

**TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR
SEPAKBOLA PADA SISWA SMP NEGERI 2
MEUREUBO KABUPATEN ACEH BARAT**

Skripsi

diajukan sebagai salah satu syarat-syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh

Zaki Almontaza
NIM. 1811040004



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2023**

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul *Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Pada Siswa Smp Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat* telah dipertahankan dalam ujian skripsi oleh Zaki Almontaza, 1811040004. Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa Getsempena pada hari Senin 22 April 2024.

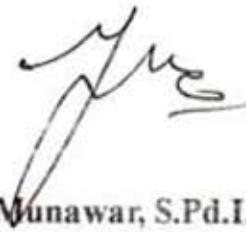
Menyetujui,

Pembimbing I,



Zulheri Is, M.Pd
NIDN. 1302108931

Pembimbing II,



Dr. Munawar, S.Pd.I., M.Pd
NIDN. 1302058502

Mengetahui

Ketua Prodi Pendidikan Jasmani



Irwandi, S.Pd., M.Pd., AIFO
NIDN. 0126068005

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh



Dr. Syarfuni, M.Pd
NIDN.0128068203

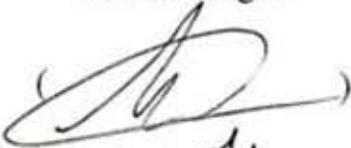
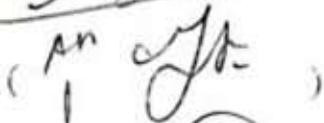
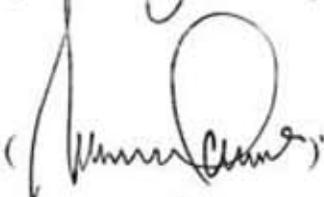
PENGESAHAN TIM PENGUJI

TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PADA SISWA SMP NEGERI 2 MEUREUBO KABUPATEN ACEH BARAT

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Univeristas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 22 April 2024

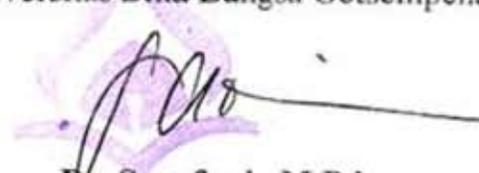
Tanda Tangan

Pembimbing I	: <u>Zulheri Is, M.Pd</u> NIDN. 1302108931	()
Pembimbing II	: <u>Dr. Munawar, S.Pd.I., M.Pd</u> NIDN. 1302058502	()
Penguji I	: <u>Mulai Putra, S.Pd., M.Pd., M.Sc., Ph.D in Ed</u> NIDN. 0126128601	()
Penguji II	: <u>Novia Rozalini, M.Pd</u> NIDN. 1308119101	()

Menyetujui,
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani


IRWANDI, S.Pd., M.Pd, AIFO.
NIDN. 0126068005

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena


Dr. Svarfuni, M.Pd
NIDN. 0128068203

LEMBARAN PERSETUJUAN

TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PADA
SISWA SMP NEGERI 2 MEUREUBO KABUPATEN ACEH BARAT

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Univeristas Bina Bangsa Getsempena

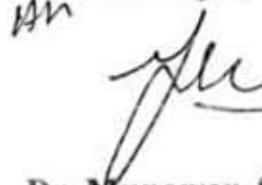
Banda Aceh, 22 April 2024

Pembimbing I,



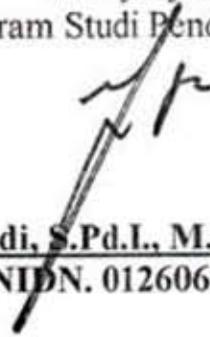
Zutheri Is, M.Pd
NIDN. 1302108931

Pembimbing II,



Dr. Munawar, S.Pd.L., M.Pd
NIDN. 1302058502

Menyetujui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Irwandi, S.Pd.L., M.Pd, AIFO.
NIDN. 0126068005

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Dr. Syarfuni, M.Pd
NIDN. 0128068203

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya beridentitas di bawah ini:

Nama : Zaki Almuntaza
NIM : 1811040004
Program Studi : S1 Pendidikan Jasmani

Menyatakan bahwa hasil penelitian atau skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila skripsi ini terbukti plagiasi atau jiplakan, saya siap menerima sanksi akademis dari Program Studi atau Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena.

