

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA PESERTA
DIDIK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI
SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi Sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh:
IRVAN FIRMANSYAH
NIM 19601241128

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA PESERTA DIDIK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 27 Desember 2023

Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing

Dr. Drs. Neatman, M.Pd.

NIP 196706051994031001

Dr. Agus Susworo Dwi M. S.Pd., M.Pd.

NIP 197108082001121001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Irvan Firmansyah
NIM : 19601241128
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta

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

Yogyakarta, Desember 2023

Yang menyatakan,



Irvan Firmansyah

NIM 19601241128

LEMBAR PENGESAHAN

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA PESERTA DIDIK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA

TUGAS AKHIR SKRIPSI

IRVAN FIRMANSYAH
NIM 19601241128

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal 9 Januari 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Agus Susworo Dwi M, S.Pd., M.Pd
(Ketua Tim Penguji)



24/1/2024

Dr. Willy Ihsan Rizkyanto, M.Pd
(Sekretaris Tim Penguji)



23 Januari 2024

Dr. Ngatman, M.Pd
(Penguji Utama)



22 Januari 2024



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.
NIP 198306262008121002

MOTTO

قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ

“Mahasuci Engkau, tidak ada yang kami ketahui selain apa yang telah Engkau ajarkan kepada kami. Sungguh, Engkaulah Yang Maha Mengetahui, Mahabijaksana.” (QS. Al Baqarah: 32)

يَا يَاهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُو بِالصَّابَرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”. (QS. Al Baqarah: 153)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT, skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Ismu Adam dan Ibu Ibu Tina yang selalu memberikan motivasi, doa, serta kasih sayang.
2. Kakak saya, Fitri beserta kedua keponakan saya yang telah memberikan dukungan, semangat, dan doa terbaiknya sampai saat ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih pada Allah SWT dan untuk Nabi Muhammad SAW yang telah berada disurga serta yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Drs. Ngatman, S.Pd., M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
3. Bapak Dr. Agus Susworo Dwi M, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.
5. Peserta didik SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.
6. Seluruh Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah membagikan ilmu selama menempuh masa pendidikan di perguruan tinggi.
7. Bapak Ismu Adam & Ibu Tina selaku orangtua dari penulis serta Fitri selaku kakak penulis dan kedua ponakan beserta keluarga besar yang senantiasa

memberikan dukungan, semangat, perhatian dan mendoakan penulis hingga dapat menyelesaikan pendidikan.

8. Kekasih penulis, Kiti Nurlita Ronanda terima kasih selalu ada dan tak henti-hentinya memberikan semangat dan bantuan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman seperjuangan saya Agung Wijaya, Ardian Ramadhan, dan teman-teman PJKR D 2019 yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah berjuang bersama-sama dan saling memberikan dukungan selama perkuliahan sampai saat ini.

Sebagai kata akhir, kebenaran selalu milik Allah SWT sementara kesalahan selalu dari hambaNya, penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam skripsi ini. Oleh karena itu, kritik, saran dan pengembangan penelitian selanjutnya sangat diperlukan untuk kedalaman karya tulis dengan topik ini.

Yogyakarta, 28 Desember 2023

Penulis,

Irvan Firmansyah

NIM 19601241128

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA PESERTA DIDIK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA

Oleh:
Irvan Firmansyah
NIM 19601241128

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Pengumpulan data menggunakan metode survey. Teknik pengumpulan datanya menggunakan teknik tes dan pengukuran yaitu “tes pengembangan keterampilan Metode Subagyo Irianto”. Subjek penelitian ini adalah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan menggunakan *total sampling* sebanyak 30 peserta didik. Teknik analisis data menggunakan deskripsi kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepak bola peserta didik peserta ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta: 6,67% kategori baik sekali, 30,0% kategori baik, 33,3% kategori sedang, 23,3% kategori kurang, dan 6,67% kategori kurang sekali. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dominan sedang dengan persentase 33,3%.

Kata Kunci: Keterampilan, Bermain Sepak Bola, Ekstrakurikuler.

**LEVEL OF FOOTBALL PLAYING SKILLS OF THE FOOTBALL
EXTRACURRICULAR MEMBERS OF SMP MUHAMMADIYAH 3
YOGYAKARTA**

By:
Irvan Firmansyah
NIM 19601241128

ABSTRACT

This research aims to determine the level of football playing skills of the students who are the football extracurricular members of SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta (Muhammadiyah 3 Yogyakarta Junior High School).

This research was a descriptive study with a quantitative approach. The data collection used survey methods. The data collection technique used test and measurement techniques, from "Subagyo Irianto Method skills development test". The research subjects of this research were students who joined the football extracurricular club at SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. The sampling technique used a total sampling of 30 students. The data analysis technique used quantitative descriptions with percentages.

The results of the research show that the level of football playing skills of football extracurricular members of SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta is as follows: 6.67% in the very high level, 30.0% in the high level, 33.3% in the medium level, 23.3% in the low level, and 6.67% are in the very low level. Hence, it can be stated that the level of football playing skills of football extracurricular members of SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta is dominantly in the medium level with a percentage of 33.3%.

Keywords: Skills, Football Playing, Extracurricular.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II	7
KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian teori.....	7
B. Kajian penelitian yang relevan	31
C. Kerangka pikir.....	32
BAB III.....	34
METODE PENELITIAN	34
A. Jenis atau Desain penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian	34

C. Populasi dan Sampel Penelitian	34
D. Definisi Operasional Variabel.....	35
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	35
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	39
G. Teknik analisis data.....	39
BAB IV	41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil Penelitian	41
B. Pembahasan.....	43
BAB V.....	47
SIMPULAN DAN SARAN.....	47
A. Simpulan	47
B. Implikasi.....	47
C. Keterbatasan Penelitian.....	48
D. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1: Kriteria Pengkategorian	40
Tabel 2: Analisis Deskriptif	42
Tabel 3: Kategorisasi Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Peserta didik	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1: Kerangka Berpikir	33
Gambar 2: Tes Keterampilan Bermain Sepak Bola	38
Gambar 3: Diagram Batang Catatan Waktu Terbaik	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1: Surat Izin Penelitian	52
Lampiran 2: Data Penelitian.....	53
Lampiran 3: Hasil Analisis Deskriptif	54
Lampiran 4: Dokumentasi Penelitian.....	56
Lampiran 5: Surat Bukti Penelitian.....	59

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ekstrakurikuler atau biasa disebut dengan ekskul menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah kegiatan di luar program yang tertulis di dalam kurikulum, seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan peserta didik. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, (2014), ekstrakurikuler dijelaskan sebagai kegiatan yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar intrakurikuler dan kokurikuler di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan. Kegiatan ekstrakurikuler memiliki tujuan mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, dan kemandirian peserta didik secara optimal. Secara umum setiap sekolah pasti memiliki kegiatan atau program untuk mengembangkan kepribadian peserta didik serta menambah kegiatan peserta didik diluar jam pelajaran. Pengembangan potensi peserta didik yang dimaksud dalam tujuan Undang-Undang Republik Indonesia, (2003) dapat diwujudkan melalui kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan salah satu kegiatan dalam program kurikuler.

SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mengadakan ekstrakurikuler sepak bola. Ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta merupakan pilihan yang favorit dibandingkan ekstrakurikuler lainnya. Jumlah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola yaitu sebanyak 33 peserta didik, futsal sebanyak 31 peserta didik, dan bola basket sebanyak 27 peserta didik. Kegiatan

ekstrakurikuler sepak bola dilatih oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dan jadwal latihan setiap hari Sabtu pukul 07.00 – 09.00 WIB. Peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta diharapkan memiliki keterampilan bermain sepak bola yang baik, sehingga akan lebih mudah dalam melakukan berbagai tugas keterampilan bermain sepak bola. Keterampilan bermain sepak bola yang dimiliki peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang berbeda-beda dan tergantung pada banyaknya pengalaman bermain yang dikuasainya. Fungsi dari kegiatan ekstrakurikuler agar dapat meningkatkan keahlian kemampuan serta rasa tanggung jawab membagikan peluang kepada peserta didik untuk memperluas pengalaman sosial dalam kesiapan karir peserta didik lewat pengembangan kapasitas. Terdapat empat fungsi kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan, yaitu: pengembangan, sosial, rekreatif, dan persiapan karir.

Aktivitas ekstrakurikuler sepak bola telah tercantum ke dalam modul ekstrakurikuler pilihan. Aktivitas ekstrakurikuler sepak bola ialah aktivitas sekolah yang di lakukan di luar jam pelajaran dengan tujuan untuk memperdalam serta memperluas pengetahuan, peserta didik di tingkatkan prestasi, menyalurkan atensi, serta bakat dan memenuhi upaya pembinaan motivasi peserta didik seutuhnya. Sepak bola merupakan cabang berolahraga yang sangat terkenal di masyarakat khususnya Indonesia. Olahraga tipe ini telah sangat merakyat. Demikian halnya bagi para peserta didik SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dengan memandang kondisi ini hingga aktivitas

ekstrakurikuler dibangun serta dibesarkan dengan harapan sanggup meningkatkan talenta dengan harapan bisa berfungsi aktif dalam kehidupan bermasyarakat ataupun buat lebih berprestasi di masa yang akan datang.

