

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL PESERTA DIDIK
EKSTRAKURIKULER DI MI AL ISLAMIYAH GROJOGAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

**Oleh:
ILFAN GHUFRON
NIM 21604221015**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2025**

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL PESERTA DIDIK EKSTRAKURIKULER DI MI AL ISLAMİYAH GROJOGAN

Oleh:
Ilfan Ghufro
NIM 21604221015

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan.

Desain dari penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengambilan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Subyek dalam penelitian ini sebanyak 22 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data adalah tes keterampilan dasar bermain futsal untuk peserta didik nilai validitas sebesar 0,765 dan nilai reliabilitas 0,943. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif, yaitu menghitung nilai maksimum, minimum, mean, standar deviasi, median dan modus. Selain itu juga memasukkan hasil ke dalam norma penilaian menjadi 5 kategori, yaitu sangat kurang, kurang, sedang, baik dan sangat baik serta menentukan besarnya persentase yang diperoleh.

Hasil penelitian diperoleh sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan. kategori kurang sebanyak 8 responden (36,36%). Selanjutnya sebanyak 7 responden (31,82%) masing-masing pada kategori sedang dan baik. Tidak ada peserta didik yang masuk dalam kategori baik sekali maupun kurang sekali. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori kurang.

Kata kunci: Ekstrakurikuler, Futsal, Keterampilan, Sekolah Dasar

LEVEL OF FUTSAL PLAYING SKILLS OF FUTSAL EXTRACURRICULAR MEMBERS AT MI AL ISLAMIYAH GROJOGAN

Abstract

This research aims to assess the futsal playing skills among students in futsal extracurricular activities at MI Grojogan (Grojogan Islamic Elementary School),.

This research employed a descriptive quantitative for data collection through tests and measurements. This research involved 22 students participating in futsal extracurricular activities at MI Al Islamiyah Grojogan. The data collection instrument was a basic futsal skills assessment for students, The instrument possessed a validity coefficient of 0.765 and a reliability coefficient of 0.943. The data analysis method employed descriptive statistics, as computing the maximum, minimum, mean, standard deviation, median, and mode values. The findings were categorized into five assessment categories: very poor, poor, moderate, good, and very good, along with the corresponding percentage achieved.

The research findings indicate that the most students involved in the futsal extracurricular activities at MI Al Islamiyah Grojogan belong to the poor category, with 8 responses (36.36%). Additionally, a total of 7 responses (3.82%) belong to the moderate and good categories. There is no any student belongs to the categories of very good or very poor.

Keywords: *Extracurricular, Futsal, Skills, Elementary School*

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ilfan Ghuftron

Nomor Induk Mahasiswa : 21604221007

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Peserta didik
Ekstrakurikuler di MI Al Islamiyah Grojogan

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah dipergunakan sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat orang lain yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 23 April 2025

Penulis,



Ilfan Ghuftron
NIM. 21604221015

LEMBAR PERSETUJUAN

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL PESERTA DIDIK
EKSTRAKULIKULER DI MIA AL ISLAMIAH GROJOGAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Koordinator Prodi PJSD



Prof. Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 196707011994121001

Dosen Pembimbing Skripsi



Riky Dwihandaka, M.Or.
NIP. 198211292015041001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL PESERTA DIDIK
EKSTRAKURIKULER DI MI AL ISLAMİYAH GROJOGAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

ILFAN GHUFRON
NIM. 21604221015

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 7 Mei 2025

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Riky Dwihandaka, S.Pd. Kor., M.Or. (Ketua Tim Penguji)		14-5-2025
Dr. Zaza Afnindar Fakhrurozi, M.Pd. (Sekretaris Tim Penguji)		14-05-2025
Dr. Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. (Penguji Utama)		14/5 - 2025

Yogyakarta, 14 Mei 2025
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Dr. Heli Andriyanto Hermawan, M.Or
NIP. 197702182008011002

MOTTO

"Dan barangsiapa bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar."

(QS. At-Talaq: 2)

“Berjalan tak seperti rencana adalah jalan yang sudah biasa dan jalan satu – satunya Jalani sebaik kau bisa”

(FSTVLST – GAS)

“Mungkin kita sampai, mungkin saja tidak tugas kita hanyalah berjalan”

(The jeblogs – Sambutlah)

“ Maka sudahilah sedihmu yang belum sudah, segera mulailah syukurmu yang pasti indah. Berbahagialah”

(FSTVLST – Menantang Rasi Bintang)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur atas segala nikmat yang telah Allah SWT berikan dan dengan segala karunia-nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan baik. Perjalanan peneliti tidak dapat dilalui dengan mudah tanpa kehadiran orang-orang hebat dalam hidup peneliti, yang selalu membantu peneliti dalam melewati berbagai macam tantangan dan rintangan, oleh karena itu peneliti mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kepada ayah saya, Bapak Wahyudin yang telah menjadi sumber inspirasi dan motivasi dalam setiap langkahku. Terima kasih atas kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan yang tiada henti. Setiap nasihat dan doronganmu telah membentuk diriku menjadi pribadi yang lebih baik. Semoga skripsi ini dapat menjadi bukti dari semua usaha dan doa yang telah kau berikan. Kepada Ayah, yang selalu percaya pada impianku, semoga apa yang telah aku capai ini dapat membanggakanmu.
2. Kepada pintu surgaku, Ibu Rini Afriyani. yang telah menjadi cahaya dalam hidupku. Terima kasih atas kasih sayang, pengorbanan, dan dukungan yang tiada henti. Setiap pelajaran dan nilai yang Ibu tanamkan dalam diriku telah membentukku menjadi pribadi yang lebih baik. Ibu, semoga skripsi ini dapat menjadi bukti dari semua doa dan harapan yang telah Ibu berikan. saya berjanji untuk terus berusaha dan membuatmu bangga.
3. Kepada Dela Haryanti, yang selalu ada di sampingku dalam setiap langkah perjalanan ini. Terima kasih atas dukungan, pengertian, dan semangat yang kau berikan. Setiap momen bersamamu telah memberikan inspirasi dan kekuatan untuk terus berjuang. Semoga skripsi ini dapat menjadi bukti dari cinta dan usaha kita bersama. saya berharap kita dapat terus melangkah bersama menuju masa depan yang lebih cerah.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan Rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini merupakan salah satu syarat akademik yang harus dipenuhi oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, sebagai bagian integral dari proses Pendidikan yang telah ditempuh.

Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Peserta Didik Ekstrakurikuler Di MI Al Islamiyah Grojogan” ini merupakan buah karya saya Ilfan Ghufro.

Proses penyusunan skripsi ini bukanlah hal yang mudah. Berbagai tantangan dan rintangan saya hadapi, namun berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, alhamdulillah saya dapat melaluinya dengan baik. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini, saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes, AIFO., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan kepada saya selama menempuh studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, atas arahan dan bimbingan selama saya belajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan.
3. Bapak Prof. Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M. Kes., Koorprodi Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, atas dukungan dan motivasinya selama saya menempuh studi di Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar.
4. Bapak Riky Dwihandaka, M.Or., dosen pembimbing skripsi saya, atas kesabaran, bimbingan, arahan, dan motivasinya yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Dr. Heri Yogo Prayadi, S.Pd., M.Or., Selaku penguji utama sidang tugas akhir saya sebagai ungkapan terima kasih atas bimbingan dan penilaian yang berharga.
6. Bapak Dr. Zaza Afnindar Fakhrurozi, M.Pd, Selaku Sekretaris Sidang tugas akhir atas dukungan dan bantuan dalam kelancaran proses sidang skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, atas ilmu pengetahuan, wawasan, dan pengalaman yang telah diberikan selama saya kuliah.
8. Kepala Sekolah, Guru, dan Peserta Didik di MI Al Islamiyah Grojogan yang telah memberikan arahan, bimbingan, tenaga, dan waktu yang terbaik dalam penulis menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.
9. Teman-teman satu Angkatan PJSD A 2021 atas kebersamaan selama ini.
10. Kedua orang tua saya tercinta, atas doa, dukungan, kasih sayang, dan pengorbanan yang tak terhingga selama saya menempuh pendidikan.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saya sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk perbaikan di masa mendatang.

Yogyakarta, 21 April 2025

Penulis,



Ilfan Ghufro
NIM. 21604221015

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Kajian Teori.....	10
1. Hakikat Gerak Dasar	10
2. Hakikat tingkat keterampilan	22
3. Hakikat Futsal	30
4. Hakikat Keterampilan Dasar Bermain Futsal	40
5. Hakikat Ekstrakurikuler	50
6. Karakteristik Peserta Ekstrakurikuler MI Al Islamiyah Grojogan.....	59
B. Penelitian yang Relevan	62
C. Kerangka Pikir	64
D. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	66

A. Desain Penelitian.....	66
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	66
C. Tempat dan Waktu.....	67
D. Subjek Penelitian.....	67
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	67
F. Teknik Analisis Data	71
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	73
A. Hasil Penelitian	73
B. Pembahasan.....	75
C. Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	79
A. Simpulan	79
B. Implikasi.....	79
C. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. SK Pembibing Tugas Akhir	85
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian	86
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	87
Lampiran 4. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi	88
Lampiran 5. Instrumen Tes Keterampilan Gerak Dasar Bermain Futsal	89
Lampiran 6. Norma Penilaian Keterampilan Bermain Futsal.....	90
Lampiran 7. Data Tes Penelitian	91
Lampiran 8. Hasil Analisis T skor.....	92
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian.....	93

DAFTAR TABEL

	Halaman
Table 1. Norma Penilaian Keterampilan Bermain Futsal.....	72
Table 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Bermain Futsal.....	74

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerak dasar <i>Passing</i>	42
Gambar 2. Gerak dasar <i>controlling</i>	43
Gambar 3. Gerak Dasar <i>chipping</i>	45
Gambar 4. Gerak dasar <i>Dribbling</i>	46
Gambar 5. Gerak dasar <i>shooting</i> punggung kaki	48
Gambar 6. Gerak dasar <i>shooting</i> ujung kaki	49
Gambar 7. Tes Keterampilan Dasar Futsal	70
Gambar 8. Histogram Keterampilan Bermain Futsal pada Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di MI Al Islamiyah Grojogan	74

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah upaya untuk mempersiapkan individu melalui bimbingan, pengajaran, dan pelatihan untuk perannya di masa depan. Pendidikan memiliki dampak dan kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan diri anak, mencakup aspek fisik, moral, emosional, intelektual, dan spiritual. Setiap aspek tersebut dapat berkembang secara optimal. Pendidikan di sekolah berfungsi sebagai sarana bagi anak-anak untuk tumbuh dan berkembang menjadi individu dewasa yang cerdas, berakhlak baik, dan bermanfaat bagi bangsa dan negara. Aktivitas fisik pada dasarnya adalah kebutuhan setiap individu dalam hidupnya untuk menjaga kondisi fisik dan kesehatan dengan baik. Namun, saat ini, banyak orang menghabiskan lebih banyak waktu untuk bekerja. Akibatnya, olahraga menjadi kegiatan yang sering diabaikan. Dalam situasi seperti ini, aktivitas olahraga menjadi hal yang kurang umum dilakukan. Sementara itu, olahraga sangat penting untuk menjaga kesehatan, yang merupakan aspek penting dan berharga dalam kehidupan manusia. Secara umum, tujuan orang berolahraga dapat dibagi menjadi beberapa kategori, yaitu: (1) Pendidikan, (2) pencapaian prestasi, (3) menjaga kesehatan, (4) terapi, dan (5) mengisi waktu luang (rekreasi).

Inti dari kegiatan olahraga adalah aktivitas bermain yang diadakan dalam bentuk lomba dan pertandingan. Olahraga bersifat inklusif, tanpa memandang jenis kelamin, usia, suku, ras, agama, atau golongan. Setiap orang diperbolehkan untuk berpartisipasi dalam aktivitas olahraga, asalkan tidak membahayakan diri

sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, siapa pun diperbolehkan untuk berpartisipasi dalam berbagai jenis olahraga dengan peraturan yang dapat disesuaikan. Pembelajaran, terutama untuk peserta didik, harus dirancang agar menarik, sehingga anak-anak merasa senang dan lebih tertarik. Ini berarti bahwa gerakan yang diajarkan harus relevan dengan pembelajaran, tetapi anak-anak tidak merasa terbebani oleh perintah dan aturan yang terlalu ketat.

Materi pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah dasar mencakup berbagai aspek, seperti gerakan dasar senam, keterampilan gerak ritmik, gerak dasar renang, dan gerak dasar dalam permainan. Mengingat bahwa anak-anak di sekolah dasar cenderung menyukai permainan. Maka pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan sebaiknya lebih banyak melibatkan elemen permainan. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara keseluruhan, melalui kegiatan fisik yang dirancang untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan fisik, sosial dan emosional. Dengan demikian, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dapat dipahami sebagai salah satu tujuan dari pendidikan secara keseluruhan. Secara khusus, pendidikan jasmani berfokus pada aktivitas gerak tubuh yang memiliki berbagai tujuan di dalamnya. Juliantine (2006, p. 11) berpendapat tujuan pendidikan jasmani yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup domain psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan kata lain, melalui aktifitas jasmani itu anak diharapkan untuk belajar, sehingga terjadi perubahan perilaku, tidak saja menyangkut aspek fisik, tetapi juga intelektual, emosional, sosial dan moral.

Ada berbagai macam olahraga yang dapat dilakukan oleh manusia, baik secara pribadi maupun dalam kelompok. Salah satu olahraga yang banyak diminati adalah futsal. Sejak tahun 2002, futsal semakin populer di Indonesia karena jumlah lapangan terbuka yang luas semakin menurun, terutama di daerah perkotaan. Sebagai contoh, banyak pencinta olahraga yang bermain sepak bola di tanah kosong di perumahan yang sempit, di gang-gang berdebu, serta di ruang terbuka di bawah jembatan. Keterbatasan lapangan ini mendorong futsal menjadi alternatif untuk menyalurkan hobi olahraga. Futsal dapat membantu anak-anak dan remaja dalam mengasah keterampilan serta insting bermain bola. Olahraga futsal telah mengalami perkembangan yang signifikan di berbagai wilayah di Indonesia karena permainan ini sangat menarik dan menghibur. Munculnya klub-klub futsal menandakan bahwa olahraga ini sangat populer di kalangan masyarakat dari berbagai lapisan.

Dalam beberapa waktu terakhir, futsal telah menjadi salah satu olahraga favorit di Yogyakarta, yang terlihat dari bertambahnya jumlah tempat futsal dan sekolah-sekolah yang menawarkan ekstrakurikuler futsal. Selain itu, banyaknya pelatihan wasit dan turnamen yang diselenggarakan di Yogyakarta juga berkontribusi pada perkembangan olahraga ini.

Berdasarkan pengamatan penelitian selama kegiatan ekstrakurikuler di MI Al Islamiyah Grojogan, saat observasi berlangsung selama dua hari, observasi dilakukan saat meminta izin melakukan penelitian dan pengamatan pelaksanaan ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan yang berlangsung setiap hari senin sore, Kegiatan ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan dilatih

oleh 2 guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut. Pemberian materi latihan masih kurang maksimal dan belum terprogram dengan baik. Latihan diawali dengan pemanasan, inti latihan, dan permainan. Latihan yang diberikan pelatih meliputi teknik mengumpan, kontrol bola, menggiring, *shooting*, dan menyundul dan latihan daya tahan jantung paru. Hasilnya kurang maksimal karena materi latihan tidak diberikan secara teratur dan bertahap.

Latihan keterampilan dasar bermain futsal seperti mengumpan, menerima dan menghentikan bola, menggiring bola, dan *shooting* masih jarang diberikan untuk peserta ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan. Latihan keterampilan dasar bermain futsal hanya diberikan di awal-awal latihan saja itupun sebagai bagian dari pemanasan, sehingga frekuensi peserta ekstrakurikuler futsal dalam usaha meningkatkan keterampilan dasar bermain futsalnya masih minim.

Peserta didik dalam menguasai keterampilan dasar bermain futsal masih kurang, hal itu terlihat saat berlatih peserta ekstrakurikuler futsal lebih semangat untuk bermain futsal daripada berlatih mengasah keterampilan dasarnya dalam bermain futsal, sehingga peserta ekstrakurikuler saat bermain futsal juga masih sering bersifat individu, padahal permainan futsal itu, permainan yang dilakukan secara beregu, sehingga sangat dibutuhkan kemampuan mengumpan bola, menggiring bola, mengontrol bola, dan melakukan tembakan ke gawang. Di MI Al Islamiyah Grojogan juga belum pernah dilakukan tes keterampilan dasar bermain futsal, sehingga guru belum dapat mengetahui sejauh mana kemampuan

siswa dalam bermain futsal. Selama ini, tes hanya dapat dilakukan untuk setiap teknik dalam futsal, seperti : *dribbling*, *shooting*, dan *passing*.