Banda Aceh, 08 Mei 2023
Yang membuat pernyataan,

Zaki Almuntaza
NIM. 1811040004

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Seesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakan lah dengan sesungguhnya (urusan) yang lain."

- QS. Al-Baqarah: 286

"Barang siapa yang menapaki suatu jalan dalam Rangka menuntut ilmu, maka ALLAH SWT akan memudahkan baginya jalan menuju surga".

- Nabi Muhammad SAW

"Bersyukur merupakan cara terbaik agar selalu merasa cukup, bahkan disaat kekurangan. Jangan berhadap lebih sebelum berusaha lebih"

- Zaki Almontaza

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya ini sebagai wujud rasa syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan segala nikmat-Nya.

Ucapan terimakasihku kepada Kedua orang tua tersayang Ayahanda Alm. Zamani dan Ibunda Ratna Juwita yang telah melahirkan, merawat, membimbing dengan penuh kesabaran dan Terima kasih atas segala cinta dan kasih sayang yang telah engkau berikan, serta doa-doa yang selalu mengiringi langkahku.

Terimakasihku kepada Sahabat-sahabatku seperjuangan Program Studi Pendidikan Jasmani dan Almamaterku Universitas Bina Bangsa Getsempena.

ABSTRAK

Zaki Almontaza. 2023. Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani. Universitas Bina Bangsa Getsempena. Pembimbing I. Zulheri Is, M.Pd., Pembimbing II. Dr. Munawar, S.Pd.I., M.Pd.

Permasalahan yang diangkat dari penelitian ini adalah seberapa baik tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat. Adapaun tujuan penelitian ini adalah mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat. Pendekatan penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuantitatif dengan metode survei. Populasi pada penelitian adalah seluruh siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat yang berjumlah 178 siswa. Teknik pengambilan sampel yaitu *puspositive sampling*, maka yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah siswa putra di SMP Negeri 2 Meureubo yang berjumlah 17 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan tes keterampilan sepakbola usia 10-12 tahun oleh Departemen Pendidikan Nasional Tahun 2009. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 2 siswa (11.76 %), kategori sedang dengan frekuensi 9 siswa (52.94%), kategori kurang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%) dan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori sedang dengan persentase 52.94%.

Kata Kunci: Tingkat, Keterampilan Dasar, Sepakbola

ABSTRACT

Zaki Almuntaza. 2023. Football Basic Technical Skill Levels for Students of SMP Negeri 2 Meureubo, West Aceh District. Thesis. Physical Education Study Program. Bina Bangsa Getsempena University. Supervisor I. Zulheri Is, M.Pd., Supervisor II. Dr. Munawar, S.Pd.I., M.Pd.

The problem raised in this study is how well the basic technical skill level of playing football is for students at SMP Negeri 2 Meureubo, West Aceh District. The purpose of this study was to find out how good the level of basic technical skills in playing football is for students of SMP Negeri 2 Meureubo, West Aceh Regency. The research approach used in this research is quantitative with the survey method. The population in the study were all students of SMP Negeri 2 Meureubo, Aceh Barayang Regency, totaling 178 students. The sampling technique was purposive sampling, so the samples in this study were male students at SMP Negeri 2 Meureubo with a total of 17 students. The data collection technique used was a 10-12 year old soccer skill test by the Ministry of National Education in 2009. The data analysis technique used quantitative descriptive analysis as outlined in the form of percentages. Based on the results of the study it can be seen that the level of basic football technique skills in students of SMP Negeri 2 Meureubo West Aceh Regency is in the very good category with a frequency of 0 students (0%), good category with a frequency of 2 students (11.76%), medium category with a frequency of 9 students (52.94%), poor category with a frequency of 6 students (35.29%) and very poor category with a frequency of 0 students (0%). It can be concluded that the level of basic football technical skills in SMP Negeri 2 Meureubo West Aceh Regency is in the medium category with a percentage of 52.94%.

Key Words: Skills, Basic Skill, Football

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis sampaikan kehadirat Allah Swt dan mengharapkan ridho yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola pada Siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat”*. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh. Shalawat dan salam dihantarkan kepada junjungan Nabi Muhammad Saw. Mudah-mudahan kita semua mendapatkan safaat-Nya di Yaumul akhir nanti, Amin.