Observasi yang dilakukan peneliti di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta melihat langsung latihan pada peserta didik ekstrakurikuler sepak bola. Beberapa kegiatan ekstrakurikuler pilihan yang ada, ekstrakurikuler sepak bola merupakan salah satu kegiatan yang paling digemari oleh peserta didik-peserta didik putra. Pelaksanaan ekstrakurikuler sepak bola, latihan yang diberikan hanya sekedar teori yang disampaikan secara lisan saja selebihnya peserta didik melakukan permainan sepak bola tanpa mempelajari dan memperdalam teknik dasar bermain sepak bola yang baik dan benar sehingga peserta didik melakukan latihan dengan bermain sepak bola dengan bermodalkan pengetahuan yang mereka miliki saja.

Implementasi keterampilan bermain sepak bola masih banyak mengalami kekurangan. Kendala ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta antara lain kurangnya alat dan fasilitas dalam menunjang keberhasilan ekstrakurikuler sepak bola. Alat dan fasilitas ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta diantaranya bola berjumlah 10, namun 3 diantaranya kondisinya sudah tidak bagus, *cone* berjumlah 10, 2 diantaranya sudah rusak. Sebuah prestasi yang diharapkan pelajar adalah mencapai nilai terbaik, sehingga mampu menempati rangking teratas di kelas maupun di sekolahnya. Namun, fasilitas yang digunakan untuk

mengikuti kejuaraan pun masih tergolong minim untuk menunjang keberhasilan peserta didik dalam pertandingan sepak bola.

Terdapat prestasi lain yang dapat dibanggakan oleh peserta didik, orang tua peserta didik, dan sekolah yaitu prestasi olahraga. Situasi seperti inilah yang seharusnya mendorong peserta didik dan pihak sekolah untuk meningkatkan dan memperhatikan jalannya program ekstrakurikuler di luar jam pelajaran sekolah. Program ekstrakurikuler inilah diharapkan dapat melahirkan suatu prestasi, terutama prestasi olahraga sepak bola. Berdasarkan program kegiatan ekstrakurikuler yang dijalankan, diharapkan dapat mendongkrak nilai-nilai peserta didik khususnya di dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola. Pentingnya motivasi dalam kegiatan ekstrakurikuler sehingga perlu adanya penelitian tentang motivasi peserta didik dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola.

Berdasarkan pemaparan hasil observasi tersebut, penelitian ini bermaksud untuk mengetahui lebih dalam mengenai “Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu sebagai berikut:

1. Implementasi keterampilan bermain sepak bola di lapangan peserta ekstrakurikuler SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik-teknik dasar bermain sepak bola.

2. Materi yang diajarkan guru pelatih hanya ke permainan sepak bola (secara lisan) dan tidak dilatihkan gerak dasar bermain sepak bola yang baik dan benar.
3. Sekolah kurang memfasilitasi saat mengikuti kejuaraan untuk menunjang keberhasilan ekstrakurikuler sepak bola.
4. Prestasi esktrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta belum memuaskan.

C. Batasan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini sangatlah kompleks, maka dari itu perlu dibatasi pada satu pokok permasalahan. Peneliti hanya akan meneliti pada tingkat keterampilan peserta didik dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas maka perlu perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu permasalahan tentang tingkat ketrampilan peserta didik ekstrakurikuler maka dari itu peneliti hanya akan meneliti pada tingkat ketrampilan peserta didik SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini tidak lain agar dapat mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Manfaat Teoritis

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

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peserta didik

Dapat mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta, sehingga diharapkan setelah mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik dapat meningkatkan keterampilannya untuk berprestasi.

- b. Bagi guru atau pelatih.

Guru atau pelatih dapat menentukan program latihan dan mengoptimalkan peserta didik yang memiliki bakat guna dibina dan ditingkatkan prestasi sepak bolanya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian teori

1. Hakikat Ekstrakurikuler

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

a. Tujuan Ekstrakurikuler

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

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

b. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu bentuk kegiatan pengembangan diri yang diadakan disetiap institusi pendidikan. Jenis-jenis ekstrakurikuler yang diadakan di institusi pendidikan pada umumnya yaitu:

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

2. Hakikat Ekstrakurikuler Sepak Bola

Di dalam Peraturan Menteri Pendidikan serta Kebudayaan Republik Indonesia, (2013), bersumber pada pilihannya ada 2 tipe aktivitas ekstrakurikuler, ialah:

- 1) Ekstrakurikuler wajib, ialah program ekstrakurikuler yang wajib diikuti oleh para peserta didik, terkecuali peserta didik dengan keadaan tertentu yang tidak memungkinkannya untuk mengikuti aktivitas ekstrakurikuler tersebut.
- 2) Ekstrakurikuler pilihan, ialah program pilihan/opsi ekstrakurikuler yang bisa diikuti oleh peserta didik yang memiliki bakat dan minat dibidangnya.

Mempraktikkan dan membentuk kepribadian pada peserta didik ekstrakurikuler bukanlah hal yang mudah, melainkan membutuhkan bermacam tahapan yang dirancang secara sistematis serta berkepanjangan. Untuk dapat mempraktikkan pembelajaran kepribadian di sekolah bukanlah susah, ialah dengan mengintegrasikan pembelajaran kepribadian pada pendidikan di kelas serta di luar kelas ataupun aktivitas ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler sendiri mempunyai makna selaku aktivitas pembelajaran yang ada disekolah serta dicoba diluar kelas buat mendukung atensi ataupun bakat dan buat menaikkan pengetahuan partisipan didik. Ada pula penafsiran ekstrakurikuler bagi Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, (2014). Aktivitas ekstrakurikuler merupakan aktivitas kurikuler yang dicoba oleh partisipan didik diluar jam

belajar aktivitas intrakurikuler serta aktivitas kokurikuler. Dilaksanakan serta dibesarkan di dasar tutorial serta pengawasan satuan pembelajaran. Bersumber pada penafsiran ekstrakurikuler yang sudah dijabarkan tersebut bisa disimpulkan jika ekstrakurikuler ialah aktivitas yang diselenggarakan oleh lembaga pembelajaran untuk meningkatkan serta memusatkan kemampuan, bakat serta atensi peserta didik ekstrakurikuler dan menaikkan pengetahuan peserta didik. Dibimbing oleh tenaga pembelajaran yang berkemampuan serta berkewenangan di sekolah. Tujuan aktivitas ekstrakurikuler pula disebutkan oleh Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia, (2008), ialah selaku berikut:

- a. Meningkatkan kemampuan peserta didik secara maksimal serta terpadu yang meliputi bakat, atensi, serta kreativitas.
- b. Menguatkan karakter peserta didik untuk mewujudkan ketahanan sekolah selaku area pembelajaran sehingga bebas dari usaha serta pengaruh negatif serta berlawanan dengan tujuan pembelajaran.
- c. Mengaktualisasikan kemampuan peserta didik dalam pencapaian prestasi unggulan cocok bakat serta minat.
- d. Mempersiapkan peserta didik supaya menjadi masyarakat warga yang berakhhlak mulia, demokratis, menghormati, hak- hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan warga madani.

Dari tujuan yang sudah dikemukakan di atas bisa disimpulkan kalau terdapatnya aktivitas ekstrakurikuler bertujuan buat memperluas, dan tingkatkan pengetahuan peserta didik, melatih serta meningkatkan bakat,

atensi serta keahlian dalam rangka upaya pembentukkan individu serta kepribadian dalam pembuatan manusia seutuhnya.

Mempraktikkan dan membentuk kepribadian pada partisipan didik bukanlah gampang, melainkan membutuhkan bermacam tahapan yang dirancang secara sistematis serta berkepanjangan. Untuk dapat mempraktikkan pembelajaran kepribadian di sekolah bukanlah susah, ialah dengan cara mengintegrasikan pembelajaran kepribadian pada pendidikan di kelas serta di luar kelas ataupun aktivitas ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler sendiri mempunyai makna selaku aktivitas pembelajaran yang ada disekolah serta dicoba diluar kelas untuk mendukung atensi ataupun bakat serta menaikkan pengetahuan partisipan didik. Sejalan dengan komentar Aqib & Sujak, (2011, p. 68) yang mengantarkan bahwa ekstrakurikuler merupakan aktivitas pembelajaran di luar jam pelajaran yang dicoba untuk menolong pertumbuhan partisipan didik cocok dengan kebutuhan kemampuan, bakat dan atensi lewat aktivitas yang secara spesial diselenggarakan oleh pembelajaran serta ataupun tenaga pembelajaran yang berkemampuan serta berkewenangan di sekolah.

