajari dan menampilkan tugas tertentu.

c. Faktor situasional (*situational factors*)

Pada faktor situasional ini menitikberatkan pada keadaan lingkungan pada saat melaksanakan pembelajaran. Berdasarkan pendapat Ma'mun & Saputra Yudha M, (2000: 73) Yang termasuk ke dalam faktor situasional itu, antara lain seperti: tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar di mana pembelajaran itu dilangsungkan. Faktor situasional juga mempengaruhi keberhasilan peserta dalam menguasai keterampilan yang dilatihkan atau dipelajari.

Dari pendapat yang dikemukakan para ahli diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan adalah kemampuan seseorang dalam melaksanakan tugasnya dengan benar dan cepat sampai tercapai tujuan tertentu yang diperoleh dari pengulangan latihan ataupun proses belajar terus menerus. Penguasaaa keterampilan setiap individu tidak bisa disamakan, pada intinya proses belajar atau pelatihan keterampilan mampu memberikan perubahan pengetahuan maupun perilaku.

3. Teknik Dasar Sepakbola

Didalam permainan sepakbola kerjasama antar tim merupakan hal yang penting untuk mencapai tujuan permainan sepakbola yaitu mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan kemasukan bola dari tim lawan. Hal yang tidak kalah penting dari membangun kerjasama yaitu penguasaan teknik dasar sepakbola yang dimiliki setiap pemain sepakbola. Berdasarkan pendapat Sukma Aji, (2016: 1) teknik dasar permainan sepakbola dapat diartikan gerak dasar yang harus dikuasi oleh seorang pemain sepakbola. Jika seseorang ingin melakukan permainan sepakbola, ia harus tahu dan mampu melakukan teknik dasar atau gerak dasar permainan tersebut.

Dengan Penguasaan teknik dasar yang baik setiap pemain sepakbola akan bisa membantu timnya untuk mencapai sebuah tujuan permainan sepakbola yang pada dasarnya menjadikan timnya sebagai pemenang. Berdasarkan pendapat Roji & Eva Yulianti, (2017: 2) beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan atau mengontrol (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tacling*), lemparan ke dalam (*throw-*

in), dan menjaga gawang (*goal keeping*). Beberapa teknik dasar yang harus dimiliki pemain sepakbola adalah:

a. Menendang Bola (*kicking*)

Menendang bola merupakan teknik yang paling dominan dilakukan pemain dalam permainan sepakbola. Menendang bola merupakan usaha untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat lainnya menggunakan kaki. Di dalam teknik menendang bola memiliki beberapa fungsi yaitu dapat digunakan sebagai mengoper (*passing*) bola kepada teman dalam berbagai jarak dan menembak bola ke arah gawang (*shooting*).

Melihat dari fungsi menendang bola maka teknik tersebut merupakan dasar yang harus dimiliki pemain sebelum bermain sepakbola. Pemain yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan baik, tidak akan mungkin menjadi pemain sepakbola yang baik pula. Dilihat dari perkenaan kaki saat menendang bola, Muhajir, (2016: 4) menjelaskan teknik menendang bola dibagi menjadi beberapa macam antara lain:

- 1) Menendang dengan kaki bagian dalam
 - a) Berdiri sikap tegak dan melangkah dengan rileks, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
 - b) Letakkan bola di samping bagian dalam kaki kiri, segaris dengan kaki kanan.
 - c) Pandangan ke arah bola
 - d) Ayunkan kaki belakang ke arah bola, perkenaan bola dengan sisi dalam kaki.



Gambar 2. Menendang dengan kaki bagian dalam

Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 18)

- 2) Menendang menggunakan punggung kaki
 - a) Posisi Berdiri sikap teak dan melangkah dengan rileks, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
 - b) Letakkan bola. di samping bagian dalam kaki kiri, segaris dengan kaki kanan.
 - c) Pandangan ke arah bola.
 - d) Ayunkan kaki kanan lurus ke arah bola, tendang bola dengan punggung kaki



Gambar 3. Menendang menggunakan punggung kaki

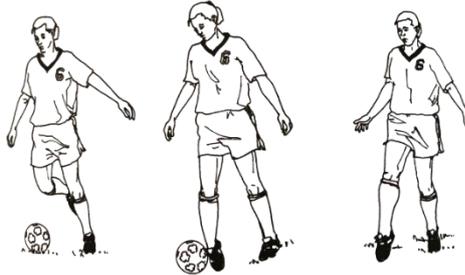
Sumber: Luxbacher, (2004: 15)

- 3) Menendang dengan punggung kaki bagian dalam
 - a) Berdiri sikap tegak dan melangkah dengan rileks, kaki kiri di dean dan kaki kanan di belakang.
 - b) Letakkan bola di samping bagian dalam kaki kiri agak jauh.
 - c) Pandangan ke arah bola.
 - d) Ayunkan kaki belakang membentuk setengah lingkaran ke arah dalam, perkenaan bola dengan punggung kaki kanan sebelah dalam.



Gambar 4. Menendang dengan punggung kaki bagian dalam
 Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 21)

- 4) Menendang dengan punggung kaki bagian luar
- Berdiri sikap tegak dan melangkah rileks, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
 - Letakkan bola di samping bagian dalam kaki kiri agak jauh ke arah kanan
 - Pandangan ke arah bola
 - Ayunkan kaki kanan belakang membentuk setengah lingkaran ke arah luar, perkenaan bola dengan punggung kaki kanan luar.



Gambar 5. Menendang dengan punggung kaki bagian luar
 Sumber: Luxbacher, (2004: 14)

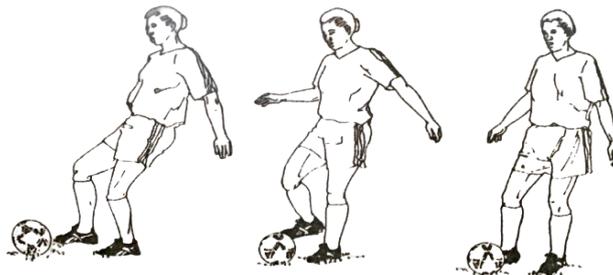
b. Menghentikan atau Mengontrol Bola (*stopping*)

Keterampilan teknik menghentikan bola harus dikuasai sebagai pemain sepakbola setelah teknik menendang dipelajari dan dikuasai. Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya dilakukan bersamaan dengan teknik menendang. Menghentikan bola atau mengontrol bola terjadi saat pemain menerima operan atau *passing* dari teman satu tim atau dari lawan yang salah mengoper. Berdasarkan pendapat Sucipto, dkk., (2000: 22) Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk

didalam-nya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk *passing*.

Berdasarkan pendapat Sucipto, dkk., (2000: 22) dilihat dari perkenaannya yang digunakan menghentikan bola dibedakan menjadi enam yaitu sebagai berikut:

- 1) Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam
 - a) Posisi badan segaris dengan datangnya bola.
 - b) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
 - c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola.
 - d) Bola menyentuh kaki persis dibagian dalam/mata kaki.
 - e) Kaki penghenti mengikuti arah bola.
 - f) Kaki penghenti bersama bola berhenti dibawah badan (terkuasai).
 - g) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
 - h) Kedua lengan dibuka di samping badan menjaga keseimbangan.



Gambar 6. Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam
Sumber: Luxbacher, (2004: 16)

- 2) Menghentikan bola dengan kaki bagian luar
 - a) Posisi badan menghadap ke datangnya bola.
 - b) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 30 cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
 - c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian luar diulurkan ke depan menjemput datangnya bola.
 - d) Bola menyentuh kaki persis di permukaan kaki bagian luar.
 - e) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berada di bawah badan/terkuasai.
 - f) Posisi lengan berada disamping badan untuk menjaga keseimbangan.



Gambar 7. Menghentikan bola dengan kaki bagian luar

Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 24)

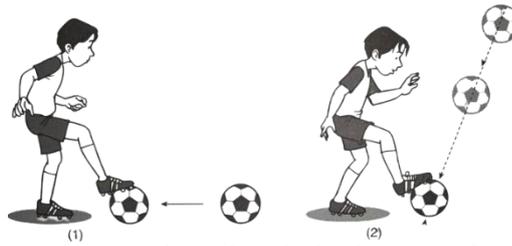
- 3) Menghentikan bola dengan punggung kaki
 - a) Posisi badan menghadap datangnya bola.
 - b) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dari garis datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk.
 - c) Kaki penghenti diangkat sedikit dan dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola.
 - d) Bola menyentuh kaki persis di punggung kaki.
 - e) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berhenti di bawah badan/terkuasai.
 - f) Posisi lengan berada disamping badan untuk menjaga keseimbangan.



Gambar 8. Menghentikan bola dengan punggung kaki

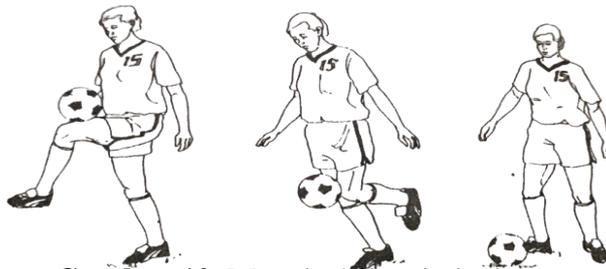
Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 25)

- 4) Menghentikan bola dengan telapak kaki
 - a) Posisi badan lurus dengan arah datangnya bola.
 - b) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dari garis datangnya bola dan lutut ditekuk sedikit.
 - c) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan telapak Kaki dijulurkan menghadap ke sasaran.
 - d) Pada saat bola masuk ke kaki, ujung kaki diturunkan sehingga bola berhenti di depan badan.
 - e) Pandangan mengikuti arah bola sampai bola berhenti.
 - f) Kedua lengan dibuka di samping badan menjaga keseimbangan.



Gambar 9. Menghentikan bola dengan telapak kaki
 Sumber: Sri Wahyuni, dkk. (2010: 7)

- 5) Menghentikan bola dengan paha
- Posisi badan menghadap ke datangnya bola.
 - Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm, dari garis datangnya bola dan lutut sedikit ditekuk.
 - Paha diangkat tegak lurus dengan badan dan lutut ditekuk tegak lurus dengan paha.
 - Pada saat bola mengenai paha, paha direndahkan mengikuti arah bola.
 - Bola mengenai paha tepat pada tengah-tengah paha antara lutut dan pangkal paha.
 - Pandangan mengikuti arah bola sampai bola berhenti di depan badan dan kedua lengan dibuka di samping badan menjaga keseimbangan.