Permainan futsal dapat berlangsung dengan baik, teratur dan menarik apabila para pemain menguasai berbagai elemen dalam permainan, salah satunya adalah penguasaan teknik dasar. Teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain futsal mencakup *dribbling*, *shooting*, dan *passing*. *Passing* bertujuan untuk memberikan atau mengoper bola kepada rekan satu tim. Teknik *passing* yang baik dan benar sangat penting dalam permainan futsal, karena penguasaan Teknik ini akan memudahkan rekan untuk menerima bola. Untuk menguasai *passing*, diperlukan penguasaan gerakan agar sasaran yang diinginkan dapat tercapai. Namun, masih banyak peserta didik yang melakukan *passing* dengan tendangan yang terlalu keras atau lemah, sehingga hasilnya tidak sesuai dengan arah yang diinginkan, dan sering terjadi kesalahan saat mengumpan bola kepada teman.

Dribbling juga memiliki peranan penting dalam permainan futsal, karena dapat digunakan untuk menyerang dengan membawa bola mendekati gawang lawan. Syarif & Bahtra, (2023, pp. 199-208), menyampaikan *dribbling* merupakan menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. *Dribbling* bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Salah satu masalah yang sering dihadapi peserta didik adalah Teknik *dribbling* yang belum memadai. Ketika pemain melakukan *dribbling*, bola sering kali terlepas, sehingga mudah direbut oleh lawan, dan Sebagian besar peserta didik belum menguasai Teknik *dribbling* dengan baik.

Teknik dasar selain *dribbling*, *shooting* juga memiliki peranan yang sangat penting dalam permainan futsal karena tujuan utamanya adalah untuk mencetak gol. Pemain yang memiliki kemampuan *shooting* yang baik dan akurat akan lebih mudah mencetak gol, terutama saat melakukan tendangan penalty. Penguasaan Teknik *shooting* yang baik akan mempermudah dalam mencetak gol atau memasukkan bola ke gawang lawan. (Fitriadi et al., 2020, pp. 1-8), *shooting* merupakan cara untuk menciptakan gol, ini disebabkan seluruh pemain memiliki kesempatan untuk menciptakan gol dan mengembangkan permainan atau pertandingan. Salah satu masalah yang sering dihadapi peserta didik adalah *shooting* yang kurang akurat dan maksimal, sehingga tidak tepat sasaran dan tidak terarah. Hal ini terlihat Ketika peserta didik melakukan tendangan dari Tengah lapangan, yang masih jarang menghasilkan gol.

Setiap individu memiliki Tingkat keterampilan yang bervariasi dalam bermain futsal. Beberapa memiliki kemampuan yang baik, sementara yang lain kurang baik. Perbedaan dalam segi Teknik ini juga terlihat pada setiap peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan Sebagai contoh, kemampuan menggiring bola masih kurang, yang terlihat ketika bola dengan mudah direbut oleh pemain lawan. Selain itu, kemampuan menendang bola juga masih lemah, sehingga mudah ditangkap oleh penjaga gawang, dan ketepatan tendangan juga masih belum memadai. Kemampuan *passing* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di MI AL Islamiyah Grojogan masih kurang terarah, sehingga permainan futsal menjadi kurang menarik dan mudah direbut oleh lawan.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa penting untuk mengevaluasi tingkat keterampilan dasar bermain futsal melalui penelitian. Dengan melakukan tes keterampilan dasar futsal, diharapkan dapat diketahui sejauh mana Tingkat keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI AL Islamiyah Grojogan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Beberapa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan masih kurang baik dalam menggiring bola.
2. Beberapa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan memiliki kemampuan *passing* bola yang kurang baik.
3. Beberapa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan memiliki kemampuan *shooting* bola yang kurang baik.
4. Tingkat keterampilan dasar bermain futsal peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan masih belum diketahui.

C. Batasan Masalah

Masalah dalam penelitian ini perlu dibatasi agar fokus kajian tetap terjaga dan tidak meluas. Oleh karena itu, permasalahan yang akan diteliti difokuskan pada Tingkat keterampilan bermain futsal peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah, permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut: "Seberapa baik tingkat keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan?"

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, baik secara teoritis maupun praktis, adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Dapat memberikan bukti ilmiah mengenai tingkat keterampilan dasar bermain futsal peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan, sehingga dapat dijadikan landasan untuk mengembangkan pembelajaran, khususnya dalam olahraga futsal.

2. Secara Praktis

a. Bagi Guru atau Pelatih

Sebagai kontribusi dalam usaha untuk meningkatkan prestasi olahraga futsal di MI Al Islamiyah Grojogan.

b. Bagi peserta didik

Peserta didik dapat memahami tingkat pengetahuan mereka dan akan termotivasi untuk melakukan aktivitas yang dapat mengarah pada kehidupan yang lebih baik.

c. Bagi sekolah

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam merumuskan program-program tambahan untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan dapat meningkatkan prestasi peserta didik di bidang olahraga sesuai dengan kemampuan dan bakat yang dimiliki.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Gerak Dasar

a. Pengertian Gerak Dasar

Kemampuan gerak dasar yakni komponen dari pengembangan motorik. Kemampuan gerakan dasar bagi peserta didik untuk menambah keterampilan gerakan dasar. Keterampilan ialah kebiasaan lebih untuk melakukan penyelesaian maupun pekerjaan yang dipunyai oleh individu (Ahmad, 2017). Gerakan ialah keterlibatan mayoritas maupun semua organ tubuh menjadi suatu perpaduan untuk mengembangkan gerakan perpindahan tempat dan gerakan statik dalam sebuah proses. Gerakan dasar ialah pondasi untuk melakukan pengembangan kegiatan fisik seumur hidup. Kemampuan gerakan dasar didefinisikan sebagai pondasi pola untuk kegiatan fisik yang lebih kompleks untuk dianalisis. Keterampilan gerakan dasar ialah kemampuan yang menjadi pondasi dari gerak individu. Kemampuan gerakan dasar ialah pondasi bagi siswa untuk mengembangkan gerakan dan sebagai pondasi untuk gerakan yang lebih sukar. Kemampuan gerakan dasar yang krusial untuk siswa terbagi ke dalam lokomotor dan gerakan obyek kontrol. Kemampuan lokomotor ialah gerakan yang menyebabkan seseorang mengalami perpindahan dari sebuah lokasi maupun ruangan ke lokasi maupun ruangan yang lainnya. Permisalan dari gerak lokomotor diantaranya berlari, melompat, jalan, menginjit dan lain sebagainya (Irsakinah & Yaswinda, 2021).

Gerak dasar merupakan gerak yang perkembangannya sejalan dengan pertumbuhan seseorang. Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk ketangkasan yang lebih kompleks. Menurut Lutan (1998) membagi tiga gerakan dasar yang melekat pada individu yaitu, 1) lokomotor, (2) gerak non lokomotor, (3) manipulatif. Gerakan ini merupakan salah satu bentuk gerakan motorik yang harus dikuasai siswa melalui pendidikan jasmani. Pembelajaran motorik akan menghasilkan perubahan gerakan yang relatif permanen. Seseorang yang ingin memiliki keterampilan yang baik terlebih dahulu harus mengembangkan unsur gerak, kemudian hal ini dapat dilakukan melalui proses belajar dan berlatih yang dilakukan melalui mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Menurut Mahfud dan Fahrizqi (2020) gerakan motorik adalah dasar dan fondasi yang kuat dalam rangka mendukung kegiatan pembelajaran, bermain, sosialisasi, dan menjadi salah satu bentuk guna membangun kepercayaan diri siswa. Kemampuan motorik akan sangat berguna bagi siswa dan menjadi dasar yang baik untuk perkembangan kognitif anak. Perkembangan motorik anak adalah suatu proses kematangan yang erat hubungannya dengan aspek deferensial bentuk atau fungsi termasuk perubahan sosial dan emosional (Hurlock, 1998).

Penguasaan keterampilan gerak dasar merupakan salah satu elemen penting untuk mencapai kompetensi jasmani (*physical competence*) yang akan menuntun seseorang memiliki *physical literacy* yang baik (Gallahue & Donnelly, 2003). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penguasaan

keterampilan gerak dasar anak berhubungan erat dengan partisipasinya dalam aktivitas fisik. Penelitian Wrotniak et al. (2006) menemukan bahwa kecakapan siswa dalam.

keterampilan gerak berasosiasi positif dengan partisipasi aktif dalam aktivitas fisik. Siswa yang memiliki kecakapan dalam keterampilan geraknya cenderung memiliki aktivitas fisik yang lebih sering dan lebih lama dengan intensitas moderate dan moderate to vigorous. Penelitian ini juga mengungkap bahwa kecakapan keterampilan gerak siswa berasosiasi negatif dengan perilaku kurang gerak. Selain itu penguasaan keterampilan gerak dasar merupakan syarat bagi anak untuk memiliki banyak keterampilan dalam kehidupan sehari-hari, dan juga syarat awal untuk dapat berpartisipasi pada banyak cabang olahraga (Stodden et al., 2009).

Perkembangan motorik sangat penting dalam tahapan perkembangan anak. Penguasaan bentuk perkembangan motorik halus dan motorik kasar sangat penting untuk tumbuh kembang dan melatih anak untuk hidup mandiri. Perbedaan antara motorik halus dan motorik kasar terdapat pada penggunaan otot dalam melakukan aktifitas. Motorik halus merupakan kemampuan yang berhubungan dengan keterampilan yang menggunakan otot kecil dan motorik kasar dengan menggunakan otot besar untuk menopang segala aktivitas sehari-hari. Contoh bentuk motorik kasar adalah berlari, menendang, dan melompat. Perkembangan motorik anak sangat penting untuk diperhatikan karena sesuai dengan karakteristik anak yaitu bermain

sehingga dibutuhkan keterampilan motorik yang baik guna menunjang aktivitas sehari-hari anak. Keterampilan motorik juga berfungsi untuk membuat tubuh anak menjadi lebih sehat dan perkembangan tubuhnya berjalan dengan baik karena ia mampu bergerak dengan baik yang ditandai dengan keaktifan anak dalam bermain. Anak yang aktif selain berguna untuk kesehatan dan perkembangan tubuh yang ideal juga mengajarkan anak untuk bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungan yang berguna untuk membentuk karakter anak dan mempermudah anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Aktivitas fisik tak hanya berpengaruh terhadap tingkat kesehatan namun juga pada kemampuan kognitif, emosi, dan sosial anak berdasarkan berbagai penelitian. Pagani & Messier (2012) menyampaikan bahwa meskipun secara umum kemampuan motorik anak sering kali diabaikan dalam konsep kesiapan sekolah karena sekolah umumnya hanya terfokus pada kemampuan kognitif dan emosi anak, akan tetapi berdasarkan hasil penelitiannya ditemukan bahwa kemampuan motorik (baik motorik kasar maupun motorik halus) berhubungan dengan kemampuan-kemampuan lainnya yang merupakan syarat dari kesiapan sekolah seperti kemampuan verbal, sosial, kemampuan matematika awal, dan keterampilan berperilaku. Kemampuan gerak merupakan aktivitas yang sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Menurut Widiyastuti (2014) Konsep pembelajaran gerak merupakan

dasar bagi pelaksanaan proses pembelajaran dan pelatihan gerak atau keterampilan gerak. Keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efisien serta perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol atas bagian bagian tubuh yang terlibat dalam gerakan.

Dalam Proses latihan erat kaitannya dengan belajar gerak. Menurut gallahue (2006) Belajar gerak (motor learning) adalah merupakan perubahan yang relatif permanen dalam kinerja atau berhubungan dengan perubahan perilaku gerak yang dihasilkan berkat latihan atau pengalaman di masa lalu. Menurut Rink (2010), belajar gerak diartikan sebagai suatu perubahan keadaan diri seseorang yang berupa peningkatan keterampilan secara relatif tetap sebagai hasil latihan atau pengalaman. Pembelajaran gerak adalah serangkaian proses yang dihubungkan dengan latihan atau pengalaman yang mengarah pada perubahan perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan gerakan yang terampil. Berdasarkan pada beberapa pengertian yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa belajar keterampilan gerak dapat dipengaruhi oleh proses pembelajaran dan pengalaman dan keterampilan gerak merupakan proses latihan yang bertujuan untuk merubah kemampuan agar dapat melakukan gerakan gerakan yang diinginkan dengan baik.

Gerak dasar merupakan pola gerakan yang menjadi fondasi bagi semua aktivitas fisik manusia. Sukintaka (2004:79), gerak dasar adalah

gerakan-gerakan dasar yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak. Gerak dasar ini menjadi dasar untuk keterampilan gerak yang lebih kompleks.

Sementara itu, Mahendra (2007:15) mendefinisikan gerak dasar sebagai pola gerakan yang inheren yang membentuk dasar-dasar untuk keterampilan gerak yang kompleks, yang meliputi gerak lokomotor, gerak non-lokomotor, dan gerak manipulatif.

Hurlock (2008:150) menyatakan bahwa perkembangan gerak dasar merupakan perkembangan gerakan yang melibatkan bagian tubuh yang digunakan untuk berpindah tempat dan untuk menggerakkan anggota tubuh yang digunakan untuk memanipulasi objek.

b. Jenis-jenis Gerak Dasar

Menurut Sugiyanto (2016), gerak dasar pada anak sekolah dasar dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori utama, yaitu:

1) Gerak Locomotor

Gerak lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan perpindahan tempat atau berpindah dari satu titik ke titik lainnya. Menurut Mahendra (2017), gerak lokomotor menjadi salah satu komponen penting dalam perkembangan motorik anak usia sekolah dasar. Jenis-jenis gerak lokomotor meliputi:

a) Berjalan

Berjalan merupakan keterampilan gerak dasar yang paling awal dikuasai oleh anak. Gallahue dan Ozmun

(2012) mendefinisikan berjalan sebagai gerakan kaki yang bergantian dengan salah satu kaki selalu kontak dengan permukaan atau landasan. Pola berjalan yang baik ditandai dengan postur tubuh yang tegak, lengan yang berayun berlawanan dengan kaki, dan langkah yang konsisten.

b) Berlari

Berlari merupakan perkembangan dari gerak berjalan dengan ciri khusus adanya fase melayang di udara (kedua kaki tidak menyentuh tanah). Widiastuti (2013) menyatakan bahwa kemampuan berlari anak akan semakin baik seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan usia, yang ditandai dengan meningkatnya kekuatan otot kaki dan keseimbangan tubuh.

c) Melompat

Melompat merupakan gerakan yang diawali dengan menolak menggunakan satu atau dua kaki dan mendarat dengan kedua kaki. Menurut Saputra (2015), kemampuan melompat anak usia sekolah dasar memiliki pola yang berbeda-beda sesuai dengan tingkat perkembangan koordinasi dan kekuatan otot.

d) Meloncat

Meloncat adalah gerakan yang diawali dengan menolak menggunakan kedua kaki dan mendarat dengan

salah satu atau kedua kaki. Perbedaan mendasar dengan melompat terletak pada tolakan awal. Menurut Suherman (2018), gerakan meloncat membutuhkan koordinasi yang baik antara mata, tangan, dan kaki.

e) Merangkak

Merangkak adalah gerakan berpindah tempat dengan tumpuan pada telapak tangan dan lutut. Menurut Samsudin (2013), merangkak merupakan gerak lokomotor dasar yang sangat penting untuk mengembangkan koordinasi silang antara tangan dan kaki.

f) Berjingkat

Berjingkat adalah gerakan melompat dengan tumpuan dan pendaratan pada kaki yang sama. Menurut Sukamti (2017), keterampilan berjingkat pada anak usia sekolah dasar membantu mengembangkan keseimbangan dinamis dan kekuatan otot tungkai.

2) Gerak Non-lokomotor

Gerak non-lokomotor adalah gerakan yang dilakukan di tempat atau tidak menyebabkan perpindahan tempat. Bambang Sujiono (2014) menjelaskan bahwa gerak non-lokomotor merupakan aktivitas yang menggerakkan anggota tubuh pada porosnya, dan pelaku tidak pindah tempat. Jenis-jenis gerak non-lokomotor meliputi:

a) Memutar

Memutar adalah gerakan berputar yang berporos pada satu sumbu. Sumantri (2015) menjelaskan bahwa gerakan memutar dapat dilakukan dengan berbagai bagian tubuh sebagai poros, seperti kepala, bahu, pinggang, dan lain-lain.

b) Menekuk

Menekuk adalah gerakan membengkokkan bagian tubuh seperti lutut, siku, atau pergelangan. Menurut Mutiah (2012), gerakan menekuk melatih fleksibilitas sendi dan penguatan otot-otot tertentu pada tubuh anak.

c) Mengayun

Mengayun adalah gerakan yang berporos pada pangkal bagian tubuh yang diayun, seperti lengan dan kaki. Menurut Husdarta dan Kusmaedi (2014), gerakan mengayun membantu mengembangkan koordinasi dan keseimbangan tubuh.

d) Menarik

Menarik adalah gerakan membawa suatu benda mendekat ke arah tubuh. Gerakan ini meningkatkan kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan. Menurut Decaprio (2013), aktivitas menarik sangat penting untuk pengembangan motorik halus dan kasar anak.

e) Mendorong

Mendorong adalah gerakan menjauhkan benda dari tubuh. Sama seperti menarik, gerakan mendorong juga mengembangkan kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan. Menurut Sujiono (2014), kegiatan mendorong membantu anak mengenali konsep gaya dan tekanan.

f) Meliuk

Meliuk adalah gerakan memutar tubuh ke samping dengan bertumpu pada pinggang. Menurut Rahyubi (2016), gerakan meliuk pada anak usia sekolah dasar berperan penting dalam mengembangkan fleksibilitas dan kelenturan tubuh.

3) Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif adalah gerakan yang melibatkan kontrol objek, terutama dengan tangan dan kaki. Menurut Lutan (2014), gerak manipulatif merupakan keterampilan motorik yang melibatkan penguasaan terhadap objek di luar tubuh oleh anggota tubuh. Jenis-jenis gerak manipulatif meliputi:

a) Melempar

Melempar adalah gerakan mengeluarkan tenaga terhadap suatu objek untuk membuatnya bergerak menjauhi tubuh. Menurut Gallahue dan Ozmun (2012), pola melempar berkembang dari cara melempar yang sederhana hingga pola

melempar yang kompleks seiring dengan pertumbuhan dan kematangan anak.

b) Menangkap

Menangkap adalah gerakan menerima dan menguasai objek dengan menggunakan tangan. Menurut Sujarwo (2015), keterampilan menangkap melibatkan koordinasi antara mata dan tangan serta kemampuan untuk memperkirakan kecepatan dan arah objek yang bergerak.

c) Menendang

Menendang adalah gerakan mengayunkan kaki terhadap suatu objek dengan tujuan membuatnya bergerak. Menurut Suherman (2018), keterampilan menendang berkembang dari pola menendang yang kaku hingga pola menendang yang matang dan terarah.

d) Memantulkan

Memantulkan adalah gerakan mendorong objek (biasanya bola) ke permukaan sehingga objek tersebut memantul kembali. Menurut Saputra (2015), memantulkan bola membutuhkan koordinasi mata-tangan yang baik dan kontrol kekuatan.

e) Memukul

Memukul adalah gerakan mengayunkan lengan untuk memberikan gaya pada objek. Menurut Mutiah (2012), keterampilan memukul pada anak sekolah dasar menunjukkan perkembangan koordinasi mata-tangan dan persepsi ruang.

f) Menggelindingkan

Mengelindingkan adalah gerakan mendorong objek di permukaan tanah sehingga objek tersebut berputar dan bergerak maju. Menurut Sumantri (2015), keterampilan menggelindingkan membantu anak memahami konsep arah dan kekuatan.

c. Peran Gerak Dasar dalam Perkembangan Motorik Anak

Menurut Sukintaka (2015), pengembangan gerak dasar pada anak sekolah dasar sangat penting karena menjadi fondasi bagi pengembangan keterampilan gerak yang lebih kompleks. Selain itu, pengembangan gerak dasar juga berperan dalam:

- 1) Meningkatkan keterampilan fisik dan koordinasi tubuh
- 2) Membangun kepercayaan diri anak
- 3) Mengembangkan keterampilan sosial melalui aktivitas berkelompok
- 4) Meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani
- 5) Mendukung perkembangan kognitif anak

Mahendra (2017) menegaskan bahwa pengalaman gerak yang bervariasi pada masa anak-anak akan membentuk dasar keterampilan yang kuat untuk menguasai berbagai keterampilan khusus di masa mendatang.

2. Hakikat tingkat keterampilan

a. Pengertian Keterampilan

Tingkat keterampilan individu dalam suatu bidang pasti bervariasi, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi keterampilan seseorang, semakin besar kemungkinan mereka untuk berhasil dalam menyelesaikan tugas. (Nasihudin & Hariyadin, 2021, pp. 733-743), menjelaskan yaitu: suatu tindakan atau tugas yang mencerminkan tingkat kemahiran seseorang. Sebagai indikator dari tingkat kemahiran tersebut, keterampilan diartikan sebagai kemampuan yang ditunjukkan oleh individu saat melaksanakan tugas dengan tujuan tertentu.

Keterampilan adalah ukuran kemampuan yang dimiliki oleh seseorang. Keterampilan yang dimaksud disini adalah keterampilan memainkan peran atau membuat dan menciptakan karya yang bisa diterima orang lain. Keterampilan dalam merancang, membuat atau mewujudkan sesuatu, baik bersifat materi maupun non materi, bisa menjadi modal dalam mencapai sebuah tujuan. Setiap kemampuan untuk mewujudkan sesuatu apapun bentuknya, bisa menjadi modal dan dasar bagi seseorang untuk mencapai impian (Zuhri, 2019). Keterampilan pada dasarnya akan semakin lebih baik jika terus diasah dan dilatih untuk menaikkan kemampuand serta kualitas sehingga akan menjadi seorang yang ahli atau lebih menguasai.

Untuk menjadi seseorang yang terampil dengan memiliki keahlian khusus pada bidang tertentu haruslah melalui belajar dan latihan secara tekun agar dapat menguasai bidang tersebut dan dapat memahami serta mengaplikasikannya. Dalam permainan futsal, seorang pemain futsal yang dapat memasukan bola meskipun dijaga oleh 2-3 pemain lawan secara ketat, akan disebut juga sebagai pemain yang terampil dan cakap. Sedangkan berdasarkan pendapat dari (Hadi, 2019) menyatakan bahwa keterampilan dalam gerakan dapat dikuasai oleh seseorang apabila dilatih secara terus menerus untuk menghasilkan kemahiran gerakan dan otomatisasi dalam waktu tertentu, sehingga untuk membentuk keterampilan sangat bergantung pada teknik dasar dalam futsal yang dimiliki setiap pemain.

Resmasari (2020, pp. 150-157) menyampaikan keterampilan digolongkan menjadi dua, yaitu: (1) keterampilan yang cenderung ke gerak, dan (2) keterampilan yang cenderung mengarah ke kognitif. Dalam keterampilan gerak, faktor utama yang menentukan keberhasilan adalah kualitas gerakan itu sendiri, tanpa mempertimbangkan persepsi dan pengambilan keputusan yang terkait dengan keterampilan yang dipilih. Contohnya, dalam olahraga lompat tinggi, seorang pelompat tidak perlu memikirkan kapan dan bagaimana cara melompati mistar yang terpenting adalah melompat setinggi dan seefektif mungkin. Sementara itu, dalam keterampilan kognitif, esensi dari gerakan tidaklah penting, melainkan Keputusan mengenai gerakan apa yang harus dilakukan menjadi hal yang paling krusial.

Nusanti (2015, p. 200), berpendapat pengembangan keterampilan dasar pada peserta didik sekolah dasar difokuskan pada peningkatan dan variasi keterampilan gerak. Semakin banyak variasi Gerak dasar yang dimiliki, semakin terampil peserta didik tersebut dalam melaksanakan keterampilan lainnya, baik dalam konteks olahraga maupun dalam kehidupan sehari-hari, termasuk keterampilan yang diperlukan di tempat kerja. Untuk mencapai keterampilan yang baik, diperlukan beberapa hal berikut: (1) kemampuan individu, yang mencakup motivasi untuk menguasai keterampilan yang diajarkan, (2) proses pembelajaran yang didukung oleh kondisi dan lingkungan belajar yang optimal, dan (3) penerapan prinsip-prinsip Latihan yang dirancang untuk memperkuat respons yang muncul. seorang pelatih yang baik diharapkan mampu memodifikasi atau mengubah gaya kepemimpinannya sesuai dengan kebutuhan atlet dan situasi yang dihadapi.

Keterampilan motorik merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan yang terkoordinasi dengan melibatkan fungsi motorik seperti otak, saraf, otot, dan rangka tubuh. Menurut Magill (2011), keterampilan motorik adalah kegiatan atau tugas yang memiliki tujuan tertentu untuk dicapai dan memerlukan gerakan tubuh dan/atau anggota tubuh. Keterampilan motorik dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari aktivitas sederhana seperti menggenggam benda hingga aktivitas kompleks seperti berolahraga.

Schmidt & Wrisberg (2014) mendefinisikan keterampilan motorik sebagai kemampuan yang diperoleh melalui pembelajaran untuk mencapai

hasil yang ditentukan dengan maksimal, dengan pengeluaran energi dan waktu yang minimal. Kemampuan ini melibatkan koordinasi antara persepsi sensorik dan aksi motorik dalam melakukan gerakan yang terarah.

Sukamti (2018) menjelaskan bahwa keterampilan motorik adalah gerakan-gerakan tubuh atau bagian-bagian tubuh yang disengaja, otomatis, cepat, dan akurat. Gerakan-gerakan ini merupakan rangkaian koordinasi dari beratus-ratus otot yang rumit. Keterampilan motorik ini dibedakan menjadi keterampilan motorik kasar dan keterampilan motorik halus.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas tentang pengertian tingkat keterampilan, dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan merujuk pada kemampuan melakukan gerakan dasar dalam suatu cabang olahraga dengan cara yang efektif dan efisien untuk mencapai hasil yang optimal.

b. Klasifikasi Keterampilan Motorik

Keterampilan motorik dapat diklasifikasikan dengan berbagai cara berdasarkan sudut pandang yang berbeda. Berikut adalah klasifikasi keterampilan motorik yang umum digunakan:

1) Ukuran Otot yang Terlibat

Gallahue & Ozmun (2015), berpendapat berdasarkan ukuran otot yang terlibat, keterampilan motorik dibagi menjadi:

a) Keterampilan Motorik Kasar (Gross Motor Skills)

Keterampilan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar yang menghasilkan gerakan besar seperti

berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Menurut Sujiono (2016), keterampilan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh yang memungkinkan anak melakukan berbagai aktivitas fisik dasar.

Haywood & Getchell (2014) menjelaskan bahwa keterampilan motorik kasar berkembang lebih dulu daripada keterampilan motorik halus. Gerakan yang termasuk dalam keterampilan motorik kasar adalah gerakan yang dihasilkan oleh otot-otot besar dan melibatkan seluruh tubuh, lengan, dan kaki.

b) Keterampilan Motorik Halus (Fine Motor Skills)

Keterampilan motorik halus melibatkan koordinasi otot-otot kecil, terutama yang melibatkan koordinasi mata-tangan dan keterampilan yang membutuhkan derajat ketelitian tinggi, seperti menulis, menggunting, dan menggambar. Menurut Suherman (2018), keterampilan motorik halus memerlukan koordinasi yang cermat dan kontrol otot yang terkontrol.

Hurlock (2011) menyatakan bahwa keterampilan motorik halus membutuhkan waktu lebih lama untuk dikuasai karena memerlukan koordinasi yang kompleks antara otot kecil dan sistem saraf. Keterampilan ini sangat penting untuk aktivitas sehari-hari dan akademik.

2) Keterlibatan Kognitif

Schmidt & Wrisberg (2014) mengklasifikasikan keterampilan motorik berdasarkan keterlibatan kognitif menjadi:

a) Keterampilan Motorik Sederhana (*Simple Motor Skills*)

Keterampilan motorik sederhana adalah keterampilan yang memerlukan sedikit pemrosesan kognitif dan dapat dilakukan secara otomatis. Menurut Magill (2011), keterampilan ini biasanya melibatkan sedikit atau tidak ada variasi dalam pelaksanaannya dan telah dipelajari dengan baik sehingga dapat dilakukan tanpa banyak pemikiran.

b) Keterampilan Motorik Kompleks (*Complex Motor Skills*)

Keterampilan motorik kompleks adalah keterampilan yang memerlukan pemrosesan kognitif tingkat tinggi dan pengambilan keputusan. Menurut Coker (2018), keterampilan motorik kompleks melibatkan banyak komponen yang harus dikoordinasikan dan diperlukan perhatian yang besar dalam pelaksanaannya.

3) Stabilitas Lingkungan

Gentile (2010) mengklasifikasikan keterampilan motorik berdasarkan stabilitas lingkungan menjadi:

a) Keterampilan Tertutup (*Closed Skills*)

Keterampilan tertutup adalah keterampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang stabil dan dapat

diprediksi. Edwards (2014), menyampaikan dalam keterampilan tertutup, pelaksana dapat merencanakan gerakan sebelumnya dan lingkungan tidak berubah selama pelaksanaan. Contohnya adalah menembak dalam olahraga menembak, golf, dan gerakan senam.

b) Keterampilan Terbuka (Open Skills)

Keterampilan terbuka adalah keterampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang berubah-ubah dan tidak dapat diprediksi. Menurut Rink (2014), keterampilan terbuka memerlukan adaptasi terhadap lingkungan yang berubah dan kemampuan membuat keputusan dengan cepat. Contohnya adalah keterampilan dalam olahraga tim seperti sepak bola, basket, dan tenis.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pengembangan Keterampilan

Pemahaman tentang klasifikasi keterampilan motorik memiliki implikasi penting dalam pembelajaran dan pengembangan keterampilan motorik. Rink (2014), pemahaman ini membantu dalam:

1) Perencanaan Pembelajaran

Suherman (2018), berpendapat klasifikasi keterampilan motorik membantu guru dalam merencanakan pembelajaran yang sesuai dengan jenis keterampilan yang akan diajarkan. Misalnya, keterampilan terbuka memerlukan pengajaran yang menekankan pada adaptasi dan

pengambilan keputusan, sedangkan keterampilan tertutup memerlukan pengajaran yang menekankan pada konsistensi dan ketelitian.

2) Metode Pengajaran

Coker (2018), menyampaikan metode pengajaran yang berbeda diperlukan untuk jenis keterampilan motorik yang berbeda. Misalnya, pengajaran keterampilan motorik kasar dapat dilakukan melalui metode demonstrasi dan praktik langsung, sedangkan keterampilan motorik halus memerlukan instruksi yang lebih detail dan waktu praktik yang lebih lama.

3) Evaluasi dan Penilaian

Schmidt & Wrisberg (2014), berpendapat pemahaman tentang klasifikasi keterampilan motorik membantu dalam mengembangkan metode evaluasi dan penilaian yang sesuai. Misalnya, keterampilan diskrit dapat dinilai berdasarkan hasil akhir, sedangkan keterampilan kontinyu memerlukan penilaian proses yang lebih komprehensif.

4) Pengembangan Kurikulum

Sugiyanto (2013), klasifikasi keterampilan motorik membantu dalam pengembangan kurikulum yang sistematis dan komprehensif. Kurikulum yang baik harus mencakup berbagai jenis keterampilan motorik untuk mengembangkan kemampuan motorik anak secara holistik.

3. Hakikat Futsal

a. Pengertian dan Sejarah Futsal

Lhaksana (2011:7), futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil, hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang pemain, tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan dengan memanipulasi bola dengan kaki.

Menurut Murhananto (2006:1), futsal adalah permainan sepak bola dalam ruangan yang dimainkan lima lawan lima pada ukuran lapangan yang lebih kecil selayaknya lapangan bola basket.

Sucipto (2015:1) menyatakan bahwa futsal merupakan permainan beregu yang dimainkan dengan menggunakan seluruh bagian tubuh selain tangan kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan.

FIFA (Federation Internationale de Football Association) dalam "Laws of the Game 2021/22", futsal adalah permainan yang dimainkan antara dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain, salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini dimainkan di lapangan indoor dengan permukaan yang keras.

Halim (2009:9) mengemukakan bahwa futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu dengan lima pemain di setiap regunya, termasuk penjaga gawang. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola

ke gawang lawan dengan menggunakan kaki, kepala, dan bagian tubuh lain kecuali tangan.

Wirawan (2017, p. 19) menyatakan futsal diciptakan oleh Juan Carlos Ceriani di Montevideo, Uruguay, pada tahun 1930, bersamaan dengan penyelenggaraan Piala Dunia di Uruguay. Olahraga baru ini awalnya disebut *futebol de salao* dalam (Bahasa Portugis) atau *futbol sala* dalam (Bahasa Spanyol), yang keduanya berarti sepakbola dalam ruangan, dan kini lebih dikenal dengan sebutan futsal. Olahraga futsal adalah permainan tim yang sangat populer saat ini dan bahkan telah menjadi cabang olahraga nasional di setiap negara. Pertumbuhan pesat futsal ini disebabkan oleh karakteristiknya yang memungkinkan pemain untuk menampilkan keterampilan mereka dengan bebas, sambil tetap mengikuti aturan permainan yang ada.