3. Hakikat Keterampilan Bermain Sepak bola

Peserta didik merupakan setiap orang yang resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan. Peserta didik atau anak didik adalah salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar- mengajar, dalam proses belajar mengajar peserta didik sebagai pihak yang ingin meraih cita-cita memiliki tujuan dan kemudian

ingin mencapainya secara optimal. Peserta didik akan menjadi faktor penentu, sehingga dapat mempengaruhi segala sesuatu yang diperlukan untuk mencapai tujuan belajarnya. Peserta didik SMP. Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar pada kondisi fisik, kognitif dan psikososial. Piaget menyatakan bahwa peserta didik sekolah menengah atas berada pada tahap perkembangan kognitif operasional formal. Anak akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan pada masa dewasanya, keadaan tubuhnya pun akan menjadi lebih kuat dan lebih baik, maka kemampuan motorik dan keadaan psikisnya juga telah siap menerima latihan-latihan peningkatan ketrampilan gerak menuju prestasi olahraga yang lebih. Untuk itu mereka telah siap dilatih secara intensif di luar jam pelajaran. Bentuk penyajian pembelajaran sebaiknya dalam bentuk latihan dan tugas.

Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan metode mendasar yang baik. Pemain yang mempunyai metode mendasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik pula. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain sepak bola adalah kemampuan serta kesanggupan seorang pemain dalam menguasai teknik-teknik dasar sepak bola dan mengaplikasikannya ke dalam permainan sepak bola dengan efektif dan efisien.

Oleh sebab itu, pemain sepak bola wajib menguasai keterampilan bermain sepak bola, karena hal ini akan sangat mendukung performa pemain di lapangan. Sebagian metode mendasar yang dibutuhkan pemain

sepak bola merupakan menendang (*kicking*), menghentikan ataupun mengendalikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tacling*), lemparan kedalam (*trow-in*) serta melindungi gawang (*goal keeping*). Dibawah ini dipaparkan sebagian metode menendang, menghentikan, serta mengiring bola dalam permainan sepak bola.

a. Menendang (*kicking*)

Menendang bola ialah salah satu ciri dari permainan sepak bola yang sangat dominan. Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepak bola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepak bola. Maka teknik dasar menendang bola merupakan dasar dalam permainan sepak bola. Seorang pemain sepak bola yang tidak mengusai teknik menendang bola dengan sempurna tidak mungkin menjadi pemain yang baik (Sukatamsi, 2001, p. 14).

Tujuan utama menendang bola merupakan memberi umpan atau mengumpan (*passing*), serta menembak kearah gawang (*shooting at the goal*). Dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan jadi sebagian berbagai, ialah menendang dengan kaki bagian dalam, menendang dengan kaki bagian luar, serta menendang dengan punggung kaki.

1) Menendang dengan kaki bagian dalam

Metode ini digunakan buat mengumpan jarak pendek. Analisis geraknya merupakan selaku berikut:

a) Tubuh menghadap sasaran di balik bola.

- b) Kaki tumpu terletak disamping bola kurang lebih 15 cm, ujung kaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk.
- c) kaki tending ditarik kebelakang, serta ayunkan ke depan.
- d) sesudah terjalin benturan dilanjutkan dengan *follow trow*, (gerakan lanjutan).
- 2) Menendang dengan kaki bagian luar
- Metode menendang dengan kaki bagian luar digunakan buat mengumpan jarak pendek. Analisis geraknya selaku berikut:
- a) Posisi tubuh dibelakang bola, kaki tumpu disamping balik bola 25 cm, ujung kaki menghadap kesasaran, serta lutut sedikit ditekuk.
- b) kaki tendang terletak di balik bola, dengan ujung kaki menghadap kedalam.
- c) kaki tending ditarik kebelakang serta ayunkan kedepan.
- d) Perkenaan bola pas di punggung kakibagian luar, serta pas pada tengah-tengah bola.
- e) Gerakan lanjutan kaki tending dinaikan serong kurang lebih 45 derajat menghadap sasaran.
- 3) Menandang dengan punggung kaki

Menendang dengan punggung kaki digunakan buat menembak ke gawang ataupun *shooting*. Analisis geraknya selaku berikut:

- a) Tubuh dibelakang bola sedikit condong kedepan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap kesasaran, kaki sedikit ditekuk.
- b) Kaki tending terletak di balik bola dengan punggung kaki menghadap kedepan/sasaran.
- c) Kaki tending tarik ke balik serta ayunkan kedepan sampai menimpa bola.
- d) Perkenaan kaki pada bola pas pada punggung kaki penuh dsan pas pada tengah–tengah bola.
- e) Gerakan lanjut kaki tending ditunjukan serta di angkat kearah sasaran

Untuk menunjang hasil tendangan yang baik, maka perlu menguasai prinsip-prinsip teknik menendang bola. Menurut Muchtar, (1992, p. 32) mempunyai pandangan yang sama tentang prinsip-prinsip menendang bola yang terdiri dari:

- 1) Pandangan mata. Pandangan mata terutama untuk mengamati situasi atau keadaan permainan. Saat akan menendang bola, pandangan mata ke arah sasaran kemana bola akan, kemudian pandangan jalannya arah bola.
- 2) Kaki tumpu. Kaki tumpu adalah kaki yang menempati pada tanah pada persiapan akan menendang bola dan kaki tumpu merupakan letak titik berat badan. Posisi kaki tumpu atau dimana harus meletakkan kaki tumpu terhadap bola, posisi kaki tumpu terhadap

letak bola akan menentukan arah lintasan bola dan tinggi rendahnya lambungan bola. Lutut kaki tumpu sedikit ditekuk dan pada waktu menendang lutut di luruskan merupakan kekuatan mendorong ke depan.

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

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

b. Menghentikan Bola (*stopping*)

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

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

- 1) Pengamatan terhadap lajunya bola selalu harus dilakukan oleh pemain, baik saat bola melayang ataupun bergulir.

- 2) Gerakan menahan lajunya bola dengan cara menjaga stabilitas dan keseimbangan tubuh, dan mengikuti jalannya bola (sesaat bersentuhan antara bola dengan bagian tubuh).
- 3) Pandangan selalu tertuju pada bola saat menerima bola, setelah bola dikuasai, arahkan bola untuk gerakan selanjutnya seperti mengoper bola atau menembak bola.

Tujuan menghentikan bola ialah mengendalikan bola, yang tercantum didalamnya merupakan arah dalam mengendalikan tempo permainan, pengalihan laju permainan, serta mempermudah untuk melakukan kontrol *passing*. Tindakan untuk menghentikan bola yang diterima agar mudah dikontrol.

- 1) Memakai kaki (untuk *passing* dasar)
- 2) Memakai dada (untuk *passing* atas)

Analisis gerakanya selaku berikut:

- 1) Posisi tubuh segaris dengan datangnya bola.
- 2) Kaki tumpu menuju pada bola dengan lutut sedikit ditekut.
- 3) Kaki penghenti dinaikan sedikit dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan kedepan segaris dengan datangnya bola.
- 4) Bola memegang kaki persis dibagian dalam/mata kaki.
- 5) Kaki penghenti menjajaki arah bola.

Dalam metode menghentikan bola masih ada banyak metode yang bisa dilakukan antara lain ialah memakai Punggung kaki, Paha, Dada, dan Kepala apabila membolehkan.

c. Menggiring bola (*dribbling*)

Menggiring bola merupakan menendang terputus–putus ataupun pelan, oleh karenanya bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan buat menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak kesasar, melewati lawan, serta membatasi dalam permainan.