Gambar 10. Menghentikan bola dengan paha
 Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 27)

- 6) Menghentikan bola dengan dada
- Posisi badan menghadap ke datangnya bola.
 - Kedua kaki dibuka selebar bahu dengan kedua lutut sedikit ditekuk.
 - Dada dibusungkan ke depan menghadap ke datangnya bola.
 - Pada saat bola mengenai dada, badan dilentingkan mengikuti arah bola.
 - Perkenaan bola pada dada tepat pada tengah-tengah dada.
 - Pandangan mengikuti bola sampai bola berada di depan badan.
 - Kedua lengan dibuka di samping badan menjaga keseimbangan.



Gambar 11. Menghentikan bola dengan dada
Sumber: Luxbacher, (2004: 26)

c. Menggiring Bola (*dribbling*)

Teknik menggiring bola merupakan teknik yang perlu dikuasai sebagai pemain sepakbola. Pada teknik menggiring bola gerakan kaki yang terampil memungkinkan pemain tersebut lebih lama menguasai bola dan mampu menjalankan strategi yang dicapainya. Menggiring bola adalah hal yang menarik untuk melengkapi sebuah permainan sepakbola. Sebagian orang berpendapat menggiring bola mengarah kepada seni daripada keterampilan (Luxbacher, 2004: 47).

Berdasarkan pendapat Sucipto, dkk., (2000: 28) menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Didalam permainan sepakbola menggiring bertujuan untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke arah yang bebas, dan mempertahankan bola hingga menuju ke gawang lawan.

Berdasarkan pendapat Sucipto, dkk., (2000: 28) teknik dasar menggiring bola dapat dilakukan tiga cara yaitu sebagai berikut:

- 1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
 - a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola.

- b) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak ditarik kebelakang hanya diayunkan ke depan.
- c) Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh/ didorong bergulir ke depan.
- d) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
- e) Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
- f) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan.
- g) Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.



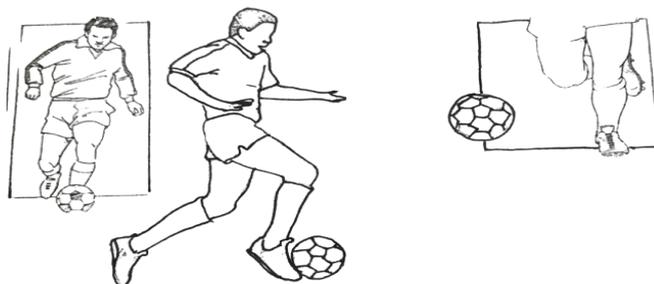
Gambar 12. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
 Sumber: Roji dan Eva Yulianti, (2017: 4)

- 2) Menggiring bola dengan kaki bagian luar
 - a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki bagian luar.
 - b) Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh/mendorong bola bergulir ke depan
 - c) Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola.
 - d) Bola selalu dekat dengan kaki agar bola tetap dikuasai.
 - e) Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola.
 - f) Pada saat kaki menyentuh bola pandangan ke arah bola, selanjutnya melihat situasi.
 - g) Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.



Gambar 13. Menggiring bola dengan kaki bagian luar
 Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 30)

- 3) Menggiring bola dengan punggung kaki
- Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki.
 - Kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh/mendorong bola tanpa terlebih dahulu ditarik ke belakang dan diayun ke depan.
 - Tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola.
 - Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
 - Kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah menguasai bola.
 - Pandangan melihat bola pada saat kaki menyentuh, kemudian lihat situasi dan kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.



Gambar 14. Menggiring bola dengan punggung kaki
 Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 31)

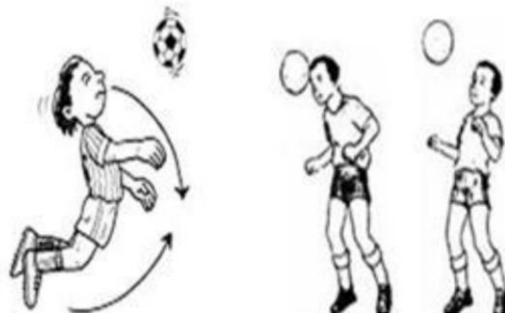
d. Menyundul Bola (*heading*)

Menyundul bola adalah teknik dalam bermain sepakbola menggunakan dahi. Terciptanya gol dalam pertandingan sepakbola sering dari hasil teknik menyundul bola. Biasanya digunakan dari tendangan bebas atau tendangan sudut, pemain dengan tinggi badan di atas rata-rata memposisikan diri untuk menerima umpan dan berusaha untuk memenangkan dalam duel diudara. Dalam sepakbola

menyundul bola mempunyai beberapa tujuan yaitu membuang bola, mematahkan serangan lawan, mengumpan, dan mencetak gol.

Berdasarkan pendapat Roji & Eva Yulianti, (2017: 6) gerak spesifik teknik menyundul bola adalah sebagai berikut:

- a) Posisi awal: berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu/sikap melangkah, kedua lutut agak rendah, kedua lengan di depan samping badan, pandangan tertuju pada arah bola.
- b) Gerakan: lentingkan pinggang ke belakang dan keraskan otot leher serta berat badan bertumpu pada kaki belakang, arah pandangan pada bola, gerakan pinggang ke depan, hingga dahi tepat menyongsong arah datangnya bola, untuk menambah kecepatan/kekuatan bola, gerakan kedua lengan ke belakang.
- c) Akhir gerakan: gerakan badan dibawa ke depan, kedua lutut diluruskan serta kedua tumit terangkat dari tanah, pandangan mengikuti arah gerak bola.



Gambar 15. Menyundul bola sambil berdiri
Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 33)

e. Merampas atau Merebut Bola (*tackling*)

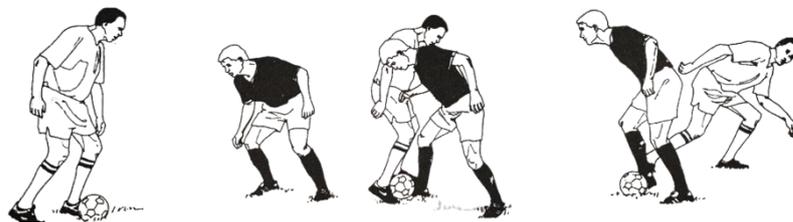
Merampas atau merebut bola yaitu teknik dalam sepakbola untuk mengambil bola dari penguasaan lawan menggunakan kaki. Pelaksanaan merampas bola atau tackling memerlukan penentuan waktu yang tepat. Dalam merebut bola atau tackling diharapkan pemain menggunakan teknik yang benar dan tidak melakukan pelanggaran. Sebagian besar kesalahan tackle disebabkan oleh pengambilan

keputusan waktu yang kurang tepat, kurangnya kontrol tubuh, atau teknik yang tidak sempurna (Luxbacher, 2004: 56).

Berdasarkan pendapat Sucipto, dkk., (2000: 34) merampas bola dapat dilakukan beberapa cara yaitu sebagai berikut:

1) Merampas bola sambil berdiri

- a) Menempatkan diri sedekat mungkin dengan lawan yang sedang menguasai bola.
- b) Memperhatikan kaki dan gerak lawan.
- c) Letakkan kaki tumpu di samping depan kaki lawan yang menguasai bola dan kaki tumpu ditekuk bagian lututnya sedikit.
- d) Kaki yang digunakan untuk merampas bola diangkat sedikit ke belakang, kemudian ayunkan ke depan dan kenakan ketengah-tengah bola.
- e) Dengan kaki bagian dalam/luar dan dengan menguatkan otot-otot kaki menahan bola dengan tekanan yang kuat.
- f) Apabila lawan berdiri dengan kaki rapat, maka cepat-cepat kaki yang merampas bola menekan dan menarik bola sehingga bola bergulir di atas kaki lawan kemudian bola segera dikuasai.



Gambar 16. Merampas bola sambil berdiri
Sumber: Luxbacher, (2004: 54)

2) Merampas bola sambil meluncur

- a) Lari mendekati bola yang dikuasai lawan sehingga memungkinkan untuk meluncur ke arah bola.
- b) Pada langkah terakhir kaki tumpu, lutut dibengkokkan dan titik berat badan direndahkan.
- c) Kaki yang lain meluncur ke arah bola dengan kaki bagian dalam atau telapak kaki bola didorong keluar penguasaan lawan.
- d) Dengan dibantu tangan, badan direbahkan.



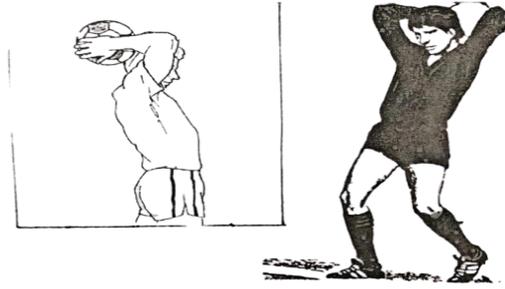
Gambar 17. Merampas bola sambil meluncur
Sumber: Luxbacher, (2004: 55)

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

Lemparan ke dalam atau *throw-in* adalah satu-satunya teknik sepakbola yang menggunakan kedua tangan untuk melakukannya. Lemparan ke dalam dilakukan pelembar dengan cara mengayunkan lengan dari belakang badan hingga atas kepala lalu bola dilepaskan dan kedua kaki tetap berada di luar lapangan. Lemparan ke dalam untuk memulai pertandingan jika bola keluar lapangan melintasi garis pinggir lapangan. Berdasarkan pendapat Sucipto, dkk., (2000: 36) Selain mudah untuk memainkan bola, dari lemparan ke dalam offside tidak berlaku.

Herwin, (2004: 48) menjelaskan bagaimana cara melakukan lemparan ke dalam adalah sebagai berikut:

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



Gambar 18. Melempar bola (*throw in*)

Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 36)

g. Menjaga Gawang (*goal keeping*)

Teknik menjaga gawang diperuntukan untuk penjaga gawang dalam permainan sepakbola. Menjaga gawang adalah teknik yang diperbolehkan atau dikhususkan menggunakan tangan untuk penjaga gawang. Penjaga gawang merupakan pemain yang sangat penting didalam sebuah pertandingan sepakbola. Berdasarkan pendapat Luxbacher, (2004: 125) Kiper memberikan garis pertahanan yang terakhir bagi tim dan harus menguasai serangkaian keterampilan yang seluruhnya berbeda dengan keterampilan yang digunakan oleh pemain lapangan.

Teknik penjaga gawang meliputi menangkap, melempar, dan menendang bola. Menangkap bola dapat dibedakan beberapa cara menurut arah datangnya bola, yaitu ada bola datang dalam jangkauan penjaga gawang yang tidak diharuskan untuk melompat dan ada bola datang diluar jangkauan penjaga gawang yang diharuskan untuk meloncat.