Sulistyo (2024, p. 92), menjelaskan Futsal adalah salah satu cabang olahraga yang saat ini sangat populer di kalangan berbagai kelompok masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa. Permainan futsal mudah diakses dan dapat dimainkan oleh siapa saja, baik di dalam ruangan maupun di luar ruangan, dengan ukuran lapangan yang relatif kecil. Permainan futsal telah mengalami perkembangan yang pesat, ditandai dengan banyaknya penyelenggaraan turnamen antar pelajar dan klub futsal. Futsal dimainkan oleh dua tim, dan olahraga ini sangat mirip dengan sepak bola dalam hal teknik dan aturan permainan. Para pemain futsal perlu memiliki kondisi fisik yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi agar

dapat bermain selama minimal 2 x 20 menit. Selain itu, pemain futsal juga dapat meraih berbagai manfaat dari permainan ini, baik dari segi sosial, mental, emosional, maupun hiburan.

Saryono (2006, p. 49), futsal adalah permainan beregu yang termasuk dalam kategori permainan invasi (*invasion games*) yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing lima pemain dalam waktu tertentu. Permainan ini berlangsung di lapangan dengan ukuran, gawang, dan bola yang lebih kecil dibandingkan dengan sepak bola, serta mengutamakan kecepatan gerakan, kesenangan, dan keamanan saat dimainkan. Kemenangan tim ditentukan oleh jumlah gol terbanyak yang berhasil dicetak ke gawang lawan.

Wirawan (2017, p. 19), futsal sangat mirip dengan sepak bola, namun dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain di lapangan yang lebih kecil, dengan gawang dan bola yang juga lebih kecil dan relatif lebih berat. Dalam permainan futsal, pergerakan pemain yang terus-menerus mengharuskan mereka untuk terus melakukan operan (*passing*).

Abdulhaq (2007, pp. 21-22), Berpendapat futsal adalah permainan bola yang melibatkan dua tim, masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan permainan ini adalah untuk mencetak gol dengan menggerakkan bola menggunakan kaki. Berbeda dengan permainan sepakbola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi oleh garis, bukan oleh net atau papan. Selanjutnya, Andika Dwiyanto (2011, p. 26) menegaskan bahwa

futsal adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing dengan lima anggota. Sementara itu, Sahda Halim (2009,p. 1) juga menyatakan bahwa futsal adalah permainan bola yang melibatkan dua tim dengan lima pemain dalam satu tim. Murhananto (2006, p. 1) berpendapat bahwa futsal sangat mirip dengan sepakbola, tetapi dimainkan dengan format lima lawan lima di lapangan yang lebih kecil, dengan gawang dan bola yang juga lebih kecil dan lebih berat.

Lhaksana (2011,p. 7), menyampaikan futsal adalah olahraga tim yang ditandai dengan permainan yang sangat cepat dan dinamis. Hal serupa juga diungkapkan oleh Asmar Jaya (2011, pp. 13-14), yang menyatakan bahwa futsal merupakan olahraga yang dinamis karena bola bergerak cepat dari satu pemain ke pemain lainnya, sehingga para pemain dituntut untuk selalu aktif bergerak dan memerlukan keterampilan serta determinasi yang tinggi. Dari segi keterampilan, futsal mirip dengan sepakbola di lapangan rumput, namun perbedaannya terletak pada penggunaan telapak kaki untuk mengontrol bola, mengingat permukaan lapangan yang rata dan keras serta ukuran lapangan yang lebih kecil. Hal ini membuat bola tidak boleh terlalu jauh terpantul dari kaki, karena jika terpantul jauh, lawan akan lebih mudah merebutnya. Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, peneliti mendefinisikan futsal sebagai permainan sepakbola mini yang dapat dimainkan baik di dalam maupun di luar ruangan. Sekitar 90% permainan futsal terdiri dari passing. Futsal dimainkan dengan format lima lawan lima, yang memerlukan keterampilan dan kondisi fisik yang baik, karena kedua

tim bergantian menyerang dalam ruang yang sempit dan waktu yang relatif singkat. Kemenangan tim ditentukan oleh jumlah gol yang berhasil dicetak ke gawang lawan.

b. Aturan Dasar Permainan Futsal

1) Lapangan Permainan

Lapangan futsal memiliki bentuk persegi panjang dengan ukuran standar:

- a) Panjang: 38-42 meter
- b) Lebar: 18-22 meter
- c) Permukaan: Datar, rata, dan tidak kasar (biasanya terbuat dari kayu atau bahan sintetis)

Lapangan ditandai dengan garis-garis yang jelas dengan lebar 8 cm, meliputi:

- a) Garis pembatas lapangan
- b) Garis tengah yang membagi lapangan menjadi dua bagian
- c) Titik tengah dengan diameter 6 cm di tengah garis tengah
- d) Lingkaran tengah dengan radius 3 meter dari titik tengah

Daerah penalti ditandai pada kedua sisi lapangan dengan jarak 6 meter dari tiang gawang dan membentuk area setengah lingkaran.

2) Bola

Bola futsal memiliki spesifikasi khusus:

- a) Ukuran: 4 (lebih kecil dari bola sepakbola konvensional)
- b) Keliling: 62-64 cm

- c) Berat: 400-440 gram
- d) Tekanan: 0,6-0,9 atmosfer (600-900 g/cm²)
- e) Material: Kulit atau bahan sintetis yang tidak berbahaya
- f) Pantulan: Lebih rendah dari bola sepakbola (bounce rendah)

3) Jumlah Pemain

- a) Setiap tim terdiri dari 5 pemain inti, termasuk 1 penjaga gawang
- b) Maksimal 7-9 pemain cadangan (tergantung kompetisi)
- c) Jumlah penggantian pemain tidak terbatas (*flying substitution*)
- d) Penggantian dapat dilakukan kapan saja selama pertandingan berjalan
- e) Penggantian harus dilakukan melalui zona penggantian
- f) Penggantian penjaga gawang hanya dapat dilakukan ketika bola tidak dalam permainan

4) Durasi Pertandingan

- a) 2 babak, masing-masing 20 menit (waktu bersih/*pure time*)
- b) Waktu akan dihentikan setiap kali bola keluar lapangan atau permainan terhenti
- c) Istirahat antara babak: 10-15 menit
- d) Setiap tim berhak meminta 1 time-out selama 1 menit pada setiap babak

- e) Waktu tambahan (*extra time*) jika diperlukan: 2×5 menit

c. Tujuan dan Manfaat Bermain Futsal

1) Tujuan Bermain Futsal

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki berbagai tujuan dalam pelaksanaannya. Berikut adalah beberapa tujuan utama dalam bermain futsal:

a) Pengembangan Keterampilan Teknis

Futsal dirancang untuk mengembangkan keterampilan teknis pemain. Lhaksana (2011), ruang yang sempit dan jumlah pemain yang lebih sedikit dibandingkan sepak bola konvensional mengharuskan para pemain untuk melakukan lebih banyak sentuhan bola, sehingga meningkatkan kemampuan teknis mereka seperti mengontrol bola, dribbling, passing, dan shooting dengan akurasi yang lebih tinggi.

b) Meningkatkan Kebugaran Jasmani

Futsal merupakan olahraga yang menuntut intensitas tinggi dengan gerakan cepat dan dinamis. Astuti (2017), permainan futsal yang berlangsung selama 2×20 menit efektif dapat meningkatkan daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot, dan kelincahan pemain.

c) Sarana Kompetisi

Futsal sebagai cabang olahraga yang dipertandingkan memiliki tujuan kompetitif. Barbero-Alvarez et al. (2015) menyatakan bahwa kompetisi futsal memiliki struktur yang terorganisir mulai dari tingkat lokal hingga internasional, sehingga memberikan wadah bagi para pemain untuk menguji kemampuan mereka pada berbagai tingkatan.

d) Pembentukan Karakter

Susworo (2012), menyatakan futsal bertujuan untuk membentuk karakter pemain, terutama dalam aspek kerja sama tim, disiplin, tanggung jawab, dan kemampuan mengambil keputusan secara cepat dalam situasi yang berubah-ubah. Hal ini sejalan dengan nilai-nilai pendidikan karakter yang ingin ditanamkan melalui aktivitas olahraga.

2) Manfaat Bermain Futsal

Selain memiliki tujuan yang spesifik, bermain futsal juga memberikan berbagai manfaat bagi para pelakunya, baik secara fisik, mental, maupun sosial.

a) Manfaat Fisik

- Meningkatkan Kebugaran Kardiovaskular

Futsal merupakan olahraga dengan intensitas tinggi yang menuntut gerakan eksplosif dan perubahan arah yang cepat. Naser et al. (2017), berpendapat futsal efektif meningkatkan kapasitas aerobik dan anaerobik

pemain, ditandai dengan peningkatan VO2 max, yang merupakan indikator daya tahan kardiovaskular.

- **Mengembangkan Kekuatan dan Daya Tahan Otot**

Gerakan-gerakan dalam futsal seperti sprint, perubahan arah, menendang, dan melompat melibatkan berbagai kelompok otot. Castagna et al. (2019) menyatakan bahwa bermain futsal secara teratur dapat meningkatkan kekuatan otot kaki, stabilitas core, dan daya tahan otot secara keseluruhan.

- **Meningkatkan Kelincahan dan Koordinasi**

Lapangan yang sempit dan dinamika permainan yang cepat mengharuskan pemain futsal memiliki kelincahan dan koordinasi yang baik. Beato et al. (2016) dalam penelitiannya menemukan bahwa latihan futsal secara signifikan dapat meningkatkan agility, koordinasi mata-kaki, dan waktu reaksi.

b) Manfaat Mental dan Kognitif

- **Meningkatkan Konsentrasi dan Fokus**

Futsal membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi karena tempo permainan yang cepat. Travassos et al. (2018), menyampaikan pemain futsal mengembangkan kemampuan untuk memproses informasi dengan cepat

dan mengambil keputusan dalam waktu singkat, yang berdampak positif pada kemampuan kognitif mereka.

- **Mengurangi Stres dan Kecemasan**

Olahraga, termasuk futsal, telah terbukti sebagai media yang efektif untuk meredakan stres dan kecemasan. Menurut studi Mohr et al. (2020), aktivitas fisik intensitas tinggi seperti futsal dapat meningkatkan produksi endorfin yang memberikan efek relaksasi dan perasaan positif.

c) Manfaat Sosial

- **Membangun Kerja Sama Tim**

Futsal adalah olahraga tim yang menuntut koordinasi dan kerja sama yang baik antar pemain. Amado et al. (2016), permainan futsal memfasilitasi pengembangan keterampilan sosial seperti komunikasi, kepemimpinan, dan kemampuan bekerja dalam tim.

- **Memperluas Jaringan Sosial**

Futsal juga menjadi sarana untuk memperluas jaringan pertemanan. Almeida et al. (2013) menjelaskan bahwa keterlibatan dalam aktivitas futsal, baik informal maupun dalam kompetisi resmi, memberikan kesempatan untuk bertemu dan berinteraksi dengan orang-orang baru yang memiliki minat yang sama.

4. Hakikat Keterampilan Dasar Bermain Futsal

a. Teknik Dasar Futsal

Mulyono (2017:52), teknik dasar futsal adalah keterampilan-keterampilan pokok yang harus dikuasai oleh pemain futsal agar dapat memainkan bola dengan baik melalui *passing*, *dribbling*, *shooting* dan teknik-teknik dasar lainnya.

Sucipto (2015:23) menyatakan bahwa teknik dasar merupakan fondasi dari keterampilan bermain futsal yang terdiri dari rangkaian gerak yang dilakukan menggunakan bagian tubuh kecuali tangan (untuk pemain selain penjaga gawang) yang bertujuan untuk menguasai dan memainkan bola dalam permainan.

FIFA dalam "Futsal Coaching Manual" (2020:84) mendefinisikan teknik dasar sebagai berbagai keterampilan yang diperlukan untuk menguasai bola dalam situasi permainan futsal yang cepat dan terbatas ruang geraknya.

Keterampilan dasar yang diterapkan dalam permainan futsal hampir sama dengan yang digunakan dalam sepakbola, tetapi karena ukuran lapangan yang lebih kecil dan permukaan lantai yang lebih rata, terdapat beberapa perbedaan dalam keterampilan dasar tersebut. Menurut Lhaksana (2011, pp.30-34), keterampilan dasar yang diperlukan untuk penjaga gawang futsal meliputi latihan menangkap bola, melakukan *blocking*, melempar bola, dan *passing*. Keempat keterampilan dasar ini harus dikuasai dengan baik oleh penjaga gawang. Sementara itu, keterampilan dasar bagi pemain depan, tengah, dan bertahan mencakup: (1) teknik dasar mengumpan (*passing*), (2) teknik dasar menahan bola (*control*), (3) teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), (4) teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), dan (5) teknik dasar menembak (*shooting*) yang harus dikuasai

oleh para pemain (Lhaksana 2011, p. 29). Secara keseluruhan, teknik individu yang perlu dikuasai adalah keterampilan dasar pemain, bukan teknik dasar penjaga gawang, dengan tujuan untuk meningkatkan kerjasama antar pemain dalam menyerang dan bertahan selama pertandingan futsal. Oleh karena itu, setiap pemain futsal harus menguasai keterampilan dasar seperti *passing*, *control*, *chipping*, *dribbling*, dan *shooting* sebagai fondasi dalam bermain futsal.

1) Keterampilan Dasar Mengumpan (*Passing*)

Passing adalah salah satu keterampilan fundamental dalam permainan futsal yang sangat penting bagi pemain, karena lapangan yang datar dan berukuran kecil memerlukan teknik passing yang kuat dan tepat. Menurut Lhaksana (2011, p. 30), pada lapangan yang datar dan berukuran kecil, diperlukan Teknik passing yang kuat dan tepat karena bola bergerak sejajar dengan tumit pemain. Untuk menguasai *passing*, penting untuk menguasai gerakan agar dapat mencapai sasaran yang diinginkan. Keberhasilan dalam melakukan umpan ditentukan oleh kualitasnya, yang terdiri dari tiga aspek: (1) kekuatan, (2) ketepatan, dan (3) arah mendarat. Lhaksana, (2011, p. 30), menyampaikan dalam melakukan *passing*:

- a) Saat melakukan passing, pastikan kaki tumpu berada di samping bola, bukan kaki yang digunakan untuk mengumpan.
- b) Gunakan bagian dalam kaki untuk melakukan passing.
- c) Kunci atau kuatkan tumit agar sentuhan dengan bola menjadi lebih kuat.

- d) Arahkan bagian dalam kaki dari atas ke Tengah bola (bagian jantung) dan tekan ke bawah agar bola tidak melambung.
- e) Lanjutkan dengan gerakan berikutnya, di mana setelah melakukan passing, ayunan kaki tidak boleh dihentikan.

Gambar 1. Gerak dasar *Passing*



(sumber : Lhaksana, 2011)

2) Keterampilan Dasar Menahan Bola (*Control*)

Menurut Lhaksana (2011, p. 32), keterampilan mengontrol (menahan bola) sebaiknya dilakukan dengan menggunakan telapak kaki (*sole*). Dengan permukaan lapangan yang datar, bola akan bergerak cepat, sehingga pemain perlu memiliki kemampuan *control* yang baik. Jika bola ditahan terlalu jauh dari kaki, lawan akan lebih mudah merebutnya. (Syamsuddin 2024, p. 1011) menjelaskan bahwa *controlling* adalah kemampuan pemain dalam menerima bola sebelum melakukan gerakan

selanjutnya, seperti mengumpan, menggiring, atau menembak ke gawang. Sesuai dengan karakteristik permainan futsal, Teknik *controlling* yang paling umum digunakan adalah dengan kaki, meskipun dapat juga dilakukan dengan bagian tubuh lainnya, kecuali tangan. Menurut (Lhaksana 2011, p. 31), berikut adalah langkah-langkah yang perlu dilakukan saat menahan bola:

- a) Selalu perhatikan arah kedatangan bola.
- b) Pertahankan keseimbangan saat bola mendekat.
- c) Sentuh atau tahan bola dengan telapak kaki agar bola tetap diam dan mudah untuk dikuasai.

Gambar 2. Gerak dasar controlling



(Sumber : Lhaksana, 2011)

3) Keterampilan Dasar Mengumpan Lambung (*Chipping*)

Menurut (Lhaksana 2011, p. 32), keterampilan *chipping* sering digunakan dalam permainan futsal untuk mengumpan bola ke belakang lawan atau dalam situasi satu lawan satu Ketika lawan bertahan. Teknik ini mirip dengan Teknik *passing*, tetapi perbedaannya terletak pada penggunaan bagian atas ujung Sepatu dan titik kontak yang tepat di bawah bola saat melakukan *chipping*. (Marhaendro et al., 2023) menjelaskan bahwa *chipping* adalah gerakan menendang bola yang lebih menekankan pada akurasi tendangan, tanpa mengandalkan kekuatan dan kecepatan. Gerakan menendang ini lebih menyerupai gerakan menyendok bola. Menurut Lhaksana (2011, p. 32), *chipping* dapat digunakan baik untuk mengumpan maupun untuk mencetak gol, dengan gerakan sebagai berikut:

- a) Saat melakukan *passing*, posisikan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki menghadap ke arah tujuan, bukan pada kaki yang digunakan untuk mengumpan.
- b) Gunakan bagian atas ujung kaki untuk melakukan umpan lambung.
- c) Fokuskan pandangan pada bola, tepat di bawahnya, saat akan menyentuhnya.
- d) Kunci atau kuatkan tumit agar sentuhan dengan bola menjadi lebih kuat.
- e) Lanjutkan dengan gerakan berikutnya, di mana setelah menyentuh bola untuk umpan lambung, ayunan kaki tidak boleh dihentikan.