Menurut Koger, (2007, p. 51), menggiring adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Prinsip- prinsip yang harus diperhatikan dalam menggiring bola antara lain:

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

Teknik dalam men-*dribbling* bola terbagi menjadi 3 bagian, antara lain:

- 1) Mendribbling dengan kura-kura bagian dalam
- 2) Mendribbling dengan kura-kura penuh (punggung kaki)
- 3) Mendribbling dengan kura-kura bagian luar

d. Mengumpan (passing)

Selaku permainan regu, sepak bola mewajibkan para pemainnya untuk menjalakan kerja sama yang baik dengan rekan satu regu. Dalam perihal ini, melaksanakan umpan ke rekan satu regu ialah perihal yang

wajib dipahami dengan baik oleh tiap pemain bola. perihal ini diperuntukan supaya penerima bola tidak kesusahan dalam menerima operan, serta yang sangat parah merupakan tidak terjalin salah umpan sehingga bola dipahami oleh pemain lawan serta membahayakan gawang sendiri. Umpan dalam sepak bola terdiri dari bermacam wujud, dengan bermacam tujuan. Wujud passing dalam sepak bola bisa berbentuk passing datar, umpan lambung, umpan panjang serta pendek, umpan silang (ataupun diketahui dengan *crossing*), serta pula umpan terobosan. Umpan yang dicoba bisa memakai kepala (*heading*) ataupun dengan kaki. Tujuan umpan itu sendiri terdapat yang digunakan buat mengawali penyerangan, membagikan kesempatan mencetak berhasil pada penyerang, mengamankan wilayah pertahanan, apalagi bisa pula digunakan buat mengecoh lawan.

e. Menendang ke Gawang (*shooting*)

Tujuan utama dari permainan sepak bola merupakan memasukkan bola ke gawang lawan ataupun mencetak goal untuk memenangkan pertandingan. Bermacam metode dilakukan oleh para pemain agar dapat mencetak goal ke gawang lawan. Dalam upayanya mencetak berhasil untuk timnya, pemain wajib melewati hadangan pemain bertahan serta penjaga gawang lawan. Terus menjadi baik koordinasi pemain bertahan serta semakin tangguh penjaga gawang lawan, hingga hendak terus menjadi susah buat dilewati serta mencetak berhasil. Kerja sama antar pemain absolut dibutuhkan buat mengecoh

pemain bertahan serta menundukkan penjaga gawang lawan. Dalam mencetak berhasil, pemain bisa melaksanakannya dengan bermacam berbagai metode. Mencetak berhasil bisa dicoba dengan sundulan kepala ataupun tendangan keras ke arah gawang lawan. Pemain bisa mencetak berhasil dari dalam wilayah pinalti ataupun dari luar kotak pinalti. Apalagi pemain pula bisa mencetak berhasil lewat tendangan leluasa langsung, walaupun wajib berhadapan dengan “pagar hidup” pemain lawan.

f. Menyundul Bola (*heading*)

Tidak hanya memakai kaki, pemain bola pula kerap memakai kepalanya untuk mengumpam atau memasukkan bola ke alam gawang lawan. Bola yang melayang juga dapat menjadi “santapan” bagi kepala untuk mengarahkannya ke rekan satu regu ataupun ke dalam gawang lawan. Memindahkan bola dengan kepala inilah yang disebut dengan menyundul bola. Menyundul bola bisa dicoba dengan sebagian metode, metode yang sangat umum dilakukan dengan melompat menyamput datangnya bola. Tidak hanya dengan melompat ke atas, terdapat pula pemain yang menyundul bola sembari menjatuhkan tubuh. Perihal ini dicoba apabila bola yang tiba melayang tidak begitu besar dari tanah. Metode ini kerap mengecoh pemain bertahan serta penjaga gawang lawan, sebab umumnya bola yang melayang tidak begitu besar dari tanah hendak disambut dengan kaki, bukan dengan kepala.

Menurut Sukatamsi, (2001, p. 70) prinsip-prinsip teknik menyundul bola adalah sebagai berikut:

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

g. Lemparan Kedalam (*throw in*)

Menurut Herwin, (2004, p. 48) tujuan dari lemparan kedalam adalah untuk menghidupkan/memulai permainan setelah bola keluar meninggalkan lapangan melalui garis samping. Lemparan ke dalam (*throw-in*) adalah salah satu keterampilan yang sering diabaikan dalam sepak bola. Penggunaan *throw-in* yang baik seringkali menciptakan

peluang untuk mencetak gol selama pertandingan. Kunci keberhasilan melakukan throw-in adalah komunikasi. Pelempar dan penerima bola harus mengetahui apa yang akan dilakukan masing-masing sebelum lemparan dilakukan.

Arah dan kecepatan penerima bola menentukan bagaimana pelempar bola melemparkan bolanya. Menurut Herwin (2004: 48), cara melakukan lemparan ke dalam adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan lemparan ke dalam menggunakan kedua tangan memegang bola.
- b. Kedua siku menghadap ke depan.
- c. Kedua ibu jari saling bertemu.
- d. Bola berada di belakang kepala.
- e. Kedua kaki sejajar atau depan belakang dengan keduanya menapak pada tanah dan berada diluar garis samping saat akan melakukan maupun selama melakukan lemparan, dan.
- f. Mata tetap dalam keadaan terbuka, dengan arah tubuh searah dengan sasaran yang akan dituju.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Penguasaan Keterampilan

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

- 1) Faktor proses belajar mengajar (*learning proses*).

Faktor proses belajar mengajar (*learning proses*), dalam pembelajaran gerak proses yang harus dilakukan adalah berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenaranya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya.

2) Faktor pribadi (*personal factor*).

Faktor pribadi (*personal factor*) setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik fisik, mental, maupun kemampuannya.

3) Faktor situasional (*situational factor*).

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

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

5. Tes Pengembangan Subagyo Irianto

Subagyo Irianto (2010: 37) menyatakan maksud tes ini dimaksudkan untuk mengukur keterampilan bermain sepakbola bagi pemain muda. Terdapat beberapa spesifikasi tentang tes pengembangan Subagyo Irianto diantaranya:

- a. Tes pengembangan Subagyo Irianto ini merupakan pengembangan dari tes David Lee yang diharapkan tes ini dapat menyempurnakan tes yang aslinya.
- b. Penyusunan tes pengembangan Subagyo Irianto ini telah melalui uji validasi oleh ahli (expert judgement) dalam bidang sepakbola dan telah diuji melalui analisa statistik sebagai harapan dapat digunakan sebagai alat ukur baku.
- c. Unsur yang dinilai adalah unsur-unsur serangkaian teknik dasar sepak bola yang meliputi dribbling, keeping, kontrol bola bawah, kontrol bola atas, passing bawah, passing lambung, cara menggulirkan bola, dengan sirkuit yang telah ditentukan ukuran dan jaraknya sehingga tes ini menyerupai permainan sesungguhnya.
- d. Tes ini berbentuk rangkaian maka tes ini lebih simple baik dari segi peralatan/ area yang digunakan.
- e. Penggunaan tes keterampilan Subagyo Irianto berupa tes unjuk kerja artinya tes dituntut untuk melakukan semua usaha/tindakan yang berupa perbuatan yakni melakukan unjuk kerja terhadap unsur-unsur teknik dasar sepakbola secara cepat dan cermat.
- f. Tes ini menekankan pada kecepatan waktu yakni dalam melakukan tugas harus dengan cepat menempuh berbagai serangkaian teknik dasar menggiring melalui pancang-pancang, menghentikan bola di kotak I, passing kanan dan kiri ke dalam target, dan menggiring bola dari kotak I ke kotak II dengan kecepatan dan berhenti di kotak II.

g. Tes ini dilakukan sebanyak dua kali dan diambil waktu tercepat.

Subagyo Irianto (2010: 79) menyebutkan bahwa, tes pengembangan keterampilan David Lee telah dinyatakan sahih, handal, dan objektif yaitu validitas concurrent tes sebesar 0,942. Tes ini telah memenuhi syarat untuk mengukur keterampilan bermain sepak bola kelompok usia 11 sampai dengan 15 tahun.

Setiap makhluk hidup, termasuk manusia secara normal akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan selama masa hidupnya. Proses pertumbuhan dan perkembangan berlangsung secara simultan pada diri setiap menuju suatu kepribadian yang utuh. Proses tersebut terus berjalan dalam kehidupan setiap orang sesuai masa dan tugas perkembangannya.

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

a. Pendekatan neurobiologis

Tingkah laku manusia pada dasarnya dikendalikan oleh aktivitas otak dan sistem syaraf. Pendekatan neurobiologis berupaya mengaitkan perilaku yang terlihat dengan impuls listrik dan kimia yang terjadi

didalam tubuh serta menentukan proses neurobiologi yang mendasari perilaku dan proses mental.

b. Pendekatan perilaku

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

c. Pendekatan kognitif

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

d. Pendekatan psikoanalisa

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

e. Pendekatan fenomenologi

Pendekatan fenomenologi ini lebih memperhatikan pada pengalaman subyektif individu karena itu tingkah laku sangat dipengaruhi oleh pandangan individu terhadap diri dan dunianya, konsep tentang dirinya, harga dirinya dan segala hal yang menyangkut kesadaran atau aktualisasi dirinya. Ini berarti melihat tingkah laku seseorang selalu dikaitkan dengan fenomena tentang dirinya.

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

a. Fisik

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

b. Psikomotor

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

c. Bahasa

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

d. Perilaku kognitif

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

e. Perilaku sosial

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

f. Moralitas

- 1) Adanya ambivalensi antara keinginan bebas dari dominasi pengaruh orang tua dengan kebutuhan dan bantuan dari orang tua.