Penulis tentu banyak mengalami hambatan sehingga tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak dalam penyelesaian skripsi ini. Untuk kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Kedua orang tua tercinta yang telah mendoakan saya serta memberi kasih sayang yang tulus, dan juga telah memberikan motivasi yang luar biasa dengan penuh keikhlasan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Dr. Lili Kasmini, M.Si, selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh yang telah memberi kesempatan serta arahan selama pendidikan, penelitian dan penulisan skripsi ini.
3. Dr. Mardhatillah, S.Pd.I., M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan kesempatan serta arahan selama pendidikan, penelitian dan penulisan skripsi ini.
4. Dr. Munawar, S.Pd.I., M.Pd, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan pembimbing II dan yang telah memberikan arahan, masukan, saran, motivasi dan dengan sabar membimbing selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya skripsi ini.
5. Zulheri Is, M.Pd, selaku pembimbing I di tengah-tengah kesibukannya telah memberikan arahan, masukan, saran, motivasi dan dengan sabar membimbing dalam penulisan skripsi ini.

6. Bapak dan Ibu dosen Universitas Bina Bangsa Getsempena yang telah banyak memberikan bimbingan dan ilmu kepada penulis selama menempuh pendidikan.
7. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena angkatan 2018 sebagai teman berbagi rasa dalam suka, duka dan segala bantuan serta kerja sama sejak mengikuti studi sampai penyelesaian skripsi ini.
8. SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat yang telah memberikam izin dan bersedia untuk mengambil data penelitian.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu.

Penulis menyadari akan segala keterbatasan dan kekurangan dari isi maupun tulisan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak masih dapat diterima dengan senang hati. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan olahraga sepakbola kedepannya.

Banda Aceh, 08 Mei 2023
Penyusun,

Zaki Almontaza
NIM. 1811040004

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN TIM PENGUJI	ii
LEMBARAN PERSETUJUAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
 BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Pengertian Keterampilan	8
2.1.1 Pengertian Keterampilan	8
2.1.2 Faktr-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan	10
2.2 Hakikat Sepak Bola	12
2.2.1 Sejarah Sepak Bola	12
2.2.2 Pengertian Sepak Bola	14
2.2.3 Teknik Dasar Sepak Bola	15
2.3 Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)	33
2.4 Kajian Penelitian Terdahulu	36
2.5 Kerangka Berfikir	39
 BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Pendekatan Penelitian	41
3.2 Populasi dan Sampel	42
3.3 Variabel Penelitian	43
3.4 Teknik dan Alat Pengumpulan Data	43
3.5 Teknik Analisis Data	51

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	53
4.2 Pembahasan Penelitian.....	60
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	62
5.2 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	66

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Menendang dengan Kaki Bagian Dalam.....	18
Gambar 2.2 Menendang dengan Kaki Bagian Luar.....	19
Gambar 2.3 Menendang dengan Punggung Kaki.....	20
Gambar 2.4 Menendang dengan Punggung Kaki Bagian Dalam.....	21
Gambar 2.5 Menghentikan dengan Punggung Kaki Bagian Dalam.....	23
Gambar 2.6 Menghentikan dengan Punggung Kaki Bagian Luar.....	24
Gambar 2.7 Menghentikan Bola dengan Telapak Kaki.....	25
Gambar 2.8 Menghentikan Bola dengan Paha.....	26
Gambar 2.9 Menghentikan Bola dengan Dada.....	27
Gambar 2.10 Menghentikan dengan Kaki Bagian Dalam.....	28
Gambar 2.11 Menyundul Bola Sambil Berdiri.....	29
Gambar 2.12 Menyundul Bola Sambil Melompat.....	30
Gambar 2.13 Merampas Bola Sambil Meluncur.....	31
Gambar 2.14 Lemparan Ke Dalam.....	32
Gambar 2.15 Menangkap Bola Sambil Berdiri.....	33
Gambar 3.1 Gerakan Tes <i>Dribling</i>	44
Gambar 3.2 Gerakan Tes <i>Short Pass</i>	45
Gambar 3.3 Gerakan Tes <i>Throw In</i>	46
Gambar 3.4 Gerakan Tes <i>Running</i>	47
Gambar 3.5 Gerakan Tes <i>Heading</i>	48
Gambar 3.2 Gerakan Tes <i>Shooting</i>	50