Gambar 19. Teknik menangkap bola

Sumber: Sucipto, dkk. (2000: 40)

Dapat ditarik kesimpulan bahwa semua teknik dasar saling berkaitan jadi wajib bagi pemain untuk menguasai teknik dasar agar permainan sepakbola bisa berjalan dengan lancar.

4. Tes Keterampilan Sepakbola

Berkaca dari tahap pembinaan cabang olahraga sepakbola, tes dan pengukuran yang merupakan dasar untuk menentukan bibit atlet, monitoring perkembangan kemampuan pemain dan evaluasi untuk merencanakan program. Tes dan Pengukuran hakikatnya merupakan alat ukur untuk memperoleh data/informasi. Sedangkan pengukuran disini bermaksud proses untuk memperoleh data. Data ini hakekatnya tidak akan bermakna bila tidak ada tindakan evaluasi. Dari hasil evaluasi didapatkan suatu kesimpulan untuk membuat keputusan dan alternatif tindak-an berdasarkan data. Berdasarkan pendapat Zainul dan Nasution (2001: 20) tes didefinisikan sebagai pertanyaan atau tugas seperangkat tugas yang direncanakan untuk memperoleh informasi tentang suatu atribut pendidikan atau suatu atribut psikologis tertentu.

Sedangkan pendapat Arikunto dan Jabar (2004: 12) merupakan alat atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dengan menggunakan cara atau aturan yang telah ditentukan. Dalam hal ini harus dibedakan pengertian antara tes, *testing*, *testee*, *tester*. *Testing* adalah saat pada waktu tes tersebut dilaksanakan (saat pengambilan tes). *Testee* adalah responden yang mengerjakan tes. Mereka inilah yang akan dinilai atau diukur kemampuannya. Sedangkan *Tester* adalah seseorang yang diserahi tugas untuk melaksanakan pengambilan tes kepada responden.

Ada beberapa tes dalam keterampilan sepakbola mulai dari tes sirkuit yang berupa suatu rangkaian untuk mengetahui proporsi tubuh, fisik dan bermain. Untuk tes proporsi tubuh, Indeks Massa Tubuh (IMT) digunakan untuk mengetahui proporsi badan (gemuk, normal, kurus) dan indikator status gizi saat ini. IMT hingga kini dipakai secara luas untuk menentukan status gizi seseorang. IMT dipercayai dapat menjadi indikator atau menggambarkan kadar adipositas dalam tubuh seseorang. IMT merupakan petunjuk untuk menentukan kelebihan berat badan berdasarkan indeks qualetet, berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2). IMT merupakan alternatif untuk tindakan pengukuran lemak tubuh dan komposisi tubuh. Berdasarkan pendapat Fenanlampir (2015: 35) komposisi tubuh yang dimaksud adalah yang terkait dengan karakteristik tubuh seseorang termasuk di dalamnya adalah tinggi, berat, dan ketebalan lemak. IMT sangat mempengaruhi atlet dalam bermain bola, atlet yang memiliki IMT normal akan lebih baik dalam bermain sepakbola. Hal ini sesuai dengan penelitian Fakhrollah (2017). Dalam melakukan keterampilan sepakbola, dengan tinggi badan yang ideal atlet dapat melakukan gerakan-gerakan dalam sepakbola dengan baik secara keseluruhan, apabila tinggi badan atlet tidak ideal akan menyulitkan atlet dalam sepakbola, tinggi badan akan menghambat atlet dalam mengembangkan kemampuan bermain sepakbola.

Untuk tes fisik menggunakan tes kondisi fisik “*Battery Test Of Physical Conditioning*” yang didalamnya ada (1) Tes *Push Up*, (2) Tes *Sit Up*, (3) Tes *Standing Broad Jump*, (4) Tes *Arrowhead Agility*, (5) Tes lari 30 meter, (6) Tes lari 1.200 meter (Ridwan & Irawan, 2018: 25). Tes fisik ini penting bagi atlet karena

fisik sangat mempengaruhi atlet dalam bermain sepakbola. Selain itu fisik merupakan unsur yang penting dan menjadi dasar dalam mengembangkan teknik, taktik, maupun strategi dalam bermain sepakbola.

Sedangkan dalam bermain sepakbola ada beberapa tes. Seperti David Lee yang merupakan suatu rangkaian tes sirkuit yang bertujuan untuk mengukur keterampilan bermain sepakbola untuk pemain muda yang terdiri dari teknik *dribbling*, *passing*, dan *shooting*, atau tes yang mengarah ke satu-persatu teknik tertentu seperti *passing* lambung, *juggling*, dan *shooting* yang dikembangkan oleh Bobby Charlton (2003) dan tes *dribbling*, *passing*-kontrol dan *heading* dikembangkan Nurhasan (2001). Selain itu ada juga David Lee pengembangan dari Subagyo Iriyanto (2010) dan *The David Lee Soccer Potensial Circuit Test* oleh Fitri Hermawan (2010). Masih banyak lagi tes keterampilan sepakbola dengan bola seperti: Tes keterampilan sepakbola *passing* dan *stop passing* (Mubarok, 2020) tes ini hanya untuk mengetahui keterampilan *passing* dan kontrol dalam bermain sepakbola, tes *passing-stopping* (Nurhadi, 2014) tes ini hampir sama dengan tes *passing* dan *stop passing* yang dikembangkan oleh Mubarok (2020) karena hanya mengukur *passing* dan kontrol, tes keterampilan *dribbling* (Mubarok, 2021) yang hanya untuk mengetahui tingkat menggiring dalam bermain sepakbola, tes *shooting dribbling passing* dan *long passing* (Adnan, 2018) untuk tes ini dapat mengetahui tingkat keterampilan *shooting dribbling passing* dan *passing* jauh. Dalam setiap tes tersebut memiliki kekurangan dan kelebihan contohnya tes *passing-stopping* (Nurhadi, 2014) kekurangan dalam tes ini yaitu hanya melakukan tes *passing* dan

kontrol, berbeda dengan tes David Lee yang memiliki kelebihan karena tes ini berangkaian menyerupai permainan yang sesungguhnya.

Berdasarkan hasil observasi di SMP Negeri 1 Semanu pada saat ekstrakurikuler sepakbola dan dari beberapa hasil uraian tes keterampilan diatas, tes yang paling sesuai untuk mengukur kemampuan individu pada siswa SMP yaitu menggunakan tes David Lee pengembangan dari Subagyo Iriyanto (Subagyo Iriyanto, 2010) karena tes ini meliputi *dribbling*, *keeping*, kontrol bola bawah, kontrol bola atas, tendangan mendatar, tendangan lambung, dan cara menggulirkan bola, sehingga tes ini menyerupai permainan yang sesungguhnya.

5. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler

a. Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan non-pelajaran formal disekolah yang umumnya diluar jam belajar yang sesuai dengan kurikulum. Pada dasarnya sekolah mengadakan ekstrakurikuler menyesuaikan dengan keadaan dan kebutuhan yang sudah tercantum dalam susunan program. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan upaya sekolah dalam menyalurkan dan mengembangkan bakat minat peserta didik. Dalam kegiatan ini berharap peserta didik mengarah kepada hal-hal yang positif yang bermanfaat dalam dirinya. Kegiatan ekstrakurikuler juga memberikan kebebasan kepada peserta didik dalam menentukan jenis kegiatan sesuai dengan bakat minat siswa tersebut.

Berdasarkan pendapat Wibowo & Andriyani, (2015: 2) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam sekolah yang berfungsi untuk mewedahi dan mengembangkan potensi, minat dan bakat siswa. Berdasarkan

pendapat Yudha M. Saputra, 1998: 6) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan diluar pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antar mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya. Berdasarkan pendapat Opan Arifudin, (2022: 830) kegiatan ekstrakurikuler secara umum merupakan kegiatan yang dijadikan sebagai wadah bagi peserta didik yang memiliki minat mengikuti kegiatan tersebut sesuai dengan minat, bakat, hobi, kepribadian, dan kreativitas peserta didik yang dapat dijadikan sebagai alat untuk mendeteksi talenta peserta didik dan didesain secara sistematis sehingga dapat melahirkan dan membina potensi-potensi yang dimiliki siswa serta secara ajang pembinaan karakter peserta didik dalam pendekatan berbagai kegiatan.

Berdasarkan dari uraian yang dipaparkan diatas dapat diambil suatu kesimpulan bahwa ekstrakurikuler adalah Kegiatan yang disusun sekolahan sesuai dengan kurikulum diluar jam pelajaran dengan tujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan minat bakat siswa, dan siswa berhak memilih jenis kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan keinginan, waktu dan tujuan yang ingin dicapai oleh siswa itu sendiri.

b. Tujuan Ekstrakurikuler

Setiap kegiatan sekolah yang menyangkut peserta didik pasti memiliki tujuan tertentu untuk peserta didik tersebut. Maka kegiatan ekstrakurikuler juga memiliki beberapa tujuan yang positif untuk peserta didiknya. Berdasarkan pendapat Wibowo dan Andriyani (2014: 2-3) ekstrakurikuler memiliki beberapa tujuan yaitu sebagai berikut:

(1) Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang meliputi bakat, minat, dan kreativitas; (2) Memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dan pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan; (3) Mengaktualisasikan potensi siswa dalam pencapaian prestasi unggulan sesuai bakat dan minat; (4) Menyiapkan siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat madani.

c. Jenis-Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

Tentu saja ada berbagai jenis kegiatan ekstrakurikuler karena berbagai alasan yang berkaitan dengan kegiatan siswa selain kegiatan pembelajaran inti. Dalam kegiatan ekstrakurikuler, ada banyak jenis kegiatan yang dapat dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan minat dan bakat siswa, namun harus disesuaikan dengan sekolahannya. Adapun jenis kegiatan ekstrakurikuler yang diprogramkan di sekolah dijelaskan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan sebagai berikut: 1) Pendidikan Kepramukaan, 2) Pasukan Pengibar Bendera (PASKIBRA), 3) Palang Merah Remaja (PMR), 4) Pasukan Keamanan Sekolah (PKS), 5) Gema Pencinta Alam, 6) Filateli, 7) Koperasi Sekolah, 8) Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), 9) Kelompok Ilmiah Remaja (KIR), 10) Olahraga dan 11) Kesenian. Dari beberapa jenis ekstrakurikuler, peserta didik diberikan kebebasan untuk memilih ekstrakurikuler sesuai dengan minat bakat masing-masing peserta didik.

d. Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Semanu

SMP N 1 Semanu merupakan lembaga pendidikan yang mempunyai kepedulian terhadap ekstrakurikuler. Dalam upaya meningkatkan prestasi, pihak sekolah memberikan ekstrakurikuler yang bisa diikuti oleh peserta didiknya. SMP N 1 Semanu mempunyai tujuan dengan diadakannya ekstrakurikuler yaitu sebagai

wadah untuk memupuk kegemaran dan bakat para siswa agar mereka mempunyai kesempatan untuk mengembangkan bakat olahraga melalui kegiatan ekstrakurikuler yang diharapkan mampu meningkatkan prestasi.

Ekstrakurikuler di SMP N 1 Semanu terdiri dari ekstrakurikuler yang wajib dan pilihan. Ekstrakurikuler yang wajib diikuti oleh peserta didik yaitu pramuka dan baca tulis Al-Quran. Jenis Ekstrakurikuler pilihan yang ada di SMP N 1 Semanu yang termasuk bidang olahraga meliputi bola voli, bola basket, futsal, dan sepakbola, sedangkan jenis ekstrakurikuler non olahraga meliputi bengkel bahasa dan sastra, drum band, karawitan, karya tulis ilmiah, OSN, dan tonti.

Kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 1 Semanu terdiri dari berbagai cabang olahraga termasuk salah satunya sepakbola. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dibimbing oleh pelatih Rangga Pradana. Dengan pelatihan yang rutin 1 minggu sekali yaitu di hari Selasa pukul 15.30 sampai 17.00 WIB. Ekstrakurikuler sepakbola diadakan di lapangan Semanu utara tepat di barat SMP N 1 Semanu. Sekolah tersebut memiliki sarana prasarana untuk menunjang ekstrakurikuler sepakbola yang cukup memadai

Tabel 3. Sarana dan Prasarana Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semanu

No	Barang	Jumlah	Keterangan
1	Bola Sepak	4	Baik
2	<i>Cone</i> Kerucut	15	Baik
3	<i>Jersey</i>	18	Baik
4	Rompi	10	Baik

Sumber: Harminto, S.Pd (2023)

Prestasi bidang olahraga di SMP Negeri 1 Semanu khususnya bidang olahraga sepakbola pada tiga tahun terakhir belum dapat mengikuti ajang

kejuaraan baik tingkat kabupaten hingga provinsi. Hal tersebut dikarenakan Indonesia terdampak virus Covid-19 yang berakibat tidak adanya ajang kompetisi dalam bidang olahraga. Selama beberapa tahun, pandemi Covid-19 telah mengubah banyak aspek kehidupan sehari-hari. Setiap aspek kehidupan, dari kehidupan pribadi dan keluarga hingga kehidupan sosial di masyarakat, sangat terpengaruh oleh Covid-19.

Tabel 4. Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola SMP N 1 Semanu

No	Event	Tahun	Hasil
1	Tidak ada <i>event</i>	2022	Tidak ada hasil
2	Tidak ada <i>event</i>	2021	Tidak ada hasil
3	Tidak ada <i>event</i>	2020	Tidak ada hasil

Sumber: Harminto, S.Pd (2023)

Pelatihan yang berkelanjutan juga diharapkan dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Semanu untuk meningkatkan keterampilan yang dimiliki masing-masing peserta. Oleh karena itu, mereka perlu dipersiapkan secara fisik dan mental untuk mendukung kegiatan ekstrakurikuler sepakbola sehingga dapat mencapai hasil yang lebih tinggi.

Dari penjelasan diatas disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler dapat mendidik peserta didik agar memiliki nilai-nilai pendidikan karakter peserta didik dalam upaya pembinaan manusia seutuhnya, pendidikan karakter sangat dibutuhkan oleh semua bangsa karena merupakan bagian penting dalam membangun jati diri sebuah bangsa. Selain itu kegiatan ekstrakurikuler juga bisa menyalurkan bakat dan minat peserta didik agar menjadi peserta didik yang ber prestasi.

6. Karakteristik Siswa SMP (Usia 10-14 Tahun)

Usia sekolah menengah pertama merupakan usia yang sedang fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada usia tersebut juga mengalami perubahan di segala aspek perkembangan. Diawali dengan aspek perkembangan fisik motorik dan otak, perkembangan kognitif, dan perkembangan sosioemosional. Pada tahap perkembangan tersebut bisa disebut tahap perkembangan remaja atau tahap perkembangan pubertas.

Pada dasarnya pada masa usia SMP belum siap dikatakan sebagai orang dewasa dan tidak bisa dikatakan sebagai anak-anak lagi. Berdasarkan pendapat Desmita, (2010: 36) terdapat sejumlah karakteristik yang menonjol pada anak usia SMP ini, yaitu:

- 1) Terjadinya ketidakseimbangan proporsi tinggi dan berat badan.
- 2) Mulai timbulnya ciri-ciri seks sekunder.
- 3) Kecenderungan ambivalensi, antara keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul, serta keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orangtua.
- 4) Senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa.
- 5) Mulai mempertanyakan secara skeptis mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan.
- 6) Reaksi dan ekspresi emosi masih labil.
- 7) Mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial.
- 8) Kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas.

Sedangkan menurut penjelasan Hurlock (2000: 31), masa remaja mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Masa remaja sebagai periode perubahan. Remaja mengalami perubahan penting dalam hidupnya baik dari segi fisik maupun mentalnya untuk menuju kedewasaan diri.
- b) Masa remaja sebagai periode peralihan. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan perannya yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa.

- c) Masa remaja sebagai periode perubahan. Ada empat perubahan yang hampir bersifat universal. Pertama, meningginya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial, menimbulkan masalah baru. Bagi remaja masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri menyelesaikannya menurut kepuasannya. Ketiga, berubahnya nilai-nilai, apa yang di masa anakanak dianggap penting sekarang setelah hampir dewasa tidak penting lagi. Keempat, sebagian besar remaja bersifat ambivalen terhadap setiap perubahan, mereka menginginkan perubahan dan menuntut kebebasan, tetapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya.
- d) Masa remaja sebagai usia bermasalah. Masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi masalah membuat banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.
- e) Masa remaja sebagai masa mencari identitas. Pada periode ini remaja melakukan identifikasi dengan tokoh atau orang yang dikaguminya.
- f) Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. Adanya stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang berperilaku merusak, mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri dan akhirnya membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit.
- g) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik. Remaja cenderung melihat kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.
- h) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa. Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status kedewasaan, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan seks bebas.

Selain itu terdapat tiga tahapan dalam perkembangan remaja yaitu:

a) Remaja Awal

Seorang remaja pada tahap ini, usia 10 hingga 12 tahun, menjadi seseorang yang masih takjub dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Mengembangkan pemikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang (Ichsanudin & Gumantan, 2020). Hanya dipeluk oleh lawan jenis, sudah berfantasi tentang erotisme. Hipersensitivitas ini berjalan seiring dengan penurunan kendali atas "ego". Hal ini membuat sulit bagi orang dewasa muda untuk memahami (Yuliandra & Fahrizqi, 2020).

b) Remaja Madya

Tahap ini berusia 13-15 tahun. Pada tahap ini, remaja sangat membutuhkan teman. Ia senang banyak teman yang menyukai mereka

(Aprilianto & Fahrizqi, 2020). Ada kecenderungan "narsis" untuk mencintai diri sendiri dengan menyukai teman yang memiliki kualitas yang sama. Juga, bingung karena tidak tahu harus memilih yang mana: sensitif atau acuh tak acuh, ramai atau sepi, optimis atau pesimis, idealis atau materialistis, dan lainlain (Nugroho & Yuliandra, 2021). Remaja laki-laki harus membebaskan diri dari Oedipus complex (perasaan cinta pada ibu sendiri dimasa kanak-kanak) dengan memperdalam hubungan dengan geng lawan jenis (Agus & Fahrizqi, 2020).

c) Remaja Akhir

Fase ini (16-19 tahun) merupakan fase pematangan menuju pertumbuhan dan ditandai dengan tercapainya lima hal berikut: 1) Tumbuhnya minat terhadap fungsi-fungsi akal. 2) Ego mencari peluang untuk terikat dengan orang lain dan mendapatkan pengalaman baru. 3) Ia membentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi. 4) Keegoisan (terlalu egois) digantikan oleh keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dan orang lain. 5) Membangun "tembok" yang memisahkan diri pribadi dan masyarakat umum.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah usia remaja yang memasuki SMP masih menjadi pribadi yang labil karena di usia ini anak-anak masih mencari jati diri yang ingin diakui di lingkungan sekitar. Sehingga anak di usia remaja perlu perhatian yang lebih untuk bisa mencapai prestasi yang diharapkan. Oleh karena itu, anak-anak diharapkan bisa mengikuti tes keterampilan dasar sepakbola untuk mengetahui kemampuan agar bisa menjadi acuan untuk menjadi lebih baik lagi.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan sangat membantu untuk mendukung kajian teori yang sebelumnya dikemukakan untuk landasan menyusun kerangka berpikir. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Alfyan Satriawan (2019) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta Tahun 2017/2018”. 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 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*. 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%).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Alif Hafit (2018) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 2 Pengasih”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola di SMP Negeri 2 Pengasih. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen tes yang digunakan adalah instrumen tes keterampilan dasar bermain sepakbola berdasarkan pendapat Nurhasan yang terdiri dari: (a)

passing dan stopping, (b) heading, (c) dribbling, (d) shooting. Sampel dari penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 2 Pengasih sejumlah 55 anak. Hasil penelitian diketahui keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 2 Pengasih tahun 2017/2018 adalah kategori baik sebesar 10,9 % (6 siswa), kategori cukup sebesar 74,6% (41 siswa), kategori sedang sebesar 10,9% (6 siswa), kategori kurang sebesar 3,6% (2 siswa), dan kategori buruk sebesar 0% (0 siswa).

3. Penelitian yang dilakukan oleh Romi Herjanto (2016) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Anggota Tim Sepakbola SMA Negeri 1 Sewon Bantul Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa anggota tim sepakbola SMA N 1 Sewon Bantul Yogyakarta tahun ajaran 2015/2016. Metode yang digunakan adalah metode penelitian survei dengan tes keterampilan dasar bermain sepakbola yang dibuat oleh Nurhasan. Dari hasil penelitian dapat diketahui terdapat 2 siswa termasuk kategori baik sekali, 9 siswa termasuk kategori baik, 10 siswa termasuk kategori sedang, 6 siswa termasuk kategori kurang dan 2 siswa termasuk kategori kurang sekali.