- 2) Dengan sikapnya dan cara berfikirnya yang kritis mulai menguji kaidah-kaidah atau sistem nilai etis dengan kenyataannya dalam perilaku sehari-hari oleh para pendukungnya.
- 3) Mengidentifikasi dengan tokoh moralitas yang dipandang tepat dengan tipe idolanya.

g. Perilaku keagamaan

- 1) Mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan mulai dipertanyakan secara kritis dan skeptis.
- 2) Penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari dilakukan atas pertimbangan adanya semacam tuntutan yang memaksa dari luar dirinya.
- 3) Masih mencari dan mencoba menemukan pegangan hidup.

h. Konatif, emosi, afektif dan kepribadian

- 1) Lima kebutuhan dasar (fisiologis, rasa aman, kasih sayang, harga diri dan aktualisasi diri) mulai menunjukkan arah kecenderungannya.
- 2) Reaksi-reaksi dan ekspresi emosionalnya masih labil dan belum terkendali seperti pernya-taan marah, gembira atau kesedihannya masih dapat berubah- ubah dan silih berganti dalam yang cepat.
- 3) Kecenderungan-kecenderungan arah sikap nilai mulai tampak (teoritis, ekonomis, estetis, sosial, politis, dan religius), meski masih dalam taraf eksplorasi dan mencoba-coba.

- 4) Merupakan masa kritis dalam rangka meng-hadapi krisis identitasnya yang sangat dipengaruhi oleh kondisi psiko-sosialnya, yang akan membentuk kepribadiannnya.

B. Kajian penelitian yang relevan

Beberapa penelitian yang relevan di bawah ini diharapkan dapat membantu memberikan arahan agar penelitian lebih fokus. Penelitian tersebut antara lain:

1. Lala, (2011) yang berjudul “Keahlian Dasar Permainan Sepak bola Peserta didik Putra Sekolah Dasar Negara Wanutengah Umur 10– 12 Tahun Parakan Temanggung”. Di dalam penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan agar mengenali tingkatan keahlian dasar sepak bola peserta didik putra Sekolah Dasar Negara Wanutengah Umur 10– 12 Tahun Parakan Temanggung. Instrumen uji yang digunakan merupakan Pengembangan Uji Kecakapan Sepak bola Subagyo Irianto. Bersumber pada hasil informasi riset, menampilkan jika tidak terdapat peserta didik yang masuk dalam jenis baik sekali serta baik, 6 anak masuk dalam jenis lagi dengan prosentase 17. 64%, 26 anak masuk dalam jenis kurang dengan prosentase 76. 47%, serta 1 anak masuk dalam jenis kurang sekali dengan prosentase sebesar 5. 88%. Bersumber pada informasi di atas bisa disimpulkan kalau sebagian peserta didik putra Sekolah Dasar Negara Wanutengah Umur 10- 12 Tahun masuk dalam jenis lagi dengan prosentase sebesar 76. 47%.
2. Penelitian oleh Majidi, (2008) yang berjudul “ Tingkatan Keahlian Metode Bola Pada Atlet Berbakat Sepak bola U- 14 Provinsi Daerah Istimewa

Yogyakarta". Riset ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengenali tingkatan keahlian metode sepak bola pada atlet sepak bola berbakat U- 14 Provinsi Wilayah Istimewa Yogyakarta tahun 2007/ 2008. Ilustrasi yang digunakan merupakan segala populasi sebanyak 25 atlet. Instrument yang digunakan merupakan Uji Kemampuan Sepak bola(Subagyo Irianto). Informasi pada riset ini menampilkan kalau keahlian metode sepak bola pada atlet sepak bola berbakat U- 14 Provinsi Wilayah Istimewa Yogyakarta merupakan baik sekali sebanyak 4%, jenis baik sebanyak 28%, jenis lumayan sebanyak 28%, jenis kurang sebanyak 32%, serta jenis kurang sekali sebanyak 8%.

C. Kerangka pikir

Dalam upaya membina prestasi yang baik, pembinaan wajib diawali dari pembinaan umur muda serta pembinaan atlet muda berbakat sangat memastikan mengarah tercapainya kualitas prestasi maksimal dalam cabang berolahraga sepak bola. Bistik atlet yang unggul butuh pengolahan serta proses kepelatihan secara ilmiah, barulah timbul prestasi atlet yang optimal. Bukan hanya hanya raga, metode, taktik, serta mental namun keahlian dasar bermain sepak bola pula dicermati dalam bermain sepak bola. Keahlian dasar sepak bola sangat dibutuhkan dalam bermain sepak bola, untuk memahami keahlian yang baik hingga wajib menguasai unsur- unsur yang tercantum dalam sepak bola tersebut. Ada pula unsur- unsur yang wajib dipahami antara lain: gerakan- gerakan tanpa bola (lari serta merubah arah, melompat, gerak tipu tanpa bola ataupun tubuh), gerakan dengan bola (menendang bola, menerima bola,

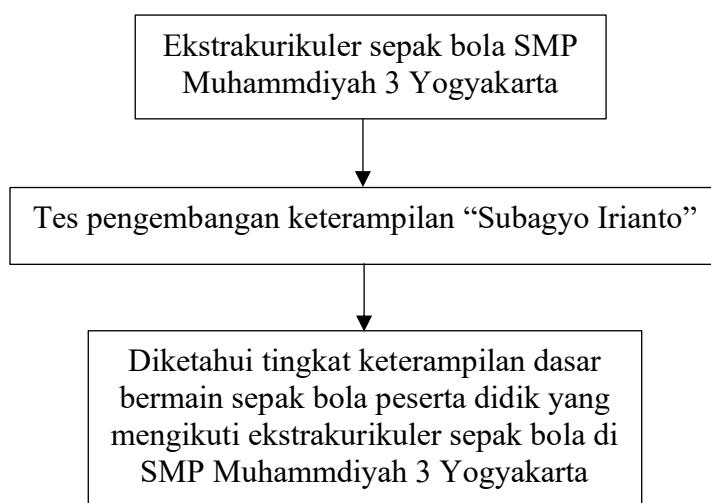
menyundul bola, menggiring bola, gerak tipu dengan bola, merebut bola, melontarkan bola, metode penjaga gawang ataupun bertahan serta melanda).

Agar dapat meningkatkan keterampilan sepak bola banyak aspek yang pengaruh tingkatan keahlian dasar sepak bola semacam fasilitas serta prasarana, pelatih yang bermutu, pemain berbakat serta kompetisi yang tertib dan wajib didukung oleh ilmu dan teknologi yang mencukupi.

Kegiatan penelitian dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta melalui tes pengembangan keterampilan “Subagyo Irianto”, maka akan diperoleh hasil penelitian dan dapat mendeskripsikan data tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

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

Gambar 1: Kerangka Berpikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis atau Desain penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan jenis deskriptif kuantitatif yang berarti di dalam penelitian ini hanya sebatas menggambarkan suasana yang sedang terjalin. Penelitian ini merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki kondisi, keadaan ataupun hal-hal lain yang telah disebutkan dalam latar belakang, yang hasilnya akan dipaparkan dalam wujud laporan penelitian atau akan dicantumkan dalam hasil dan pembahasan penelitian. Dalam penelitian ini akan memfokuskan pada tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola. Tata cara yang digunakan dalam penelitian ini merupakan tata cara survei dengan metode uji untuk memperoleh informasi.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta, sedangkan waktu penelitian dilaksanakan sebanyak 4 kali selama bulan Oktober 2023 bersamaan dengan jadwal latihan ekstrakurikuler sepak bola SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta pada hari Sabtu pukul 07.00 – 09.00 WIB.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalis yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik untuk mendapatkan kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, populasi bukan hanya

sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek yang diteliti itu. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang berjumlah 30 peserta didik.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian berdasarkan jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Arikunto, 2014). Populasi yang berjumlah kurang dari 100 maka sampel yang diambil adalah semuanya. Maka dari itu, pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling* (Sugiyono, 2010) sehingga dapat disimpulkan sampel pada penelitian ini berjumlah 30 responden.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel penelitian ini merupakan variabel tunggal. Variabel tunggal dalam penelitian ini adalah keterampilan bermain sepak bola peserta didik peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta, yang tergolong dalam keterampilan lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif dalam bermain sepak bola. ketepatan melakukan tendangan bola ke target, kecepatan menggiring bola dan ketepatan menghentikan bola, yang dibentuk dalam satu rangkaian bentuk tes potensi.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Cara pengumpulan data yaitu seluruh peserta didik bergantian melakukan tes pengembangan keterampilan Subagyo Irianto dua kali kesempatan. Kesempatan pertama dilakukan oleh 20 peserta didik secara bergantian dan urut. Selanjutnya setelah kesempatan pertama dilakukan oleh seluruh 20 peserta didik tersebut, baru kesempatan kedua dilakukan oleh 20 peserta didik tersebut secara bergantian dan urut.