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Norma Penilaian Tes <i>Dribbling</i>	44
Tabel 3.2 Norma Penilaian Tes <i>Short Pass</i>	45
Tabel 3.3 Norma Penilaian Tes <i>Throw In</i>	47
Tabel 3.4 Norma Penilaian Tes <i>Running</i>	48
Tabel 3.5 Norma Penilaian Tes <i>Heading</i>	49
Tabel 3.6 Norma Penilaian Tes <i>Shooting</i>	51
Tabel 3.7 Norma Penilaian Tes Keterampilan Sepakbola	51
Tabel 4.1 Hasil Tes <i>Dribbling</i>	53
Tabel 3.2 Hasil Tes <i>Short Pass</i>	54
Tabel 4.3 Hasil Tes <i>Throw In</i>	55
Tabel 4.4 Hasil Tes <i>Running</i>	56
Tabel 4.5 Hasil Tes <i>Heading</i>	57
Tabel 4.6 Hasil Tes <i>Shooting</i>	58
Tabel 4.7 Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola SMPN 2 Meureubo	59

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Keputusan Penunjukan Dosen Pembimbing Skripsi.....	66
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena	67
Lampiran 3 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari SMPN 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat	68
Lampiran 4 Foto Dokumentasi Penelitian.....	69
Lampiran 5 Rekap Hasil Tes	72
Lampiran 6 Susunan Panitia Penelitian	83
Lampiran 7 Riwayat Hidup	84

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan di Indonesia adalah pendidikan yang mengarah pada Sistem Pendidikan Nasional seperti tercantum pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 yang menyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, yang bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didiknya agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan di Indonesia terbagi menjadi tiga jalur, yaitu jalur pendidikan formal, pendidikan nonformal, dan pendidikan informal (Sudjana, 2000: 22). Salah satu upaya peningkatan sumber daya manusia adalah melalui jenjang pendidikan formal. Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 “Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, pendidikan tinggi. Kegiatan belajar yang berlangsung di sekolah termasuk pendidikan jalur formal yang disengaja direncanakan dengan bimbingan guru dan bentuk pendidik lainnya”.

Salah satu mata pelajaran disekolah adalah pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Menurut Moh. Rakim dalam Hartono. Dkk, (2013: 2) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada hakikatnya adalah proses

pendidikan yang memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik jasmani dan olahraga untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Sepakbola merupakan materi yang yang diajarkan pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Sepakbola dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan masuk dalam ruang lingkup pertama yaitu permainan dan olahraga. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, *rounders*, *kippers*, sepakbola, bolabasket, bolavoli, tenis meja, tenis lapangan, bulutangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.

Sepakbola adalah permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai (kaki) kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengan (tangan) di daerah tendangan hukuman penalti. Tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri, agar tidak kemasukan bola dari lawan. Suatu regu menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke gawang lawannya dan apabila sama maka dinyatakan seri atau draw (Sucipto dkk, 2000: 7).

Syarat yang paling utama untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik karena

pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Menurut Sucipto, dkk (2000: 17) teknik dasar dalam sepakbola meliputi: menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), menjaga gawang (*keeping*). Adapun kompetensi dasar yang digunakan untuk materi sepakbola pada jenjang Sekolah Menengah Pertama adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1 Kompetensi Dasar dan Indikator Materi Sepakbola pada Jenjang SMP

No	Kelas	Kompetensi Dasar	Indikator
1	VII	Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besarsederhana dan atau tradisional.	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola. • Mempraktikkan gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi. • Aktifitas bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan dimodifikasi
2	VIII	Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besarsederhana dan atau tradisional.	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan gerak spesifik variasi mengumpan, menendang dan menahan (menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki) permainan bola besar melalui permainan sepak bola. • Mempraktikkan gerak spesifik variasi menggiring (menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki) permainan bola besar melalui permainan sepak bola. • Mempraktikkan gerak spesifik variasi menyundul bola, permainan bola besar melalui permainan sepak bola. • Aktifitas bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan dimodifikasi
3		Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besarsederhana	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan variasi dan kombinasi permainan sepak bola. • Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerakan menendang/ mengumpan bola