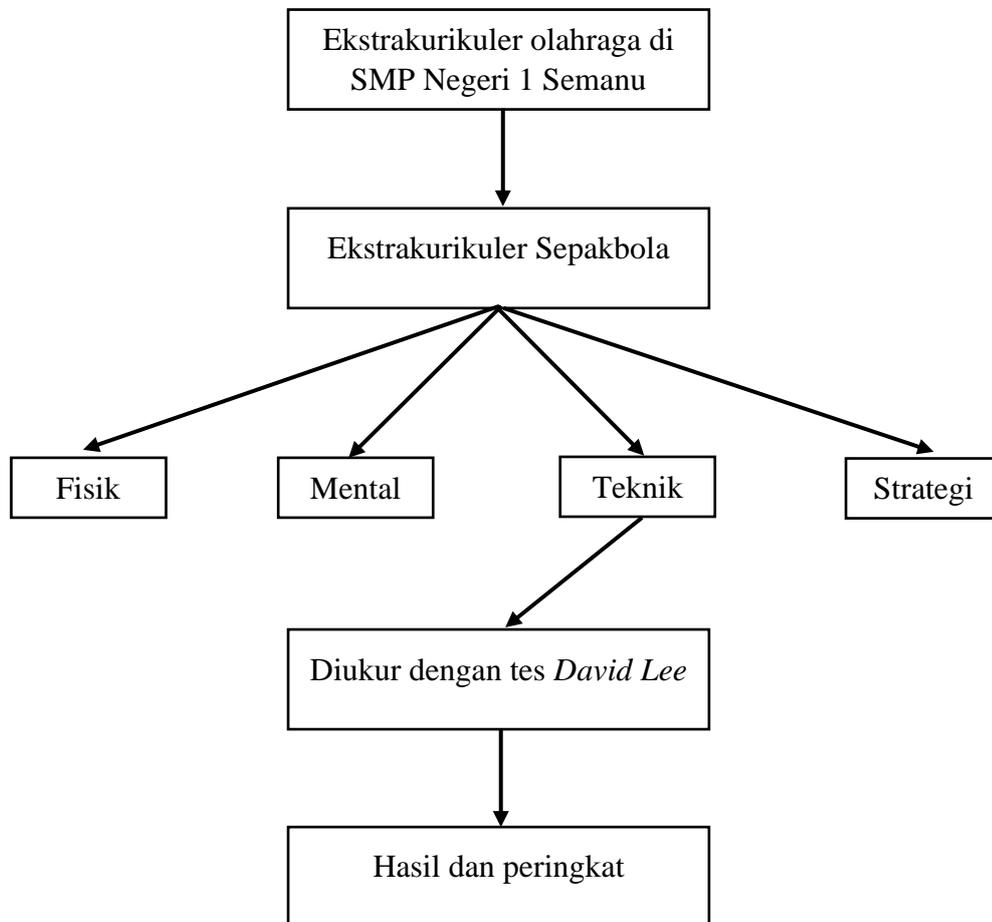
C. Kerangka Berfikir

Dalam permainan sepakbola penguasaan keterampilan teknik dasar bermain sepakbola sangat penting, baik keterampilan individu maupun keterampilan secara tim. Teknik dasar bermain sepakbola adalah hal yang mutlak harus dikuasai untuk menjadi pemain sepakbola. Keterampilan dasar bermain sepakbola harus dikuasai sejak dini untuk mengembangkan kualitas permainan yang mana faktor

keterampilan merupakan salah satu penentu apakah tim menang atau kalah dalam permainan tersebut.

Sepakbola adalah olahraga secara tim yang mengandalkan pada keterampilan teknik dasar sepakbola seperti: menendang, mengontrol bola, merampas bola, lemparan ke dalam, dan teknik penjaga gawang. Penguasaan keterampilan teknik dasar sepakbola yang benar setiap siswa memudahkan untuk mengembangkan kemampuannya untuk lebih baik. Maka perlu diketahui apakah keterampilan sepak bola peserta ekstrakurikuler sudah meningkat sehingga hasilnya dapat dijadikan acuan dan evaluasi oleh pelatih untuk memberikan program latihan kedepannya agar lebih efektif. Untuk mengetahui peningkatan ketercapaian keterampilan sepakbola yang diberikan pelatih dalam melatih maka perlu mengevaluasi dengan alat ukur yang baku yaitu dengan tes keterampilan/kecakapan bermain sepakbola.

Oleh karena itu, untuk mendeskripsikan tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Semanu dapat diukur dengan tes keterampilan sepakbola "*David Lee*" yang dikembangkan oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010.



Gambar 20. Alur Kerangka Berfikir

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran, sehingga mendapatkan gambaran tentang apa yang diteliti berupa dengan angka-angka dan pasti. Metode penelitian deskriptif kuantitatif dirancang untuk menggambarkan keadaan nyata sekarang. Berdasarkan pendapat Sukardi, (2003: 157) penelitian deskriptif pada umumnya dilakukan dengan tujuan utama, yaitu menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek atau subjek yang diteliti secara tepat. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi keterampilan bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat keterampilan bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah keterampilan untuk melakukan gerakan dasar sepakbola meliputi: *juggling*, *dribbling*, *keeping*, *stopping*, dan *passing* secara efektif dan efisien. Keseluruhan komponen keterampilan teknik dasar bermain sepakbola tersebut akan diukur menggunakan tes kecakapan “*David Lee*” yang dikembangkan oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010. Siswa atau *teste* dalam penelitian ini diambil waktu tercepat dalam dua kali melakukan tes. Siswa dalam penelitian ini dari siswa SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan populasi. Populasi dalam penelitian merupakan target yang nantinya akan ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan pendapat Sukardi, (2003:53) populasi pada prinsipnya adalah semua anggota kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda yang tinggal bersama dalam satu tempat dan secara terencana menjadi target kesimpulan dari hasil akhir suatu penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah semua peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 25 siswa.

Tabel 5. Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1.	VII	10
2.	VIII	15
Jumlah siswa		25

Sumber: Harminto, S.Pd (2023)

2. Sampel Penelitian

Berdasarkan pendapat Sugiyono, (2007: 81) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Pengambilan sampel secara *purposive sampling* adalah suatu cara pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu yang ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2007: 85). Sampel yang digunakan peneliti dengan rincian:

- a. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu.
- b. Siswa yang memiliki usai 14-15 Tahun.

Tabel 6. Sampel Penelitian Dengan Usia 14-15

No	Kelas	Jumlah
1.	VII	6
2.	VIII	15
Jumlah siswa		21

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan secara *purposive sampling* yang dimana cara pengambilannya menggunakan pertimbangan tertentu. Dari populasi yang berjumlah 25 siswa hanya 21 dan yang tidak memenuhi kriteria ada 4 siswa dikarenakan siswa tersebut belum memenuhi syarat batas usia yang ditentukan oleh peneliti.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Berdasarkan pendapat Suharsimi Arikunto, (2002: 136) penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan dalam mengukur variabel penelitian yang diteliti (Sugiyono, 2007: 102)

Pengambilan data pada penelitian ini adalah menggunakan tes dan pengukuran berupa tes unjuk kerja yang berarti *teste* diminta untuk melakukan semua usaha yang berupa perbuatan dalam mekasanan unjuk kerja terhadap berbagai unsur terkait teknik dasar sepakbola. Tes ini menekankan pada kecepatan

yaitu waktu yang dimana *teste* dalam melakukan tes harus benar, cepat, dan cermat.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini adalah tes pengembangan “*David Lee*” yang dibuat oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010. Peneliti menggunakan tes ini karena dinilai pada tes ini terdapat unsur-unsur yang dapat mengetahui keterampilan sepakbola. Tes ini merupakan tes rangkaian sehingga lebih *simple* baik dari segi peralatan, petugas, waktu, maupun tempat yang digunakan saat melaksanakan tes. Unsur yang dinilai/diukur adalah unsur teknik dasar sepakbola yang terdiri dari *juggling*, *dribbling*, *keeping*, *stopping*, dan *passing*.

Tes kecakapan “*David Lee*” ini telah dinyatakan sah, handal, dan objektif, sehingga tes ini dapat dipakai sebagai tes baku (standar) untuk mengukur tingkat kecakapan bermain sepakbola bagi siswa SSB kelompok umur 14-15 tahun. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa validitas concurrent (kesahihan konkuren) tes diperoleh hasil perhitungan sebesar 0,484 yang berarti sah (valid) dan reliabilitas (keterandalan) tes diperoleh hasil $r_o = 0,942$ lebih besar dari $r_t = 0,023$ yang berarti reliabel.

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan cara seluruh siswa bergantian melaksanakan tes kecakapan *David Lee* sebanyak dua kali kesempatan. Kesempatan pertama dilakukan 21 siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola secara urut dan bergantian. Setelah semua siswa melaksanakan kesempatan pertama dilanjutkan dengan melaksanakan tes kecakapan *David Lee* kesempatan kedua

yang dilakukan 21 siswa ekstrakurikuler sepakbola secara urut dan bergantian sama seperti saat melakukan kesempatan pertama. Teknik pengumpulan data dengan tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto (2010) antara lain sebagai berikut:

1. Alat-alat dan perlengkapan:

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

2. Ketentuan umum petunjuk pelaksanaan tes:

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

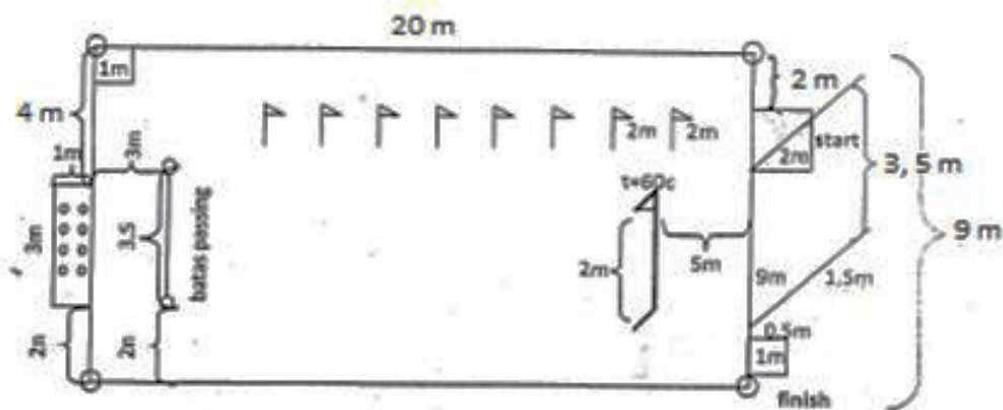
3. Urutan pelaksanaan tes:

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

4. Yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan tes:

- a. *Stopwatch* dihidupkan setelah perkenaan kaki dengan bola yang pertama kali.

- b. Setiap kesalahan yang dilakukan, testi harus mengulang dari tempat terjadi kesalahan, *stopwatch* tetap berjalan.
- c. Setiap testi diberi 2 x kesempatan.
- d. Pelaksanaan tes kecakapan ini, diukur dengan waktu jadi harus dilakukan dengan cepat dan cermat.
- e. Pensekoran: mencatat waktu pelaksanaan dari start hingga *finish* dalam satuan detik (dicatat hingga 2 bilangan di belakang koma).



Gambar 21. Gambar beserta ukuran tes pengembangan “David Lee”
 Sumber: Subagyo Irianto, (2010)

E. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memaparkan realitas keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Semanu. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif yang berarti statistik ini dirancang untuk mengumpulkan data, menyajikan data, dan menentukan nilai.

Selain itu, pemaknaan juga dapat dicapai dengan pembahasan tentang permasalahan yang diajukan dengan mengacu pada standar tingkat keterampilan teknik bola yang telah ditetapkan. Data yang diperoleh dinyatakan dalam bentuk

angka, sehingga disebut data kuantitatif. Klasifikasi tes keterampilan bermain sepakbola didasarkan pada tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto 2010. Berikut adalah urutan menganalisis data:

1. Mengumpulkan data kasar atau *raw score* dengan menggunakan tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto.
2. Setelah itu, dengan menggunakan tabel tes pengembangan *David Lee* yang dibuat oleh Subagyo Irianto, dari hasil tes tersebut diambil waktu terbaik, kemudian hasilnya dimasukkan ke dalam skala penilaian tes pengembangan *David Lee* yang dibuat Subagyo Irianto. Hasil pengukuran tersebut dibagi menjadi 5 kategori untuk menetapkan interval masing-masing kategori. Kategori yang diambil adalah; sangat baik, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali.

Tabel 7. Skala Penilaian Tes Pengembangan “David Lee”

Kriteria	Interval
Sangat Baik	<34,81
Baik	40,78-34,81
Cukup	46,76-40,79
Kurang	52,73-46,77
Kurang Sekali	>52,73

Sumber: Subagyo Irianto, (2010: 10)

3. Kemudian setelah skala penilaian diperoleh, kemudian mencari presentase masing- masing dengan rumus presentase sebagai berikut:

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

Keterangan:
P : Presentase
F : Frekuensi
N : Jumlah subjek
Sumber: Anas Sudijono, (2015: 43)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan di SMP Negeri 1 Semanu pada hari Rabu tanggal 17 Mei 2023, dengan subjek peserta siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola yang berumur 14-15 tahun yang berjumlah sebanyak 21 siswa. Pengambilan data tes dan pengukuran ini dilakukan di Lapangan Semanu Utara yang tepatnya berada sebelah barat SMP Negeri 1 Semanu pada pukul 15.30 WIB–selesai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul. Penelitian ini menggunakan instrumen tes kecakapan *David Lee* yang dikembangkan oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010. Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah data hasil tes pengembangan *David Lee* yang telah dilakukan oleh subjek penelitian sesuai dengan kaidah pelaksanaannya.

Adapun data hasil tes keterampilan bermain sepakbola yang dilaksanakan oleh siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Semanu dengan menggunakan tes kecakapan *David Lee* yang dikembangkan oleh Subagyo Irianto pada tahun 2010 adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul

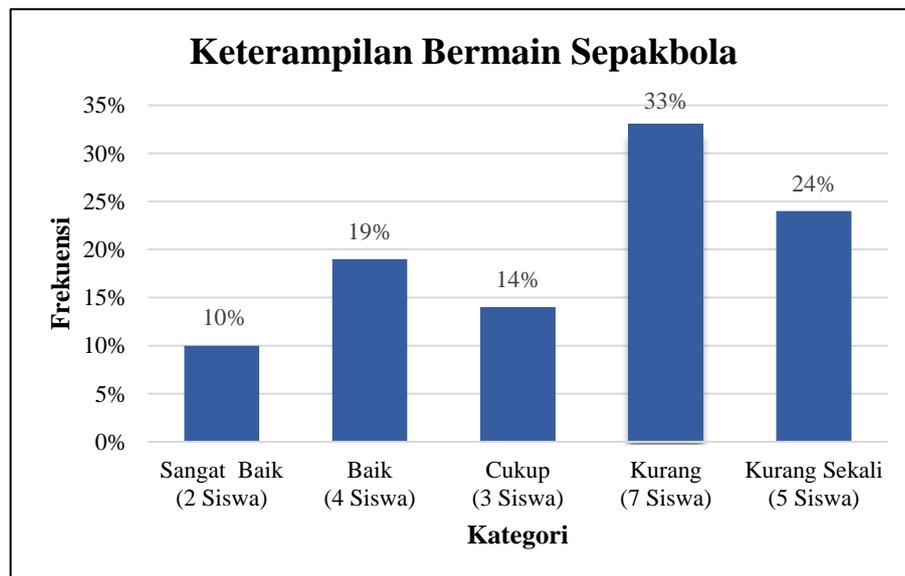
No	Nama Siswa	Tes		Waktu Terbaik	Kategori
		1	2		
1	RN	60.32	51.57	51.57	K
2	JH	58.02	39.60	39.60	B
3	AA	55.41	50.08	50.08	K
4	NE	49.59	48.88	48.88	K
5	DY	54.84	50.12	50.12	K
6	BA	59.01	65.23	59.01	KS
7	JR	59.64	53.35	53.35	KS
8	TA	56.89	50.86	50.86	K
9	RP	64.18	54.91	54.91	KS
10	GA	39.48	46.48	39.48	B
11	MY	59.13	52.91	52.91	KS
12	WS	54.92	31.93	31.93	SB
13	BS	58.78	54.38	54.38	KS
14	DA	56.63	52.63	52.63	K
15	AF	63.41	44.55	44.55	C
16	DI	62.15	46.64	46.64	C
17	RN	40.37	42.70	40.37	B
18	AG	59.36	48.01	48.01	K
19	SR	50.19	37.20	37.20	B
20	NC	32.97	32.77	32.77	SB
21	TS	57.41	44.55	44.55	C

Data dari hasil tes keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu dengan menggunakan tes kecakapan *David Lee* yang dikembangkan oleh Subagyo Irianto tahun 2010, maka selanjutnya data tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi sesuai dengan norma kategori yang dibuat oleh Subagyo Irianto tahun 2010 yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Semanu

No	Interval	Kriteria	Frekuensi	Presentase
1	<34,81	Sangat Baik	2	10 %
2	40,78-34,81	Baik	4	19 %
3	46,76-40,79	Cukup	3	14 %
4	52,73-46,77	Kurang	7	33 %
5	>52,73	Kurang Sekali	5	24 %
Jumlah			21	100 %

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui siswa yang masuk kategori sangat baik yaitu sebanyak 2 siswa (10%), kategori baik sebanyak 4 siswa (19%), kategori cukup sebanyak 3 siswa (14%), kategori kurang sebanyak 7 siswa (33%), dan kategori kurang sekali sebanyak 5 siswa (24%). Apabila hasil tes keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 22. Grafik Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu

B. Pembahasan

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP

Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul. Tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa dapat diketahui dengan cara diukur dengan tes kecakapan “*David Lee*” yang dikembangkan oleh Subagyo Irianto tahun 2010. Berdasarkan data hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu yang masuk kategori sangat baik sebanyak 2 siswa (10%), dengan kategori baik sebanyak 4 siswa (19%), dengan kategori cukup sebanyak 3 siswa (14%), dengan kategori kurang sebanyak 7 siswa (33%), dan siswa dengan kategori sangat kurang sebanyak 5 siswa (24%).

Beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu sebagai berikut:

1. Faktor Umur

Umur merupakan masa perkembangan bagi seseorang, dengan perkembangan umur, juga akan meningkatkan perkembangan fisik bagi seseorang. Hal ini juga akan menjadi faktor pendorong bagi seseorang untuk mempunyai keterampilan bermain sepakbola yang baik seiring dengan perkembangan tubuhnya. Semakin meningkat umur seseorang maka perkembangan fisiknya juga akan meningkat. Umur menunjukkan tingkat kematangan dari anak yang berkaitan dengan pengalaman belajar. Berdasarkan pendapat Sumantri (2005: 110) agar keterampilan dapat dikuasai dengan baik salah satunya ada faktor proses belajar, proses belajar dalam pembelajaran keterampilan harus di ciptakan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar agar tercapai tujuan pembelajaran yang telah direncanakan, guru seharusnya memfasilitasi dan memotivasi peserta didik untuk ikut berperan aktif dalam proses belajar sehingga

dapat menimbulkan perubahan. Dengan pernyataan tersebut diartikan jika semakin bertambahnya umur seseorang maka juga akan menambah peningkatan pengalaman dalam belajar atau berlatih yang nantinya akan mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola.

2. Faktor frekuensi latihan

Latihan merupakan sebuah aktifitas yang sangat penting untuk dilakukan oleh seorang pemain atau atlet untuk lebih baik menguasai teknik dasar dalam permainan sepakbola. Semakin baik rutinitas latihan yang dilakukan maka juga akan menunjang teknik dalam permainan sepakbolanya. Berdasarkan pendapat Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 57- 59) pada intinya suatu keterampilan baru dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatih dengan persyaratan tertentu, salah satu di antaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang memadai. Perbedaan dari hasil tes keterampilan bermain sepakbola yang diperoleh dari siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu salah satunya disebabkan karena beberapa siswa mengikuti tambahan latihan di Sekolah Sepakbola (SSB) sehingga jadwal latihan siswa bertambah, semakin sering siswa latihan maka kemampuan yang siswa miliki akan semakin meningkat, tentunya juga didukung oleh ketekunan dan keseriusan siswa dalam mengikuti latihan, beda dengan siswa yang hanya mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di sekolahan.

3. Faktor bakat

Bakat merupakan kapasitas ataupun kemampuan seseorang yang terpendam sejak lahir, dan sangat diperlukan dalam mencapai keterampilan teknik dasar

sepakbola yang baik. Dalam usaha menjadi pemain atau atlet yang berprestasi seseorang harus mutlak memiliki bakat cabang olahraga yang ditekuninya yang dimaksud disini adalah olahraga sepakbola. Berdasarkan pendapat Sumantri (2005: 110) agar keterampilan dikuasai dengan baik ada 3 faktor salah satunya yaitu faktor pribadi, setiap manusia merupakan individu yang berbeda-beda baik secara fisik, mental sosial maupun kemampuannya, semakin baik anak dalam bakat tertentu maka semakin mudah anak menguasai keterampilan yang dimaksud, ini membuktikan bahwa faktor pribadi merupakan suatu yang mempengaruhi penguasaan keterampilan, hal tersebut tentunya didukung oleh orang tua dan pendidikan dalam mengembangkan keterampilan anak. Penguasaan keterampilan teknik dasar sepakbola yang baik tidak hanya ditentukan oleh faktor-faktor latihan, perencanaan dan program latihan yang baik dan teratur, tetapi juga dipengaruhi oleh bakat atau kemampuan dari siswa tersebut.