Teknik pengumpulan data dengan tes pengembangan Subagyo Irianto yang pada tahun 2010 antara lain sebagai berikut:

a. Alat-alat dan perlengkapan

- 1) Bola ukuran 5 = 9 buah
- 2) Meteran Panjang = 1 buah
- 3) Cones Besar = 5 buah
- 4) Pancang 1,5m = 10 buah
- 5) Gawang kecil untuk passing dengan ukuran tinggi 60 cm dan lebar 2 m
- 6) Pancang = 2 buah
- 7) Stop watch = 1 buah
- 8) Kapur gamping
- 9) Petugas lapangan 3 orang, sebagai pencatat waktu, pencatat hasil/skor, dan penilai unsur Teknik (judge)
- 10) Pencatat skor/hasil (ballpoint, blangko tes, score pad)

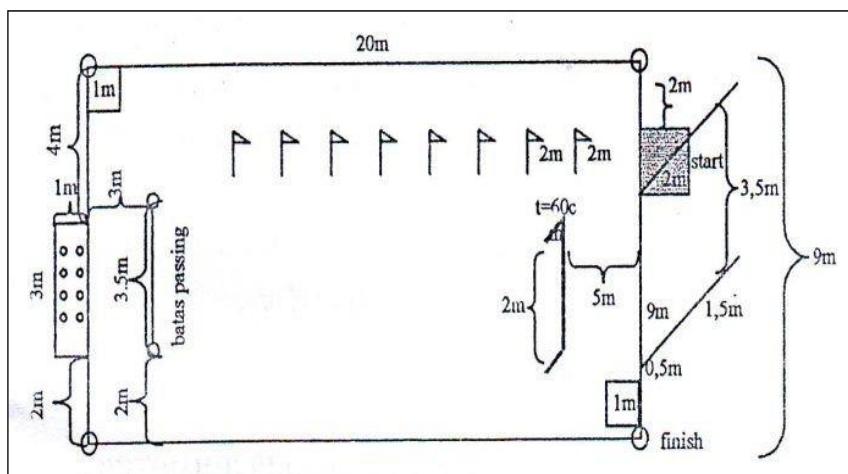
b. Ketentuan umum petunjuk pelaksanaan tes:

- 1) Testi wajib menggunakan sepatu sepak bola.

- 2) Sebelum melakukan test, testi melakukan pemanasan 5-10 menit.
 - 3) Sebelum melakukan tes, tidak ada percobaan bagi testi.
 - 4) Testor memberikan contoh pelaksanaan tes yang baik dan benar kepada testi.
- c. Urutan pelaksanaan test
- 1) Testi berada di tanda start (kotak 1) sambil membawa bola.
 - 2) Setelah aba-aba “ya”, testi memulai tes dengan menimang-nimang bola diudara (juggling) sebanyak 5 kali.
 - 3) Kemudian menggiring bola (dribble) melewati pancang-pancang yang sudah disiapkan, dimulai dari kanan.
 - 4) Setelah melewati pancang terakhir bola dihentikan di kotak ke-2.
 - 5) Testi mengambil bola di kotak berikutnya untuk melakukan passing rendah diawali dengan bola hidup/bergerak pada batas yang telah ditentukan sebanyak 2 kali (kaki kanan 1 x dan kaki kiri 1 x). Bola harus masuk ke gawang yang telah di siapkan, jika gagal mengulangi dengan kaki yang sama.
 - 6) Testi melakukan tes passing atas dan diarahkan ke gawang yang telah ditentukan sebanyak 2 kali dengan kaki terbaik, jika gagal diulangi sampai berhasil atau dengan sisa berikutnya.
 - 7) Mengambil bola di kotak ke-2 kemudian menggiring (dribble) dengan keceoatan maksimal menuju kotak finish (kotak ke-3) dan bola harus benar-benar berhenti di kotak yang sudah disiapkan.
- d. Yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan tes

- 1) Stopwatch dimulai Ketika testi melakukan sentuhan pertama dengan bola.
 - 2) Setiap kesalahan yang dilakukan, testi harus mengulang dari tempat terjadi kesalahan, stopwatch terus berjalan. Setiap testi mendapat 2 kali kesempatan.
 - 3) Pensekoran: mencatat waktu pelaksanaan dari start hingga finish dalam satuan detik (dicatat sampai 2 bilangan setelah koma)

Gambar 2: Tes Keterampilan Bermain Sepak Bola



Sumber: (Irianto, 2010, pp. 152–156)

2. Instrumen Penelitian

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

cara yang ditempuh untuk memperoleh data sesuai dengan pengumpulan yang dibutuhkan.

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Penelitian ini tidak menguji validitas dan realibilitas, karena menggunakan pengembangan tes kecakapan/keterampilan “Subagyo Irianto” yang telah dinyatakan sahih, handal, dan objektif yaitu validitas concurrent tes sebesar 0,942. Tes ini telah memenuhi syarat untuk mengukur keterampilan bermain sepak bola kelompok usia 11 sampai dengan 15 tahun (Irianto, 2010, p. 79).

G. Teknik analisis data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang kemampuan dasar bermain sepak bola bagi peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif. Statistik ini ditujukan untuk mengumpulkan data, menyajikan data dan menentukan nilai.

Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dengan mengacu pada standar keterampilan yang telah baku untuk mendapatkan keterampilan dasar sepak bola yang sudah ditentukan. Data yang diperoleh dinyatakan dalam bentuk angka sehingga disebut data kuantitatif. Pengkategorian tes keterampilan bermain sepak bola didasarkan Subagyo Irianto tahun 2010.

Tabel 1: Kriteria Pengkategorian

No	Rumus	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Baik Sekali
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X < M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

Sumber: (Irianto, 2010, pp. 152–156)

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

$$P = F / N \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah responden

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Sekolah

Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang beralamat di jalan Kapten Pierre Tendean 19 Yogyakarta di dirikan oleh Pengurus Ranting Muhammadiyah Noroprajan yang beranggukan H. Moh. Djzaim; Siraj, M.A; Khamdani; H. Jalal Mas'oed; S.Saring; Mahmud Abdul Gani; H. Marsudi.R.S pada tanggal 14 juli 1951 dengan nama SMP Muhammadiyah IV Wirobrajan.

Prestasi yang diraih oleh sekolah sangatlah banyak, baik dibidang akademis maupun non akademis antara lain: juara nasional karya ilmiah remaja dengan judul “Knalpot Zeolit”, sebagai juara futsal se-Jawa yang diselenggarakan oleh Yayasan Muhammadiyah bekerjasama dengan British Council dan mengantarkan 2 peserta didik serta kepala sekolah ke inggris pada 13-21 mei 2008, juara perpustakaan terbaik tingkat kota Yogyakarta tahun 2008, juara koperasi peserta didik terbaik tingkat kota Yogyakarta, mengantarkan peserta didik dengan NEM UNAS 2008 tertinggi se-DIY dengan nilai rata-rata 9,93. Prestasi lain yang diraih SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dapat mengantarkan kepala sekolah (Heriyanti, S.Pd, M.M) sebagai juara kepala sekolah berprestasi tingkat provinsi dan maju ke tingkat nasional.

2. Analisis Deskriptif

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Hasil analisis deskriptif tingkat keterampilan bermain sepak bola diperoleh nilai maksimum 53,11; nilai minimum 38,85; *mean* (M) 44,83; median (Me) 44,36; modus (Mo) 43,56; dan standar deviasi (SD) 3,74. Untuk lebih jelasnya terdapat pada tabel berikut:

Tabel 2: Analisis Deskriptif

Mean	44.8370
Median	44.3650
Mode	43.56
Std. Deviation	3.74478
Minimum	38.85
Maximum	53.11

Berdasarkan perhitungan tersebut, dapat disusun tabel distribusi frekuensi dan pengkategorian yang disajikan pada tabel 3.