No	Kelas	Kompetensi Dasar	Indikator
		dan atau tradisional.	<p>dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki dengan arah bola datar dan melambung.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerakan menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki. • Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerakan menggiring, menendang, dan menghentikan bola. • Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerakan menggiring dan menendang ke arah sasaran (gawang). • Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerakan menggiring, menahan, mengumpan, dan menyundul bola). <p>Aktifitas bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan dimodifikasi</p>

Sumber: (Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: 2017)

Di SMP Negeri 2 Meureubo Aceh Barat merupakan salah satu sekolah yang memasukkan materi sepakbola ke dalam materi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Pembelajaran sepakbola di SMP Negeri 2 Meureubo Aceh Barat sendiri belum sepenuhnya bisa dipahami dan dikuasai oleh para siswa. Hanya ada beberapa siswa saja yang pernah bermain sepakbola atau yang mengikuti pelatihan sepakbola sebelumnya akan dengan mudah memahami materi sepakbola yang diberikan.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran sepakbola antara lain: faktor guru, faktor siswa, faktor materi pembelajaran, faktor sarana dan prasarana dan faktor olahraga serta strategi pembelajaran. Untuk faktor sarana dan prasarana sekolah tersebut sangat terbatas, sekolah tersebut hanya mempunyai dua bola untuk menunjang materi

pembelajaran penjasorkes. Dengan hanya ada dua bola sedangkan jumlah murid yang mencapai 30 siswa setiap kelasnya maka dalam pembagiannya sulit dilakukan sehingga pembelajaran menjadi tidak berjalan dengan baik. Selain itu juga lapangan yang dimiliki sekolah tersebut cukup kecil untuk menampung jumlah siswa, kondisinya pun kurang layak digunakan karena terdapat beberapa lobang di lapangan. Kondisi lapangan yang seperti ini sangat memungkinkan terjadinya cedera pada siswa.

Disamping faktor-faktor yang lain, sarana dan prasarana perlu mendapatkan perhatian yang khusus dari pihak sekolah. Dengan tersediannya sarana dan prasarana yang cukup dan baik akan mejadikan pembelajaran berjalan dengan efektif, seperti pengadaan rompi atau seragam, bola sepak, *cone* dan lain sebagainya akan lebih menunjang pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 2 Meureubo Aceh Barat.

Masih adanya beberapa siswa yang kurang aktif dalam bergerak, hal ini tentu tidak sesuai dengan tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang tujuan utamanya adalah membuat siswa aktif bergerak sehingga diharapkan dapat meningkatkan kesehatan dan kesegaran jasmani. Peneliti juga melihat terdapat beberapa siswa yang istirahat sebelum pembelajaran selesai. Hal tersebut membuat pembelajaran menjadi kurang efektif dan materi tidak dapat diterima dengan baik oleh siswa. Masih kurang sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran, sebagian siswa ada yang belajar sebatas menendang bola, bahkan ada pula siswa yang asal-asalan dalam mengikuti pembelajaran seperti bermain sendiri, sehingga guru pun kurang dapat mengetahui seberapa

besar tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa.

Berdasarkan dari pengamatan sekilas yang dilakukan oleh peneliti pada siswa putra SMP Negeri 2 Meureubo Aceh Barat Tahun 2022/2023, siswa belum mempunyai keterampilan dasar yang baik dalam bermain sepakbola. Oleh karena itulah peneliti tertarik untuk melakukan penelitaian secara mendalam mengenai *“Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat”*.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat penulis identifikasi masalah yang muncul sebagai berikut:

1. Sarana dan prasarana sekolah yang terbatas sehingga menghambat keberhasilan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya materi sepakbola di SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.
2. Masih banyaknya siswa yang kurang sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran materi sepakbola di SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.
3. Masih terbatasnya pengetahuan dan keterampilan siswa terhadap teknik dasar permainan sepakbola di SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.
4. Belum diketahui keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi permasalahan masalah di atas, maka peneliti memberi batasan penelitian ini yaitu: Tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi permasalahan dan pembatasan masalah di atas, maka dapat penulis rumuskan masalah dalam penelitian ini adalah: Seberapa baik tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

1.6 Manfaat Penelitian

Setiap hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu yang dijadikan obyek penelitian. Adapun manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah:

1.6.1 Secara Teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan kajian penelitian selanjutnya, terutama bidang Ilmu Keolahragaan yang dikaitkan dengan keterampilan teknik dasar sepakbola.
2. Dapat mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

3. Bahan referensi dan evaluasi dalam menentukan dan memberikan materi pembelajaran selanjutnya.

1.6.2 Secara Praktis

1. Bagi Guru

Dapat menjadi pertimbangan dalam menentukan materi pembelajaran penjasorkes dengan materi bola besar khususnya sepakbola.

2. Bagi Siswa

Dapat memberikan informasi mengenai tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola, sehingga diharapkan setelah mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola siswa dan dapat meningkatkan keterampilannya untuk berprestasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengembangkan teori-teori yang hasilnya bisa berguna bagi guru, siswa dan pihak-pihak yang terkait dengan prestasi sepakbola.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Hakikat Keterampilan

2.1.1 Pengertian Keterampilan

Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi. Keterampilan (*skill*) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat (Sri Widiastuti, 2010: 49). Menurut Ma'mun & Saputra (2000: 58) keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Hal senada dikemukakan Singer yang dikutip oleh Roji (2004: 17) bahwa keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan yang efektif dan efisien ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk, dan kemampuan menyesuaikan diri.

Selanjutnya Sukadiyanto (2005: 279) menyatakan keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan. Kemudian menurut Santoso (2014: 41) keterampilan merupakan kemampuan melakukan atau menjalankan tugas gerak yang berfaedah yang menunjukkan tingkat kemahiran dan derajat keberhasilan yang konsisten untuk mencapai tujuan yang efisien dan efektif.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat penulis simpulkan bahwa keterampilan adalah segala sesuatu tindakan atau perbuatan yang bermanfaat yang menunjukkan tingkat kemahiran dan derajat keberhasilan seseorang dalam melakukan gerakan yang efektif dan efisien.

2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan

Menurut Ma'mun & Saputra (2000: 69-74), bahwa pencapaian keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal yaitu:

1. Faktor Proses Belajar (*Learning Proses*)

Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori-teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya (Ma'mum dan Saputra, 2000: 54). Teori-teori belajar yang digunakan harus disesuaikan untuk mengarahkan siswa dalam memahami pembelajaran dengan metode pengajaran yang efektif.

2. Faktor Pribadi (*Personal Factor*)

Menurut Ma'mum dan Saputra (2000: 55) "Setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik dari segi fisik, mental, emosional maupun kemampuan-kemampuannya". Seperti halnya jika ada kejadian seorang anak lebih cepat menguasai keterampilan, sedangkan anak yang satunya memerlukan waktu yang lebih lama untuk menguasai keterampilan tersebut. Maka dari itu tandanya setiap siswa merupakan individu-individu yang memiliki ciri, kemampuan, minat, kecenderungan, serta bakat yang berbeda-beda. Faktor pribadi yang mempengaruhi keterampilan menurut Ma'mum dan Saputra (2000: 56) adalah sebagai berikut:

- a. Ketajaman Indra, yaitu kemampuan indra untuk mengenal tampilan rangsang secara akurat.

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

1. Jenis Kelamin, yaitu pengaruh komposisi tubuh, pengalaman, factor-faktor budaya pada pelaksanaan kegiatan dan keinginan untuk berprestasi.

3. Faktor Situasional (*Situational Factors*)

Sesungguhnya faktor situasional yang dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran adalah lebih tertuju pada keadaan lingkungan (Ma'mum dan Saputra, 2000: 57). Faktor situasional antara lain sebagai berikut: tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media pembelajaran, serta kondisi sekitar dimana pembelajaran itu dilangsungkan. Penggunaan peralatan serta media belajar akan mempengaruhi keberhasilan dalam menguasai keterampilan yang dipelajari. Apalagi di zaman yang sudah serba digital ini harus bisa memanfaatkan media yang ada untuk memaksimalkan pembelajaran yang mudah dipahami siswa.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat penulis simpulkan bahwa factor-faktor yang mempengaruhi keterampilan yaitu faktor proses belajar (*learning process*), faktor pribadi (*personal factor*) dan faktor situasional (*situational factors*).

2.2 Hakikat Sepak Bola

2.2.1 Sejarah Sepak Bola

Sepakbola lahir sejak ribuan tahun yang lalu, sebagian lagi menjelaskan sepakbola berasal dari daratan Cina. Pada zaman pemerintah kaisar Cheng-Ti (32 s.b. Masehi) permainan yang menyerupai sepakbola sudah dikenal. Olahraga ini saat itu dikenal dengan sebutan "*tsu chu*". Dalam buku *Kong-Fu*

Confucius salah satu dokumen militer tentara China, tertera gambar-gambar tentang irang bermain bola. Masyarakat Cina telah memainkan bola yang disebut *tsu chu*. *Tsu* sendiri artinya “kaki”. sedangkan *chu*, berarti “bola dari kulit dan didalamnya berisi rumput”. Permainan bola saat itu menggunakan bola yang terbuat dari kulit dan didalamnya berisi rumput (Sucipto, dkk. 2000: 1-5).

Versi sejarah kuno tentang sepakbola yang lain menurut Sucipto dkk, (2000: 1-3) menyatakan bahwa sepakbola berasal dari negeri Jepang, sejak abad ke-8, masyarakat di sana telah mengenal permainan bola. Masyarakat di sana menyebutnya dengan Kemari. Di Negara Mesir pada saat itu, masyarakat Mesir Kuno sudah mengenal permainan sepakbola, hal itu terbukti pada peninggalan-peninggalan mesir kuno dalam bentuk relief, hal ini tergambar orang-orang sedang bermain bola. Sisi sejarah yang lain adalah di Yunani Purba juga mengenal sebuah permainan yang disebut Episkyros, tidak lain adalah permainan menggunakan bola yang di mainkan oleh pemuda-pemuda yang gemar bermain sepakbola.

Sejarah sepakbola modern dan telah mendapat pengakuan dari berbagai pihak, asal muasalnya dari Inggris, yang dimainkan di jalan-jalan raya dengan julukan *Street Games* pada tahun 1250. Karena *Street Games* ini membahayakan, maka pada tahun 1389 raja Edward II melarang permainan sepakbola. Pada tahun 1590 permainan sepakbola boleh dimainkan kembali. Karena waktu itu belum ada peraturan maka permainan tersebut menjurus kasar, sehingga dijuluki *Rough-play*. Pada tahun 1815 permainan *Rough-play* tersebut dipindahkan tempat bermain di lapangan rumput (Sucipto, dkk. 2000: 4)

Pada tanggal 26 Oktober 1863 didirikan badan resmi sepakbola dengan nama *The Football Association* (FA) di kota Cambridge Inggris. Pada tahun 1882 dibentuklah badan untuk pengembangan peraturan permainan sepakbola, yaitu *The International Football Association Board* (IB). Di Inggris raya dibentuk perkumpulan-perkumpulan sepakbola, yaitu Skotlandia (1873), Wales (1876) dan Irlandia (1880). Ketiga Negara tersebut masuk sebagai anggota IB. Atas inisiatif Guirin dari Prancis, pada tanggal 21 Mei 1905 dibentuk *Federation International The Football Association* (FIFA). Tujuh Negara sponsor dan sekaligus sebagai anggota pertamanya adalah Prancis, Belgia, Belanda, Denmark, Spanyol, Swedia dan Swiss, adapun Ketua pertama adalah Guirin dari Prancis (Sukatamsi, 2004: 1-13).

2.2.2 Pengertian Sepak Bola

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai (kaki) kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengan (tangan) di daerah tendangan hukuman penalti. Tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri, agar tidak kemasukan bola dari lawan. Suatu regu menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke gawang lawannya dan apabila sama maka dinyatakan seri atau draw (Sucipto dkk, 2000: 7).

Menurut *Laws of the game* dalam (Irfandi, 2017: 312) mengatakan bahwa pertandingan sepakbola berlangsung dua babak yang waktunya sama yaitu 2 x 45 menit, kecuali ada kesepakatan lain antara wasit dan kedua tim yang akan

bertanding. Setiap persetujuan untuk mengubah waktu maka harus dilakukan sebelum memulai dan harus disesuaikan aturan kompetisi. Waktu istirahat harus tidak lebih dari 15 menit. Peraturan kompetisi harus menyatakan jangka waktu istirahat babak pertama. Lamanya waktu istirahat dapat diubah hanya dengan persetujuan wasit.

Kemudian menurut Muhajir (2007: 22) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola, di dalam memainkan bola setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan, hanya penjaga gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki, tangan, dan lengan. Permainan sepak bola dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit di antara dua babak tersebut.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat penulis simpulkan bahwa sepakbola adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 tim, dimana masing-masing tim terdiri dari 11 pemain yang dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan untuk menentukan pemenang.