Gambar 3. Gerak Dasar chipping



(Sumber : Lhaksana, 2011)

4) Keterampilan Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*)

Dribbling adalah keterampilan dasar yang wajib dimiliki oleh semua pemain karena setiap pemain perlu menguasai bola saat bergerak, berdiri atau Bersiap untuk melakukan operan atau tembakan, kemampuan yang dimiliki oleh setiap pemain untuk menguasai bola sebelum mengoper kepada rekan satu tim guna menciptakan peluang mencetak gol. *dribbling* merupakan tendangan bola terputus-putus atau pelan-pelan. dari berbagai Teknik dalam permainan futsal, Teknik menggiring bola (*dribbling*) sangat menonjol dan menjadi ciri khas permainan futsal. Untuk mengembangkan pemain agar memiliki Teknik *dribbling* yang baik, diperlukan proses Latihan yang efektif, sehingga peserta didik atau atlet dapat merasa nyaman dan terampil dalam melakukan *dribbling*. Tujuan dari *dribbling* adalah untuk menghindari lawan, mengarahkan bola ke area kosong, melepaskan diri dari

tekanan lawan, menciptakan ruang bagi rekan setim, serta menciptakan kesempatan untuk melakukan tembakan ke gawang. Menurut Lhaksana, 2011, p. 33), teknik *dribbling* sebagai berikut:

- a) Saat melakukan *dribbling*, sentuhan pada bola harus dilakukan dengan telapak kaki secara terus-menerus.
- b) Pertahankan fokus pandangan setiap kali menyentuh bola.
- c) Gulirkan bola ke depan tubuh.
- d) Pertahankan keseimbangan saat menggiring bola.
- e) Atur jarak bola sedekat mungkin dengan tubuh.

Gambar 4. Gerak dasar *Dribbling*



(Sumber : Lhaksana, 2011)

5) Keterampilan Dasar Menembak (*Shooting*)

Shooting adalah keterampilan dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Menurut Lhaksana (2011, p. 34), *shooting* adalah metode untuk mencetak gol, karena setiap pemain memiliki peluang untuk menciptakan

gol dan meraih kemenangan dalam pertandingan. Teknik *shooting* dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu menggunakan punggung kaki dan ujung sepatu atau ujung kaki.

Shooting salah satu keterampilan yang dimiliki individu dalam permainan sepak bola, yang bertujuan untuk mencetak gol dengan memasukkan bola ke dalam gawang. Teknik dasar menendang bola menggunakan kaki secara penuh sering diterapkan oleh para pemain sepak bola untuk mengarahkan bola ke tiang gawang, seperti yang dijelaskan oleh Sukatamsi (Maryatun, 2015, p. 2).

(Marhaendro et al., 2023), menjelaskan bahwa *shooting* adalah tendangan ke arah gawang untuk mencetak gol. (Lhaksana 2011, p. 34), menambahkan bahwa *shooting* memiliki karakteristik laju bola yang sangat cepat dan keras, sehingga sulit untuk diantisipasi oleh penjaga gawang. Teknik *shooting* dapat dilakukan sebagai berikut:

a) Teknik *Shooting* menggunakan Punggung kaki

- Saat melakukan *shooting*, posisikan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki menghadap lurus ke arah gawang.
- Gunakan bagian punggung kaki untuk melakukan *shooting*.
- Fokuskan pandangan ke arah bola, tepat di tengah bola, saat punggung kaki menyentuhnya.

- Kunci atau kuatkan tumit agar sentuhan dengan bola menjadi lebih kuat.
- Condongkan tubuh sedikit ke depan; jika tidak, kemungkinan besar bola akan mengenai bagian bawah dan melambung tinggi
- Lanjutkan dengan gerakan berikutnya, di mana setelah melakukan *shooting*, ayunan kaki tidak boleh dihentikan.

Gambar 5. Gerak dasar *shooting* punggung kaki

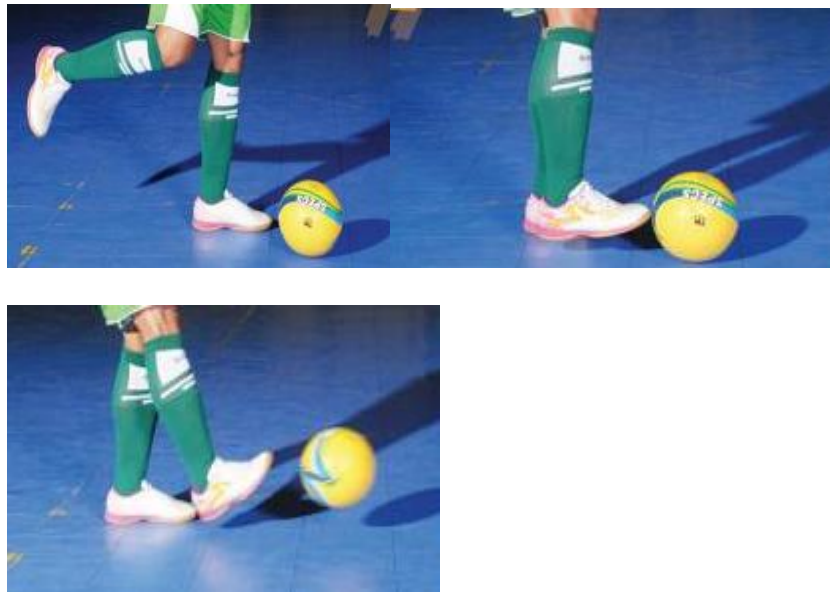


(Sumber : Lhaksana, 2011)

b) *Shooting* Menggunakan Ujung Sepatu

Teknik ini mirip dengan teknik *shooting* yang menggunakan punggung kaki, perbedaannya terletak pada titik kontak kaki yang tepat berada di ujung sepatu atau ujung kaki saat melakukan *shooting*.

Gambar 6. Gerak dasar *shooting* ujung kaki



(Sumber : Lhaksana, 2011)

b. Faktor – faktor yang mempengaruhi keterampilan bermain futsal

- 1) Faktor Proses Belajar, yaitu dengan memahami berbagai teori belajar, akan memberikan panduan tentang bagaimana pembelajaran dapat diwujudkan. Inti dari kegiatan pembelajaran adalah terjadinya perubahan dalam pengetahuan dan perilaku individu peserta didik.
- 2) Faktor Pribadi, yaitu setiap individu memiliki karakteristik, kemampuan, minat, kecenderungan, dan bakat yang berbeda-beda.
- 3) Faktor Situasional, yaitu faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran lebih berfokus pada keadaan lingkungan,

termasuk jenis tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan, media pembelajaran, serta kondisi di sekitar tempat pembelajaran berlangsung.

5. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler

Sulistyo, (2024, p. 93) menjelaskan Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang berlangsung di luar jam pelajaran reguler dan selama waktu libur sekolah, yang dapat dilakukan baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Kegiatan ini bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, memahami keterkaitan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta mendukung upaya pengembangan individu secara menyeluruh.

Secara terminologi, kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran dan tercantum dalam susunan rencana program sesuai keadaan dan sesuai dengan kebutuhan dari sekolah. Umumnya, kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dirancang secara khusus sesuai dengan faktor minat dari peserta didik. Ekstrakurikuler memiliki banyak arti dan definisi oleh para ahli. Berdasarkan pendapat dari Jannah (2015, p. 23) mengemukakan bahwa ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun diluar jam sekolah untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan, menambah pengetahuan, dan meningkatkan kemampuan yang telah dimiliki siswa dari berbagai bidang studi. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pengayaan dan

perbaikan yang berkaitan dengan program korikuler dan bersifat periodik yang artinya kegiatan ekstrakurikuler hanya dilakukan dan dilaksanakan sesaat atau pada waktu tertentu saja. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan di luar jam pelajaran yang memiliki tujuan untuk membantu perkembangan potensi peserta didik, sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan, sesuai dengan kualitas diri, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan untuk peserta didik atau diselenggarakan oleh tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah dengan tujuan memajukan kualitas minat bakat peserta didik (Wiyani, 2013, p. 108). Selain itu, ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran sekolah, dimana kegiatan ini dilakukan oleh pihak sekolah, untuk mengembangkan potensi yang terdapat pada diri peserta didik siswa-siswinya,. Kegiatan ini dapat dilakukan di sekolah maupun di luar sekolah, kegiatan ini bisa berupa kegiatan olahraga maupun kegiatan kesenian dan dapat berupa kegiatan yang lainnya (Karno, 2016).

Ekstrakurikuler futsal merupakan kegiatan pengembangan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga futsal yang dilaksanakan di luar jam pelajaran sekolah. Halim (2013:5), ekstrakurikuler futsal adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk menambah kemampuan dan meningkatkan prestasi siswa yang mempunyai bakat, minat, dan kemampuan dalam olahraga futsal serta sebagai salah satu kegiatan positif bagi siswa untuk menghindari pengaruh-pengaruh lingkungan yang negatif.

Agustina (2023, p. 88), menyatakan Ekstrakurikuler merupakan program kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran yang terjadwal. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 62 tahun 2014 mengenai kegiatan ekstrakurikuler, kegiatan ini didefinisikan sebagai aktivitas kurikuler yang dilakukan oleh siswa di luar jam pelajaran, di bawah bimbingan dan pengawasan lembaga pendidikan. Tujuannya adalah untuk mengembangkan potensi, bakat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian siswa secara optimal guna mendukung pencapaian tujuan pendidikan.

Suryosubroto (2009:287) mendefinisikan kegiatan ekstrakurikuler sebagai kegiatan tambahan di luar struktur program yang dilaksanakan di luar jam pelajaran biasa untuk memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan siswa. Dalam konteks ini, ekstrakurikuler futsal merupakan wadah bagi siswa untuk menyalurkan minat dan bakatnya dalam bidang olahraga futsal.

Lhaksana (2011:7), futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis dengan passing yang akurat yang memungkinkan terjadinya banyak gol. Sebagai ekstrakurikuler, futsal menjadi sarana pengembangan keterampilan bermain futsal sekaligus pembinaan karakter siswa melalui nilai-nilai yang terkandung dalam olahraga.

b. Tujuan dan Fungsi Ekstrakurikuler Futsal

1) Tujuan Ekstrakurikuler Futsal

a) Pengembangan Keterampilan Teknis Futsal

Halim (2012:78), menyampaikan ekstrakurikuler futsal bertujuan untuk mengembangkan keterampilan dasar bermain futsal meliputi teknik dasar mengumpan (passing), mengontrol bola (controlling), menggiring bola (dribbling), dan menembak bola (shooting). Keterampilan ini menjadi modal dasar siswa untuk dapat bermain futsal dengan baik.

Setyawan (2018:45) menjelaskan bahwa ekstrakurikuler futsal di sekolah ditujukan untuk memberi pemahaman kepada siswa tentang teknik dasar bermain futsal yang benar serta aplikasinya dalam permainan.

b) Pembentukan Kondisi Fisik

Scheunemann (2011:23), ekstrakurikuler futsal bertujuan untuk meningkatkan kondisi fisik siswa meliputi daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot, kecepatan, kelincahan, dan fleksibilitas. Hal ini penting karena futsal merupakan olahraga dengan intensitas tinggi yang membutuhkan kondisi fisik prima.

Agustia (2017:98) menunjukkan bahwa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal secara teratur mengalami peningkatan signifikan dalam aspek kebugaran jasmani, terutama dalam komponen daya tahan aerobik dan anaerobik.

c) Pembinaan Mental dan Karakter

Husdarta (2010:113), ekstrakurikuler futsal bertujuan untuk membina aspek mental dan karakter siswa seperti sportivitas, kedisiplinan, tanggung jawab, kerjasama tim, dan ketahanan mental menghadapi tekanan. Nilai-nilai ini penting tidak hanya dalam konteks olahraga tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.

Prasetyo (2016:67) menemukan bahwa siswa yang aktif dalam ekstrakurikuler futsal memiliki tingkat disiplin dan tanggung jawab yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler.

d) Pengembangan Bakat dan Minat

Mulyono (2017:188), ekstrakurikuler futsal bertujuan untuk menjadi wadah penyaluran bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga futsal. Hal ini sejalan dengan fungsi pendidikan untuk mengembangkan potensi peserta didik sesuai dengan minat dan bakatnya.

Dharmawan (2019:54), menunjukkan bahwa ekstrakurikuler futsal menjadi sarana efektif dalam mengidentifikasi dan mengembangkan bakat-bakat futsal di tingkat sekolah yang kemudian dapat dibina lebih lanjut untuk mencapai prestasi yang lebih tinggi.

e) Pencapaian Prestasi

Ekstrakurikuler futsal juga bertujuan untuk meraih prestasi dalam berbagai event pertandingan antar sekolah. Komarudin (2013:78), prestasi yang diraih dalam kompetisi futsal dapat meningkatkan reputasi sekolah sekaligus menjadi motivasi bagi siswa untuk terus mengembangkan kemampuannya.

Nurdiansyah (2018:112) menunjukkan bahwa sekolah dengan program ekstrakurikuler futsal yang terstruktur dengan baik memiliki peluang lebih besar untuk meraih prestasi dalam kompetisi antar sekolah.

2) Fungsi Ekstrakurikuler Futsal

a) Fungsi Pengembangan

Prihatin (2011:180), fungsi pengembangan pada ekstrakurikuler futsal berperan untuk mengembangkan kemampuan dan kreativitas peserta didik sesuai dengan potensi, bakat dan minat mereka dalam bidang futsal. Melalui latihan terstruktur dan berkelanjutan, siswa dapat mengembangkan keterampilan bermain futsal mereka secara optimal.

Sumaryanto (2016:76) menemukan bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal secara konsisten menunjukkan perkembangan signifikan dalam keterampilan teknis bermain futsal dalam kurun waktu satu semester.

b) Fungsi Sosial

Ekstrakurikuler futsal memiliki fungsi sosial yang penting bagi perkembangan siswa. Yudha (2015:45), melalui kegiatan ekstrakurikuler futsal, siswa belajar berinteraksi dengan teman sebaya dan pelatih dalam konteks kerjasama tim. Hal ini membantu mengembangkan keterampilan sosial seperti komunikasi, empati, dan kemampuan bekerja dalam tim.

Riyadi (2017:89) menunjukkan bahwa siswa yang aktif dalam ekstrakurikuler futsal memiliki kemampuan adaptasi sosial yang lebih baik dan jaringan pertemanan yang lebih luas dibandingkan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler.

c) Fungsi Rekreatif

Meskipun bersifat kompetitif, ekstrakurikuler futsal juga memiliki fungsi rekreatif. Suryobroto (2009:272), kegiatan ekstrakurikuler futsal dapat menjadi sarana rekreasi bagi siswa untuk melepas penat dari rutinitas belajar di kelas. Kesenangan dalam bermain futsal memberikan efek positif pada psikologis siswa.

Widiastuti (2019:108) menemukan bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal menunjukkan tingkat stres akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

d) Fungsi Persiapan Karir

Bagi beberapa siswa yang memiliki bakat menonjol, ekstrakurikuler futsal dapat berfungsi sebagai persiapan karir di bidang olahraga futsal. Harsono (2015:56), pembinaan yang intensif dalam ekstrakurikuler futsal dapat menjadi batu loncatan bagi siswa untuk melanjutkan ke jenjang yang lebih profesional.

Studi yang dilakukan oleh Firdaus (2020:123) menunjukkan bahwa beberapa pemain profesional klub futsal nasional merupakan alumni program ekstrakurikuler futsal di sekolah mereka, yang menunjukkan peran ekstrakurikuler sebagai tempat pembibitan atlet futsal berbakat.

c. Peran Ekstrakurikuler dalam Pengembangan Minat dan Bakat Siswa

1) Pengembangan Nilai Sportivitas

Maksum (2011:90), ekstrakurikuler futsal berperan penting dalam menanamkan nilai sportivitas pada siswa. Melalui permainan futsal, siswa belajar untuk menghormati lawan, menerima kekalahan dengan lapang dada, dan menjunjung tinggi peraturan permainan.

Suherman (2018:78) menunjukkan bahwa siswa yang terlibat dalam ekstrakurikuler futsal memiliki pemahaman dan implementasi sportivitas yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari dibandingkan dengan siswa yang tidak terlibat dalam ekstrakurikuler olahraga.