Tabel 3: Kategorisasi Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Peserta didik

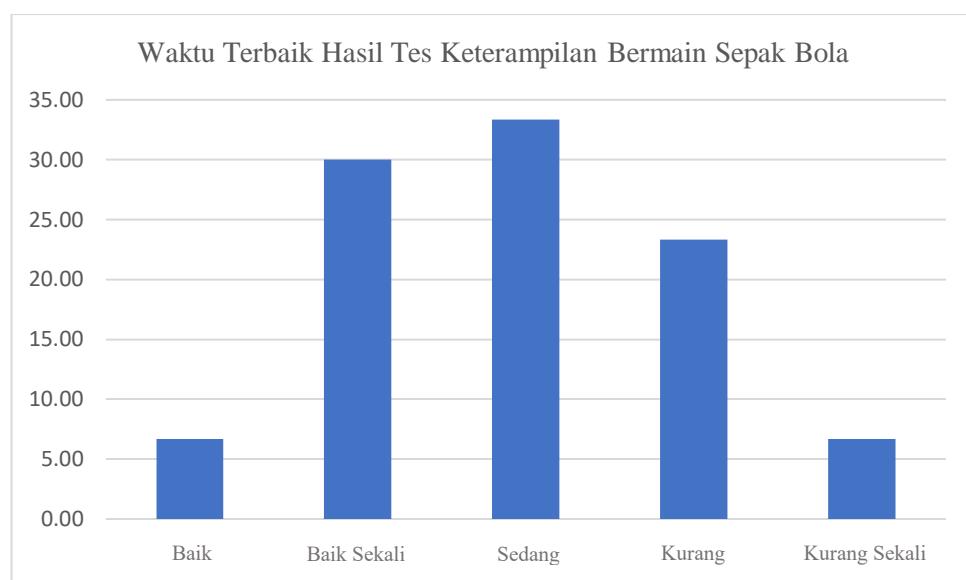
No	Kategori	Jumlah	Persentase%	Klarifikasi
1	$X \geq 50,44$	2	6,67	Baik Sekali
2	$46,70 \leq X < 50,44$	9	30,00	Baik
3	$42,96 \leq X < 46,70$	10	33,33	Sedang
4	$39,22 \leq X < 42,96$	7	23,33	Kurang
5	$X < 39,22$	2	6,67	Kurang Sekali

Berdasarkan tabel 3, keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta diperoleh hasil yang tergolong baik sekali sebanyak 2 peserta didik (6,67%), tergolong baik sebanyak 9 peserta didik (30%), tergolong sedang sebanyak 10 peserta didik (33,33%), tergolong kurang sebanyak 7 peserta didik

(23,33%), dan tergolong kurang sekali sebanyak 2 peserta didik (6,67%).

Apabila dilihat dari nilai rerata yang diperoleh, nilai yang paling dominan berada pada interval 42,96 – 46,70 yang tergolong sedang sebanyak 10 peserta didik (33,33%). Hal ini dapat diperjelas dengan histogram pada gambar 2 di bawah.

Gambar 3: Diagram Batang Catatan Waktu Terbaik



B. Pembahasan

Keterampilan bermain sepak bola adalah menguasai teknik-teknik dasar bermain sepak bola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan dengan efektif dan efisien (Irianto, 2010, p. 15). Berdasarkan analisis hasil tes keterampilan bermain sepak bola pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta, diperoleh hasil yang tergolong baik sekali sebanyak 2 peserta didik (6,67%), tergolong baik sebanyak 9 peserta didik (30%), tergolong sedang sebanyak 10 peserta didik (33,33%), tergolong kurang sebanyak 7 peserta didik (23,33%), dan

tergolong kurang sekali sebanyak 2 peserta didik (6,67%) sehingga dari data tersebut nilai rerata yang diperoleh yaitu 44,83 detik berada pada interval 42,96 – 46,70 detik, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak bola pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta tergolong sedang dengan jumlah responden sebanyak 10 peserta didik (33,33%).

Walaupun hasil keseluruhan tersebut sudah cukup baik didukung dengan jumlah peserta yang tergolong baik sebanyak 9 peserta (30%) dan yang tergolong baik sekali sebanyak 2 orang (6,67%) namun masih sangat risikan untuk dipertahankan dan perlu ditingkatkan kearah yang lebih baik karena dalam permainan sepak bola menggunakan kekuatan tim bukan kekuatan individual, sehingga apabila dalam suatu tim tersebut terdapat pemain dalam posisi tertentu yang lemah maupun yang kurang maupun sangat kurang dalam sisi penguasaan teknik, maka akan menjadi titik lemah dan masalah besar dalam tim tersebut. Sedangkan pada hasil penelitian, untuk kategori kurang sebanyak 7 peserta (23,3%) dan kurang sekali sebanyak 2 peserta (6,67%) sehingga masih perlu dilakukan latihan-latihan untuk mengembangkan tingkat keterampilan peserta didik. Seorang pelatih harus memberikan materi seperti: kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dasar atau teknik dasar dalam permainan sepak bola secara efektif dan efisien baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun dengan bola.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Utomo, (2017) yang menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepak bola dengan subjek penelitian

peserta didik sekolah sepakbola (SSB) Fita Perol KU 14-15 tahun Kecamatan Gantung Kabupaten Belitung Timur tergolong cukup. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menyebabkan perbedaan kemampuan pemain dalam merespon materi latihan yang diberikan, diantaranya konsentrasi, semangat atau motivasi pemain, juga kebugaran pemain sangat berpengaruh pada tinggi-rendahnya kualitas latihan yang nantinya akan berpengaruh bagi perkembangan pemain (Scheunemann, (2014, p. 61). Pemain yang memiliki konsentrasi yang tinggi, motivasi/semangat, dan kebugaran yang baik akan mampu melaksanakan rangkaian tes pengembangan Subagyo Irianto dengan baik.

Temuan ini juga didukung oleh penelitian Wicaksana, 2018) yang menyatakan bahwa sebagian besar kemampuan para peserta didik telah terbilang baik. Hal ini disebabkan oleh kemampuan pelatih dalam mengaplikasikan program latihan, terutama untuk latihan teknik dasar yang erat kaitanya dengan kemampuan keterampilan bermain sepakbola, selain itu juga didukung oleh keseriusan dan ketekunan para peserta didik dalam mengikuti latihan. Sejalan dengan penelitian Septianto, (2016), yang menyatakan bahwa tingkat keterampilan dasar sepak bola peserta didik peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Selomerto termasuk dalam kategori cukup. Hasil tersebut diperoleh dikarenakan pelaksanaan ekstrakurikuler hanya dilaksanakan 2 kali dalam seminggu yang menyebabkan porsi latihan relatif kecil Sarana dan prasarana yang minim mempengaruhi keterampilan bermain sepak bola peserta didik, motivasi peserta didik dan guru yang masih rendah akan latihan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, setiap masing-masing pemain dengan berkonsentrasi tinggi, memiliki motivasi, semangat bermain dan juga kebugaran tubuh yang prima dapat menyelesaikan pelaksanaan tes pengembangan dan kecakapan bermain sepak bola “Subagyo Irianto” secara baik dan benar. Pemain yang memiliki kebugaran baik biasanya dapat dipengaruhi dengan waktu istirahat tidur yang tepat. Waktu tidur yang benar adalah kurang lebih 8 jam sehari. Dalam uji coba maupun pertandingan resmi seperti turnamen atau kompetisi. Suatu usaha untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak bola, peserta didik perlu melakukan latihan secara rutin di luar kegiatan ekstrakurikuler sekolah seperti menjadi anggota di klub sepak bola yang ada di daerahnya masing-masing. Peserta didik juga dianjurkan untuk melakukan latihan secara individu, misalnya dengan memantul-mantulkan bola ke tembok dan menimang-nimang bola (*juggling*). Semakin sering peserta didik berlatih dan bermain sepak bola tentunya akan berdampak juga pada peningkatan keterampilan dasar sepak bolanya. Guru sebagai pelatih juga harus membuat menu latihan yang terprogram dan terencana, seperti latihan teknik dasar, latihan fisik dan latihan taktik. Semua ini diharapkan agar mampu membentuk tim sepak bola sekolah yang kuat sehingga dapat membanggakan nama sekolah dala setiap kejuaraan sepak bola yang diikuti.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari data yang diperoleh tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta adalah sebagai berikut:

1. Sebanyak 2 peserta didik (6,67%) termasuk ke dalam kategori baik sekali.
2. Sebanyak 9 peserta didik (30,0) termasuk ke dalam kategori baik.
3. Sebanyak 10 peserta didik (33,3%) termasuk ke dalam kategori sedang.
4. Sebanyak 7 peserta didik (23,3) termasuk ke dalam kategori kurang.
5. Sebanyak 2 peserta didik (6,67%) termasuk ke dalam kategori kurang sekali.

Berdasarkan hasil tes, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa nilai rerata yang diperoleh yaitu 44,83 detik berada pada interval 42,96 – 46,70 detik, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak bola pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta tergolong sedang dengan jumlah responden sebanyak 10 peserta didik (33,33%).

B. Implikasi

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian dan kesimpulan yang diambil dalam penelitian ini, maka dapat disajikan implikasi bahwa keterampilan bermain sepak bola peserta didik yang masih tergolong sedang sehingga perlu meningkatkan keterampilan teknik dasar sepak bola bagi peserta didik sebagai

upaya mencapai prestasi sepak bola yang maksimal. Dengan adanya tes kecakapan bermain sepak bola “Subagyo Irianto” yang mempunyai kualitas standar sebagai alat untuk mengevaluasi latihan yang telah diberikan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pelatih untuk menilai keterampilan peserta didik sehingga dapat diketahui tingkat keterampilan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola untuk memperbaiki kualitas Latihan yang telah dilaksanakan.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti dalam melakukan penelitian ini tentunya terdapat kekurangan di dalamnya, kelemahan atau keterbatasan yang terdapat di dalam penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan bagi peneliti selanjutnya. Keterbatasan dan hambatan dalam penelitian ini di antaranya:

1. Peneliti hanya melihat keterampilan atau kemampuan dalam pembelajaran sepak bola.
2. Peneliti tidak menganalisis kemampuan kognitif, afektif, psikomotorik dan kondisi kesehatan peserta didik secara mendalam.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diambil, maka dapat diberikan saran sebagai berikut.

