



ANALISIS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 1 PEMENANG

Agus Nulhadi¹ dan Zakir Burhan²

^{1,2}Institut Pendidikan Nusantara Global

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 14 Des 2023

Perbaikan 15 Des 2023

Disetujui 28 Des 2023

Kata kunci:

Keterampilan, Sepak Bola, Ekstrakurikuler

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang. Jenis penelitian ini adalah termasuk jenis penelitian deskriptif, penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan gejala-gejala yang terjadi pada masa itu. Pemaparan dari hasil temuannya dilakukan secara sistematis dengan menekankan pada data faktual. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. Dimana teknik ini merupakan teknik penentuan sampel yang apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan jika jumlah populasi relative kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Berdasarkan keseluruhan tes keterampilan teknik dasar sepak bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang, menunjukkan bahwa sebanyak 1 siswa termasuk dalam kategori "Sangat Baik", 5 siswa dalam kategori "Baik", 13 siswa termasuk dalam kategori "Cukup", 4 siswa dalam kategori "Kurang", dan 2 siswa dalam kategori "Sangat Kurang". Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang masuk dalam kategori "Cukup".

© 2023 BEGIBUNG

*Surat elektronik penulis: nulhadiagus13@gmail.com

PENDAHULUAN

Olahraga pada zaman ini telah menjadi tuntutan dan kebutuhan hidup. Agar lebih sejahtera, olahraga semakin diperlukan oleh manusia dalam kehidupan yang semakin kompleks dan serba otomatis sehingga manusia

dapat mempertahankan eksistensinya untuk terhindar dari berbagai gangguan atau disfungsi sebagai akibat kekurangan gerak. Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak tubuh, bagian atas dan bagian bawah dan disebut sebagai

aktivitas karena memiliki tujuan pada akhirnya, yakni kualitas hidup yang meningkat dan menjadikan tubuh menjadi sehat dan bugar. Aktivitas menyehatkan ini selain dijadikan aktivitas pengisi waktu luang, juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengasah kemampuan diri dalam berolahraga atau wadah untuk menjadi atlet profesional atau olahraga prestasi. Disamping itu, olahraga telah menjadi bagian hidup dari sebagian besar masyarakat, baik di pedesaan maupun di perkotaan. Olahraga ini memiliki berbagai macam tujuan dan fungsi yang berbeda-beda, diantaranya adalah olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi.

Sepak bola adalah salah satu olahraga yang sangat populer di dunia. Dalam pertandingan olahraga, sepak bola dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang kelompok lawan dan masing-masing kelompok beranggotakan sebelas pemain. Permainan sepak bola merupakan permainan yang atraktif dan menarik untuk ditonton. Dengan durasi waktu permainan 2 kali 45 menit, para pemain banyak menunjukkan kemampuan skill tekniknya di lapangan, (Herwin, 2006:75).

SMA Negeri 1 Pemenang merupakan salah satu sekolah favorit yang ada di Pemenang. Sekolah ini memiliki sarana dan prasarana yang cukup lengkap, seperti lapangan futsal, basket, voli, tenis meja, peralatan music dan tari dan lain-lain. Jadi wajar saja sekolah ini

memiliki kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler yang berorientasi dibidang kesenian, olahraga dan kegiatan lainnya yang bersifat positif. Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan antara lain, pramuka, baris-berbaris, band, tari tradisional & modern, futsal, basket, bola voli dan lain-lain. Adapun maksud dan tujuan dibentuknya pembinaan-pembinaan ini adalah sebagai wadah penyaluran bakat, potensi dan minat yang dimiliki siswa sesuai dengan karakteristiknya masing-masing.

Berdasarkan pengamatan penulis, SMA Negeri 1 Pemenang merupakan sekolah yang cukup berprestasi pada cabang olahraga sepak bola terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola cukup tinggi. Hal ini terbukti dengan kedisiplinan siswa dalam mengikuti rangkaian latihan-latihan yang sistematis dan kontinyu yang diberikan oleh pembina ekstrakurikuler sepak bola, sehingga penulis ingin mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan sepak bola di sekolah tersebut. Disamping itu juga kegiatan ekstrakurikuler sepak bola ini sudah lama berjalan namun belum pernah diadakan sebuah tes atau pengukuran tentang tingkat keterampilan bermain sepak bola siswanya, sehingga belum ada data otentik yang menunjukkan tingkat keterampilan bermain sepak bola yang dimiliki oleh siswa. Untuk itu perlu adanya pengkajian lebih lanjut mengenai keterampilan bermain sepak bola pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pemenang.