2) Membangun Disiplin dan Tanggung Jawab

Ekstrakurikuler futsal menuntut kedisiplinan dalam hal waktu, aturan permainan, dan program latihan. Nugraha (2016:65), melalui pembinaan yang terstruktur, siswa terbiasa untuk mematuhi jadwal latihan, mengikuti instruksi pelatih, dan bertanggung jawab atas tugas yang diberikan dalam tim.

Pratama (2018:112) menemukan korelasi positif antara partisipasi dalam ekstrakurikuler futsal dengan tingkat kedisiplinan siswa dalam kegiatan akademik, yang menunjukkan adanya transfer nilai disiplin dari ranah olahraga ke ranah pendidikan.

3) Mengembangkan Kerjasama Tim

Sebagai olahraga beregu, futsal sangat menekankan pentingnya kerjasama tim. Sucipto (2015:43), melalui ekstrakurikuler futsal, siswa belajar pentingnya kohesivitas tim, komunikasi efektif, dan saling mendukung untuk mencapai tujuan bersama.

Widodo (2017:88) menunjukkan bahwa kemampuan kerjasama tim siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal secara signifikan lebih baik dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler berbasis tim.

4) Melatih Kepemimpinan

Ekstrakurikuler futsal juga berperan dalam mengembangkan jiwa kepemimpinan siswa. Kurniawan (2014:77), dalam permainan futsal, setiap pemain memiliki kesempatan untuk menjadi pemimpin, baik

sebagai kapten tim maupun dalam situasi permainan tertentu yang membutuhkan pengambilan keputusan.

Firmansyah (2019:145) menunjukkan bahwa siswa yang menjadi kapten tim dalam ekstrakurikuler futsal menunjukkan peningkatan signifikan dalam aspek kepemimpinan dan kemampuan pengambilan keputusan setelah satu tahun program.

6. Karakteristik Peserta Ekstrakurikuler MI Al Islamiyah Grojogan

a. Latar Belakang Peserta

Peserta ekstrakurikuler di MI Al Islamiyah Grojogan umumnya memiliki karakteristik yang beragam, mencakup minat yang tinggi dalam berbagai kegiatan seperti jurnalistik, musik, dan olahraga. Mereka cenderung aktif, kreatif, dan memiliki semangat untuk belajar serta berkolaborasi dengan teman-teman dalam mengembangkan keterampilan dan bakat masing-masing.

Pada anak usia sekolah dasar, pertumbuhan yang paling terlihat adalah peningkatan panjang lengan dan kaki, serta perbaikan koordinasi antara tangan dan mata, serta kaki dan mata. Keberanian juga mengalami perkembangan, baik pada anak laki-laki maupun perempuan. Oleh karena itu, anak perempuan perlu dibimbing untuk menguatkan otot-otot bagian atas tubuh, yang sangat bermanfaat untuk menjaga berat badan mereka. Pada tahap ini, aktivitas olahraga sangat dianjurkan bagi anak-anak usia sekolah dasar, karena pertumbuhan dan koordinasi yang terus berlangsung akan semakin sempurna seiring bertambahnya usia. Namun,

yang paling mencolok adalah perkembangan keseimbangan dan keterampilan, terutama dalam melakukan berbagai jenis olahraga.

b. Usia Peserta dalam Perkembangan

Peserta ekstrakurikuler futsal di tingkat sekolah menengah umumnya berada pada rentang usia 13-18 tahun, yang merupakan periode penting dalam perkembangan fisik, kognitif, dan sosial-emosional. Menurut Bompa & Buzzichelli (2015:31), karakteristik perkembangan pada usia ini meliputi:

1) Perkembangan fisik

Pada masa ini terjadi pertumbuhan pesat (growth spurt), di mana tinggi badan, berat badan, dan massa otot mengalami peningkatan signifikan. Terdapat perbedaan waktu kematangan fisik antara individu yang perlu diperhatikan dalam program latihan.

2) Perkembangan motorik

Peningkatan koordinasi dan kontrol motorik yang memungkinkan penguasaan keterampilan teknik yang lebih kompleks.

3) Perkembangan kognitif

Kemampuan berpikir abstrak mulai berkembang, yang mendukung pemahaman konsep taktik dan strategi permainan.

4) Perkembangan sosial-emosional

Meningkatnya kebutuhan akan penerimaan sosial dan pengembangan identitas diri melalui aktivitas kelompok seperti futsal.

Memmert et al. (2010:95) menyatakan bahwa usia 13-18 tahun merupakan periode kritis untuk pengembangan keterampilan taktis dan teknis dalam olahraga tim seperti futsal, di mana atlet mulai dapat memahami dan mengaplikasikan konsep permainan yang lebih kompleks.

c. Minat dan Motivasi dalam Mengikuti Futsal

Minat dan motivasi memiliki peran penting dalam meningkatkan performa pemain futsal. Komarudin (2015), pemain dengan minat yang tinggi akan lebih fokus dalam latihan dan pertandingan, sehingga dapat mengoptimalkan kemampuannya. Sementara itu, motivasi yang kuat akan mendorong pemain untuk berusaha maksimal dalam setiap sesi latihan dan pertandingan.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian oleh Berlin Anggraini tahun 2016 dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Pada Siswa Usia 10-12 Tahun Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SD Muhammadiyah Sopen Yogyakarta”. Penelitian ini Penelitian ini ditujukan kepada 24 siswa yang berpartisipasi dalam ekstrakurikuler futsal di SD Muhammadiyah Sopen Yogyakarta, dengan tujuan untuk mengidentifikasi tingkat keterampilan dasar bermain futsal di sekolah tersebut instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Keterampilan Dasar Futsal untuk Pemain Usia 10-12 tahun (Dian Ika P.R.W, 2013). Data dianalisis dengan metode analisis deskriptif yang disajikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain futsal siswa kelas V SD Muhammadiyah Sopen Yogyakarta tahun 2014/2015 berada pada kategori “kurang sekali” sebesar 16,67% (4 siswa), kategori “kurang” sebesar 54,17% (13 siswa), kategori “sedang” sebesar 20,83% (5 siswa), kategori “baik” sebesar 8,33% (2 siswa), “baik sekali” sebesar 0% (0 siswa).
2. Penelitian oleh Bentar Yanuar Wibisono dengan judul “Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Bermain Futsal Peserta Didik Kelas V Di SD Negeri 1 Kampungdalem Kabupaten Tulungagung”. Penelitian ini Penelitian ini ditujukan kepada 28 siswa yang berpartisipasi dalam pengembalian tes keterampilan dasar, dengan tujuan untuk mengidentifikasi tingkat keterampilan dasar bermain futsal di sekolah tersebut. Teknik pengambilan data menggunakan instrumen “Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal Bagi

Pemain KU 10-12 Tahun”. Analisis data yang digunakan adalah data persentase. Hasil penelitian tentang Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Bermain Futsal Peserta Didik Kelas V SD Negeri 1 Kampungdalem, Kabupaten Tulungagung secara keseluruhan dapat dilihat bahwa sebanyak 0 peserta didik (0 %) dinyatakan Baik Sekali, 3 peserta didik (10,71 %) dinyatakan Baik, 5 peserta didik (17,86%) dinyatakan Sedang, 13 peserta didik (46,43 %) dinyatakan Kurang, dan 7 peserta didik (25%) dinyatakan Kurang Sekali.

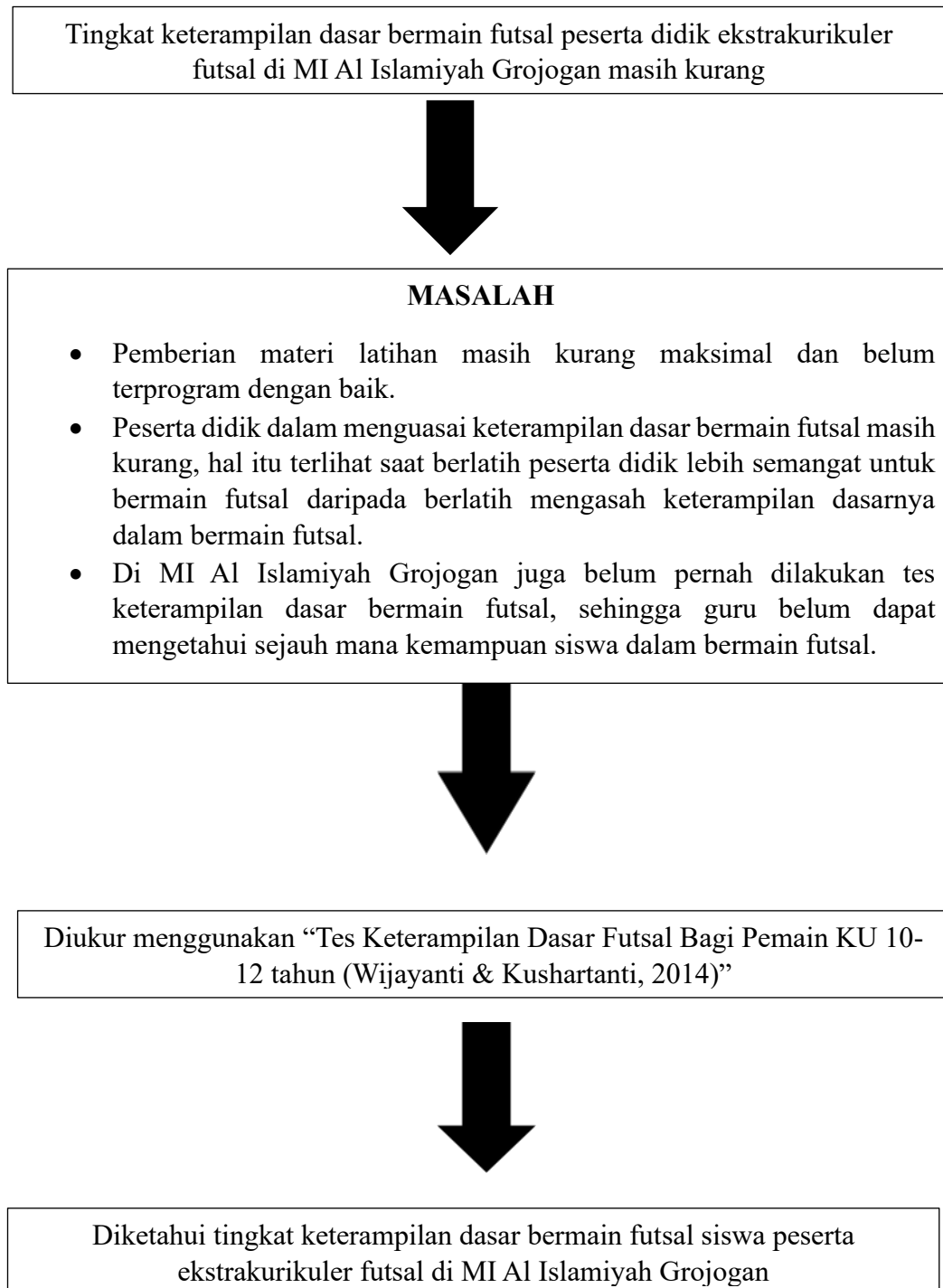
3. Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti & Kushartanti (2014) yang berjudul : Model Tes Keterampilan Dasar Futsal bagi Pemain KU 10-12 Tahun”. Dalam penelitian ini dilakukan dalam skala kecil siswa SD Muhammadiyah Sapen Yogyakarta yang mengikuti ekstrakurikuler futsal sebanyak 10 siswa. Sedangkan untuk skala besar dilakukan siswa SD Syuhad dan SD Negeri Lempuyangan yang mengikuti ekstrakurikuler futsal sebanyak 20 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu (1) lembar wawancara, (2) skala nilai, (3) 33 lembar observasi dan pelaksanaan dan keefektifan tes, dan (4) lembar data hasil tes, uji validasi instrument ditujukan dengan rata-rata nilai koefesien korelasi 0,765, sehingga instrument tes dikatakan valid. Uji realiabilitas tes untuk item shooting sebesar 0,815, item waktu sebesar 0,946, dan item sebesar 0,943, sehingga secara keseluruhan menunjukkan hasil yang reliabel. Dari hasil penelien para ahli materi, dapat disimpulkan bahwa model tes yang disusun sangat sesuai dengan karakteristik pemain KU 10-12 tahun, sehingga model tes layak digunakan.

C. Kerangka Pikir

Berdasarkan deskripsi latar belakang, muncul suatu permasalahan yang dapat dijadikan sebagai dasar penelitian atau kerangka pemikiran dalam studi ini. Keterampilan dasar bermain futsal para peserta ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan masih tergolong rendah, padahal keterampilan dasar tersebut sangat penting untuk bermain futsal. Untuk menguasai keterampilan yang baik, seseorang harus terlebih dahulu menguasai keterampilan dasar bermain futsal itu sendiri.

Dari deskripsi teori di atas, muncul pemikiran bahwa keterampilan dasar dalam bermain futsal sangat berpengaruh terhadap permainan. Keterampilan dasar merupakan faktor penting selain faktor fisik, taktik, dan mental seorang pemain dalam futsal. Oleh karena itu, selama proses latihan, setiap pemain perlu memperhatikan faktor-faktor tersebut, sehingga latihan keterampilan dasar harus menjadi prioritas. Penguasaan keterampilan dasar yang baik akan memudahkan setiap pemain dalam mengembangkan kemampuan bermain futsal. Keterampilan dasar dalam futsal mencakup *passing*, *dribbling*, *controlling*, dan *shooting*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain futsal para peserta ekstrakurikuler di MI Al Islamiyah Grojogan. Diharapkan, hasil penelitian ini dapat membantu setiap pemain dalam mengembangkan dan meningkatkan keterampilan dasar mereka dalam bermain futsal.

Gambar 7. Kerangka Pikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan situasi atau kondisi yang sedang terjadi tanpa mengajukan hipotesis. Suharsimi Arikunto (2006, p. 32), “penelitian deskriptif tidak bertujuan untuk menguji hipotesis tertentu, melainkan hanya untuk menggambarkan ‘apa adanya’ mengenai suatu variabel, gejala, atau keadaan.” Berdasarkan definisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu tingkat keterampilan dasar bermain futsal para peserta didik ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan. Keterampilan dasar bermain futsal merujuk pada tingkat kemampuan yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler futsal di sekolah tersebut dalam bermain futsal. Keterampilan dasar ini mencakup: *passing*, *controlling*, *dribbling*, dan *shooting*, yang diukur menggunakan tes keterampilan bermain futsal dari (Wijayanti, 2014) dengan satuan waktu dalam detik.

C. Tempat dan Waktu

Penelitian ini bertempat di MI Al Islamiyah Grojogan, Jl. Imogiri Timur KM 7, Grojogan Wirokerten Banguntapan Bantul. Lokasi tersebut dipilih karena tidak terlalu jauh dari tempat tinggal. Penelitian ini dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 20 Februari 2024 di MI Al Islamiyah Grojogan.

D. Subjek Penelitian

Sugiyono (2012, p. 119), populasi adalah area generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulan. Teknik pengambilan sampel penelitian adalah Teknik *total sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan menjadikan seluruh populasi sebagai sampel (Sugiyono, 2003 p. 61). Dalam penelitian ini, subjeknya adalah peserta ekstrakurikuler futsal di MI AL Islamiyah Grojogan yang berjumlah 22 siswa, dan seluruhnya diambil sebagai subjek penelitian, sehingga penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian populasi.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Sugiyono (2007, p. 98), instrumen penelitian adalah alat atau tes yang digunakan untuk mengumpulkan data yang mendukung keberhasilan suatu penelitian. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah Tes Keterampilan Dasar Futsal untuk peserta didik (Wijayanti, 2014). Tes ini

disusun untuk mengukur keterampilan dasar bermain futsal, yang mencakup: *passing*, *control*, *dribbling*, dan *shooting*. Keterampilan khusus untuk penjaga gawang tidak termasuk, karena dianggap sebagai posisi yang spesifik, bukan sebagai pemain secara umum. Instrumen ini memiliki validitas tes sebesar 0,765, reliabilitas *shooting* sebesar 0,815, reliabilitas waktu tes sebesar 0,965, dan reliabilitas total tes sebesar 0,943, serta dilengkapi dengan petunjuk pelaksanaan.