1. Bagi Peserta didik

Bagi para peserta didik peserta ekstrakurikuler sepak bola diharapkan dapat bersikap proaktif dalam upaya meningkatkan kualitas teknik individu dalam bermain sepak bola.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan sekolah dalam memberikan masukan kepada guru pendidikan jasmani dan Kesehatan dan pelaksana ekstrakurikuler sepak bola atau pelatih sepak bola agar lebih giat lagi dan memiliki komitmen kuat untuk meningkatkan keterampilan teknik bermain sepak bola para peserta didiknya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menggunakan sampel dan populasi yang lebih luas juga dapat menambahkan variabel lain yang mencakup masalah terbaru, sehingga analisa mengenai keterampilan bermain sepak bola peserta didik lebih teridentifikasi secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Z., & Sujak. (2011). *Panduan dan Aplikasi Pendidikan Karakter* (Cet. ke-1). Yrama Widya.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. FIK UNY.
- Irianto, S. (2010). Pedoman Pelaksanaan Pengembangan Tes Kecakapan “Subagyo Irianto” untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun. Yogyakarta: FIK UNY.
- Koger, R. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Saka Mitra Kompetisi.
- Lala, A. (2011). *Keterampilan Dasar Permainan Sepakbola Peserta didik Putra Sekolah Dasar Negeri Wanutengah Usia 10-12 Tahun Parakan Temanggung*. Yogyakarta.
- Majidi. (2008). *Tingkat Ketrampilan Teknik Bola pada Atlet Berbakat Sepakbola U-14 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta*. FIK UNY.
- Ma'mun, A., & Yudha. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Depdikbud.
- Muchtar, R. (1992). *Teknik-Teknik dalam Permainan Sepak Bola*. Setia Pelajar.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Nomor 62*.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia. (2008). *Pembinaan Kepeserta didikan Nomor 39*.
- Peraturan Menteri Pendidikan serta Kebudayaan Republik Indonesia. (2013). *Implementasi Kurikulum Nomor 81A*.
- Scheunemann, T. (2014). *Ayo Indonesia*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sucipto, D. (2000). Sepak bola. *Jakarta Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D- III*.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R & D)*. Alfabeta.

- Sukatamsi. (2001). *Sukatamsi. (2001). Permainan Besar I Sepak Bola*. Jakarta: Universitas Terbuka. Universitas Terbuka.
- Undang-Undang Republik Indonesia. (2003). *Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20*.
- Utomo, E. Z. (2017). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola pada Peserta didik Sekolah Sepak Bola (SSB) Fita Perol Ku 14-15 Tahun Kecamatan Gantung Kabupaten Belitung Timur* .
- Wicaksana, B. C. (2018). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola pada Peserta didik Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Berbah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta* .

LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



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/199/UN34.16/PT.01.04/2023

4 Oktober 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta
Jl Kapten Pierre Tendean No. 19, Wirobrajan, Kota Yogyakarta, DIY

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

Nama	:	Irvan Firmansyah
NIM	:	19601241128
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 Sepak Bola Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta
Waktu Penelitian	:	7 - 14 Oktober 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.



Tembusan :

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

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 2: Data Penelitian

NO	NAMA PESERTA	WAKTU TERBAIK
1	Bevan Putra	40,25
2	Raka Ravadia	39,90
3	Ivan Ridho	44,80
4	Guntur Shafa	48,80
5	Haris M	43,40
6	Raja Ali	47,50
7	Maharsi A	43,56
8	M Raditya	44,33
9	Anggito D	39,12
10	Lukman R	41,45
11	Ronal Rinto	40,55
12	M Ardian	47,78
13	Adhe Dharma	38,85
14	Alfaredo M	42,30
15	Rey Veda	44,12
16	Hanan A	43,56
17	Narayana	52,22
18	M Faiq	46,75
19	Daffa Rizky	48,88
20	M Aufa	49,05
21	Bangga Isnan	46,90
22	M Ronald	48,23
23	Gallant Rizky	40,10
24	Khamidar A	53,11
25	Dzaki Aufa	48,32
26	Ghamiesa L	44,40
27	Al Faith	43,29
28	Rafazka A	45,89
29	M Hafy Nur	42,80
30	Alif Sadewa	44,90

Lampiran 3: Hasil Analisis Deskriptif

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		44.8370
Median		44.3650
Mode		43.56
Std. Deviation		3.74478
Minimum		38.85
Maximum		53.11

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	38.85	1	3.3	3.3
	39.12	1	3.3	6.7
	39.90	1	3.3	10.0
	40.10	1	3.3	13.3
	40.25	1	3.3	16.7
	40.55	1	3.3	20.0
	41.45	1	3.3	23.3
	42.30	1	3.3	26.7
	42.80	1	3.3	30.0
	43.29	1	3.3	33.3
	43.40	1	3.3	36.7
	43.56	2	6.7	43.3
	44.12	1	3.3	46.7
	44.33	1	3.3	50.0
	44.40	1	3.3	53.3
	44.80	1	3.3	56.7
	44.90	1	3.3	60.0
	45.89	1	3.3	63.3
	46.75	1	3.3	66.7
	46.90	1	3.3	70.0
	47.50	1	3.3	73.3
	47.78	1	3.3	76.7
	48.23	1	3.3	80.0
	48.32	1	3.3	83.3

48.80	1	3.3	3.3	86.7
48.88	1	3.3	3.3	90.0
49.05	1	3.3	3.3	93.3
52.22	1	3.3	3.3	96.7
53.11	1	3.3	3.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Lampiran 4: Dokumentasi Penelitian



Pemaparan materi oleh peneliti terkait pelaksanaan tes



Pemaparan materi oleh peneliti terkait pelaksanaan tes



Pemberian contoh pelaksanaan tes oleh peneliti



Pemberian contoh pelaksanaan tes oleh salah satu peserta didik



Pelaksanaan tes oleh peserta didik



Pembacaan hasil tes peserta didik oleh peneliti

Lampiran 5: Surat Bukti Penelitian



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH DAN PENDIDIKAN NONFORMAL PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA

Pembina Perguruan Dasar Menengah dan Nonformal Muhammadiyah

Alamat : Jalan Sultan Agung No. 14, Wirogunan, Mergangsan, Kota Yogyakarta 55151
Telp. (0274) 375116 Fax. (0274) 411947 Website : www.pdmjogja.org Email : dikdasmenjogja@gmail.com

IZIN PENELITIAN/SKRIPSI/OBSERVASI/TESIS/DISERTASI

No. : 512/REK/III.4/F/2023

Setelah membaca surat dari Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta nomor : B/221/UN34.16/PT.01.04/2023 tanggal : 10 Oktober 2023 perihal : Surat Izin Penelitian dan berdasar putusan sidang Majelis Dikdasmen dan PNF PDM Kota Yogyakarta, pada hari Kamis tanggal 28 Rabi'ul Awwal 1445 H, bertepatan tanggal 12 Oktober 2023 M yang salah satu agenda sidangnya membahas pemberian izin penelitian/praktek kerja/observasi, maka dengan ini kami memberikan izin kepada:

Nama Terang : IRVAN FIRMANSYAHNIM 19601241128
Pekerjaan : Mahasiswa prodi S1 - Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat : Jl. Colombo No.1 Yogyakarta
Pembimbing :
untuk melakukan observasi/penelitian/pengumpulan data dalam rangka menyusun Skripsi :
Judul : TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA
PESERTA DIDIK YANG MENGIKUTI EKSTRAKULIKULER
SEPAK BOLA DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA
Lokasi : SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta

dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Menyerahkan tembusan surat ini kepada pejabat yang dituju.
2. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku di sekolah/setempat.
3. Wajib memberi laporan hasil penelitian/praktek kerja/observasi dalam bentuk CD kepada Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Persyarikatan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.
5. Surat izin ini dapat diajukan kembali untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.
6. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu bila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

MASA BERLAKU 3 (TIGA) BULAN :

14-10-2023 sampai dengan 14-1-2024

Tanda tangan Pemegang Izin,


Irvan Firmansyah

Yogyakarta, 14 Oktober 2023

Ketua

Sekretaris

Dr. H. Israfil, M.Si. NBM. 600.749
Buono, S.Pd., M.Eng. NBM. 728.558

Tembusan:

1. PDM Kota Yogyakarta
2. Dekan FIKK UNY
3. Kepala SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta