

**SURVEI KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA PADA PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMA NEGERI 1 MIRIT
KEBUMEN JAWA TENGAH**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



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

Oleh:
HERI YULIAN TRI PRASETYO
20601244107

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

SURVEI KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMA NEGERI 1 MIRIT KEBUMEN JAWA TENGAH

Heri Yulian Tri Prasetyo
20601244107

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen Jawa Tengah.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Pengumpulan data dengan menggunakan metode survei. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran, yaitu dengan tes pengembangan keterampilan sepak bola Irianto. Subjek penelitian ini adalah semua peserta yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit sebanyak 20 peserta. Teknik analisis data menggunakan deskripsi kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit diperoleh hasil analisis kategori “baik sekali” sebanyak 0 peserta (0%), “baik” sebanyak 8 peserta (40%) terdapat 3 diantaranya tidak masuk dalam ketentuan usia tes tersebut. “cukup” sebanyak 10 peserta (50%) terdapat 3 diantaranya tidak masuk dalam ketentuan usia tes tersebut. “kurang” sebanyak 2 peserta (10%), “kurang sekali” sebanyak 0 peserta (0%). Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit dominan sedang dengan persentase 50%.

Kata Kunci: *Ekstrakurikuler, Teknik dasar sepak bola, Tingkat keterampilan*

***SURVEY ON THE FOOTBALL BASIC SKILLS OF FOOTBALL
EXTRACURRICULAR PARTICIPANTS OF SMA NEGERI 1 MIRIT,
KEBUMEN, CENTRAL JAVA***

Heri Yulian Tri Prasetyo
20601244107

ABSTRACT

This research aims to determine the level of basic technical skills in playing football of the football extracurricular members of SMA Negeri 1 Mirit (Mirit 1 High School), Kebumen, Central Java.

This research was a descriptive study with a quantitative approach. The data collection used a survey method. The data collection techniques used test and measurement techniques, namely the Irianto football skills development test. The research subjects were all participants who took part in football extracurricular club at SMA Negeri 1 Mirit as many as 20 participants. The data analysis technique used quantitative descriptions with percentages.

The results of the research show that the level of football skills of football extracurricular participants at SMA Negeri 1 Mirit obtain the results of the analysis of the level of "very high" as many as 0 participant (0%), in the "high" level for about 8 participants (40%), there are 3 of them do not belong to the age requirements of the test. In the "medium" level for about 10 participants (50%) there are 3 of them do not belong to the age requirements of the test. In the "low" level for about 2 participants (10%), and in the "very low" level for about 0 participant (0%). Hence, it can be stated that the level of basic technical skills in playing football of football extracurricular participants at SMA Negeri 1 Mirit is predominantly moderate with a percentage of 50%.

Keywords: *Extracurricular, Basic football techniques, Level of Skills*

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Heri Yulian Tri Prasetyo

NIM : 20601244107

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul Skripsi : Survei Keterampilan Dasar Sepak Bola Pada Peserta
Ekstrakurikuler Sepak Bola Di SMA Negeri 1 Mirit
Kebumen Jawa Tengah.

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-orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 18 Juli 2024

Yang Menyatakan,



Heri Yulian Tri Prasetyo

NIM. 20601244017

LEMBAR PERSETUJUAN
SURVEI KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA PADA PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMA NEGERI 1 MIRIT
KEBUMEN JAWA TENGAH

TUGAS AKHIR SKRIPSI

HERI YULIAN TRI PRASETYO


NIM 20601244107

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal:

Ketua Departemen
Pendidikan Olahraga

Dosen Pembimbing



Dr. Ngatman, M. Pd.
NIP. 19670605 199403 1 001



Saryono, S.Pd. Jas., M.Or.
NIP. 198110212006041001

LEMBAR PENGESAHAN

SURVEI KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA DI SMA NEGERI 1 MIRIT KEBUMEN JAWA TENGAH

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Heri Yulian Tri Prasetyo

NIM. 20601244107

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal 06 Agustus 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Saryono, S.Pd. Jas., M.Or. (Ketua Penguji)		08/08 2024
Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari S.Or., M.Or (Sekretaris Tim Penguji)		08-08-2024
Dr. Tri Ani Hastuti, M.Pd (Penguji Utama)		08-08-2024

Yogyakarta, 12 Agustus 2024

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Dr. Hedi Ardianto Hermawan, S.Pd., M.Or.

NIP: 197702182008011002

MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

“Sesungguhnya Bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(QS Al-Insyirah, 94: 5-6)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji Syukur senantiasa penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya sehingga karya Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan dengan semestinya. Karya ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya (Bapak Ngasman dan Ibu Tri Irianingsih) yang telah membesarkan, merawat, mendidik saya dan mendukung saya dalam hal apapun, terimakasih atas doa, dukungan, pengorbanan dan kasih sayang yang diberikan hingga saat ini.
2. Kakak-kakak saya (Rini Yuni Astuti dan Fitria Dwi Apriliawati) yang telah memberikan semangat dan dukungan selama saya menempuh perkuliahan hingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur senantiasa penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya sehingga karya Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan dengan semestinya. Skripsi yang berjudul “Survei Keterampilan Dasar Sepak Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 1 Mirit” ini disusun untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd. M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Dr. Ngatman, M. Pd. selaku Kadep Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan izin penelitian.
3. Saryono, S.Pd.Jas., M.Or. selaku dosen pembimbing dalam penyusunan skripsi yang telah bersedia membimbing, mendukung, dan mengarahkan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Sugiyanto, S.Pd., M.Pd. selaku Kepala SMA Negeri 1 Mirit yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.

5. Bapak dan ibu dosen Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan bimbingannya selama perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan masa kuliah.
6. Didit Purwanto, S.Pd. pembina ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit yang telah membantu dan mengarahkan dalam penelitian Tugas Akhir Skripsi.
7. Keluarga besar kelas PJKR B 2020 yang kompak, asik, dan seru yang telah memberikan semangat dan dukungan selama menjalani perkuliahan.
8. Semua pihak yang terlibat dalam proses kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebut satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, Juli 2024

Penulis

Heri Yulian Tri Prasetyo

NIM 20601244107

DAFTAR ISI

	halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI	10
A. Kajian Teori	10
B. Penelitian yang Relevan	38
C. Kerangka Berpikir	39
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Desain Penelitian	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian	42
C. Subjek Penelitian	42
D. Definisi Operasional Variabel	43
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	43
F. Validitas dan Reliabilitas	48
G. Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan	52
C. Keterbatasan Penelitian	58
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	60
A. Simpulan	60
B. Implikasi	60

C. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	62
LAMPIRAN.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Ekstrakurikuler.....	37
Tabel 2. Skala Penilaian	48
Tabel 3. Deskriptif Statistik.....	51
Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak Bola Peserta didik.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	41
Gambar 2. Tes Keterampilan Bermain Sepak Bola “ <i>David Lee</i> ”	48
Gambar 3. Diagram Batang Catatan Waktu Terbaik	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	68
Lampiran 2. Surat Bukti Penelitian.....	69
Lampiran 3. Surat Keputusan.....	70
Lampiran 4. Data Penelitian.....	71
Lampiran 5. Hasil Analisis Deskriptif.....	72
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ekstrakurikuler sepak bola menjadi sarana untuk mengembangkan keterampilan yang dimiliki oleh peserta didik. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan diluar jam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) yang dilakukan di sekolah ataupun di luar sekolah yang bertujuan untuk memperluas pengetahuan peserta didik mengenai hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya (Abidin, 2019, pp. 188-189). Ekstrakurikuler yang banyak diminati di sekolah yaitu ekstrakurikuler olahraga, antara lain: sepak bola, futsal, bola voli, dan basket.

Namun pada kenyataannya terdapat banyak peserta didik juga yang tidak mengikuti kegiatan pengembangan bakat tersebut. Sehingga bakat dan keterampilan yang dimilikinya tidak berkembang dengan baik. Di SMA Negeri 1 Mirit memiliki berbagai macam jenis ekstrakurikuler yang diselenggarakan. Semua siswa dari kelas 10 sampai 11 dapat memilih jenis ekstrakurikuler yang diminatinya. Kegiatan ekstrakurikuler yang paling banyak diminati siswa adalah olahraga. Dikarenakan siswa akan lebih bebas dalam mengekspresikan keterampilan yang dimilikinya. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga bertujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kepribadian, kerjasama, dan kemampuan dalam bidang olahraga secara optimal. Selain itu dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2024 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Pasal 1 ayat 8 dijelaskan bahwa

“Ekstrakurikuler adalah kegiatan pengembangan karakter dalam rangka perluasan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian peserta didik secara optimal yang dilakukan dengan bimbingan dan pengawasan Satuan Pendidikan”. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga mencakup beberapa jenis cabang olahraga, kegiatan tersebut antara lain: sepak bola, bola voli, bola basket, futsal, dan bela diri. Siswa dapat memilih dan menyesuaikan cabang olahraganya sesuai dengan bakat keterampilannya masing-masing.

Pada setiap ekstrakurikuler cabang olahraga memiliki standar atau tolak ukur untuk mengetahui tingkat keterampilan peserta ekstrakurikuler. Salah satunya dalam program ekstrakurikuler sepak bola, terdapat standar atau ukuran kemampuan keterampilan dasarnya. Standar keterampilan dasar bermain sepak bola dapat diukur dengan tes keterampilan sepak bola. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Daryono (2018) tentang survei keterampilan teknik dasar sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Ungaran Kabupaten Semarang dengan menggunakan tes keterampilan sepak bola yang diciptakan oleh Nurhasan (2001, pp. 157-163). Berdasarkan hasil dari pengukuran tersebut menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola siswa SMP Negeri 4 Ungaran yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola diketahui 31,5% peserta dalam kategori baik, hal tersebut diperoleh karena banyak dari siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 4 Ungaran yang ikut klub atau SSB, sehingga mereka memiliki teknik dasar yang baik, selain itu juga dipengaruhi adanya sarana yang mendukung dan pelatih yang bagus. Sedangkan 68,5 % dalam kategori sedang hal tersebut diperoleh karena pada dasarnya

peserta memiliki hobi bermain sepakbola dan selalu bersungguh-sungguh dalam setiap latihan.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh Ananda (2021) yang mengukur tentang keterampilan teknik dasar pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Tembilahan Hulu dengan menggunakan tes keterampilan sepak bola “Winarno”. Berdasarkan hasil dari penelitian tersebut, menunjukkan bahwa keterampilan teknik dasar pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Tembilahan Hulu dalam kategori baik. Hal tersebut ditinjau dari hasil tes *heading*, *passing*, *dribbling*, dan *shooting* yang menghasilkan rata-rata skor keterampilan sepak bola sebesar 62.8 dengan kategori baik.

Berdasarkan dari dua penelitian diatas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil dari kemampuan teknik dasar bermain sepak bola antara peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Ungaran Kabupaten Semarang dengan peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Tembilahan Hulu. Perbedaan tersebut yakni hasil pengukuran dari tim sepak bola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola tergolong sedang, sedangkan hasil pengukuran dari peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Tembilahan Hulu menunjukkan dalam kategori baik. Hal tersebut dipengaruhi karena banyak dari siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Ungaran yang mengikuti klub atau Sekolah Sepak Bola (SSB), sehingga mereka memiliki teknik dasar yang baik. Selain itu, yang dapat memengaruhi hasil dari tes tersebut yaitu perbedaan jenjang usia dan tes keterampilan yang digunakan.

Ekstrakurikuler sepak bola merupakan salah satu jenis ekstrakurikuler olahraga yang paling umum diadakan di sekolah dan banyak peminatnya. Berdasarkan pendapat Dewandaru et al. (2022) faktor yang memengaruhi keberhasilan program ekstrakurikuler sepak bola, diantaranya sarana dan prasarana, pelatih, program latihan, serta motivasi para peserta didik. Pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di sekolah umumnya dilatih oleh guru olahraga yang merangkap mengajar ekstrakurikuler sepak bola.

Lapangan yang digunakan dalam pelaksanaan ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit hampir masuk dalam kriteria ukuran standar lapangan sepak bola internasional. Dikarenakan ukuran lapangan sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit hanya memiliki panjang 80 meter dan lebar 80 meter. Hal tersebut tidak menjadi permasalahan apabila pelaksanaan ekstrakurikuler sepak bola dapat dilaksanakan secara maksimal. Pelaksanaan ekstrakurikuler sepak bola dilaksanakan secara terpisah di lapangan sekolah atau di wilayah tertentu yang mendukung terlaksananya ekstrakurikuler. Hal tersebut dikarenakan sepak bola membutuhkan tempat yang cukup luas untuk keberlangsungan ekstrakurikuler sepak bola yang lancar.

SMA Negeri 1 Mirit memiliki berbagai macam jenis ekstrakurikuler untuk melatih dan menyalurkan bakat para siswanya. Ekstrakurikuler tersebut terbagi menjadi beberapa macam, seperti pramuka, futsal, bola voli, sepak bola, basket, pencak silat, kewirausahaan, robotika, tilawah dan seni islam, dan *english club*. Setiap jenis ekstrakurikuler mempunyai jadwal pelaksanaan masing-masing.

Sepak bola merupakan salah satu ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 1 Mirit yang paling populer dan banyak peminatnya. Ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit dikenal dengan nama Smansamir FC. Kegiatan ekstrakurikuler sepak bola dilaksanakan pada hari Selasa dan Kamis pada pukul 16.00-17.30 WIB. Pelaksanaan dimulai dari persiapan sarana prasarana, pemanasan, kegiatan inti, dan pendinginan. SMA Negeri 1 Mirit memiliki lapangan sepak bola yang cukup luas yang terletak disamping sekolah. Sehingga kegiatan ekstrakurikuler sepak bola dilaksanakan di lapangan tersebut. Dengan kondisi lapangan yang baik dan terawat membuat kegiatan ekstrakurikuler dapat berjalan dengan lancar.

Ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit sudah banyak mengikuti turnamen pertandingan sepak bola antar pelajar. Turnamen paling tinggi yang diikuti yaitu Bupati Cup. Ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit sudah pernah mendapatkan gelar juara III sebanyak 2 kali yang diselenggarakan dalam kompetisi daerah (POPDA). Peserta yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit berjumlah 20 siswa berdasarkan daftar peserta. Setiap pemain sepak bola harus memiliki penguasaan teknik dasar yang baik guna menjalankan permainan yang kompak. Begitupun dengan para peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit harus mempunyai penguasaan keterampilan sepak bola yang baik. Keberadaan para pemain junior sepak bola SMA Negeri 1 Mirit akan meneruskan pesepak bolaan SMA Negeri 1 Mirit di tingkat pelajar yang berkualitas baik secara fisik, taktik, dan mental.

Peneliti melakukan observasi secara langsung permainan yang dilakukan oleh para peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit saat mengikuti Turnamen Trofeo yang diadakan di Desa Sumberjati Kecamatan Ambal dalam rangka Turnamen *Ambal Super League* (ASL), dalam turnamen tersebut terdiri dari 3 tim yaitu, SMA Negeri 1 Mirit, Sawunggalih FC, dan Smanda FC. Pada pertandingan pertama antara SMA Negeri 1 Mirit melawan Sawunggalih FC, di menangkan oleh tim Sawunggalih FC. Pertandingan kedua antara SMA Negeri 1 Mirit melawan Smanda FC yang menghasilkan skor sama 0-0. Sehingga para pemain SMA Negeri 1 Mirit membuang harapan untuk dapat meraih juara 1.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, kekalahan tim sepak bola SMA Negeri 1 Mirit dikarenakan kemampuan teknik dasar bermain sepak bola para peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit belum sempurna sehingga masih banyak kesalahan yang dilakukan. Hal tersebut dibuktikan pada saat peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit mengikuti Turnamen Trofeo di Desa Sumberjati Kecamatan Ambal tahun lalu. Pada saat pertandingan peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit seringkali melakukan kesalahan antara lain, *passing* yang kurang tepat, kontrol bola yang kurang baik, dan tembakan ke arah gawang yang masih kurang akurat.

Pada saat mengikuti turnamen, tim peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit menggunakan pemain inti. Pemilihan pemain berdasarkan pada tingkat kemampuan pemain dalam bermain sepak bola, hal tersebut dapat dilihat pada saat latihan bertanding. Bentuk latihan peserta sepak bola SMA Negeri 1 Mirit terdiri dari latihan fisik, *passing*, *shooting*, teknik menyerang dan bertahan.

Pemain seringkali melakukan kesalahan pada saat sesi latihan seperti passing yang tidak tepat dan *shooting* yang tidak *on target*. Beberapa kesalahan tersebut disebabkan karena pemain kurang disiplin dalam mengikuti latihan. Para peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit belum pernah melakukan tes keterampilan dasar sepak bola, sehingga belum diketahui kemampuan individu dari peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit. Oleh karena itu, maka perlu dilakukan survei pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum pernah dilakukan tes keterampilan teknik dasar sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit.
2. Kurangnya keterampilan peserta ekstrakurikuler sepak bola dalam penguasaan teknik dasar sepak bola.
3. Belum diketahuinya tingkat keterampilan dasar pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit.

C. Batasan Masalah

Pembatasan masalah diperlukan supaya permasalahan penelitian ini tidak semakin luas. Berdasarkan identifikasi masalah, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “Belum diketahuinya tingkat keterampilan dasar peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit.”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka rumusan masalah yang akan diteliti yaitu: “Seberapa baik tingkat keterampilan dasar sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberi pembaca lebih banyak pengetahuan dan wawasan tentang sepak bola serta dapat dijadikan referensi untuk penelitian jenis ini.
- b. Memberikan sumbangan pemikiran di bidang keolahragaan terutama mengenai olahraga sepak bola pada prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pemain

Bagi pemain, dapat dijadikan tambahan pemahaman atau pengetahuan guna untuk mengevaluasi diri agar dapat meningkatkan keterampilan dalam bermain sepak bolanya.

b. Bagi Pelatih

Bagi pelatih, dapat dijadikan pedoman atau patokan sebagai evaluasi dalam meningkatkan *skill* atau keterampilan para peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit menjadi lebih baik lagi.

c. Bagi Peneliti

Bagi peneliti, dapat menambah pengetahuan dan pengalaman yang berharga mengenai tingkat keterampilan dasar bermain sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler merupakan program kegiatan pengembangan keterampilan bakat siswa diluar jam belajar mengajar di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 12 tahun 2024 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Pasal 1 Ayat 8 dijelaskan bahwa “Ekstrakurikuler adalah kegiatan pengembangan karakter dalam rangka perluasan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian peserta didik secara optimal yang dilakukan dengan bimbingan dan pengawasan Satuan Pendidikan”. Berdasarkan pendapat Husaeni et al (2021, p. 53) ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di dalam maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah program kegiatan yang dalam pelaksanaannya dilakukan oleh peserta didik yang berada di luar kelas dan di luar jam pelajaran dengan tujuan untuk membantu dalam hal mengembangkan potensi Sumber Daya Manusia (SDM) yang dimiliki

oleh peserta didik (Shilviani & Hamami, 2020, pp. 160-161). Ekstrakurikuler berdasarkan pendapat Lestari (2016, p. 137) adalah kegiatan pendidikan di luar jam mata pelajaran dan pelayan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh sekolah.

Sejalan dengan pendapat Mahfud et al (2020) bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan non-pelajaran formal disekolah yang umumnya dilaksanakan diluar jam belajar mengajar yang sesuai dengan kurikulum. Sadiyah (2022, p. 156) juga berpendapat bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan serangkaian kegiatan belajar mengajar di luar jam pelajaran terprogram, yang dimaksudkan untuk memajukan wawasan siswa, menumbuhkan minat dan bakat serta semangat dedikasi kepada masyarakat.

Berdasarkan pendapat Zakiyah & Munawaroh (2018, p. 43) bahwa kegiatan ekstrakurikuler pada pendidikan dasar, menengah ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kurikulum standar sebagai perluasan dari kegiatan kurikulum dan dilakukan di bawah bimbingan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan kepribadian, bakat, minat, dan kemampuan peserta didik yang lebih luas atau di luar jam minat yang dikembangkan oleh kurikulum. Sejalan dengan pendapat Rahayu & Dong (2023, p. 463) bahwa dalam konsep sekolah modern, kegiatan

ekstrakurikuler merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan bimbingan dan pendidikan di luar jam pelajaran sekolah yang memungkinkan guru untuk memperdalam pengetahuan, keterampilan, dan bakat siswa yang tidak diperoleh pada waktu inti pelajaran.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler merupakan suatu program kegiatan di luar jam pelajaran (terprogram) yang tidak dapat dipisahkan dari sekolah yang menekankan pada pemenuhan kebutuhan peserta didik yang (tidak diperoleh pada saat inti pembelajaran) dalam menyalurkan bakat dan mengembangkan potensi peserta didik dalam suatu bidang tertentu. Selain itu kegiatan ekstrakurikuler merupakan wadah untuk mengembangkan kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan Pendidikan. Oleh karena itu, kegiatan ekstrakurikuler menjadi suatu ajang untuk mengasah keterampilan siswa yang dapat difokuskan kedepannya sebagai suatu kemahiran dalam bidang tertentu.

b. Jenis Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler terbagi menjadi 2 jenis, yaitu kegiatan ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Ekstrakurikuler wajib merupakan kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan oleh satuan Pendidikan (sekolah) dan wajib diikuti oleh seluruh siswa. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler pilihan adalah suatu program pengembangan bakat siswa yang bersifat tidak wajib diikuti atau bersifat pilihan sesuai

dengan bakat dan minat siswa. Contoh kegiatan ekstrakurikuler menurut jenisnya yaitu:

- 1) Krida, seperti Kepramukaan, Palang Merah Remaja (PMR), dan Pasukan Pengibar Bendera
- 2) Olah bakat dan minat, seperti olahraga, pecinta alam, jurnalistik.
- 3) Keagamaan, seperti Rohani Islam (Rohis)

Berdasarkan pendapat Arifudin (2022, p. 830) jenis kegiatan ekstrakurikuler yang diprogramkan di sekolah 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. Berdasarkan pendapat Ubaidah (2014, p. 154) bahwa kegiatan ekstrakurikuler dibagi menjadi 2 jenis, yaitu kegiatan ekstrakurikuler yang berkelanjutan yang dilaksanakan secara terus-menerus selama satu periode tertentu dan kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat periodik atau sesaat yang dilaksanakan waktu-waktu tertentu.

Berdasarkan pendapat Nisrinah et al. (2022, p. 65) bahwa ekstrakurikuler dibagi menjadi 3 jenis yaitu ekstrakurikuler wajib, pilihan, dan unggulan. Ekstrakurikuler pilihan seperti tenis meja, kaligrafi, *public speaking*, dan mading. Sedangkan bahasa arab, kepramukaan, mentoring, dan bela diri merupakan ekstrakurikuler wajib.

Ekstrakurikuler unggulan merupakan ekstrakurikuler yang pesertanya berdasarkan seleksi kemampuan yang bertujuan untuk menyiapkan peserta didik untuk mengikuti perlombaan eksternal.

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi Nomor 12 Tahun 2024 tentang ekstrakurikuler menurut jenisnya sebagai berikut:

- 1) Krida, misalnya: Kepramukaan, Latihan Kepemimpinan Siswa (LKS), Palang Merah Remaja (PMR), Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), Pasukan Pengibar Bendera (Paskibra), dan lainnya.
- 2) Karya ilmiah, misalnya: Kegiatan Ilmiah Remaja (KIR), kegiatan penguasaan keilmuan dan kemampuan akademik, penelitian, dan lainnya.
- 3) Latihan olah-bakat atau latihan olah-minat, misalnya: pengembangan bakat olahraga, seni dan budaya, pecinta alam, jurnalistik, teater, teknologi informasi dan komunikasi, rekayasa, dan lainnya.
- 4) Keagamaan, misalnya: pesantren kilat, ceramah keagamaan, baca tulis Al-Quran, retreat.

Berdasarkan jenis ekstrakurikuler tersebut, dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler terbagi menjadi 3 jenis yaitu ekstrakurikuler wajib, pilihan, dan unggulan, siswa dapat memilih dan mengikuti jenis ekstrakurikuler yang diminatinya sesuai dengan bakat dan kemampuannya masing-masing. Ekstrakurikuler wajib merupakan

ekstrakurikuler yang wajib diikuti oleh semua siswa. Ekstrakurikuler pilihan merupakan ekstrakurikuler yang tidak wajib diikuti oleh siswa dan hanya sukarela sedangkan ekstrakurikuler unggulan merupakan ekstrakurikuler yang pesertanya berdasarkan seleksi kemampuan dengan tujuan untuk menyiapkan peserta didik untuk mengikuti perlombaan eksternal. Dalam setiap sekolah jenis ekstrakurikuler yang diselenggarakan akan berbeda-beda tergantung dengan kebutuhan dan sarana prasarana yang ada di sekolah. Dikarenakan tidak semua sekolah mempunyai fasilitas dan prasarana yang mendukung untuk menyelenggarakan suatu jenis ekstrakurikuler. Hal tersebut dapat menyebabkan hambatan dalam pelaksanaan ekstrakurikuler dan dapat mengakibatkan kegiatan ekstrakurikuler terhenti.

c. Tujuan Ekstrakurikuler

Dalam pelaksanaan program ekstrakurikuler di sekolah tentu memiliki maksud dan tujuan masing-masing. Setiap instansi (sekolah) yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler tentu memiliki tujuan yang harus dicapai sesuai dengan kemampuan siswa. Kegiatan ekstrakurikuler tidak hanya memberikan para peserta didik berbagai tingkat status dan prestasi, namun ekstrakurikuler juga memfasilitasi pengembangan keterampilan, bakat, dan sikap yang berfungsi sebagai sumber dalam upaya siswa untuk sukses di masa depan (Marsh, 1992, p. 11). Berdasarkan pendapat Mahfud et al (2020, p. 57) tujuan ekstrakurikuler olahraga disekolah adalah untuk mengembangkan minat

dan bakat siswa untuk berprestasi dalam kecabangan olahraga masing-masing.

Berdasarkan pendapat Abidin (2019, p. 190) kegiatan ekstrakurikuler merupakan seperangkat pengalaman belajar memiliki nilai nilai bagi pembentukan kepribadian siswa. Adapun tujuan dari pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler antara lain:

- 1) Kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan kemampuan peserta didik untuk memiliki kecerdasan kognitif, afektif, dan psikomotor,
- 2) Mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya yang positif.
- 3) Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan mata pelajaran lainnya.

Berdasarkan pendapat Sari (2020, p. 91) tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan pemahaman dalam aspek keagamaan sehingga mampu mengembangkan dirinya sejalan dengan norma-norma agama dan mampu mengamalkan dalam perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan budaya.
- 2) Meningkatkan kemampuan peserta didik sebagai anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar.

- 3) Menyalurkan dan mengembangkan potensi dan bakat peserta didik agar dapat menjadi manusia yang mempunyai jiwa kreativitas tinggi dan penuh karya.
- 4) Melatih peserta didik yang memiliki sikap disiplin, kejujuran, kepercayaan dan tanggungjawab dalam menjalankan tugas.
- 5) Memberikan bimbingan dan arahan serta pelatihan kepada peserta didik agar memiliki fisik yang kuat, sehat, bugar, cekatan dan terampil.