METODE PENELITIAN

Dalam mengumpulkan data diperlukan alat ukur, sehingga dengan menggunakan alat ini akan diperoleh data yang merupakan hasil pengukuran. Suharmisi Arikunto dalam Nurhasan (2006: 1), “Tes merupakan suatu alat atau prosedur untuk mengukur sesuatu dalam suasana dengan cara dan aturan yang sudah ditentukan”. Jenis instrument yang digunakan untuk mengukur keterampilan teknik dasar adalah tes *passing-stopping, dribbling, heading dan shooting*.

Jenis penelitian ini adalah termasuk jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan gejala-gejala yang terjadi pada masa itu. Pemaparan dari hasil temuannya dilakukan secara sistematis dengan menekankan pada data faktual. Desain penelitian ini biasanya hanya melibatkan satu variabel saja. Penelitian deskriptif umumnya tidak hendak menguji hipotesa, melainkan hanya memaparkan suatu objek apa adanya secara sistematis. Oleh karena tidak menguji hipotesa, maka umumnya pada penelitian ini tidak diperlukan adanya hipotesa. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang.

Variabel penelitian ini berfokus pada Teknik dasar mengumpan, menggiring bola, menyundul dan menembak bola. Teknik dasar

mengumpan dan menahan adalah teknik dasar dalam permainan sepakbola dimana mengumpan dilakukan dengan cara memberikan bola kepada teman setim menggunakan kaki bagian dalam maupun luar sedangkan menahan bola dilakukan dengan menahan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam maupun luar, paha, serta dada.

Teknik dasar menggiring bola adalah teknik yang dilakukan dengan menguasai bola sambil berlari, atau bergerak dengan posisi badan agak condong ke depan, kaki yang digunakan harus dekat dengan bola dan kaki satunya digunakan sebagai tumpuan. Letak kaki tumpu disamping bola dengan lutut dan kedua tangan menjaga keseimbangan. Pemain bergerak ke depan sambil menggiring bola dimana kaki dan bola sekali-kali bersentuhan dan kaki selalu dekat dengan bola.

Teknik dasar menyundul bola dilakukan dengan melibatkan seluruh tubuh dengan posisi melengkung, leher ditegangkan, perkenaan bola tepat pada dahi, mata terbuka, kepala di dorong ke depan atau samping, dan menjaga stabilitas dengan kedua tangan disamping badan.

Teknik dasar menembak bola adalah teknik menendang bola yang cepat dan tepat kearah sasaran dengan posisi tubuh sedikit condong dan miring ke samping, kaki yang digunakan menendang harus berada didepan sejajar dengan kaki tumpuan. Menendang bisa menggunakan kaki bagian dalam maupun punggung kaki.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan perhitungan statistik analisis deskriptif presentase dalam pengolahan data penelitian ini menggunakan program SPSS v16.

Analisis data dimulai dengan menghitung rata-rata dan simpang baku dari setiap butir tes, sehingga diperoleh nilai rata-rata dari simpangan baku setiap butir tes, mengubah skor-skor dari setiap hasil tes ke dalam T-Score dan selanjutnya menjumlahkan skor dari setiap butir tes menjadi satu skor. Skor inilah yang diperoleh seseorang dalam tes keterampilan sepak bola.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Daya Tetas Telur

Analisis deskriptif dilakukan terhadap keterampilan teknik dasar sepak bola, analisis deskriptif meliputi: rata-rata, standar deviasi, minimal dan data maksimal. Dari nilai-nilai statistik tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran umum tentang keadaan data keterampilan teknik dasar sepak bola pada ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang

	N	Range	Min	Max	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
<i>Passing dan Stopping</i>	25	4.00	5.00	9.00	183.00	7.3200	1.02956	1.060
<i>Dribbling</i>	25	8.36	13.10	21.46	410.91	16.4364	2.30467	5.311
<i>Heading</i>	25	22.00	18.00	40.00	629.00	25.1600	5.16140	26.640
<i>Shooting</i>	25	72.56	62.67	135.25	2500.14	100.0056	17.00186	289.063

Tabel 1 Data tes keterampilan teknik dasar sepak bola

Dari tabel diatas yang merupakan gambaran dasar keterampilan teknik dasar sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Pemenang dapat dikemukakan sebagai berikut.

- Pada tabel *passing* dan *stopping*, diperoleh nilai rata-rata 7,32 poin, untuk standar deviasi 1,02956 poin data minimal 5 poin, data maksimal 9 poin, dengan rentan selisih 4 poin dari 25 siswa yang menjadi sampel.
- Pada tabel *dribbling*, di peroleh nilai rata-rata 16,4364 poin, untuk standar deviasi 2,30467 poin, data minimal 13,1 poin, data maksimal 21,46 poin, dengan rentan selisih 8,36 poin dari 25 siswa yang menjadi sampel.
- Pada tabel *heading*, di peroleh nilai rata-rata 25,16 poin, untuk standar deviasi 5,1614 poin, data minimal 18 poin, data maksimal 40 poin, dengan rentan selisih 22 poin dari 25 siswa yang menjadi sampel.
- Pada tabel *shooting*, di peroleh nilai rata-rata 100.0056 poin, untuk standar deviasi 17.00186 poin data minimal 62.67 poin,

data maksimal 135.25 poin, dengan rentan selisih 72.56 poin dari 25 siswa yang menjadi sampel.