2. Teknik Pengumpulan Data

Berikut adalah petunjuk pelaksanaan untuk tes keterampilan Teknik dasar bermain futsal :

a. Tujuan Tes

Mengukur keterampilan dasar futsal. Keterampilan yang dinilai mencakup menggiring (*dribbling*), mengoper (*passing*), menahan (*controlling*), dan menembak (*shooting*). Tes ini ditujukan untuk peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal. Pelaksanaan tes dilakukan sebanyak dua kali, dan skor terbaik akan diambil sebagai hasil.

b. Kegunaan

Tes ini dapat digunakan untuk mengelompokkan dan mengevaluasi kemajuan dalam latihan futsal.

c. Fasilitas dan peralatan yang digunakan yaitu :

Lapangan yang digunakan harus datar dengan ukuran 10 x 6 meter, dengan satu sisi yang berbatasan dengan tembok. Bola futsal yang digunakan berjumlah tujuh buah, dan terdapat delapan buah *cones*. Dinding tembok harus rata atau dapat menggunakan papan, yang pada sisi temboknya diberi garis kotak

berukuran lebar 1 meter dan tinggi 0,5 meter. Jika lapangan tidak memiliki sisi tembok, papan dapat digunakan sebagai pengganti, dengan garis kotak yang sama. Gawang memiliki ukuran panjang 1,3 meter, lebar 0,6 meter, dan tinggi 0,7 meter, dengan jumlah satu buah. Lakban atau plester digunakan untuk membuat garis kotak di sisi tembok, batas lapangan, tanda start dan finish, penempatan bola, serta petunjuk jalur pergerakan tes. Stopwatch digunakan untuk mengukur waktu pelaksanaan tes, sementara blangko dan alat tulis diperlukan untuk mencatat waktu dan skor hasil tes. Selain itu, peluit juga disediakan.

d. Petugas

Seorang pengambil waktu yang memberikan sinyal "ya" dari *start* hingga *finish* dan sekaligus mencatat hasilnya; seorang yang menghitung jumlah bola yang masuk ke gawang dan juga mencatat hasilnya; seseorang yang mengawasi pantulan bola di pos *passing* dan *controlling*; serta minimal satu orang pembantu untuk mengambil bola yang ditendang ke gawang.

e. Petunjuk Pelaksanaan Tes

Testi berdiri di belakang garis start. Ketika mendengar aba-aba "ya" (dari bunyi peluit), testi mulai menggiring bola *zig-zag* melewati delapan *cones* yang berjarak 1 meter satu sama lain. Pemain dapat menggunakan bagian dalam kaki, bagian luar kaki, atau punggung kaki untuk menggiring bola. Jika testi menjatuhkan *cones*, peserta didik harus kembali ke garis start dan waktu tetap berjalan. Testi diberikan tiga kesempatan, dan jika setelah tiga kali *cones* masih jatuh, ia dapat melanjutkan ke rute tes berikutnya. Setelah menggiring bola *zig-*

zag, testi kemudian menggiring bola lurus sejauh 7,5 meter, menggunakan sol sepatu bagian bawah. Posisi tubuh testi bisa menyamping atau mundur. Setelah menggiring bola lurus, testi melakukan *passing* ke tembok dan menahan pantulan bola sebanyak empat kali, dengan dua kali menggunakan kaki kanan dan dua kali menggunakan kaki kiri secara bergantian. Jarak antara tembok dan garis adalah 1,5 meter, dan bola yang memantul tidak boleh dijemput di depan garis; testi harus menunggu di belakang garis. Bola yang memantul jauh dari tembok hanya boleh diambil setelah melewati batas dan harus digiring. Selanjutnya, testi meletakkan bola di dalam kotak berukuran 0,3 x 0,3 meter sebelum menuju pos *shooting*. Testi menembak bola ke gawang sebanyak enam kali dari jarak 6 meter, dengan tiga tembakan menggunakan kaki kanan dan tiga tembakan menggunakan kaki kiri secara bergantian. Jarak antar bola adalah 0,5 meter, dan setiap bola yang masuk ke gawang mendapatkan skor 1. Terakhir, testi menggiring bola menuju garis finish dan meletakkan bola di garis finish.

Gambar 7. Tes Keterampilan Dasar Futsal

N : Jumlah Responden (peserta didik)

Proses penilaian melibatkan hasil tes yang mencakup waktu yang dihabiskan selama menjalani serangkaian tes dan jumlah skor yang diperoleh dari memasukkan bola ke gawang. Penilaian dapat dilakukan dengan mengubah setiap skor mentah menjadi T Skor. Kedua jenis T Skor tersebut kemudian dijumlahkan untuk menghasilkan nilai keterampilan dasar futsal. Hasil akhir dari keterampilan tersebut selanjutnya disesuaikan dengan norma yang berlaku, sebagai berikut:

Table 1.Norma Penilaian Keterampilan Bermain Futsal

No	Jumlah T Skor	Kategori
1	128-144	Baik Sekali
2	111-127	Baik
3	94-110	Sedang
4	77-93	Kurang
5	60-76	Kurang Sekali

Sumber : (Wijayanti & Kushartanti, 2014)

Rumus yang digunakan untuk menghitung T Skor dari hasil di atas adalah:

$$T= 50+10 z$$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian didasarkan pada data yang diperoleh dari tes dan pengukuran tentang keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan. Adapun data yang diperoleh terdiri dari 2 macam satuan yaitu waktu dan skor, sehingga untuk mendapatkan data keterampilan bermain futsal dilakukan perhitungan T-skor seperti yang telah diungkapkan pada bab sebelumnya.

Hasil analisis data tentang keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan diperoleh nilai maksimum sebesar 127,19 dan nilai minimum sebesar 77,22. Nilai mean diperoleh sebesar 99,99 dengan nilai standar deviasi sebesar 15,40. Nilai median diperoleh sebesar 99,93 dengan tidak ditemukan nilai modus karena semua data

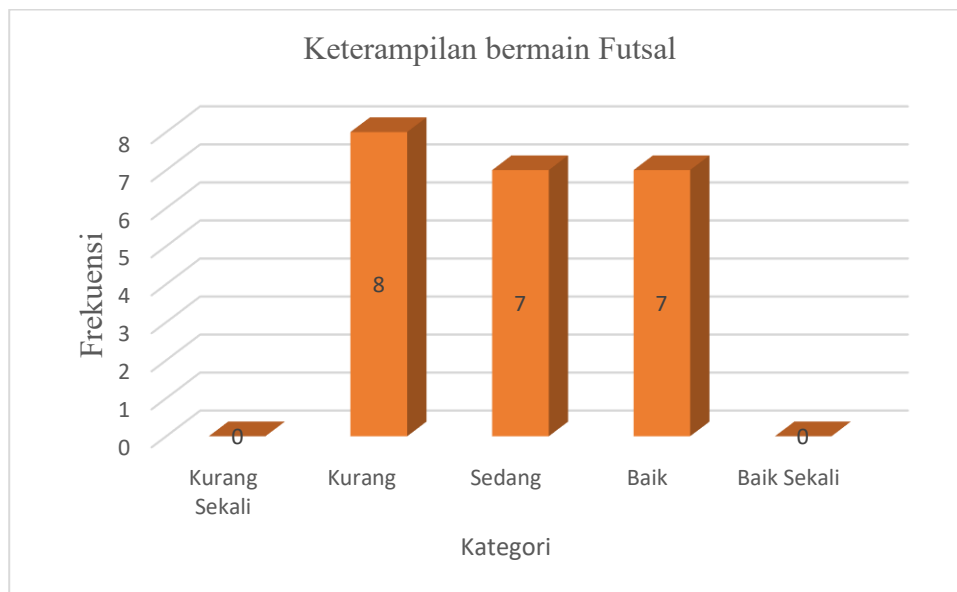
masing-masing muncul satu kali saja. Selanjutnya data akan dijabarkan dalam tabel distribusi frekuensi berdasarkan norma penilaian yang telah dituliskan pada bab sebelumnya, yaitu terbagi dalam 5 kategori (baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali) berdasarkan nilai T-Skor yang diperoleh. Berikut tabel distribusi frekuensi yang diperoleh dari keterampilan bermain futsal pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan.

Table 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Bermain Futsal pada Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di MI Al Islamiyah Grojogan

No	Jumlah T Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	128-144	Baik Sekali	0	0,00%
2	111-127	Baik	7	31,82%
3	94-110	Sedang	7	31,82%
4	77-93	Kurang	8	36,36%
5	60-76	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan Bantul kategori kurang sebanyak 8 responden (36,36%). Selanjutnya sebanyak 7 responden (31,82%) masing-masing pada kategori sedang dan baik. Tidak ada peserta didik yang masuk dalam kategori baik sekali maupun kurang sekali. Apabila digambarkan dalam histogram, maka berikut gambar yang diperoleh:

Gambar 8. Histogram Keterampilan Bermain Futsal pada Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di MI Al Islamiyah Grojogan



B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diperoleh bahwa diperoleh sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan kategori kurang sebanyak 8 responden (36,36%). Selanjutnya sebanyak 7 responden (31,82%) masing-masing pada kategori sedang dan baik. Tidak ada peserta didik yang masuk dalam kategori baik sekali maupun kurang sekali. Jika diperhatikan besarnya persentase yang diperoleh, paling besar terdapat pada kategori kurang, yaitu 36,36%. Selanjutnya ada 31,82% dalam kategori sedang dan 31,82% juga dalam kategori baik.

Memperhatikan besarnya persentase dari hasil penelitian, ternyata hanya 31,82% peserta didik yang memiliki keterampilan bermain futsal dalam kategori baik, selebihnya sebesar 67,18% masih perlu ditingkatkan lagi karena masih dalam kaegori sedang dan bahkan kurang.

Wijayanti & Kushartanti (2014, pp. 32-45), menyampaikan norma penilaian keterampilan yang jelas sangat penting untuk memberikan gambaran

tentang tingkat keterampilan peserta didik. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa banyak peserta didik berada dalam kategori kurang menunjukkan bahwa meskipun ada teori yang jelas mengenai kategori penilaian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa banyak peserta didik yang perlu meningkatkan keterampilan mereka.

Seperti pernyataan Lhaksana (2011, pp. 30-34), keterampilan dasar dalam futsal mencakup teknik-teknik seperti *passing*, *dribbling*, *controlling*, dan *shooting*. Keterampilan ini sangat penting untuk meningkatkan performa pemain dalam pertandingan. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik berada dalam kategori kurang sejalan dengan teori ini, yang menekankan bahwa penguasaan keterampilan dasar sangat berpengaruh terhadap kemampuan bermain futsal secara keseluruhan. keterampilan dasar bermain futsal yang dijabarkan dalam *passing*, *dribbling*, dan *shooting* dari peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan masih tergolong kurang, sehingga perlu sekali untuk ditingkatkan. Permainan futsal merupakan permainan mirip sepakbola mini yang dimainkan 5 orang setiap timnya dengan tujuan mencetak gol. Dalam proses menuju gawang, tentu saja sebuah tim memerlukan kerjasama yang baik, sedangkan kerjasama yang baik itu akan mudah tercipta jika keterampilan dasar bermain futsalnya juga baik, jika keterampilan dasarnya tidak baik juga kerjasama tim tersebut tidak akan dapat terjadi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan bermain futsal peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan cukup

bervariasi, yaitu paling banyak pada kategori kurang, kemudian pada kategori sedang dan baik. Tidak ada peserta didik yang mempunyai keterampilan dasar bermain futsal pada kategori sangat baik maupun sangat kurang. Hal ini sesuai dengan latar belakang permasalahan ketika peneliti melihat sekilas bahwa masih ada beberapa siswa yang kemampuan shootingnya rendah, ada yang kemampuan *dribbling* nya rendah. Di satu sisi ada juga peserta didik yang mempunyai kemampuan *dribbling* baik, shooting baik. Ternyata hasil penelitian dapat menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain futsal peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan masih tergolong kurang baik dan perlu diperbaiki agar dapat meraih prestasi yang diharapkan.

Selain itu hasil pembahasan ini sangat berkaitan mengenai faktor yang mempengaruhi keterampilan. Nasihudin & Hariyadin (2021, pp. 735-741) menyebutkan bahwa faktor proses belajar, faktor pribadi, dan faktor situasional dapat mempengaruhi keterampilan bermain futsal. Dalam konteks ini, faktor situasional, seperti fasilitas latihan yang kurang memadai, dapat menghambat perkembangan keterampilan dasar futsal. Ini menunjukkan bahwa untuk meningkatkan keterampilan, perlu adanya perhatian terhadap kondisi lingkungan belajar.

Pentingnya juga melakukan Latihan dan evaluasi menurut Lhaksana (2011) dan Wijayanti & Kushartanti (2014) menekankan pentingnya latihan yang terstruktur dan evaluasi untuk meningkatkan keterampilan. Tanpa evaluasi yang tepat, sulit untuk mengetahui sejauh mana kemajuan peserta didik dan area mana yang perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, penting bagi pelatih untuk

melakukan evaluasi secara berkala untuk memantau perkembangan keterampilan peserta didik.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian telah dilakukan pembatasan masalah, namun dalam penelitian ini juga masih tidak dapat terlepas dari keterbatasan dan kekurangan. Adapun keterbatasan tersebut diantaranya adalah, peneliti tidak dapat mengontrol aktivitas yang dilakukan subyek penelitian sebelum pengambilan data, peneliti juga tidak dapat mengontrol makanan yang dikonsumsi subyek penelitian sebelum dilakukan pengambilan data, sehingga ada kemungkinan kondisi subyek penelitian sedang tidak fit.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan kategori kurang sebanyak 8 responden (36,36%). Selanjutnya sebanyak 7 responden (31,82%) masing-masing pada kategori sedang dan baik. Tidak ada peserta didik yang masuk dalam kategori baik sekali maupun kurang sekali. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori kurang, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain futsal peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan adalah kurang baik.

B. Implikasi

Memperhatikan kesimpulan di atas, maka hasil penelitian ini dapat diimplementasikan dalam kegiatan ekstrakurikuler bahwa dalam penyusunan program latihan perlu sekali memperhatikan keterampilan dasar masing-masing peserta didik, sehingga dapat fokus pada peningkatan faktor apa yang masih kurang agar dapat ditingkatkan lagi.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan keterbatasan penelitian, maka ada beberapa saran terkait dengan hasil penelitian ini:

1. Kepada guru/pelatih ekstrakurikuler futsal di MI Al Islamiyah Grojogan, agar dapat dijadikan acuan dalam penyusunan program

latihan guna meningkatkan keterampilan dasar bermain futsal di MI Al Islamiyah Grojogan.

2. Kepada peserta didik

yang mengikuti ekstrakurikuler futsal agar semakin giat dalam berlatih setelah mengetahui keterampilan dasarnya masih rendah, sehingga akan meningkat di kemudian hari.

3. Kepada sekolah,

agar realistis dalam menuntut prestasi futsal di sekolah mengingat keterampilan dasar bermainnya masih tergolong kurang baik, sehingga siswa ataupun guru dan pelatihnya tidak mempunyai beban yang berat dalam mengikuti pertandingan futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiono, T., & Drg, J. D. H. N. (2013). Minat Siswa Dalam Mengikuti Ekstra Kurikuler Futsal. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 1(1), 37–39.
- Fitriadi, A., Gustian, U., & Purnomo, E. (2020). Variasi Latihan Berbasis Permainan Dalam Mengembangkan Kemampuan *Shooting* Futsal. *Keolahragaan*, 1–8.
- Ginting, S. S., Syafrial, S., & Defliyanto, D. (2019). Analisis Kemampuan Teknik *Control, Heading* Dan *Passing* Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 13 Kota Bengkulu. *Kinestetik*, 3(1), 118–124. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i1.8820>
- Intan Oktaviani Agustina, Juliantika Juliantika, Selly Ade Saputri, & Syahla Rizkia Putri N. (2023). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Pembinaan Dan Pengembangan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 1(4), 86–96. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v1i4.2001>
- Juliantine, T. (2006). Studi Tentang Perbandingan Pendidikan Jasmani Antara Indonesia Dengan Jepang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(3), 10–20.
- Justinus, L. (2011). Taktik dan strategi futsal modern. *Dari Http://Jurnal. Untan. Ac. Id/Index. Php/Jpdpb*.
- Nasihudin, N., & Hariyadin, H. (2021). Pengembangan Keterampilan dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(04), 733–743. <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i04.150>
- Nusanti, I. (2015). Pengembangan Keterampilan Memberi pada Peserta Didik: Sebuah Kajian untuk Memperluas Kapasitas Kegiatan Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 21(2), 193–206. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v21i2.186>
- Pendldlkan JasmanlIndones, Jumal, & Saryono, O. (2006). *Futsalsebagai Salahsatupermainan Alternatif Untukpembelajaran Sepakbola Dalampendidikan Jasmani*. 3(November), 47–58. www.futsal.com
- Resmasari, Y. (2020). Tingkat keterampilan sosial anak tk kelompok b di gugus II kecamatan berbah sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), 150–157. <https://doi.org/10.21831/jpa.v9i2.31403>
- Sulistyo, N. M., Moh Kusuma Atmaja, N., Prodi Pendidikan Jasmani, D., & Melawi, S. (2024). *Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Smp Negeri 3 Gresik Zuhdii Irsawanto*. 11.
- Susworo Dwi Marhaendro, A., Suharjana, S., & Sujarwo, S. (2023). Validity and reliability of futsal player skill measurement tests. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 9(1), 74–91. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v9i1.19672
- Sudijono, A. (2018). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Syamsuddin, I. (2024). Tingkat Keterampilan *Passing* Dan *Shooting* Futsal Pada Pemain Tim Futsal Komesra Fc Kab Luwu. *Global Journal Sport Science*, 2, 1010–1020. <https://sainsglobal.com/jurnal/index.php/gjss/article/view/1897%0Ahttps://sainsglobal.com/jurnal/index.php/gjss/article/download/1897/1091>