4. Faktor posisi pemain

Melihat dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat keterampilan yang dimiliki siswa berbeda-beda dan masih banyak yang kurang terampil dalam melakukan teknik dasar bermain sepakbola. Hal itu disebabkan karena salah satunya posisi siswa dalam bermain sepakbola berbeda-beda dari yang penjaga gawang atau *goalkeeper*, pemain belakang atau *back*, pemain tengah atau *midfielder*, dan penyerang atau *striker*. Tingkat keterampilan bermain sepakbola setiap posisi pemain akan berbeda seperti halnya penjaga gawang akan lebih baik keterampilan teknik dasar menangkapnya dibandingkan pemain yang lainnya dan akan lemah keterampilan teknik dasar menggiring ataupun mengoperinya.

Sedangkan posisi pemain tengah akan lebih baik keterampilan teknik dasar bermain sepakbolanya dibandingkan dengan posisi yang lain karena pemain tengah lebih banyak melakukan teknik dasar sepakbola merupakan pengatur serangan didalam permainan sepakbola yang dimana pemain tengah lebih banyak melakukan teknik dasar sepakbola. Karena mereka ditempatkan pada formasi sentral, maka biasanya mereka terlibat dalam seluruh kondisi baik menyerang maupun bertahan dan seorang gelandang biasanya pemain dalam tim yang paling terampil pergerakannya (Dawitt, 2001: 58)

Berdasarkan pemaparan yang diuraikan peneliti dapat diartikan proses latihan yang dilakukan bagi peserta siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu rata-rata hanya pada saat kegiatan ekstrakurikuler saja dan hanya ada beberapa siswa mengikuti tambahan latihan di luar. Selain itu faktor pribadi juga sangat mempengaruhi dimana setiap siswa mempunyai bakat yang berbeda-beda yang dimiliki oleh masing-masing individu. Selain itu juga ada faktor umur, yang dimana semakin bertambahnya umur seseorang maka juga akan menambah meningkatkan pengalaman dalam belajar atau berlatih yang nantinya akan mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola. Tidak hanya itu faktor posisi pemain juga mempengaruhi tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola.

Dalam pengamatan peneliti terhadap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 1 Semanu saat menjalani Tes Pengembangan David Lee yang dibuat oleh Subagyo Irianto (2010) ini rata-rata siswa mengalami kesulitan dalam dribble bola serta passing baik dalam passing bawah maupun passing atas. Saat melakukan tes dalam fase menggiring atau dribbel bola kebanyakan siswa masih

kaku dalam gerakan dribble yang harus melewati pancang yang memiliki ketinggian 1,5 meter serta masih banyak yang lepas kendali atau penguasaan bolanya hilang sehingga harus mengulangi dari tempat ia melakukan kesalahan tersebut dan kecepatan dalam menggiring bola masih lambat sehingga waktu yang siswa hasilkan tidak maksimal. Menggiring bola ini sangat dibutuhkan oleh pemain sepakbola untuk melewati lawan dan menerobos pertahanan lawan guna menciptakan sebuah serangan dan tentunya menciptakan momen untuk mencetak goal. Selain itu tingkat kemampuan passing baik passing bawah maupun atas masih banyak yang tidak akurat dan lemah dalam melakukan gerakan maupun lemah dalam tenaganya. Kebanyakan dari siswa dalam melakukan passing masih terlalu lama dalam memposisikan diri sehingga membuang waktu yang cukup banyak. Dalam melakukan passing juga posisi badan dan kaki masih belum sempurna dan juga perkenaan bolanya masih kurang tepat sehingga arah yang dihasilkan dalam passing tidak akurat dan tidak masuk ke dalam sasaran yang telah ditentukan.

Dengan demikian dari hasil pembahasan tersebut jadi dapat mengetahui seberapa layak peserta didik agar bisa menjadi pemain inti. Dalam permainan sepakbola pemain inti terdiri dari 11 pemain dan sisanya pemain cadangan. Dari data yang diperoleh terdapat 2 anak kategori sangat baik, 4 anak kategori baik, dan 3 anak kategori cukup sedangkan sisanya kategori kurang dan kurang sekali. Jadi terdapat 9 pemain yang bisa dijadikan pemain inti karena dari data tes 9 pemain tersebut di kategori sangat baik, baik, dan cukup sedangkan sisanya yang di kategori kurang dan kurang sekali berjumlah 12 siswa bisa dijadikan sebagai pemain cadangan tetapi dalam sebuah tim sepakbola harus mempunyai pemain inti 11

orang. Maka dari itu untuk mempunyai skuat pemain yang lengkap dari 12 siswa yang belum masuk kedalam kategori sangat baik, baik, dan cukup bisa meningkatkan keterampilan yang lebih baik lagi agar mengisi formasi yang kosong 2 orang sebagai pemain inti. Serta untuk pelatih bisa menjadikan modal untuk membuat program latihan kedepannya dalam usaha meningkatkan kemampuan bermain sepakbola siswa ekstrakurikuler sepakbola agar lebih terampil.

Dengan demikian dari hasil penelitian diatas untuk meningkatkan keterampilan harus dilakukan dengan latihan yang baik agar mampu mengalami peningkatan yang maksimal. Banyaknya metode dan bentuk latihan serta porsi latihan yang disesuaikan dengan kebutuhan pemain dapat meningkatkan keterampilan siswa tersebut. Adanya kebutuhan siswa untuk meningkatkan keterampilan bermain ini menuntut pelatih untuk dapat memberikan keterampilan terbaiknya dalam mengemas dan menyampaikan materi latihan sebaik mungkin. Maka dari itu setelah mengetahui hasil tes tersebut bisa menjadi tolak ukur pelatih dalam memberikan materi latihan untuk meningkatkan keterampilan yang lebih baik lagi. Serta peserta didik setelah mengetahui hasilnya bisa dapat termotivasi untuk mengembangkan potensi dan meningkatkan kemampuan bermain sepakbolanya agar lebih terampil.

C. Keterbatasan Penelitian

Meskipun dalam penelitian ini telah berhasil mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul namun bukan berarti penelitian ini

terlepas dari segala keterbatasan yang ada. Adapun keterbatasan yang dimaksud sebagai berikut:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil tes, seperti waktu istirahat dan kondisi tubuh.
2. Bola yang digunakan untuk pengambilan data menggunakan merek yang berbeda-beda, selain itu pada saat digunakan bola tersebut tidak diukur tekanan udaranya.
3. Kondisi lapangan yang digunakan untuk pengambilan data tidak rata.
4. Alat-alat yang digunakan untuk pengambilan data seperti meteran dan *stopwatch* tidak bisa ditera ulang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terhadap tingkat keterampilan bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Semanu yang disimpulkan bahwa pada kategori sangat baik yaitu sejumlah 2 siswa (10%), kategori baik sejumlah 4 siswa (19%), kategori cukup sejumlah 3 siswa (14%), kategori kurang sejumlah 7 siswa (33%), dan kategori kurang sekali sejumlah 5 siswa (24%).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang diuraikan diatas, maka dapat dijelaskan beberapa implikasi antara lain:

1. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak pelatih ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu dalam memberikan program latihan yang diberikan siswa ekstrakurikuler sepakbola, sehingga upaya untuk mencapai prestasi sepakbola yang optimal dapat tercapai.
2. Menjadi masukan bagi pihak sekolah di SMP Negeri 1 Semanu mengenai data tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler sepakbola.
3. Menumbuhkan semangat dari para siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola mereka agar kemampuan bermain sepakbolanya lebih baik demi mencapai prestasi yang maksimal.

C. Saran-saran

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

1. Bagi pelatih hendaknya menambah pengetahuan tentang metode melatih agar dalam memberikan materi sepakbola lebih efektif dan efisien guna mencapai tujuan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola peserta didik.
2. Bagi sekolah hendaknya mampu memberikan fasilitas yang memadai untuk menunjang ekstrakurikuler sepakbola agar siswa dapat meningkatkan keterampilan dan pola bermain secara menyeluruh.
3. Bagi peserta didik agar meningkatkan porsi latihan yang mendukung dalam mengembangkan keterampilan dasar bermain sepakbola peserta didik ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu.
4. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya yang tidak masuk sampel diukur menggunakan instrumen sesuai dengan kategori usianya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 164–174
- Aji, S. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Pamulang: Ilmu Cemerlang Group.
- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 1–9.
- Arifudin, O. (2022). Optimalisasi Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Membina Karakter Peserta Didik. *JHIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 829–837.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Atiq, A., & Budiyanto, K. S. (2020). Analisis Latihan Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola untuk Atlet Pemula. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*, 4(1), 15–22. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i1.1482>
- Dawitt, J. (2001). *Coaching girls' soccer: the how-to's of the game to practical real-word advice, your definitive guide to successfully coaching girls*. New York: Three Rivers Press.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fakhrullah. (2017). Analisis Antropometrik Atlet Sepakbola Universitas Serambi Mekah Banda Aceh. *Jurnal Penjaskesrek Vol 4 (2)*
- Fenanlampir, Albertus & Faruq, Muhammad Muhyi. (2015). *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: Andi.
- Hafit, A. (2018). Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 2 Pengasih. *Skripsi*: FIK UNY.
- Herjanto, R. (2016). Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Anggota Tim Sepakbola SMA Negeri 1 Sewon Bantul Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016. *Skripsi*: FIK UNY.
- Herwin. (2004). *Diktat Pembelajaran Keterampilan Sepakbola Dasar*. Jakarta: FIK UNY.