No	Rentan Skor	Ket	Jml	Presentase
1	297.136 - keatas	Sangat Baik	1	4 %
2	265.732 - 297.136	Baik	5	20 %
3	234.328 - 265.732	Cukup	13	52 %
4	202.924 - 234.328	Kurang	4	16 %
5	202.924 – kebawah	Sangat Kurang	2	8 %
Jumlah			25	100 %

Tabel 2 Persentase keterampilan teknik dasar sepak bola

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini, hasil analisis menunjukkan dari 25 siswa: (1) Tes *passing* dan *stopping*, sebanyak 11 siswa termasuk dalam kategori "Baik", 9 siswa dalam kategori "Cukup", 4 siswa dalam kategori "Kurang", dan 1 siswa dalam kategori "Sangat Kurang". (2) Tes *dribbling*, , sebanyak 10 siswa termasuk dalam kategori "Baik", 7 siswa dalam kategori "Cukup", 7 siswa dalam kategori "Kurang", dan 1 siswa dalam kategori "Sangat Kurang". (3) Tes *heading*, , sebanyak 1 siswa termasuk dalam kategori "Sangat Baik", 3 siswa dalam kategori "Baik", 13 siswa dalam kategori "Cukup", dan 8 siswa dalam kategori "kurang". (4) Tes *shooting*, sebanyak 1 siswa termasuk dalam

kategori "Sangat Baik", 7 siswa dalam kategori "Baik", 10 siswa dalam kategori "Cukup",

6 siswa dalam kategori "kurang", dan 1 siswa dalam kategori "Sangat Kurang"

Berdasarkan keseluruhan tes keterampilan teknik dasar sepak bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang, menunjukkan bahwa sebanyak 1 siswa termasuk dalam kategori "Sangat Baik", 5 siswa dalam kategori "Baik", 13 siswa termasuk dalam kategori "Cukup", 4 siswa dalam kategori "Kurang", dan 2 siswa dalam kategori "Sangat Kurang". Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pemenang masuk dalam kategori "Cukup".

SIMPULAN

Keterampilan teknik dasar *passing* dan *stopping* berdasarkan analisis data dan pembahasan yang ditampilkan sebelumnya maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar *passing* dan *stopping* dalam katagori cukup. Lebih lanjut, keterampilan teknik dasar *dribbling* berdasarkan analisis data dan pembahasan yang ditampilkan sebelumnya maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar *dribbling* dalam katagori cukup. Selanjutnya, keterampilan teknik dasar *heading* berdasarkan analisis data dan pembahasan yang ditampilkan sebelumnya maka hasil penelitian ini dapat

disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar heading dalam katagori cukup. Keterampilan teknik dasar shooting berdasarkan analisis data dan pembahasan yang ditampilkan sebelumnya maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar shooting dalam katagori cukup.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Hadiqie, Zidane Muhdhor. 2013. Menjadi pemain Sepak Bola Profesional. Kata Pena Batty, Eric C. 2011. Latihan Metode Baru Sepak Bola. Bandung: CV Pionir Jaya.
- Koger, Robert. 2005. Latihan dasar andal sepak bola remaja. Klanten: Macanan jaya kencana.
- Luxbacher, Joseph A. 2013. Sepak Bola Edisi Kedua. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Ma'u, Mellius dan J. Santoso. 2014. Teknik Dasar Bermain Sepak Bola. Jakarta: Cakrawala Mikanda Rahmani. 2014. Buku Super Lengkap Olahraga. Jakarta: Dunia Cerdas
- Nurhasan. 2001. Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Arikunto Suharsimi (2006) Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- A. Sarumpaet, Zulfar Djazet, dan Imam Sadikun dalam Nur Afni Suprihatin, (2008:10) [dinudhin.wordpress.com/2012/09/04/prinsip-dasar-bermain-bola voli](http://dinudhin.wordpress.com/2012/09/04/prinsip-dasar-bermain-bola-voli)
- Muhajir (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta:Erlangga.
- Rai Ade, dkk. (2006). Gaya Hidup Sehat Fitness dan Binaraga. Jakarta: Tabloid BOLA.
- Sugiyono (2006). Statistik untuk penelitian. Bandung: PT Alfabeta