- Syarif, F., & Bahtra, R. (2023). Pengaruh Latihan Slalom Dribble Terhadap Peningkatan Kemampuan *Dribbling* Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam. *Journal Physical Health Recreation*, 3(2), 199–208.
- Wijayanti, D. I. P. R., & Kushartanti, B. M. W. (2014). Model Tes Keterampilan Dasar Futsal Bagi Pemain Ku 10-12 Tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), 32–45. <https://doi.org/10.21831/jk.v2i1.2601>
- Wirawan, M. (2017). Motivasi masyarakat terhadap olahraga futsal. *Jurnal Kesehatan*, 7(3), 619.
- Agustia, D. (2017). Pengaruh ekstrakurikuler futsal terhadap kebugaran jasmani siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(2), 92-101.
- Bompa, T. O. (2015). *Periodization: theory and methodology of training*. Human Kinetics.
- Dharmawan, B. (2019). Identifikasi bakat olahraga futsal melalui program ekstrakurikuler sekolah. *Jurnal Olahraga Pendidikan*, 5(2), 48-59.
- Firdaus, M. (2020). Penelusuran alumni ekstrakurikuler futsal di klub profesional Indonesia. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 117-129.
- Firmansyah, H. (2019). Pengembangan kepemimpinan melalui ekstrakurikuler olahraga: Studi longitudinal pada kapten tim futsal. *Jurnal Psikologi Olahraga*, 7(2), 138-152.
- Gunawan, R. (2017). Efektivitas program latihan terstruktur dalam ekstrakurikuler futsal. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 9(2), 117-128.
- Halim, S. (2012). *Satu hari pintar main futsal*. Media Pressindo.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Hasibuan, W. (2016). Implementasi sarana prasarana dalam pembinaan prestasi futsal. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(1), 50-61.
- Hidayati, N. (2019). Evaluasi program ekstrakurikuler futsal SMA se-Kabupaten Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 6(2), 84-96.
- Husdarta, H. J. S. (2010). *Psikologi olahraga*. Alfabeta.
- Komarudin. (2013). *Psikologi olahraga: Latihan mental dalam olahraga kompetitif*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Kurniawan, F. (2014). Analisis kepemimpinan dalam tim olahraga. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 10(2), 71-83.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan strategi futsal modern*. Be Champion.
- Maksum, A. (2011). *Psikologi olahraga: Teori dan aplikasi*. Unesa University Press.
- Mulyono, M. A. (2017). *Manajemen administrasi dan organisasi pendidikan*. Ar-Ruzz Media.
- Nugraha, A. S. (2016). Pengaruh ekstrakurikuler olahraga terhadap kedisiplinan siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(1), 58-72.
- Nurdiansyah, D. (2018). Analisis prestasi ekstrakurikuler futsal antar sekolah menengah atas. *Jurnal Sport Science*, 7(2), 105-118.
- Permendikbud Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.
- Prasetyo, Y. (2016). Ekstrakurikuler futsal sebagai sarana pembentukan karakter siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 62-73.

- Pratama, D. S. (2018). Korelasi keaktifan dalam ekstrakurikuler futsal dengan kedisiplinan belajar. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 7(2), 108-117.
- Prihatin, E. (2011). *Manajemen peserta didik*. Alfabeta.
- Rahman, A. (2018). Pengaruh kompetensi pelatih terhadap pengembangan keterampilan futsal siswa. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 10(2), 81-92.
- Riyadi, S. (2017). Pengaruh ekstrakurikuler futsal terhadap keterampilan sosial siswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 6(2), 83-95.
- Rohmah, N. (2020). Peran keterlibatan orang tua dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal. *Jurnal Pendidikan Keluarga*, 9(1), 61-72.
- Sartika, D. (2019). Studi komparatif keterampilan futsal siswa berdasarkan ketersediaan fasilitas sekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 11(2), 72-83.
- Scheunemann, T. (2011). *Futsal for winners: Taktik dan variasi latihan futsal*. Binamuda Cipta Kreasi.
- Sucipto. (2015). *Pembelajaran permainan futsal*. Universitas Pendidikan Indonesia Press.
- Suhardi. (2020). Analisis keberlanjutan program ekstrakurikuler olahraga di sekolah. *Jurnal Administrasi Pendidikan*, 12(1), 38-50.
- Suherman, A. (2018). Implementasi nilai sportivitas dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 9(2), 72-84.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. UNY Press.
- Sumarno, A. (2018). Problematika kegiatan ekstrakurikuler futsal di sekolah menengah atas. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 10(2), 72-83.
- Sumaryanto. (2016). Pengembangan ekstrakurikuler futsal sebagai sarana pembinaan bakat di sekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 4(2), 70-81.
- Suryosubroto, B. (2009). *Proses belajar mengajar di sekolah*. Rineka Cipta.
- Widiastuti. (2019). Hubungan partisipasi ekstrakurikuler futsal dengan tingkat stres akademik siswa SMA. *Jurnal Kesehatan Mental*, 7(2), 102-113.
- Widodo, P. (2017). Pengembangan kerjasama tim melalui ekstrakurikuler olahraga berbasis tim. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 6(2), 82-93.
- Wibowo, A. (2014). *Manajemen pendidikan karakter di sekolah*. Pustaka Pelajar.
- Wiyani, N. A. (2013). *Menumbuhkan pendidikan karakter di SD*. Ar-Ruzz Media.
- Yudha, M. S. (2015). *Pengembangan ekstrakurikuler olahraga sekolah*. CV. Alfabeta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas Akhir



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Kampus Karangmalang, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 550826 Fax. (0274) 550826
Laman: fikk.uny.ac.id, E-mail: humas_fikk@uny.ac.id

SURAT PERMOHONAN PEMBIMBING PENYUSUNAN PROPOSAL TA
No. 44/PJSD/IV/2025

Berdasarkan persetujuan Koorprodi atas usulan Proposal Tugas Akhir Skripsi mahasiswa:

Nama : Ilfan Ghufro
NIM : 21604221015
Program Studi : S1-Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Judul : Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Peserta Didik Ekstrakurikuler di MI Al Islamiyah Grojogan.

Dengan hormat, mohon Bapak:

Nama : Riky Dwihandaka, M.Or.
NIP : 19821129 201504 1 001
Jabatan : Lektor
Departemen : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Bersedia sebagai Pembimbing penyusunan proposal TA bagi mahasiswa tersebut di atas. Atas kesediaannya dan kerjasama Bapak diucapkan banyak terima kasih.

Yogyakarta, 21 April 2025
Koorprodi S1-PJSD

Prof. Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, 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/1584/UN34.16/PT.01.04/2025

20 Februari 2025

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. MI Al Islamiyah Grojogan
Grojogan, Wirokerten, Banguntapan, Bantul

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

Nama : Ilfan Ghufro
NIM : 21604221015
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL PESERTA DIDIK EKSTRAKULIKULER DI MI AL ISLAMIAH GROJOGAN
Waktu Penelitian : 20 Februari - 31 Maret 2025

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.

Dekan,



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



YAYASAN AL-ISLAMIYAH GROJOGAN BANTUL
MADRASAH IBTIDAIYAH AL ISLAMIYAH GROJOGAN

Alamat: Jl. Imogiri Timur KM.7, Grojogan Wirokerten Banguntapan Bantul Pos. 55194
Telp. 4396523, Email : migrojogan@yahoo.com Website : <https://mjalislamiahgrojogan.sch.id/>

SURAT KETERANGAN

No : 108/S.Ket/MIGro.12.02/III/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Thibyani Mubarak, S.Pd.I
Jabatan : Kepala Madrasah
Unit Kerja : MI Al Islamiyah Grojogan

Menerangkan bahwa :

Nama : Ilfan Ghufro
NIM : 21604221015
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

bahwa nama tersebut di atas adalah mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang telah melakukan penelitian yang dipergunakan untuk penyusunan skripsi dengan judul **“TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL PESERTA DIDIK EKSTRAKURIKULER DI MI AL ISLAMIYAH GROJOGAN”** dengan waktu penelitian 20 Februari 2025 – 31 Maret 2025.

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.



Grojogan, 10 Maret 2025
Kepala Madrasah,

Thibyani Mubarak
Thibyani Mubarak

Lampiran 4. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Kampus Karangmalang, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 550826 Fax. (0274) 550826
Laman: fikk.uny.ac.id. E-mail: humas_fikk@uny.ac.id

FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA

Nama Mahasiswa : Ilhan Ghutran
Dosen Pembimbing : Riky Dwihandoko, M. P.
NIM : 21604221015
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Judul TA : Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Peserta Didik Eksperimental
Dr. M. A. Islamiyah, Grogogan

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Hasil/Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1.	Kabu, 11-12-2024	Konsultasi Judul		<u>R</u>
2.	Kamis, 19-12-2024	Pergantian Judul		<u>R</u>
3.	Senin, 30-12-2024	Bimbingan bab 3		<u>R</u>
4.	Kabu, 12-2-2025	Bimbingan 1-3		<u>R</u>
5.	Senin, 17-2-2025	Bimbingan 1-3		<u>R</u>
6.	Setengah, 28-2-2025	Konsultasi metode Penelitian		<u>R</u>
7.	Kamis, 20-3-2025	Bimbingan Bab 4		<u>R</u>
8.	Kamis, 10-4-2025	Bimbingan Bab 5		<u>R</u>
9.	Kamis, 17-4-2025	Bimbingan Bab 1-5		<u>R</u>
10.	Senin, 21-4-2025	Acc Skripsi		<u>R</u>

Yogyakarta, 23 April 2025

Mengetahui
Koord. Prodi S1 PJSD

Prof. Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Mahasiswa

Ilhan Ghutran
NIM. 21.604221015

Lampiran 5. Instrumen Tes Keterampilan Gerak Dasar Bermain Futsal

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan peserta didik mengetahui terkait tingkat keterampilan gerak dasar bermain futsal MI Al Islamiyah Grojogan. Teknis analisis data yang digunakan adalah waktu yang dilakukan selama menjalani rangkaian tes dan jumlah skor dalam memasukkan bola ke gawang. Penilaian ini dapat dilakukan dengan cara setiap hasil skor mentah, diubah menjadi skor t. Jumlah waktu yang dirubah skor t dan memasukkan bola dirubah menjadi skor t, sehingga dapat diketahui masing-masing skor dari tabel skor t. Setelah itu kedua skor t diketahui, kedua skor t dijumlahkan akan menjadi nilai keterampilan gerak dasar bermain futsal.

Lampiran 6. Norma Penilaian Keterampilan Bermain Futsal

Hasil akhir keterampilan selanjutnya disesuaikan atas norma yang berlaku sesuai dengan tabel penggolongan di instrumen hasil penelitian dituangkan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Menurut Wijayanti dan Kushartanti (2014), hasil akhir keterampilan selanjutnya disesuaikan dengan norma yang berlaku.

No	Jumlah T Skor	Kategori
1	128-144	Baik Sekali
2	111-127	Baik
3	94-110	Sedang
4	77-93	Kurang
5	60-76	Kurang Sekali

(Sumber: Wijayanti dan Kushartati, 2014)

Data yang diperoleh kemudian dianalisis dan dinyatakan dalam bentuk kuantitatif dengan persen. Untuk menemukan kategori tersebut menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persen. Menurut Anas Sudijono (2006, p. 43)

$$\text{Persen hasil (\%)} P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan:

P : Angka Persen

F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : Jumlah Responden (anak)

Lampiran 7. Data Tes Penelitian

NO	NAMA	TES 1 WAKTU	TES 2 WAKTU	TES 1 HASIL SHOTING	TES 2 HASIL SHOTING
1	HUSAIN	46,50	43,10	6	6
2	ABIZAR	42,08	40,38	4	6
3	HANIF	46,44	45,50	3	5
4	KAIRAV	45,32	40,05	5	6
5	AXELLO	34,70	30,66	5	6
6	RAFA	42,25	44,87	5	6
7	ARHANA	47,60	43,75	5	4
8	ALVARO	36,25	40,33	5	6
9	EZHA	47,07	40,76	3	2
10	UMAIR	51,95	45,77	2	3
11	MASDAN	34,03	31,77	4	5
12	AISY	52,95	53,22	3	3
13	RAHMA	37,53	40,34	3	4
14	IKAL	56,80	53,11	5	3
15	MIHAELA	52,42	50,87	5	5
16	EVITA	59,01	55,89	3	4
17	ZILA	57,73	55,23	6	6
18	NADYA	1,06,56	1,01,45	4	4
19	ALFINA	1,05,22	59,45	4	4
20	TASYA	1,06,86	1,05,77	3	5
21	AFIFAH	1,05,86	1,03,78	6	6
22	ZIA	1,10,01	1,04,98	4	5

Lampiran 8. Hasil Analisis T skor

Analisis T-SKOR

NO	NAMA	TES 1	TES 2	HASIL SHOTING	HASIL SHOTING	HASIL TERBAIK		Z-SKOR		T-SKOR		TOTAL
		WAKTU	WAKTU			WAKTU	SHOTING	WAKTU	SHOTING	WAKTU	SHOTING	
1	HUSAIN	00.46.50	00.43.10	6	6	43.1	6	-0.49194	1.048077	54.92	60.48	115.40
2	ABIZAR	00.42.08	00.40.38	4	6	40.38	6	-0.74976	1.048077	57.50	60.48	117.98
3	HANIF	00.46.44	00.45.50	3	5	45.5	5	-0.26445	0.086538	52.64	50.87	103.51
4	KARAV	00.45.32	00.40.05	5	6	40.05	6	-0.78104	1.048077	57.81	60.48	118.29
5	AXELLO	00.35.10	00.31.06	5	6	30.66	6	-0.57251	1.048077	66.71	60.48	127.19
6	RAFA	00.42.25	00.45.27	5	6	42.25	6	-0.57251	1.048077	55.73	60.48	116.21
7	ARHANA	00.48.00	00.44.15	5	4	43.75	5	-0.43033	0.086538	54.30	50.87	105.17
8	ALVARO	00.36.25	00.40.44	5	6	36.25	6	-1.14123	1.048077	61.41	60.48	121.89
9	EZHA	00.47.07	00.41.16	3	2	40.76	3	-0.71374	-1.83654	57.14	31.63	88.77
10	UMAIR	00.52.35	00.46.17	2	3	45.77	3	-0.23886	-1.83654	52.39	31.63	84.02
11	MASDAN	00.34.03	00.32.17	4	5	31.77	5	-1.56588	0.086538	65.66	50.87	116.52
12	AISY	00.53.35	00.53.22	3	3	52.95	3	0.441706	-1.83654	45.58	31.63	77.22
13	RAHMA	00.37.53	00.40.34	3	4	37.53	4	-1.01991	-0.875	60.20	41.25	101.45
14	IKAL	00.56.08	00.53.11	5	3	53.11	5	0.456872	0.086538	45.43	50.87	96.30
15	MIHAELA	00.52.42	00.51.27	5	5	50.87	5	0.24455	0.086538	47.55	50.87	98.42
16	EVITA	00.59.01	00.56.29	3	4	55.89	4	0.720379	-0.875	42.80	41.25	84.05
17	ZILA	00.58.13	00.55.23	6	6	55.23	6	0.65782	1.048077	43.42	60.48	103.90
18	NADYA	01.06.56	01.01.45	4	4	61.45	4	1.247393	-0.875	37.53	41.25	78.78
19	ALFINA	01.05.22	00.59.45	4	4	59.45	4	1.05782	-0.875	39.42	41.25	80.67
20	TASYA	01.07.26	01.06.17	3	5	66.17	5	1.694787	0.086538	33.05	50.87	83.92
21	AFIFAH	01.06.26	01.04.18	6	6	64.18	6	1.506161	1.048077	34.94	60.48	95.42
22	ZIA	01.10.01	01.05.38	4	5	65.38	5	1.619905	0.086538	33.80	50.87	84.67
Mean						48.29	4.91			50.00	49.99	99.99
SD						10.55	1.04			10.00	10.00	15.40

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian

Dokumentasi Pembukaan



Dokumentasi Pemanasan





Dokumentasi *dribbling* melewati *cone* sebanyak 8 *cone*.





Dribbling lurus sejauh 7,5 meter.





Passing dan Control dari papan 4 kali.





Shooting ke gawang yang dimodifikasi sebanyak 3 kali menggunakan kaki kanan dan kiri.





Pendinginan dan evaluasi



Foto bersama