Berdasarkan pendapat dari beberapa para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler memiliki tujuan untuk mengembangkan bakat dan minat yang dapat meningkatkan kemampuan peserta didik untuk memiliki kecerdasan kognitif, afektif, dan psikomotor. Selain itu ekstrakurikuler dapat mengembangkan kondisi fisik yang sehat, bugar, kuat, cekatan dan terampil. Serta melatih sikap disiplin, kejujuran, kepercayaan dan tanggung jawab dalam menjalankan tugas yang dapat berfungsi sebagai sumber dalam upaya siswa untuk sukses di masa depan. Oleh karena itu tujuan ekstrakurikuler sangat penting salah satunya bagi kepribadian siswa yang mengikuti ekstrakurikuler.

2. Hakikat Sepak bola

a. Pengertian Sepak bola

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang paling banyak digemari dan menarik perhatian masyarakat dunia sampai saat ini terlepas

dari faktor usia, jenis kelamin, dan status sosial. Sepak bola merupakan salah satu permainan bola besar yang dimainkan dengan cara ditendang menggunakan kaki dengan tujuan memasukkan bola ke gawang sebanyak-banyaknya. Berdasarkan pendapat Gema et al (2016, p. 9) sepak bola adalah permainan beregu, yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satu anggota regu menjadi penjaga gawang.

Utomo et al. (2021, p. 2021) menyatakan bahwa sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan bola besar yang dimainkan secara beregu yang saling berhadapan dan membutuhkan kesolidan tim untuk memperoleh permainan yang bagus. Sejalan dengan pendapat Allsabab (2005, p. 24) bahwa sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat banyak peminatnya mulai dari anak-anak hingga dewasa, udari jenis kelamin laki-laki hingga perempuan. Sepak bola merupakan cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim dengan kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerja tim yang baik (Wicaksono, 2020, p. 181).

Berdasarkan pendapat Supron et al (2022, p. 1) menyebutkan bahwa permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang mempunyai tujuan untuk memenangkan pertandingan dengan cara memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri supaya tidak kemasukkan bola. Sejalan dengan Soniawan et al (2022, p. 81) sepak bola merupakan permainan

yang membutuhkan banyak tenaga dan kecerdasan di lapangan karena dengan bermain sepak bola dapat memacu semangat sekaligus memberikan kegembiraan melalui kebersamaan dalam sebuah tim.

Berdasarkan pendapat Putra (2024, p. 67) sepak bola adalah permainan dengan cara menyepak, bola disepak diperebutkan antara pemain yang bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan. Pengertian sepak bola menurut pendapat Mubarok et al. (2019, p. 99) bahwa sepak bola ialah olahraga beregu yang di dasari atas teknik, pengolahan bola, dan pengertian setiap pemain terhadap permainan.

Berdasarkan definisi sepak bola dari ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa sepak bola merupakan permainan bola besar yang dimainkan secara beregu dengan tujuan memasukkan bola sebanyak-banyaknya kedalam gawang. Sepak bola dapat dimainkan oleh semua kalangan masyarakat mulai dari anak-anak, remaja hingga orang dewasa. Sepak bola membutuhkan banyak tenaga dan kecerdasan pada saat bermain di lapangan karena sepak bola ialah olahraga beregu yang di dasari atas teknik, pengolahan bola, dan pengertian setiap pemain terhadap permainan. Dalam permainan sepak bola dibutuhkan teknik dasar yang baik karena dalam bermain sepak bola tidak hanya mengandalkan fisik akan tetapi dibutuhkan teknik yang baik. Sepak bola termasuk dalam permainan yang kompleks sehingga membutuhkan latihan yang spesifik.

b. Tes Keterampilan Dasar Sepak Bola

Keterampilan teknik dasar sepak bola dapat diukur dengan menggunakan tes keterampilan sepak bola. Terdapat beberapa macam tes untuk mengukur tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola antara lain:

- 1) Tes keterampilan sepak bola karya Sekolah Tinggi Olahraga (STO) oleh Winarno (2006). Tes ini bertujuan untuk mengukur tingkat keterampilan sepak bola pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA/SLTA) untuk peserta didik laki-laki. Tes keterampilan tersebut terdiri dari 4 butir tes diantaranya *passing* dan *controlling*, tes *heading*, tes *dribbling*, tes menembak ke sasaran. Tes tersebut dapat dilakukan dengan tenang dikarenakan tidak terpacu pada waktu. Tes tersebut terdapat validitas sebesar 0.65 dan realibilitas sebesar 0,55 sehingga tidak perlu diragukan lagi.
- 2) Tes keterampilan sepak bola oleh Nurhasan (2000). Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan (penguasaan) teknik dasar bermain olahraga sepak bola bagi mahasiswa. Pengukuran keterampilan tersebut berguna untuk mengelompokkan keterampilan mahasiswa dalam cabang olahraga tersebut, yang akan digunakan sebagai dasar penyajian materi dalam proses pembelajaran dan penilai hasil belajar keterampilan setelah mereka belajar keterampilan cabang olahraga tersebut. Tes keterampilan ini dapat digunakan sebagai dasar pemberian nilai pendidikan olahraga di sekolah. Tes ini terdiri dari

passing dan *stopping*, *heading*, *dribbling*, dan *shooting*. Tes ini tidak ditemukan adanya nilai validitas ataupun realibilitasnya. Akan tetapi setiap jenis tes sudah terdapat kriteria penskoran masing-masing.

3) Test keterampilan sepak bola Mc Donald. Tes keterampilan sepak bola ini bertujuan untuk mengukur keterampilan dasar *passing* dan *control*. Tes dilakukan dengan menendang dan menghentikan (*control*) bola ke tembok tanpa henti selama 30 detik. Tes ini memiliki nilai validitas 0,63 hingga 0,94. Tes ini dirancang untuk mengukur kemampuan *passing* dan *control* secara umum (semua jenis kelamin) atau sebagian besar level, artinya dapat digunakan oleh semua tingkatan (*beginner*, amatir, dan profesional). Kekurangan dari tes keterampilan tersebut yakni hanya dapat mengukur salah satu jenis teknik dasar.

4) *Battery Soccer Test* oleh Mor & Christian (1979) merupakan tes keterampilan dasar sepak bola. Tes ini diciptakan untuk mengukur tingkat keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Tes keterampilan ini sudah terdapat validitas dan reliabilitas dalam setiap jenis teknik dasar. Pada tes ini tidak didapatkan jenis kelamin yang dapat diukur. Kekurangan dari tes ini yaitu tes ini kurang lengkap hanya mengukur *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Selain itu tes ini dilakukan satu persatu (tidak serangkaian) setiap teknik dasar sehingga waktu yang dihabiskan akan lebih lama.

5) Tes keterampilan yang dikembangkan oleh Bobby Charlton (2012).

Tes keterampilan ini dikembangkan untuk mengukur keterampilan dasar *shooting*. Tes ini dilakukan dengan menendang bola tidak melebihi dari titik *penalty*. Sasaran *shooting* terdapat pada gawang yang sudah terbagi kedalam beberapa target yang sudah terdapat skornya. Setiap testi diberikan kesempatan melakukan *shooting* sebanyak 4 kali. Tes ini sudah memiliki validitas sehingga tidak perlu diragukan lagi. Tes ini dapat dilakukan oleh semua kalangan mulai dari pemain sepak bola junior hingga senior. Selain itu tidak ditemukan bahwa tes ini untuk mengukur keterampilan *shooting* laki-laki atau perempuan, sehingga dapat dilakukan oleh semua jenis kelamin. Akan tetapi tes ini memiliki kekurangan yaitu hanya dapat mengukur keterampilan *shooting*.

6) Tes keterampilan sepak bola oleh Anton (2019). Tes keterampilan ini serupa dengan tes keterampilan oleh Nurhasan, karena memiliki jenis teknik dasar yang akan diukur. Tes ini mengukur keterampilan *passing* dan *stopping*, *heading*, *dribbling*, dan *shooting*. Tes ini digunakan untuk mengukur keterampilan sepak bola khususnya pada atlet/pemain sepak bola. Tes ini tidak terdapat keharusan pada jenis kelamin.

7) Tes keterampilan sepak bola yang dikembangkan “Irianto”. Tes tersebut merupakan tes keterampilan sepak bola yang terdiri dari tes *juggling* bola, *dribbling*, *passing*, *shooting*, dan *stopping*. Tes tersebut

dikhususkan untuk anak KU 14-15 tahun. Tes tersebut memiliki kelebihan yaitu tes keterampilan tersebut merupakan satu rangkaian yang singkat sehingga pada saat melakukan tes waktu yang diperlukan lebih sedikit sehingga akan lebih efisien. Selain itu nilai validitas dan reliabilitas sudah dinyatakan sah sehingga tidak perlu diragukan lagi. Sedangkan kekurangan dalam tes tersebut yaitu karena tes tersebut merupakan tes keterampilan yang singkat dan terpaku dengan waktu maka testor akan rawan melakukan kesalahan.

Berdasarkan dari beberapa macam tes keterampilan sepak bola diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap jenis tes keterampilan memiliki perbedaan. Perbedaan yang dimaksud yaitu dari segi tujuan tes yang diukur. Terdapat beberapa jenis tes yang hanya bertujuan untuk mengukur satu jenis keterampilan. Setiap jenis tes memiliki standar penilaian atau nilai validasi tersendiri yang berfungsi sebagai tolak ukur keberhasilan dalam melakukan jenis tes tersebut. Setiap jenis tes memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Selain itu tes tersebut memiliki standar tersendiri untuk mengukur tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola pada tingkat usia yang sudah ditetapkan.

Penelitian ini menggunakan tes keterampilan sepak bola yang dikembangkan oleh "Irianto". Tes keterampilan sepak bola tersebut memiliki keunggulan dari tes keterampilan yang lainnya, seperti nilai validitas yang sudah ditetapkan sehingga sudah tidak perlu diragukan

lagi. Selain itu, tes ini merupakan tes serangkaian yang secara langsung dilakukan dalam sesaat sehingga waktu yang dihabiskan akan lebih efektif dan efisien. Tes ini merupakan tes yang simple/singkat sehingga dapat dilakukan dan selesai dalam waktu satu hari penelitian.

c. Teknik Dasar Sepak Bola

Dalam permainan sepak bola setiap pemain harus memahami teknik dasar dalam bermain sepak bola. Hal ini tak lepas dari keberhasilan taktik suatu permainan. pemain sepak bola dituntut untuk memiliki dan menguasai kemampuan teknik dasar sepak bola dengan baik agar dapat bermain dengan baik dan optimal (Wisnu, 2022, p. 184).

Jika setiap pemain mempunyai keterampilan teknik dasar yang baik, maka akan lebih mudah dalam menjalankan strategi permainan. Permainan sepak bola yang baik adalah permainan yang mampu mencapai tujuan suatu pertandingan, yaitu mencetak gol dan memenangkan pertandingan. Bagian-bagian dalam teknik dasar permainan sepak bola yaitu menendang bola (*shooting*), mengiring bola (*dribbling*), menyepak dan menghentikan bola (*passing and stopping*) (Supron et al., 2022, pp. 1-2). Terdapat beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola, yaitu:

1) *Passing* (mengoper)

Teknik dasar dalam permainan sepak bola yang pertama yaitu *passing*. *Passing* merupakan teknik memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya. Berdasarkan pendapat Nuryanta & Wibowo (2021,

pp. 38-39) *passing* sebagai salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang harus dikuasai setiap pemain, karena *passing* merupakan dasar dalam sepak bola yang dapat membantu dalam membangun serangan ke arah pertahanan lawan serta dapat menciptakan peluang-peluang untuk terjadinya gol. Untuk melakukan *passing* dengan baik, arah tubuh harus sebidang dengan arah *passing*. Dalam permainan sepak bola terdapat tiga teknik dasar untuk menendang bola (*passing*) yaitu dengan bagian dalam kaki (*in side – of the foot*), dengan bagian samping luar kaki (*out side – of the foot*), dan dengan kura-kura kaki (Afifudin & Anna, 2022, p. 224).

Passing yang baik akan menciptakan pola permainan sepak bola yang baik. *Passing* yang baik dan benar dapat dilakukan dengan memiliki keseimbangan badan. Pada saat akan melakukan *passing* posisi kaki yang menjadi tumpuan sejajar dengan bola dengan ujung kaki mengarah ke arah yang dituju, lutut sedikit menekuk. Keras lemahnya tendangan tergantung dengan jarak target yang akan ditunjukkan. *Passing* dapat diukur dengan modifikasi dari buku sepak bola oleh Utomo et al (2021) pada saat pelaksanaan tes dan instrumen yang dipakai berupa indikator-indikator hasil penilaian keterampilan *passing* bola yang indikatornya adalah sikap awal, sikap pelaksanaan, sikap akhir, dan hasil yang sudah di validasi oleh ahli.

Berdasarkan pendapat Iswanti (2018) prinsip prinsip dalam melakukan *passing* bola yang benar terdiri dari:

a) pandangan mata

Pada saat menendang bola pandangan fokus pada sasaran yang akan ditargetkan, kemudian alihkan pandangan kearah bola dan fokuskan perkenaan pada bola yang akan ditendang.

b) kaki tumpu

Kaki tumpu merupakan kaki yang digunakan untuk menumpu pada saat menendang bola. Posisi kaki tumpu sangat menentukan arah lintasan bola dari hasil tendangan. Posisi kaki tumpu berada di samping bola dan lutut sedikit ditekuk.

c) kaki yang menendang

Saat akan menendang bola kaki penendang harus sudah siap saat akan menendang. Mulai dari mengambil jarak kebelakang dan kaki dikuatkan (ditegangkan). Saat akan menendang bola kaki penendang ditarik kebelakang dan diayunkan kedepan dengan kekuatan sehingga perkenaan tepat pada bola. Kemudian dilanjutkan dengan gerak lanjutan kedepan.

d) bagian bola yang ditendang

Bagian bola yang ditendang sesuai dengan target yang akan ditentukan. Tendang bagian tengah bola jika menargetkan bola dalam jarak pendek. Posisi perkenaan kaki pada bola saat ditendang akan menentukan arah dan lintasan bola.

e) sikap badan. Sikap badan pada saat menendang dipengaruhi oleh posisi kaki. Sikap badan yang baik dapat menyesuaikan dengan

posisi kaki. Sikap badan penendang yang berada diatas bola dengan posisi kaki disamping bola akan menghasilkan tendangan jarak pendek. Sedangkan sikap badan penendang condong kebelakang samping bola dengan kaki disamping bola maka akan menghasilkan tendangan yang melambung.

2) *Dribbling* (menggiring bola)

Teknik dasar bermain sepak bola yang harus dikuasai yaitu *dribbling*/menggiring bola. *Dribbling* merupakan teknik menyentuh (menggiring) bola dengan kaki, atau bagian tubuh lainnya kecuali dengan tangan dan lengan untuk menjaga bola agar tetap terjaga, sehingga pemain mampu mengendalikan bola (Gutawa Arda Wisnu, 2022, p. 185). Keterampilan menggiring bola ini merupakan keterampilan dasar ketika seseorang hendak bermain sepak bola. Menggiring bola merupakan kegiatan mengontrol pergerakan bola dengan menggunakan kaki.

Ketika pemain memiliki keterampilan dasar menggiring bola dengan baik maka bola akan dapat dikuasai dari sergapan pemain lawan.

Terdapat 3 jenis cara melakukan *dribbling* yaitu:

- a) *Dribbling* kaki bagian dalam
- b) *Dribbling* kaki bagian punggung, dan
- c) *Dribbling* kaki bagian luar

Dribble menjadi salah satu komponen yang sangat penting dalam permainan sepak bola, dikarenakan hampir setiap pemain pada saat

bertanding melakukan *dribbling* bola. *Dribble* bola yang baik dan benar dapat dilakukan pada saat berlari perkenaan kaki pada bola menggunakan ujung kaki dengan sentuhan yang lembut dengan memperhatikan kecepatan berlari. *Dribble* dapat diukur dengan menggunakan tes *dribbling*. Tes *dribbling* dilakukan dengan menggiring bola secepat mungkin dengan melewati beberapa pancang tiang dan dicatat waktunya.

3) *Heading* (menyundul)

Heading merupakan teknik dasar dalam sepak bola yaitu pemain melakukan sundulan dengan bola. *Heading* adalah kemampuan pemain sepakbola untuk menanduk bola, tandukan dapat dilakukan dengan meloncat ke atas atau terjun ke bawah dan digunakan untuk mengoper bola ke teman, mencetak gol atau membuang bola yang mengarah ke gawang sendiri (Saputra, 2021, p. 103). *Heading* dilakukan dengan perkenaan bola pada bagian depan atas kepala (ubun-ubun). *Heading* dilakukan untuk mengarahkan bola atau memasukkan bola pada gawang untuk mencetak gol. *Heading* sering dilakukan ketika mendapat tendangan penjuru (*corner*). Selain itu biasanya pemain bertahan (*back*) sering menyundul bola untuk mengamankan (*clearance*) daerah pertahanan dari serangan tim lawan.

Berdasarkan pendapat Subowo et al (2018) teknik *heading* yang benar sebagai berikut:

- a) Lari menjemput arah datangnya bola, pandangan mata tertuju pada arah datang bola
- b) Otot-otot leher dikuatkan, dikeraskan dan dagu ditarik merapat pada leher
- c) Untuk menyundul bola gunakan ubun-ubun atau daerah kepala bagian atas di bawah rambut kepala
- d) 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
- e) Pada waktu menyundul bola mata tetap terbuka dan selalu mengikuti arah datangnya bola, serta mengikuti kemana bola diarahkan. Selanjutnya diikuti dengan gerak lanjutan mendarat dengan dua kaki secara bersamaan.

4) *Shooting* (menembak)

Shooting merupakan salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai oleh setiap pemain khususnya pemain penyerang seperti *striker*. Dikarenakan sebagai pemain ujung tombak diharapkan bisa mencetak gol. Gol dapat diciptakan dengan kualitas *shooting* yang baik dan akurat. *Shooting* yang baik adalah tembakan yang memiliki tingkat kecepatan dan ketepatan bola yang tinggi semakin cepat dan tepat sasaran laju bola

maka semakin sulit reaksi kiper untuk mengantisipasi laju bola yang mengarah ke gawangnya (Wibisono & Widodo, 2019, p. 479).

Cara yang paling tepat untuk meningkatkan akurasi *shooting* adalah melatih tendangan *shooting* berkali-kali menggunakan teknik yang benar (Junaidi et al., 2019, p. 3). *Shooting* dapat dilakukan dengan menggunakan kaki kanan maupun kiri sesuai dengan kemampuan dan situasi *shooting*-nya. Kecepatan *shooting* dipengaruhi oleh kekuatan tungkai dan sudut pengambilan tendangan yang optimal. *Shooting* dapat diukur menggunakan tes keterampilan *shooting*.

5) *Control* (menghentikan bola)

Control merupakan bagian dari teknik dasar bermain sepak bola. Pasalnya, pemain yang tidak pandai dalam mengontrol bola akan kesulitan dalam bermain. *Control* merupakan suatu usaha untuk menghentikan bola dan siap untuk mengolah bola. *Control* sangat penting apabila pada saat bermain pemain mendapat bola dari jauh dan kencang sehingga pemain diharuskan melakukan kontrol dengan baik. *Control* dapat dilakukan dengan kaki, paha, dan dada. Berdasarkan pendapat Julianto et al (2019) menghentikan bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha. Keterampilan dalam *control* bola dapat diukur dengan tes keterampilan *control* bola.

Berdasarkan pendapat Santoso (2019, p. 44) teknik *control* atau menghentikan bola pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, memantul, dan lambung sampai setinggi paha. Teknik *control* atau menghentikan bola yang benar sebagai berikut:

- a) Posisi badan segaris dengan datangnya bola, kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- b) Kaki penghenti diangkat dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola.
- c) Bola menyentuh kaki persis di bagian dalam kaki atau mata kaki, kaki penghenti mengikuti arah bola. Kaki penghenti bersama bola berhenti di bawah badan (terkuasai).
- d) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti. Kedua lengan dibuka di samping badan untuk menjaga keseimbangan.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar sepak bola merupakan suatu kumpulan teknik yang mendasar dalam permainan sepak bola. Dalam permainan sepak bola terdapat teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, sehingga pada saat melakukan permainan tidak akan mengalami kesulitan. Teknik dasar dalam permainan sepak bola yaitu *passing* (mengoper), *dribbling* (menggiring), *shooting* (menembak), dan *heading* (menyundul). Setiap teknik dasar sepak bola mempunyai fungsi dan cara melakukannya masing-masing. Apabila setaip pemain sepak bola

menguasai semua teknik dasar, maka pemain tersebut akan lebih mudah pada saat bermain sepak bola. Selain itu aliran bola ataupun taktik yang dilakukan oleh tim akan dapat berjalan dengan baik.

d. Sarana dan Prasarana Dalam Permainan Sepak bola

Untuk dapat terlaksananya permainan sepak bola tentu diperlukan sarana dan prasarana sebagai penunjang. Dari segi sarana dan prasarana olahraga merupakan hal yang sangat penting dalam pelaksanaan olahraga, tanpa adanya fasilitas yang memadai maka atlet akan kesulitan tersalurkan bakatnya dalam latihan secara maksimal (Ibnu & Nusri, 2022, p. 74). Berdasarkan pendapat (Bayu, 2021) sarana olahraga adalah suatu alat atau bahan yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga di masyarakat.

Sejalan dengan pendapat Amirah (2019) bahwa sarana pendidikan jasmani merupakan segala perlengkapan yang mendukung kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani yang sifatnya dinamis yang dapat dipindahkan dari suatu tempat ketempat lain. Selain itu berdasarkan pendapat Risna (2019, p. 4) bahwa sarana merupakan segala sesuatu yang sifatnya tidak permanen, dapat dibawa kemana-mana atau dipindahkan dari satu tempat ke tempat lain.

Berdasarkan pendapat Ba'ib & Irawan, (2023, p. 328) prasarana olahraga merupakan sumber daya penunjang, meliputi tempat olahraga berupa bangunan atau gedung yang status kepemilikannya jelas, serta memenuhi persyaratan yang ditetapkan dalam pelaksanaan program

kegiatan olahraga. Seperti yang dijelaskan oleh Bayu (2010, p. 42) bahwa istilah sarana dan prasarana olahraga adalah terjemahan dari *facilities*, yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam kegiatan berolahraga.

Dalam olahraga sepak bola, sarana dan prasarana di definisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar proses kegiatan permainan berlangsung. Salah satu sifat yang dimiliki oleh prasarana olahraga sepak bola adalah sifatnya yang relatif permanen atau sulit untuk dipindahkan. Adapun sarana dan prasarana dalam permainan sepak bola yaitu: bola, sepatu bola, lapangan, gawang, peluit, seragam (*jersey*), *dekker* (pelindung tulang kering), kaos kaki, kartu, papan skor, papan pergantian pemain dan waktu, dan bendera.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana dalam sepak bola merupakan suatu alat atau bahan penunjang berupa fasilitas yang dapat digunakan dan dimanfaatkan untuk memperlancar pelaksanaan permainan sepak bola. Selain itu, sarana dan prasarana menjadi hal yang sangat penting dalam pelaksanaan olahraga, tanpa adanya fasilitas yang baik maka atlet akan kesulitan dalam menyalurkan bakatnya. Sarana dan prasarana yang berfungsi dengan baik akan menunjang jalannya permainan sepak bola yang baik. Oleh karena itu dengan sarana dan prasarana yang mendukung, maka permainan dapat berjalan dengan lancar dan tujuan yang ditargetkan dapat tercapai dengan semestinya.

e. Manfaat Bermain Sepak bola

Permainan sepak bola menjadi permainan yang menyenangkan yang dapat dijadikan sebagai olahraga rekreasi atau hiburan bagi masyarakat. Sepak bola bukan hanya hiburan semata akan tetapi di dalam permainan sepak bola terkandung berbagai manfaat yang baik bagi kesehatan tubuh. Manfaat bermain sepak bola bagi tubuh seperti yang dikutip dari Inzaghi dalam Taufik (2019, p. 14) yaitu permainan sepak bola memiliki manfaat yang cukup besar dalam pembentukan individu yang sportif dalam perkembangan jasmani maupun rohaninya. Berdasarkan pendapat Inzaghi (2020, p. 14) manfaat bermain sepak bola yaitu: (1) meningkatkan kekuatan otot tangan dan otot kaki, (2) meningkatkan kordinasi mata, tangan dan kaki, (3) mencegah pola hidup tidak sehat. (4) menumbuhkan semangat nasionalisme; (5) dan dapat dijadikan sebagai media bisnis.

Berdasarkan pendapat Komarudin (2005, p. 39) menyatakan bahwa manfaat dari segi sikap dan kebiasaan sosial dari permainan sepak bola yaitu bahwa permainan sepak bola mengajarkan anak akan semangat pantang menyerah, kebesaran jiwa untuk menerima kemenangan maupun kekalahan, tanggungjawab akan tugas, perjuangan dan pengorbanan, toleransi, kerja sama dalam mencapai tujuan dan semangat untuk selalu bekerja keras. Permainan sepak bola dapat memberikan banyak manfaat bagi pemain sepak bola seperti: pemain dapat melompat dan melompat lebih tinggi dengan keterampilan menggiring bola cepat

dan menambahkan lebih banyak daya ledak pada tembakan mereka (Komarudin 2021, p. 68). Sejalan dengan pendapat Amalia (2022, p 3) manfaat dari sepak bola antara lain: menambah stamina pada kombinasi lari, jalan kaki, lari cepat dan menendang dapat memberikan peningkatan stamina, peningkatan kesehatan jantung, penurunan lemak tubuh, peningkatan kekuatan dan tonus otot, peningkatan kekuatan tulang, dan peningkatan koordinasi.

Berdasarkan beberapa pendapat dari para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa permainan sepak bola memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan tubuh manusia. Sepak bola memiliki manfaat pada pembentukan individu dalam mengembangkan jasmani dan rohaninya, pada aspek jasmani dapat meningkatkan kekuatan otot kaki dan meningkatkan koordinasi mata, tangan, dan kaki sedangkan dalam aspek rohani sepak bola mengajarkan untuk semangat pantang menyerah, tanggungjawab, pengorbanan, saling menghargai sesama, dan kerja sama dalam mencapai tujuan. Selain itu sepak bola juga dapat memberikan peningkatan stamina, peningkatan kesehatan jantung, penurunan lemak tubuh, meningkatkan kekuatan dan tonus otot, dan meningkatkan kekuatan tulang. Oleh karena itu sepak bola sangat penting dalam perkembangan manusia dalam menjalankan aktifitas kehidupan sehari-hari.

3. Profil Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Mirit

SMA Negeri 1 Mirit merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas yang berada di Kabupaten Kebumen yang berlokasi di Jl. Daendels, Depok, Tlogodepok, Kec. Mirit, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah. Sekolah tersebut terletak ditengah pedesaan. Peserta didik yang bersekolah di SMA Negeri 1 Mirit mayoritas berasal dari dalam Kecamatan Mirit dan Kecamatan Ambal. Sekolah ini memiliki siswa yang cukup banyak di setiap jurusanannya. SMA Negeri 1 Mirit memiliki sarana dan prasarana yang mendukung aktivitas pembelajaran disekolah. Selain itu sekolah ini sudah terakreditasi A sehingga kualitasnya sudah tidak diragukan lagi.

SMA Negeri 1 Mirit memiliki berbagai jenis prestasi yaitu prestasi akademik maupun non akademik. Sekolah ini mempunyai peserta didik yang beragam dalam segi bakat dan keterampilannya. Untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat peserta didiknya, sekolah ini mewadahi berbagai keterampilan pada program ekstrakurikuler. Oleh karena itu program ekstrakurikuler yang diadakan oleh sekolah ini dibentuk berdasarkan minat dan potensi peserta didik dengan tujuan untuk mengembangkan keterampilan dan meraih prestasi.

a. Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Mirit

Dalam mewadahi dan menyalurkan bakat peserta didiknya, SMA Negeri 1 Mirit memiliki 12 jenis ekstrakurikuler yang tersedia sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar Ekstrakurikuler

No.	Ekstrakurikuler		
1.	Pramuka	7.	Pencak Silat
2.	Kesehatan	8.	Sepak Bola
3.	Karya Ilmiah Remaja (KIR)	9.	Robotika
4.	Basket	10.	Kewirausahaan
5.	Futsal	11.	Tilawah dan Seni Islami
6.	Bola Voli	12.	<i>English Club</i>

Sumber: Data sekolah (2024)

b. Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 1 Mirit

Salah satu ekstrakurikuler yang populer di SMA Negeri 1 Mirit yaitu ekstrakurikuler sepak bola. Ekstrakurikuler ini cukup ramai dikarenakan banyak siswa yang berminat untuk mengikutinya. Jumlah keseluruhan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola berdasarkan data peserta sebanyak 20 siswa yang terdiri dari siswa kelas X dan XI. SMA Negeri 1 Mirit membuka kuota pada ekstrakurikuler sepak bola tanpa ada persyaratan ataupun seleksi. Dikarenakan tujuannya untuk mengembangkan keterampilan siswa yang sudah bisa maupun yang belum bisa sama sekali. Kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit mewajibkan seluruh siswanya untuk mempunyai perlengkapan sepak bola salah satunya sepatu bola, dengan tujuan agar dapat mendukung kelancaran kegiatan serta dapat mengurangi resiko cedera pada kaki. Kegiatan ekstrakurikuler sepak bola dilaksanakan di lapangan sekolah SMA Negeri 1 Mirit yang berada di samping sekolah. Keadaan lapangan yang terawat khususnya rumput yang bagus menjadi faktor utama dalam kelancaran pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepak bola. Kegiatan ekstrakurikuler sepak bola dilaksanakan pada hari Selasa dan Kamis pukul 16.00-17.30 WIB.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Mahardika pada tahun 2016 dengan judul “Survei Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP Negeri 1 Panggang Gunungkidul”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat keterampilan bermain sepak bola siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Panggang Gunungkidul. Tes keterampilan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes keterampilan “*David Lee*” yang dimodifikasi (Irianto, 2010: 152-156). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasilnya menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Panggang Gunungkidul berada pada kategori “kurang sekali” dengan persentase sebesar 26,67% (12 siswa), kategori “kurang” 17,78% (8 siswa), kategori “cukup” 33,33% (15 siswa), kategori “baik” 22,22% (10 siswa), dan kategori “baik sekali” 0% (0 siswa).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Putra pada tahun 2017 yang berjudul “Survei Keterampilan Dasar Bermain Sepak Bola Siswa Putera Usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Siraman”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain sepak bola siswa putera usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Siraman. Tes keterampilan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes keterampilan sepak bola usia 10-12 tahun. Tes keterampilan terdiri dari 6 butir diantaranya, *dribbling*, *short passed*, *throwin*, *running with the ball*, *heading the ball*, *shooting at*

the ball. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasilnya menunjukkan bahwa 0 anak masuk dalam kategori kurang sekali atau sebesar 0%, 14 anak masuk dalam kategori kurang dengan persentase 42,4%, 19 anak masuk dalam kategori sedang dengan persentase 57,6%, 0 anak masuk dalam kategori baik dengan persentase 0%, dan 0 siswa masuk dalam kategori baik sekali atau sebesar 0%.

3. Penelitian oleh Rismansyah dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepak bola Siswa Kelas Khusus Olahraga di SMP Negeri 13 Yogyakarta Tahun 2018”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa KKO di SMP Negeri 13 Yogyakarta Tahun 2018. Tes keterampilan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes keterampilan sepak bola “*David Lee*”. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepakbola siswa KKO di SMP Negeri 13 Yogyakarta Tahun 2018 berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 19,44% (7 siswa), “kurang” sebesar 38,89% (14 siswa), “cukup” sebesar 27,78% (10 siswa), “baik” sebesar 13,89% (5 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa).

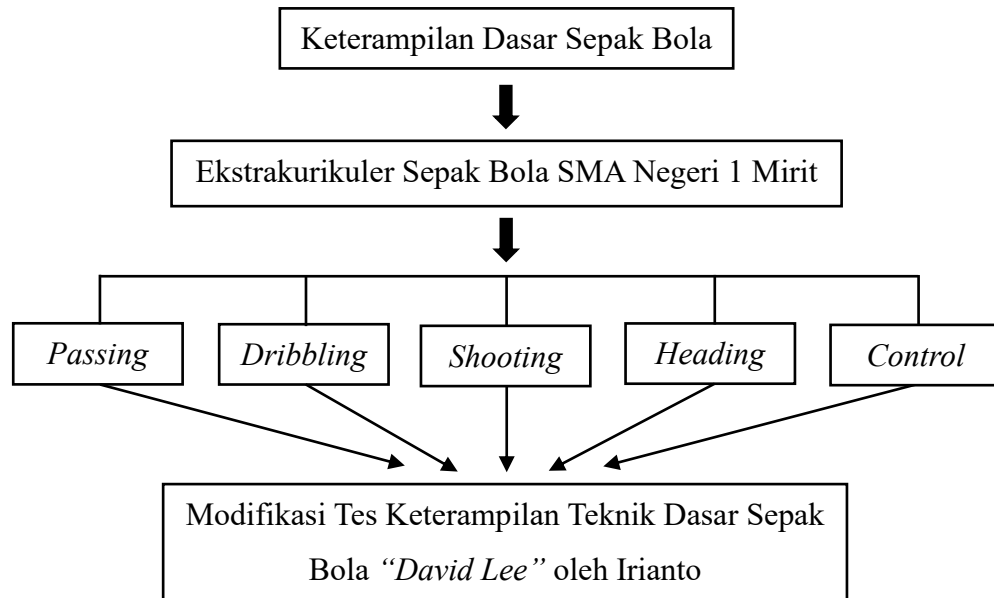
C. Kerangka Berpikir

Ekstrakurikuler sepak bola merupakan salah satu program ekstrakurikuler pilihan di SMA Negeri 1 Mirit. Pada ekstrakurikuler sepak bola tersebut terdapat berbagai macam variasi latihan seperti kecepatan, kelincahan, kekuatan,

keseimbangan, dan ketahanan. Variasi latihan tersebut menuntut siswa untuk dapat memahami dan mempraktikkan dengan tujuan untuk menambah keterampilan dalam bermain sepak bola. Dalam permainan sepak bola diperlukan keterampilan dasar, baik keterampilan individu maupun keterampilan bermain dengan tim. Untuk dapat bermain sepak bola dengan baik, siswa dituntut untuk menguasai berbagai macam keterampilan teknik dasar sepak bola, meliputi *passing*, *dribbling*, *shooting*, *control*, dan *heading*.

Keterampilan dasar diatas merupakan satu kesatuan yang utuh dan tidak dapat dipisahkan. Berlatih dengan baik dan secara berkelanjutan akan menghasilkan keterampilan bermain sepak bola yang baik. Oleh karena itu, keterampilan dasar siswa dalam bermain sepak bola yang baik menjadi penunjang keberhasilan dalam ekstrakurikuler sepak bola. Sesuai dengan hal tersebut, maka dilakukan pengukuran keterampilan dasar sepak bola pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit. Dalam penelitian ini tes keterampilan yang dilakukan menggunakan tes keterampilan sepak bola “*David Lee*” yang dimodifikasi Irianto (2010, p. 152-156). Alasan menggunakan tes keterampilan “*David Lee*” dikarenakan tes keterampilan tersebut sudah jelas nilai validitas dan reliabilitasnya. Tes keterampilan sepak bola tersebut sudah banyak digunakan oleh sebagian peneliti yang melakukan penelitian terkait keterampilan dasar sepak bola. Selain itu tes keterampilan “*David Lee*” merupakan serangkaian tes yang terdiri dari semua teknik dasar sepak bola sehingga waktu yang digunakan pada saat melakukan penelitian akan lebih efisien.

Gambar 1. Kerangka Berpikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif mengenai keterampilan dasar bermain sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain (Jayusman & Shavab, 2020, p. 15). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan seberapa tinggi tingkat keterampilan dasar bermain sepak bola peserta didik di SMA Negeri 1 Mirit yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Mirit yang beralamatkan di Jalan Daendels, Depok, Tlogodepok, Kecamatan Mirit, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah 54395. Pengambilan data tes keterampilan sepak bola dilaksanakan di lapangan sepak bola SMA Negeri 1 Mirit pada hari Selasa, 2 Juli 2024.

C. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah semua peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit dengan jumlah keseluruhan 20 peserta.

D. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel adalah seperangkat petunjuk yang lengkap tentang apa yang diamati dan mengukur suatu variabel atau konsep untuk menguji kesempurnaan (Sugiarto 2016, p. 38). Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit. Definisi operasional variabelnya yaitu kemampuan yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit. Tes keterampilan "*David Lee*" yang dimodifikasi oleh Irianto terdiri dari ketepatan menendang bola kedalam target, kecepatan dan kelincahan dalam menggiring bola, dan ketepatan dalam menghentikan bola yang dibentuk dalam serangkaian tes keterampilan sepak bola.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian diawali dengan menyiapkan alat perlengkapan tes dan menata sesuai ketentuan tes keterampilan, selanjutnya memberikan salam dan perkenalan kepada peserta dan dilanjutkan pemanasan selama 5-10 menit dengan tujuan untuk mengurangi resiko cedera pada saat pelaksanaan tes. Setelah itu peneliti memberikan penjelasan terkait arahan yang harus dilakukan oleh peserta sehingga pada saat tes tidak ada yang melakukan kesalahan. Setelah itu peserta melaksanakan tes keterampilan sepak bola yang pertama sesuai

dengan urutan presensi dan dicatat waktu yang didapatkan. Jika semua peserta sudah melakukannya dilanjutkan siswa melakukan tes yang kedua seperti urutan pertama dan dicatat waktu yang didapatkan. Tes keterampilan dilakukan sebanyak 2 kali kesempatan dan hanya diambil waktu yang terbaik. Setelah pengambilan data selesai, peneliti mengumpulkan peserta untuk melakukan pendinginan serta menyampaikan hasil penelitian yang dilakukan oleh peserta. Setelah itu peserta dibubarkan untuk pulang kerumah masing-masing.

Pada saat melakukan pengambilan data di lapangan, dilakukan oleh 3 orang diantaranya:

a. Peneliti

Pada saat melakukan pengambilan data, peneliti sebagai pencatat waktu (peniup peluit dan pemegang *stopwatch*)

b. Pelatih ekstrakurikuler

Pelatih ekstrakurikuler sepak bola tersebut merupakan sarjana olahraga. Pelatih ekstrakurikuler sebagai penilai teknik yaitu mengamati teknik dasar yang dilakukan oleh peserta didik benar atau tidaknya.

c. Senior/alumni sepak bola SMA Negeri 1 Mirit

Pada saat pengambilan data, senior sebagai pencatat hasil/skor (waktu) yang dilakukan oleh peserta ekstrakurikuler dan menyiapkan bola untuk peserta selanjutnya yang akan melakukan tes.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam melakukan kegiatan untuk mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah (Makbul, 2021, p. 18). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tesdan pengukuran keterampilan dasar sepak bola “*David Lee*” yang dimodifikasi oleh Irianto (2011, pp. 152-156). Prosedur pelaksanaan tes sebagai berikut:

a. Alat dan perlengkapan

- 1) Bola ukuran 5 = 9 buah
- 2) Kerucut besar = 5 buah
- 3) Peluit = 1 buah
- 4) *Stopwatch* = 1 buah
- 5) Meteran panjang = 1 buah
- 6) Gawang kecil setinggi 60 cm selebar 2 meter = 1 buah
- 7) Kapur Gamping
- 8) Pancang 1,5 = 10 buah
- 9) Pancang 2 m = 2 buah
- 10) Petugas lapangan 3 orang (pencatat waktu, pencatat hasil/skor, dan penilai teknik)

b. Petunjuk pelaksanaan tes

- 1) Testi wajib memakai sepatu sepak bola

- 2) Sebelum tes dimulai, testi melakukan pemanasan kurang lebih 5-10 menit
 - 3) Testi tidak boleh mencoba tes sebelum ada instruksi dari testor.
 - 4) Testor memberikan arahan dan penjelasan kepada testi tentang pelaksanaan tes keterampilan yang baik dan benar.
- c. Urutan pelaksanaan tes
- 1) Testi berdiri di dalam kotak pertama (*start*) dengan kedua tangan memegang bola.
 - 2) Pada saat aba-aba “Ya” atau peluit dibunyikan, testi memulai tes dengan melakukan *juggling* didalam kotak *start* tersebut sebanyak 5 kali.
 - 3) Setelah selesai melakukan *juggling*, testi melakukan *dribble* dengan bola melewati pancang yang sudah disediakan dimulai dari sisi kanan pancang pertama.
 - 4) Setelah testi selesai melakukan *dribbling* bola, bola diletakan dikotak kedua dan testi segera menuju area *passing*.
 - 5) Selanjutnya testi melakukan *passing* rendah dengan bola hidup sebanyak 2 kali (kaki kanan 1 kali dan kiri 1 kali) dan harus masuk kedalam target (antara 2 pancang) jika gagal harus diulangi dengan kaki yang sama.
 - 6) Setelah selesai melakukan *passing* rendah, testi melakukan *passing* lambung sebanyak 2 kali (kaki kanan 1 kali dan kiri

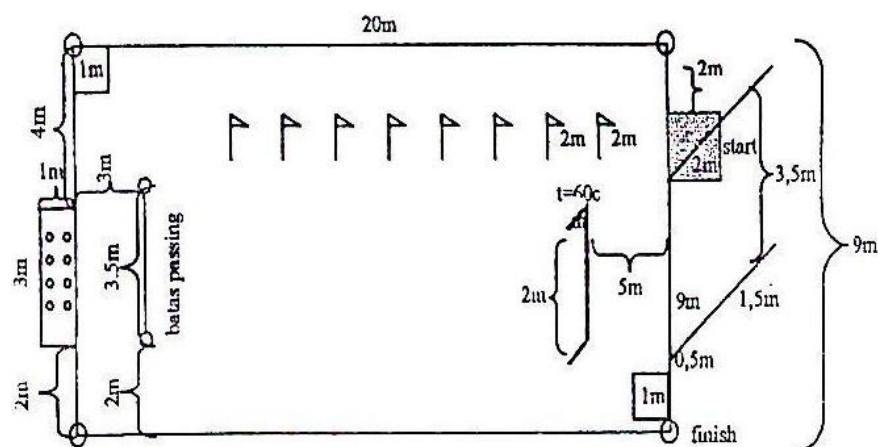
1 kali) diarahkan kedalam target/gawang jika gagal harus diulangi dengan kaki yang sama.

- 7) Setelah itu testi mengambil bola di kotak kedua dan melakukan *dribbling* bola secepat mungkin menuju garis *finish* dan diakhiri dengan menghentikan bola didalam kotak *finish*, bola harus benar-benar berhenti.

d. Catatan saat melakukan Tes

- 1) Tes harus dilakukan secepat mungkin dikarenakan tes ini diukur dengan waktu
- 2) *Stopwatch* dinyalakan ketika testi melakukan sentuhan pertama dengan bola.
- 3) *Stopwatch* tetap berjalan meskipun testi melakukan kesalahan, testi harus mengulang gerakan yang salah tersebut.
- 4) Testi diberi 2 kali kesempatan melakukan tes.
- 5) Penskoran: mencatat waktu pelaksanaan dari *start* hingga *finish* dalam satuan detik dan dicatat hingga dua angka setelah koma.

Gambar 2. Tes Keterampilan Bermain Sepak Bola “David Lee”



Sumber: (Irianto, 2011, pp. 152-156)

e. Skala Penilaian

Skala penilaian untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak bola peserta didik SMA Negeri 1 Mirit yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola sebagai berikut:

Tabel 2. Skala Penilaian

No	Skala Penilaian	Waktu Tempuh
1.	Baik Sekali	< 34,81 detik
2.	Baik	40,78 – 34,81
3.	Cukup	46,76 – 40,79
4.	Kurang	52,73 – 46,77
5.	Kurang Sekali	> 52,73 detik

Sumber: (Irianto, 2011, pp. 152-156)

F. Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah suatu instrumen dikatakan valid atau tidak valid dalam mengukur suatu variabel penelitian. Pada penelitian ini tidak memerlukan uji validitas maupun realibilitas dikarenakan tes

keterampilan sepak bola oleh “Irianto” sudah valid dan objektif dengan nilai validitas 0,942 dan nilai reliabilitas 0,528.

G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat keterampilan bermain sepak bola pada peserta didik SMA Negeri 1 Mirit yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Berdasarkan Azahrah (2021, p. 536) rumus yang digunakan untuk mencari persentase sebagai berikut:

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

Keterangan: P = Angka persentase (yang dicari)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen Jawa Tengah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan yaitu dengan pengembangan tes kecakapan sepak bola “*David Lee*” yang dimodifikasi oleh (Irianto, 2010, p. 152-156). Berikut adalah pemaparan hasil penelitian tentang keterampilan dasar sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen.

Berdasarkan hasil penghitungan data tingkat keterampilan dasar sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen menghasilkan *mean* (M) 42.25; *median* (Me) 41.70; *modus* (Mo) 36.31; standar deviasi (SD) 4.184. Nilai terkecil yang diperoleh sebesar 36.31 dan nilai terbesar yang diperoleh sebesar 52.34. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada table deskriptif statistik dibawah ini:

Tabel 3. Deskriptif Statistik

<i>N</i>	<i>Valid</i>	20
	<i>Missing</i>	0
<i>Mean</i>		42.2505
<i>Median</i>		41.7050
<i>Modus</i>		36.31 ^a
<i>Std. Deviation</i>		4.18456
<i>Minimum</i>		36.31
<i>Maximum</i>		52.34

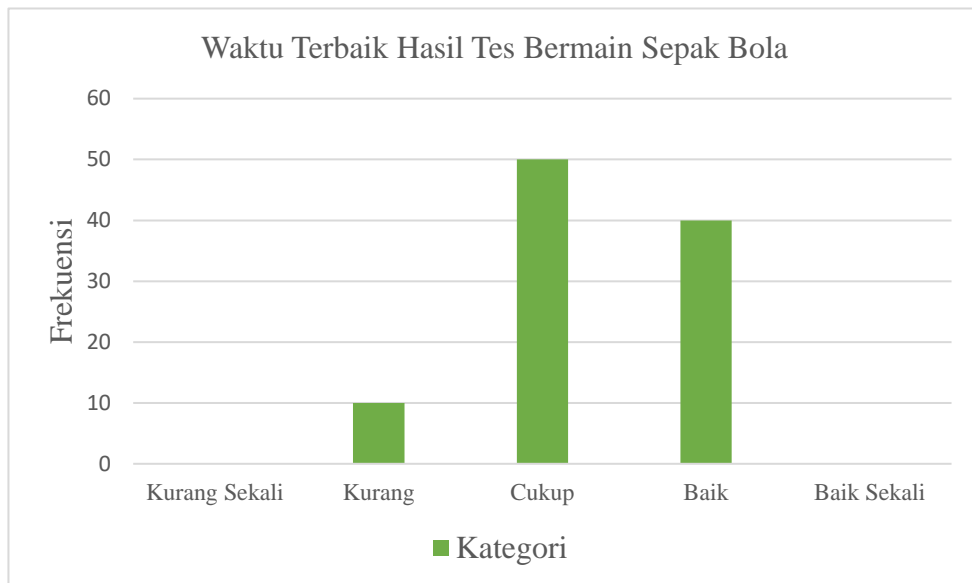
Berdasarkan perhitungan tersebut, dapat disusun table distribusi frekuensi dan pengkategorian yang disajikan pada tabel 4.

Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak Bola Peserta didik

No	Skala Penilaian	Waktu Tempuh (Dalam Detik)	Frekuensi	Persentase
1	Baik Sekali	< 34,81 detik	0	0%
2	Baik	40,78 – 34,81	8	40%
3	Cukup	46,76 – 40,79	10	50%
4	Kurang	52,73 – 46,77	2	10%
5	Kurang Sekali	> 52,73 detik	0	0%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 4. Kategorisasi Tingkat Keterampilan bahwa keterampilan dasar bermain sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen diperoleh hasil yang tergolong baik sekali sebanyak 0 peserta (0%), tergolong baik sebanyak 8 peserta (40%), tergolong cukup sebanyak 10 peserta (50%), tergolong kurang sebanyak 2 peserta (10%), dan tergolong kurang sekali sebanyak 0 peserta (0%). Apabila dilihat dari rerata nilai yang diperoleh, nilai yang paling dominan berada pada interval 46,76–40,79 yang tergolong cukup sebanyak 10 peserta (50%). Hal ini dapat diperjelas dengan histogram pada gambar 3 dibawah ini.

Gambar 3. Diagram Batang Catatan Waktu Terbaik



B. Pembahasan

Keterampilan bermain sepak bola adalah suatu bentuk penguasaan terhadap teknik-teknik dasar permainan sepak bola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan sepak bola dengan efektif dan efisien (Irwandi, 2016, p. 21). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit. Berdasarkan analisis hasil tes keterampilan sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen, diperoleh hasil yang tergolong baik sekali sebanyak 0 peserta (0%), tergolong baik sebanyak 8 peserta (40%), tergolong cukup sebanyak 10 peserta (50%), tergolong kurang sebanyak 2 peserta (10%), dan tergolong kurang sekali sebanyak 0 peserta (0%). Apabila dilihat dari rerata nilai yang diperoleh sebesar 42.25 detik, nilai yang paling dominan berada pada interval 46,76 – 40,79 yang tergolong cukup sebanyak 10 peserta (50%),

maka dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen tergolong sedang dengan jumlah responden sebanyak 10 peserta (50%).

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 0 peserta (0%) yang mendapat kategori baik sekali. Hal tersebut dipengaruhi karena peserta ekstrakurikuler pada saat melakukan tes lebih fokus pada teknik dasar yang benar sehingga waktu yang dihasilkan berkurang. Apabila peserta memprioritaskan waktu dan tidak berfokus pada teknik yang benar, maka besar kemungkinan peserta dapat mencatatkan hasil dalam kategori baik sekali.

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa terdapat 8 peserta (40%) dalam kategori baik. Diantara 8 peserta tersebut, terdapat 3 peserta berusia 16 tahun yang tidak masuk dalam kategori usia tes “Irianto” dikarenakan tes tersebut untuk KU 14-15 tahun. Hasil tersebut dipengaruhi karena peserta mempunyai teknik dasar yang baik sehingga pada saat melakukan tes tidak mengalami kesulitan. Selain itu, terdapat beberapa peserta yang sudah berpengalaman mengikuti lomba sepak bola antarpelajar sehingga *skill* sepak bolanya sudah tidak diragukan lagi. Sebagai contoh saat melakukan *dribbling* peserta dapat melakukannya dengan baik dan cepat. Akan tetapi pada saat melakukan *passing*, terdapat beberapa peserta yang tidak *on target* pada saat melakukan *passing*. Oleh karena itu, dibutuhkan waktu untuk mengulang *passing* yang tidak akurat tersebut. Sehingga menambah durasi waktu yang dihabiskan untuk melakukan tes tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 10 peserta (50%) pada kategori cukup. Dari 10 peserta tersebut, terdapat 3 peserta yang berusia 16 tahun yang tidak masuk dalam kategori usia tes “Irianto” dikarenakan tes tersebut untuk KU 14-15 tahun. Dari hasil tersebut, artinya keterampilan teknik dasar sepak bola yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler sudah cukup memadai. Hasil tersebut dipengaruhi karena peserta didik dapat melakukan tes dengan baik dan benar. Akan tetapi peserta ekstrakurikuler kurang efisien waktu dalam melakukannya. Peserta lebih berfokus pada teknik yang dilakukan dan kurang memperhatikan waktu sehingga pada saat melakukan kesalahan, waktu yang dihabiskan menjadi lebih banyak untuk mengulang teknik tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat 2 peserta (10%) dalam kategori kurang. Hal ini dikarenakan keterampilan teknik dasar sepak bola yang dimiliki masih kurang. Teknik dasar yang dimaksud seperti: *juggling*, *dribbling*, dan *passing*. Pada saat melakukan tes, peserta ekstrakurikuler tersebut cukup mengalami kesulitan. Salah satu faktor yang memengaruhi hasil tersebut yaitu berat badan yang berlebih, sehingga kecepatan dan kelincahan yang dimiliki berkurang. Oleh karena itu, waktu yang dihabiskan jauh lebih banyak daripada peserta lainnya yang memiliki berat badan ideal dan menguasai teknik dasar sepak bola. Saat menimang-nimang bola, peserta mengalami kesulitan dalam mengontrolnya. Selain itu, peserta melakukan *passing* lambung yang tidak sesuai target. Sehingga membutuhkan waktu untuk mengulangi *passing* lambung tersebut.

Dari hasil penelitian terdapat 0 peserta (0%) pada kategori kurang sekali. Hal tersebut dikarenakan semua peserta mempunyai keterampilan dalam melakukan teknik dasar sepak bola. Semua peserta dapat melaksanakan tes dan melakukan semua jenis teknik dasar meskipun terdapat beberapa peserta yang mengalami kesulitan saat melakukannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, latihan yang dilakukan oleh peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen dilaksanakan sebanyak 2 kali dalam seminggu yaitu pada hari Selasa dan Kamis pada pukul 16.00- selesai. Pada saat peneliti melakukan penelitian, terdapat beberapa masalah yang dilakukan oleh peserta tes. Hal tersebut dibuktikan dengan peserta kurang terampil dalam melakukan *dribbling* bola sehingga bola sulit dikuasai, *passing* bola yang tidak sesuai sasaran (gawang), dan peserta kesulitan dalam melakukan *juggling* bola. hal tersebut disebabkan oleh kurangnya keterampilan teknik dasar yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler.

Berdasarkan dari hasil keseluruhan sudah cukup baik yang didukung dengan jumlah peserta yang tergolong baik sebanyak 8 peserta (40%). Namun hal tersebut masih perlu ditingkatkan ke arah yang lebih baik lagi yaitu dengan latihan, dikarenakan permainan sepak bola merupakan permainan yang mengandalkan kekuatan tim bukan individual. Dalam menciptakan permainan sepak bola yang baik diperlukan kekompakan antar anggota tim.

Oleh karena itu, untuk meningkatkan keterampilan sepak bola peserta yaitu dengan setiap pemain diharuskan untuk menguasai semua keterampilan teknik dasar sepak bola dengan latihan yang benar. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tarista (2017) yang menyatakan bahwa kemampuan teknik dasar pada pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Rheza Mahasiswa KU 14 tahun dalam kategori baik. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti: pemain pada saat latihan melakukannya dengan benar sehingga hasil tes mengoper bawah pemain didominasi dengan skor tertinggi. Pelatih juga memberi motivasi dan arahan jika ada gerakan yang kurang tepat saat para pemain melakukan latihan, hal ini menjadi satu diantara faktor pendukung pencapaian skor yang tinggi.

Hasil penelitian lain menunjukkan, bahwa untuk kategori kurang sebanyak 2 peserta (10%). Meskipun hanya sedikit siswa, akan tetapi masih perlu dilakukan latihan-latihan untuk meningkatkan keterampilan sepak bola yang lebih baik lagi. Pelatih harus memberikan latihan-latihan pada peserta ekstrakurikuler untuk mengembangkan keterampilannya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadly (2019) yang menyatakan bahwa kemampuan teknik dasar sepak bola pada pemain usia 14-16 tahun di Sekolah Sepak Bola (SSB) Persis Makassar tergolong baik. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya faktor pelatih. Pelatih di Sekolah Sepak Bola (SSB) Persis Makassar cukup baik dalam memotivasi dan menerapkan latihan untuk mempelajari teknik dasar bermain sepak bola. Selain itu dalam melaksanakan pelatihan tapi harus memiliki ilmu yang

baik dan harus mengetahui bagaimana cara menghadapi anak usia dini dalam menerapkan materi latihan dan maupun pada saat berdiskusi dengan pemain di luar sesi latihan.

Kemampuan teknik dasar sepak bola merupakan kesanggupan pemain sepak bola dalam melakukan gerak dasar atau teknik dasar sepak bola secara efektif dan efisien baik gerakan yang dilakukan dengan bola maupun tanpa bola. Dalam permainan sepak bola dibutuhkan kekompakan antar pemain. Oleh karena itu, setiap pemain harus menguasai semua jenis teknik dasar sepak bola. Teknik dasar tersebut seperti menendang, kontrol, dan menggiring bola. Pemain yang mempunyai keterampilan dalam menendang bola dengan baik akan lebih efektif dan efisien dalam memberikan operan kepada rekan timnya. Untuk dapat melakukan tendangan yang baik dan efektif, dibutuhkan latihan secara terus-menerus yang benar dan bertahap (*step by step*). Pemain sepak bola yang tidak didukung dengan kondisi fisik yang baik, maka akan kesulitan dalam mengembangkan keterampilan sepak bola yang dimilikinya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anwar (2012) beberapa faktor yang menyebabkan perbedaan kemampuan pada setiap pemain dalam melaksanakan tes, salah satunya adalah latihan. Latihan adalah sesuatu proses berlatih yang sistematis, yang dilakukan berulang-ulang dan yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah (Anwar, 2013, p. 601).

Dengan demikian, agar keterampilan sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Mirit dapat berkembang dengan

baik, maka hendaknya diberikan himbauan atau porsi latihan kepada peserta agar melakukan latihan tambahan diluar jam latihan rutin ekstrakurikuler. Latihan yang dapat dilakukan seperti *passing* dan kontrol dengan memantulkan bola ke tembok dan menimang-nimang bola (*jugling*). Latihan ini dapat dilakukan secara masing-masing maupun dengan teman sehingga dapat saling mengevaluasi kesalahan yang dilakukan. Oleh karena itu, melakukan latihan secara terus-menerus dengan baik dan bertahap (*step by step*) akan dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar sepak bola yang dimilikinya.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti melakukan dengan seluruh kemampuan yang dimiliki, dengan perencanaan yang disusun sebaik mungkin, dan pelaksanaan penelitian dengan maksimal. Dalam penelitian ini tentu memiliki keterbatasan dan kekurangan dalam pelaksanaannya. Keterbatasan dan kekurangan tersebut antara lain:

1. Tidak tertutup kemungkinan peserta ekstrakurikuler kurang bersungguhsungguh dalam melaksanakan tes.
2. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik pada saat pelaksanaan tes tersebut.
3. Tidak lengkapnya alat dan bahan (pancang tiang) pada saat penelitian sehingga diganti dengan *cone* (kerucut).
4. Kurangnya manajemen waktu sehingga pada saat melakukan penelitian waktu yang dihabiskan kurang efisien.

5. Kesadaran peneliti, bahwa masih kurangnya dalam hal pengetahuan, waktu dan biaya dalam pelaksanaan penelitian.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari data yang diperoleh tingkat keterampilan dasar sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen yang berjumlah 20 peserta dengan menggunakan tes keterampilan sepak bola “Irianto” KU 14-15 tahun diperoleh hasil analisis pada kategori “baik sekali” sebanyak 0 peserta (0%), “baik” sebanyak 8 peserta (40%) terdapat 3 diantaranya tidak masuk dalam ketentuan usia tes tersebut. “cukup” sebanyak 10 peserta (50%) terdapat 3 diantaranya tidak masuk dalam ketentuan usia tes tersebut. “kurang” sebanyak 2 peserta (10%), “kurang sekali” sebanyak 0 peserta (0%). Berdasarkan hasil tes tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa nilai rerata yang diperoleh yaitu sebesar 42.25 detik berada pada interval 46,76 – 40,79 detik, nilai yang tercepat sebesar 36.31 detik sedangkan nilai yang terlambat sebesar 52.34 detik.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka implikasi dari penelitian ini diketahui bahwa tingkat keterampilan dasar sepak bola peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen berada pada kategori cukup sehingga perlu ditingkatkan lagi keterampilan teknik dasar pada peserta ekstrakurikuler sepak bola. Dengan adanya tes keterampilan sepak bola yang telah dilakukan, dapat menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan bagi pelatih dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar peserta ekstrakurikuler sepak bola untuk memperbaiki kualitas latihan yang telah diberikan.

C. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan diatas, maka terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

1. Bagi Peserta Ekstrakurikuler

Bagi peserta ekstrakurikuler sepak bola diharapkan dapat meningkatkan keterampilan sepak bola melalui latihan tambahan secara terprogram dan bertahap diluar jam ekstrakurikuler, maka dengan begitu kemampuan peserta ekstrakurikuler dapat meningkat seiring berjalannya waktu.

2. Bagi Sekolah

Dengan adanya tes yang dilakukan dan hasil yang diperoleh, diharapkan dapat menjadi acuan sekolah dalam memberikan masukan kepada pelatih dengan menjadikan hasil tersebut sebagai bahan evaluasi dan dapat mempertimbangkan untuk memperbaiki maupun menambah variasi latihan guna meningkatkan keterampilan teknik dasar pada peserta ekstrakurikuler sepak bola.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengadakan penelitian tentang keterampilan bermain sepak bola lebih menyeluruh dengan menambah variabel penelitian yang lebih kompleks. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat melengkapi semua perlengkapan yang dibutuhkan guna memperlancar jalannya penelitian sehingga tidak terdapat hambatan pada saat melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A. M. (2019). Penerapan Pendidikan Karakter Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Melalui Metode Pembiasaan. *Didaktika : Jurnal Kependidikan*, 12(2), 183–196. <https://doi.org/10.30863/didaktika.v12i2.185>
- Afifudin, M., & Noordia, A. (2022). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Passing Pada Pemain Sepak Bola SSB Putra Permata Usia 10-12 Tahun Di Kabupaten Tuban. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(03).
- Amalia, L. P. T. (2022). Hubungan Otot Tungkai Dengan Kemampuan Tendangan (Shooting) Dalam Sepakbola Pada Klub Farmers FC. *Jurnal Edukasimu*, 2(3).
- Amirah, S. A. (2019). *Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA Negeri 1 Takalar* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Ananda, K. (2021). *Survei Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tembilahan Hulu* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Anwar, S. (2013). Survei teknik dasar dan kondisi fisik pada siswa sekolah sepak bola (Ssb) se kabupaten Demak tahun 2012. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(9).
- Arifudin, O. (2022). Optimalisasi kegiatan ekstrakurikuler dalam membina karakter peserta didik. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 829-837.
- Azahrah, F. R., Afrinaldi, R., & Fahrudin, F. (2021). Keterlaksanaan Pembelajaran Bola Voli Secara Daring Pada SMA Kelas X Se-Kecamatan Majala. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 531-538.
- Ba'ib, R. T., & Irawan, R. (2023). Survei Kelayakan Sarana dan Prasarana Olahraga Prestasi di Kabupaten Rembang pada Tahun 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4(1), 327–336. <https://doi.org/10.15294/inapes.v4i1.49800>
- Bayu, I. M. A. (2021). Evaluation of sport facilities and infrastructure. *Halaman Olahraga*, 4(1), 38–52.
- Candra et al (2019). Evaluasi Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Peminat Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sukomoro Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(4), 49-54.
- Daryono, D. (2018). Survei tingkat ketrampilan teknik dasar sepakbola dan kemampuan fisik siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di smp negeri 4 ungaran kabupaten semarang tahun ajaran 2010/2011. *Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang*.
- Dewandaru, et al. (2023). Motivasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP Pemdes Toroh Grobogan Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran)*, 9(1), 92-105.

- Dewi, R. (2021). Pengaruh Kemampuan Kerja, Motivasi Dan Pengembangan Karier Terhadap Kinerja Karyawan Pt. Bina Buana Semesta. JEBI) *Jurnal Ekonomi Bisnis Indonesia*, 16(1), 21. www.jurnal.stiebi.ac.id
- Fadli, M. (2019). Survei Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Pada Pemain Usia 14-16 Tahun di Sekolah Sepakbola (SSB) Persis Makassar (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Fadly, A. (2016). Perencanaan Stadion Sepak Bola Dengan Struktur Atap Tenda Dan Kabel Di Kota Kendari. *Jurnal Mahasiswa Jurusan Arsitektur*, Vol 1 No 2
- Gema, Abdul Rachim, Rumini Rumini, and Tommy Soenyoto. "Manajemen Kompetisi Sepakbola Sumsel Super League (SSL) Kota Palembang." *Journal of Physical Education and Sports* 5.1 (2016): 8-16.
- Husaeni et al. (2021) "Minat Siswa Menengah Atas Terhadap Ektrakurikuler Bola Voli." *Jurnal Master Penjas & Olahraga* 2.1: 52- 58.
- Ibnu, M., & Nusri, A. (2022). Analisis Sarana & Prasarana Pada Klub Sepakbola Psms Medan. *Januari-Juli*, 21(1), 74–82.
- Inzaghi, R. R. (2020). Pengembangan Model Permainan Dribbling Untuk Pembelajaran Teknik Dasar Sepak bola di SMP It Al-Hikmah Parakan Salak (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Sukabumi).
- Irianto, S. (2011). Standardisasi Kecakapan Bermain Sepakbola Untuk Siswa Sekolah Sepakbola (Ssb) Ku 14-15 Tahun Se-Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 7(7), 44-50.
- Irwandi, I., & Aprizalmi, A. (2016). Hubungan Kapasitas Aerobik (Vo2max) Terhadap Keterampilan Sepakbola Pada Club Getsempena Fc Tahun 2016. *Penjaskesrek Journal*, 3(1).
- Iswanti, Y. (2018). Pengaruh Latihan Sepakbola Empat Gawang Terhadap Keterampilan Dribbling Dan Passing Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Smp Negeri 2 Kalasan the Effect of Four-Wicket Football Training on the Dribbling. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 1–13.
- Jayusman, I., & Shavab, O. A. K. (2020). Aktivitas Belajar Mahasiswa Dengan Menggunakan Media Pembelajaran Learning Management System (Lms) Berbasis Edmodo Dalam Pembelajaran Sejarah. *Jurnal Artefak*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.25157/ja.v7i1.3180>
- Julianto et al. (2019). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing dan Control Sepak Bola menggunakan Metode Permainan. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara, 2019, 1–7. <https://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/semnara2019/article/view/152/120>
- Junaidi, A., Sugihartono, T., Sutisyana, A., & Defliyanto, D. (2019). Pengaruh Latihan Variasi Shooting Ke Arah Gawang Terhadap Akurasi Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Pemain U-14 Ssb Tunas Muda Bengkulu. *Kinestetik*, 2(2), 126–132. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.6490>

- Komarudin. (2005). Permainan Sepakbola Sebagai Wahana Pembinaan Sikap Sosial Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Vol 3 No 1
- Komarudin, K. (2021). Latihan plyometric dalam sepakbola untuk anak usia muda. *Sepakbola*, 1(2), 67-77.
- Lestari, R. Y. (2016). Peran kegiatan ekstrakurikuler dalam mengembangkan watak kewarganegaraan peserta didik. *Untirta Civic Education Journal*, 1(2).
- Mahfud et al (2020). Pelatihan pembinaan kebugaran jasmani peserta ekstrakurikuler olahraga. *Wahana Dedikasi: Jurnal Pkm Ilmu Kependidikan*, 3(1), 56-61.
- Marsh, H. W. (1992). Extracurricular activities: Beneficial extension of the traditional curriculum or subversion of academic goals?. *Journal of educational psychology*, 84(4), 553.
- Mochammad Afifudin & Anna. (2022). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Passing Pada Pemain Sepak Bola SSB Putra Permata Usia 10- 12 Tahun DiKabupaten Tuban. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10, 223–228.
- Mubarok, R. R. S., Nurlan, A., & Millah, H. (2019). Pengaruh Latihan Long Passing Menggunakan Sasaran Berurutan Terhadap Ketepatan Long Passing Dalam Permainan Sepak Bola. *Journal of sport (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(2), 98-103.
- Nisrinah et al (2022). Pengelolaan Layanan Ekstrakurikuler. *Jambura Journal of Educational Management*, 64-74.
- Nuryanta, H., & Wibowo, A. T. (2021). Penerapan Metode Pasing Kaki Bagian Dalam melalui Permainan Gawang Segitiga untuk Meningkatkan Kualitas Passing Ekstrakurikuler Sepakbola MTSN 6 Sleman. *Jurnal Olympia*, 3(1), 37–43. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v3i1.1439>
- Putra, S., Juwita, J., & Anggara, D. (2024). Analisis Ketepatan Akurasi Passing Kaki Bagian Dalam Sepak Bola Pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Indonesia Muda Kecamatan Seluma Utara Kota Bengkulu. *Educative Sportive*, 5(1), 67-70.
- Rahayu, A. P., & Dong, Y. (2023). The Relationship of Extracurricular Activities with Students' Character Education and Influencing Factors: A Systematic Literature Review. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 15(1), 459-474.
- Risna, R. (2019). Porofil Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Sma Negeri 1 Bantaeng (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Rubajczyk, K., & Rokita, A. (2015). Relationships between results of soccerspecific skill tests and game-related soccer skill assessment in young players aged 12 and 15 years. 17 November 2015, 4(22), 197–206.

- Sadih (2022). Evaluasi Program Ekstrakurikuler di Sekolah MI Ar-Rahmah. *P2M STKIP Siliwangi*, 9(2), 155-160.
- Santoso, N. (2019). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa PJKR B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(2), 40–48.
- Saputra, D.I.M. (2021). Analisis Kemampuan Heading Sepak Bola Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 276/Vi Air Batu Ii Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin. *Jurnal Muara Olahraga*, Vol. 3 No. 2 101-109
- Sari, Beny Sinta. "Kegiatan Ekstrakurikuler Keagamaan Dalam Pembentukan Moralitas Siswa Di Smpn 1 Diwek Dan Smpn 2 Jombang." *Ilmuna: Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam* 2.1 (2020): 85-105.
- Septor Fabio, & Dwi Cahyo Kartiko. (2022). Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Pada Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10, 13–18. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>
- Shilviana, K., & Hamami, T. (2020). Pengembangan Kegiatan Kokurikuler dan Ekstrakurikuler. *Palapa*, 8(1), 159-177.
- Soniawan, V., Setiawan, Y., Edmizal, E., Haryanto, J., & Arifan, I. (2022). The Football Passing Technique Skills. Halaman Olahraga Nusantara (*Jurnal Ilmu Keolahragaan*), 5(1), 80. <https://doi.org/10.31851/hon.v5i1.6503>
- Subowo, R., Dinata, M., & Wicaksono, L. (2018). Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Menyundul Pada Sepak Bola Menggunakan Modifikasi Alat. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fkip Unila*, 1, 1–12.
- Sugiarto, E. (2016). Analisis emosional, kebijaksanaan pembelian dan perhatian setelah transaksi terhadap pembentukan disonansi kognitif konsumen pemilik sepeda motor honda pada ud. Dika jaya motor lamongan. *JPIM (Jurnal Penelitian Ilmu Manajemen)*, 1(1), 14-Halaman.
- Supron et al (2022). Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola Club Indonesia Muda Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 11(5), 1–8. <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i5.55278>
- Tarista, F. (2017). *Survei Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola (Studi pada Ssb Rheza Mahasiswa Ku-14 Tahun)* (Doctoral dissertation, State University of Surabaya).
- Ubaidah, S. (2014). Manajemen ekstrakurikuler dalam meningkatkan mutu sekolah. *Al-Fikrah: Jurnal Kependidikan Islam IAIN Sulthan Thaha Saifuddin*, 5, 56738.
- Utomo et al (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87-94.

- Wibisono, F. S., & Widodo, A. (2019). Pengembangan Instrumen Tes Ketepatan Shooting Pada Pemain Sepakbola Usia 18 Sampai 23 Tahun. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(02), 478-485
- Wicaksono, F. K. (2020). A Impact of shooting variation training and keteptan training on the kick ball against the shooting skills of Satria Kencana academic soccer player in 2019. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1, 180-187.
- Wisnu, K. F. R. (2022). Analisis Teknik Dasar Sepak Bola Pada Anak Usia Dini Pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB). *Jurnal Kesehatan Olahraga* Vol., 10(1), 183–190. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan/olahraga/article/view/46420/39208>
- Zakiyah, Q. Y., & Munawaroh, I. S. (2018). Manajemen Ekstrakurikuler Madrasah. *Jurnal Isema: Islamic Educational Management*, 3(1).

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin 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/1107/UN34.16/PT.01.04/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

2 Juli 2024

Yth . SMA NEGERI 1 MIRIT
Jl. Daendels, Depok, Tlogodepok, Kec. Mirit, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah 54395

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

Nama : Heri Yulian Tri Prasetyo
NIM : 20601244107
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : SURVEI KETERAMPILAN DASAR PESERTA EKSTRAKURIKULER
SEPAK BOLA DI SMA NEGERI 1 MIRIT KEBUMEN JAWA TENGAH
Waktu Penelitian : 3 - 9 Juli 2024

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 Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
NIP 19770218 200801 1 002

Lampiran 2. Surat Bukti Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
MIRIT**

Alamat : Ds.Tlogodepok Kec Mirit Kab.Kebumen Telp.(0287) 6651098
E-mail smanegeri1mirit@gmail.com

**SURAT KETERANGAN
TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN**
Nomor : 421.4 / 647 / 2024

Berdasarkan surat dari Universitas Negeri YOGYAKARTA Nomor : B/ 1107/ UN34.16/ PT.01.04/ 2024 perihal Ijin Pelaksanaan Penelitian, dengan ini Kepala SMA Negeri Kabupaten Kebumen menerangkan bahwa :

Nama : Heri Yulian Tri Prasetyo
Tempat, Tanggal Lahir : Kebumen, 20 Juli 2001
NIM : 20601244107
Program Studi : PJKR
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah mengadakan penelitian dengan judul “Survei Keterampilan Dasar Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMA Negeri 1 Mirit Kebumen Jawa Tengah Tahun 2024” di SMA Negeri 1 Mirit Kabupaten Kabupaten pada tanggal 9 Juli 2024.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk menjadikan periksa dan digunakan seperlunya.



Lampiran 3. Surat Keputusan

			Lampiran 4	
			Surat Keputusan Kepala SMA Negeri 1 Mirit	
			Nomor : 800 / 1091 /2023	
			Tanggal : 18 Desember 2023	
			tentang Pembagian Tugas Guru Dalam Kegiatan Belajar Mengajar, Bimbingan Konseling dan Tugas Lain Di Sekolah pada Semester Genap Tahun Pelajaran 2023/2024	
No	Nama/NIP	Pangkat/Gol	Jabatan	Uraian Tu
1	Didit Purwanto, S.Pd. NIP.19920321 202221 1 005	IX	Pembina Ekstrakurikuler Pramuka (Kagudep)	1. Menyusun Program Ekstrakurikuler
2	Rini Yuniastuti, S.Pd. NIP. 19870601 202221 2 004	IX		2. Melaksanakan Ekstra Kurikuler
3	Sely Selviyani, S.Pd. NIP. 19950523 202221 2 010	IX		3. Mengevaluasi Pelaksanaan Ekstrakurikuler
4	Hisam Bachtari S. Pd NIP. 196904031995121003	Pembina IV/a		4. Menyusun Tindak Lanjut Evaluasi Pel
5	Anggi Setiaini, S.Pd. NIP.-	GTT		
6	Werdi Widodo, S.Pd. NIP.-	GTT		
7	Tentrem Budihartini, S. Pd NIP 19701102 200701 2 007	Penata III/c	Pembina Ekstrakurikuler Kesehatan	
8	Herlina NIP.-	Tenaga Medis		
9	Han Tsuwi Sian NIP.-	Tenaga Medis		
10	Slamet Hasanudin, S.Pd. NIP 19681102 199201 1 001	Pembina IV/a	Pembina Ekstrakurikuler Karya Ilmiah Remaja (KIR)	
11	Herni Budi Astuti, S.Pd. NIP. 19870129 202221 2 005	IX		
12	Galay Widhiasmoro, S.Pd. NIP. 19910531 202221 1 004	IX		
13	Retno Anggilyah, S.Pd. NIP.-	GTT		
14	Rizki Nuroktavia,S.Pd. NIP.-	Pelatih	Pembina Ekstrakurikuler Basket	
15	Feri Zuli Arfan, S. Pd NIP.-	Pelatih	Pembina Ekstrakurikuler Futsal	
16	Danang Riyadi NIP.-	Pelatih	Pembina Ekstrakurikuler Bola Voli	
17	Dedy Arfiyanto, S.Pd. NIP. 19790313 202321 1 004	IX	Pembina Ekstrakurikuler Bola Voli	
18	Pardi NIP.-	Pelatih	Pembina Ekstrakurikuler Pencak silat	
19	Didit Purwanto, S.Pd. NIP.19920321 202221 1 005	IX	Pembina Ekstrakurikuler Sepak Bola	
20	Hisam Bachtari S. Pd NIP. 196904031995121003	IV/a	Pembina Ekstrakurikuler Robotika	
21	Slamet Kuntadi,S.Kom. NIP. 19831020 202221 1 008	IX		
22	Saeful Anam, S.Kom. NIP. 19860407 202221 1 018	IX		
23	Munfiati, SAg. NIP.19701220 202221 2 005	IX	Pembina Ekstrakurikuler Kewirausahaan	
24	Nur Yulianti,S.Si. NIP.19840702 202221 2 030	IX		
25	Werdi Widodo, S.Pd. NIP.-	GTT		
26	Munfiati, SAg. NIP.19701220 202221 2 005	IX	Pembina Ekstrakurikuler Tilawah dan Seni Islami	
27	M. Rois NIP.-	Pelatih		
28	Dra. Aris Rofiqoh NIP 19680103 200801 2 015	Penata III/c		Pembina Ekstrakurikuler English Club
29	Muslimah, S.Sos. NIP.19720916 202221 2 006	IX		
				Mirit, 18 Desember 2023
				Kepala SMA Negeri 1 Mirit
				Sugiyanto, S.Pd., M.Pd.
				NIP. 19750224 200003 1 003

Lampiran 4. Data Penelitian

No	Nama Peserta	Waktu	Usia	TB	BB
1	AF	36.31	15 tahun 11 bulan	165	59
2	KI	37.34	16 tahun 3 bulan	160	45
3	GS	38.48	15 tahun	170	57
4	MK	38.70	16 tahun 3 bulan	163	50
5	MA	38.87	15 tahun 4 bulan	165	60
6	SU	39.79	15 tahun 4 bulan	172	61
7	P	40.38	16 tahun 1 bulan	165	58
8	RK	40.43	15 tahun 6 bulan	170	57
9	RA	41.13	16 tahun 6 bulan	175	68
10	DS	41.46	15 tahun 4 bulan	168	58
11	MW	41.95	15 tahun 10 bulan	168	62
12	AK	42.17	15 tahun 3 bulan	170	64
13	WS	42.35	16 tahun 3 bulan	165	45
14	KL	43.54	15 tahun 8 bulan	177	67
15	F	43.78	14 tahun 11 bulan	178	68
16	IK	44.07	14 tahun 7 bulan	168	62
17	AR	44.37	16 tahun 8 bulan	172	65
18	MR	45.50	15 tahun 11 bulan	170	60
19	TP	52.05	15 tahun 3 bulan	176	72
20	FAA	52.34	15 tahun 5 bulan	173	68

Lampiran 5. Hasil Analisis Deskriptif

<i>N</i>	<i>Valid</i>	20
	<i>Missing</i>	0
<i>Mean</i>		42.2505
<i>Median</i>		41.7050
<i>Modus</i>		36.31 ^a
<i>Std. Deviation</i>		4.18456
<i>Minimum</i>		36.31
<i>Maximum</i>		52.34

Waktu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	36.31	1	5.0	5.0	5.0
	37.34	1	5.0	5.0	10.0
	38.48	1	5.0	5.0	15.0
	38.70	1	5.0	5.0	20.0
	38.87	1	5.0	5.0	25.0
	39.79	1	5.0	5.0	30.0
	40.38	1	5.0	5.0	35.0
	40.43	1	5.0	5.0	40.0
	41.13	1	5.0	5.0	45.0
	41.46	1	5.0	5.0	50.0
	41.95	1	5.0	5.0	55.0
	42.17	1	5.0	5.0	60.0
	42.35	1	5.0	5.0	65.0
	43.54	1	5.0	5.0	70.0
	43.78	1	5.0	5.0	75.0
	44.07	1	5.0	5.0	80.0
	44.37	1	5.0	5.0	85.0
	45.50	1	5.0	5.0	90.0
	52.05	1	5.0	5.0	95.0
	52.34	1	5.0	5.0	100.0
Total		20	100.0	100.0	

Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian



Pembukaan dan pengenalan sebelum pelaksanaan tes



Pemaparan materi oleh peneliti terkait pelaksanaan tes



Pemberian contoh pelaksanaan tes oleh peneliti



Pelaksanaan tes keterampilan oleh peserta ekstrakurikuler



Pembacaan hasil penelitian dan penutupan