- Hurlock, Elizabeth B. & Tjandrasa, Med.Meitasari. (2000). Jilid 1. Perkembangan Anak Edisi keenam (Med. Meitasari Tjandrasa. Terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Ichsanudin, I., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Motivasi Latihan Ukm Panahan Teknokrat Selama Pandemi Covid. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 10–13.
- Irianto, S. (2010). *Pengembangan Tes Kecakapan “David Lee” untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Tesis.Yogyakarta: FIK UNY.
- Luxbacher, J. A. (2004). *Sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Ma'mun, A., & Saputra Yudha M. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- MS, B., & Swadayani, T. B. (2015). Implementasi Program Pendidikan Karakter Di SMP. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 5(3). <https://doi.org/10.21831/jpk.v0i3.5627>
- Muhajir. (2016). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Nugroho, R. A., & Yuliandra, R. (2021). Analisis Kemampuan Power Otot Tungkai Pada Atlet Bolabasket. *Sport Science And Education Journal*, 2(1).
- Paramitha, S. T., Imanudin, I., Hardwis, S., & Suwanta, D. M. (2020). Development of Basic Football Learning Techniques (Kicking) Through Digitalization of Learning Material. Dalam *Proceedings of the 3rd International Conference on Innovative Research Across Disciplines (ICIRAD 2019)*. Paris, France: Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200115.069>
- Priyo Utomo, N., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87–94. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4578>
- Roji, & Yulianti Eva. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Santoso, N. (2014). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(2)
- Saputra, A., Muzaffar, A., Alpaizin, M., & Wibowo, Y. G. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Pratama Kabupaten Batanghari. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v1i1.6311>

- Saputra, Y. M. (1998). *Pengembangan Kegiatan Kokurikuler dan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Satriawan, A. (2019). Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 2 Tempel, Sleman Yogyakarta Tahun 2017/2018. *Skripsi*: FIK UNY.
- Sucipto, Sutiyono, B., Thohir, I. M., & Nuryadi. (2000). *Diktat Pembelajaran Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhartini, B. (2019). *Tahap Perkembangan Motorik Refleks Sampai Kemunduruan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sukardi. (2003). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- MS Sumantri. (2005). *Perkembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Dinas Pendidikan.
- Syukur, A., & Soniawan, V. (2015). The Effects Of Training Methods And Achievement Motivation Toward Of Football Passing Skills. *Jipes - Journal Of Indonesian Physical Education And Sport*, 1(2), 73. <https://doi.org/10.21009/JIES.012.07>
- Wahyuni Sri, Sutarmin, & Pramono. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 1 untuk Kelas VII SMP dan MTs*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Wibowo, Y. A., & Andriyani, F. D. (2015). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. Yogyakarta: UNY Press.
- Yuliandra, R., & Fahrizqi, E. B. (2020). Development Of Endurance With The Ball Exercise Model In Basketball Games. *JPJOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(1), 61–72.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Dosen Pembimbing



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 008.i/POR/I/2023
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

25 Januari 2023

Yth. Fathan Nurcahyo, M.Or.
Jurusan POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM : 19601244034
Judul Skripsi : TINGKAT KETERAMPILAN MENGGIRING MENGUMPAN
MENENDANG BOLA SISWA YANG MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP N 1 SEMANU
KABUPATEN GUNUNGKIDUL

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Departemen POR,


Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.
NIP. 19770218 200801 1 002

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1144/UN34.16/PT.01.04/2023

9 Mei 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. SMP Negeri 1 Semanu
Jl. Raya Wonosari-Semanu, Semanu Utara, Semanu, Kec. Semanu, Kabupaten Gunungkidul,
Daerah Istimewa Yogyakarta 55893

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Aditya Wiratama Cahya Mukti
NIM : 19601244034
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul
Waktu Penelitian : 9 Mei - 11 Juni 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Mahasiswa dan Alumni,



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

Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 4. Pernyataan Telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 1 SEMANU

ꦱꦩꦥꦤꦺꦒꦼꦂꦶꦱꦩꦥꦤꦺꦒꦼꦂꦶꦱꦩꦥꦤꦺꦒꦼꦂꦶꦱ

Semanu, Semanu, Gunungkidul, Yogyakarta, Kode Pos 55893Tlp (0274)290193
Surel : smpsatusemanu@gmail.com, Laman: <https://smpn1semanu.sch.id>

SURAT KETERANGAN
Nomor: 421.4/171

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : TITIK PURWANTI, S.Pd. M, Hum
NIP : 197103201997022002
Pangkat Gol/Ruang : Pembina /IVa
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : ADITYA WIRATAMA CAHYA MUKTI
NIM : 19601244034
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan Penelitian di SMP Negeri 1 Semanu Kabupaten Gunungkidul
Pada tanggal 17 Mei 2023 dengan Judul " Tingkat Ketrampilan Bermain Sepakbola
Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu"

Demikian surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan
sebagaimana mestinya.

Semanu, 23 Mei 2023



TITIK PURWANTI, S.Pd. M, Hum
(Pembina) IV a
NIP 197103201997022002

Lampiran 5. Biodata Siswa Ekstrakurikuler

Daftar Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 1 Semanu

No	Nama	Kelas	TTL	Umur		
				Tahun	Bulan	Hari
1	KG	VIIA	Gunungkidul, 22 Desember 2009	13	4	25
2	RN	VIIA	Gunungkidul, 02 September 2009	13	8	15
3	RS	VII A	Gunungkidul, 03 Juli 2010	12	10	14
4	FA	VII B	Gunungkidul, 20 November 2009	13	5	27
5	JH	VII B	Gunungkidul, 20 Juni 2008	14	10	27
6	AA	VII C	Gunungkidul, 17 Mei 2009	14	0	0
7	NE	VII C	Gunungkidul, 01 Oktober 2008	14	6	16
8	DY	VII E	Gunungkidul, 02 Januari 2009	14	4	15
9	BA	VII F	Gunungkidul, 31 Mei 2009	13	11	16
10	AS	VII F	Jakarta, 23 November 2009	13	5	24
11	JR	VIIIA	Gunungkidul, 16 Juli 2008	14	10	1
12	TA	VIIIB	Gunungkidul, 14 Januari 2008	15	4	3
13	RP	VIIIC	Gunungkidul, 28 Mei 2008	15	11	19
14	GA	VIIIC	Gunungkidul, 01 Maret 2009	14	2	16
15	MY	VIIIC	Gunungkidul, 15 Juni 2009	13	11	2
16	WS	VIIIC	Sumedang, 02 Agustus 2008	14	9	15
17	BS	VIIIC	Gunungkidul, 07 Juli 2007	15	10	10
18	DA	VIIID	Gunungkidul, 29 November 2008	14	5	18
19	AF	VIIID	Gunungkidul, 17 Oktober 2008	14	7	0
20	DI	VIIID	Gunungkidul, 18 November 2007	15	5	29
21	RN	VIIIE	Yogyakarta, 27 April 2009	14	0	20
22	AG	VIIIE	Yogyakarta, 09 Desember 2008	14	5	8
23	SR	VIIIE	Gunungkidul, 20 Juni 2008	14	10	27
24	NC	VIIIF	Gunungkidul, 5 Januari 2008	15	4	12
25	TS	VIIIF	Gunungkidul, 22 November 2008	14	5	25

Lampiran 6. Statistik Hasil Penelitian

Frequencies

Statistics

Keterampilan_Bermain_Sepakbola

N	Valid	21
	Missing	0
Mean		46,8476
Median		48,8800
Mode		44,55
Std. Deviation		7,48442
Minimum		31,93
Maximum		59,01
Sum		983,80

Keterampilan_Bermain_Sepakbola

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	31,93	1	4,8	4,8	4,8
	32,77	1	4,8	4,8	9,5
	37,20	1	4,8	4,8	14,3
	39,48	1	4,8	4,8	19,0
	39,60	1	4,8	4,8	23,8
	40,37	1	4,8	4,8	28,6
	44,55	2	9,5	9,5	38,1

46,64	1	4,8	4,8	42,9
48,01	1	4,8	4,8	47,6
48,88	1	4,8	4,8	52,4
50,08	1	4,8	4,8	57,1
50,12	1	4,8	4,8	61,9
50,86	1	4,8	4,8	66,7
51,57	1	4,8	4,8	71,4
52,63	1	4,8	4,8	76,2
52,91	1	4,8	4,8	81,0
53,35	1	4,8	4,8	85,7
54,38	1	4,8	4,8	90,5
54,91	1	4,8	4,8	95,2
59,01	1	4,8	4,8	100,0
Total	21	100,0	100,0	

Lampiran 7. Data Hasil Tes

Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peserta
Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Semanu
Kabupaten Gunungkidul

No	Nama Siswa	Tes		Waktu Terbaik	Kategori
		1	2		
1	RN	60.32	51.57	51.57	K
2	JH	58.02	39.60	39.60	B
3	AA	55.41	50.08	50.08	K
4	NE	49.59	48.88	48.88	K
5	DY	54.84	50.12	50.12	K
6	BA	59.01	65.23	59.01	KS
7	JR	59.64	53.35	53.35	KS
8	TA	56.89	50.86	50.86	K
9	RP	64.18	54.91	54.91	KS
10	GA	39.48	46.48	39.48	B
11	MY	59.13	52.91	52.91	KS
12	WS	54.92	31.93	31.93	SB
13	BS	58.78	54.38	54.38	KS
14	DA	56.63	52.63	52.63	K
15	AF	63.41	44.55	44.55	C
16	DI	62.15	46.64	46.64	C
17	RN	40.37	42.70	40.37	B
18	AG	59.36	48.01	48.01	K
19	SR	50.19	37.20	37.20	B
20	NC	32.97	32.77	32.77	SB
21	TS	57.41	44.55	44.55	C
22	KG	52.30	60.42	52.30	K
23	RS	45.27	37.99	37.99	B
24	FA	63.16	50.88	50.88	K
25	AS	49.50	34.45	34.45	SB

Lampiran 8. Data Posisi Pemain

No	Nama Siswa	Posisi
1	RN	<i>Back</i>
2	JH	<i>Midfielder</i>
3	AA	<i>Back</i>
4	NE	<i>Back</i>
5	DY	<i>Back</i>
6	BA	<i>Goalkeeper</i>
7	JR	<i>Back</i>
8	TA	<i>Striker</i>
9	RP	<i>Goalkeeper</i>
10	GA	<i>Winger</i>
11	MY	<i>Back</i>
12	WS	<i>Miedfielder</i>
13	BS	<i>Goalkeeper</i>
14	DA	<i>Striker</i>
15	AF	<i>Winger</i>
16	DI	<i>Winger</i>
17	RN	<i>Back</i>
18	AG	<i>Back</i>
19	SR	<i>Miedfielder</i>
20	NC	<i>Miedfielder</i>
21	TS	<i>Back</i>
22	KG	<i>Back</i>
23	RS	<i>Winger</i>
24	FA	<i>Back</i>
25	AS	<i>Miedfielder</i>

Lampiran 9. Dokumentasi



Gambar 23. Lapangan Tes
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 24. Pemanasan Sebelum Tes
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 25. Pemberian Arahan Sebelum Tes
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 26. Pelaksanaan Tes
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 27. Pelaksanaan Tes
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Gambar 28. Pelaksanaan Tes
Sumber: Dokumentasi Pribadi