2.2.3 Teknik Dasar Sepak Bola

Menurut Sukatamsi (2004: 24) teknik dasar bermain sepakbola adalah semua gerakan-gerakan tanpa bola dan gerakan-gerakan dengan bola yang diperlukan untuk bermain sepakbola. Jadi teknik dasar bermain sepakbola adalah

kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepakbola.

Macam-macam teknik bermain sepakbola menurut Sukatamsi (2004: 24) yaitu:

1. Teknik tanpa bola meliputi semua gerakan-gerakan tanpa bola terdiri dari:
 - a) lari cepat dan mengubah arah, b) melompat dan meloncat, c) gerakan tipu tanpa bola yaitu gerak tipu dengan badan, d) gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang.
2. Teknik dengan bola meliputi semua gerakan-gerakan dengan bola, terdiri dari:
 - a) mengenal bola, b) mengoper bola, c) menerima bola, d) menggiring bola, e) menyundul bola, f) menendang bola, g) gerak tipu dengan bola, h) merampas atau merebut bola dan i) teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Kemudian menurut Herwin (2004: 21-49) permainan sepakbola mencakup 2 (dua) kemampuan dasar gerak atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pemain meliputi:

1. Gerak atau teknik tanpa bola yaitu gerak atau teknik selama dalam sebuah permainan sepakbola, seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang, karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti: berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok dan berhenti tiba-tiba.
2. Gerak atau teknik dengan bola yaitu kemampuan gerak atau teknik dengan bola meliputi:
 - a) pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball felling*); b) mengoper bola (*passing*); c) menendang bola ke gawang (*shooting*); d)

menggiring bola (*dribbling*); e) menerima bola dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*); f) menyundul bola (*heading*); g) gerak tipu (*feinting*); h) merebut bola (*sliding tacklesielding*); i) melempar bola ke dalam (*throw-in*); dan j) menjaga gawang (*goal keeping*).

Menurut Sucipto dkk (2000: 17) teknik dasar dalam sepak bola meliputi: menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), menjaga gawang (*keeping*).

1. Menendang (*Kicking*)

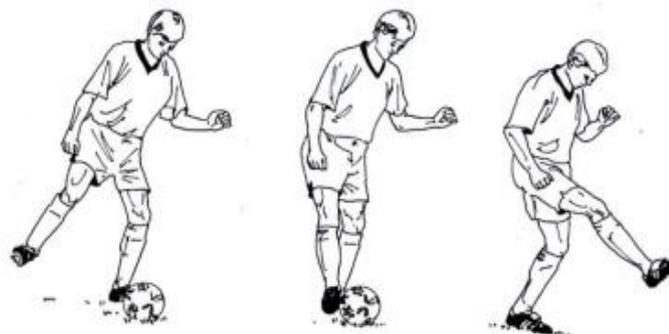
Menurut Sucipto, dkk (2000: 17) menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik, akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the goal*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*).

Dilihat dari perkenaan bola dengan bagian kaki, menendang dapat dibedakan menjadi beberapa macam antara lain menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan punggung kaki bagian luar maupun dalam. Menurut Herwin (2004: 29-31), yang harus diperhatikan dalam teknik menendang adalah kaki tumpu dan kaki ayun (*steady leg position*), bagian bola, perkenaan kaki dengan bola (*impact*), dan akhir gerakan (*follow-through*). Teknik menendang dibedakan beberapa macam, yaitu sebagai berikut:

a. Menendang dengan Kaki Bagian Dalam

Menurut Sucipto, dkk (2000: 19) “Menendang dengan kaki bagian dalam, pada umumnya teknik ini digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*)”. Adapun analisis gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- 1) Badan menghadap sasaran di belakang bola
- 2) Kaki tumpu berada di samping bola kurang lebih 15 cm, ujung kaki menghadap sasaran
- 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan diayunkan ke depan sehingga mengenai bola
- 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah bola
- 5) Pergelangan kaki ditegangkan saat mengenai bola
- 6) Gerak kaki tendang diangkat menghadap sasaran
- 7) Pandangan ditujukan ke bola dan mengikuti arah jalannya bola terhadap sasaran
- 8) Kedua lengan terbuka di samping badan.

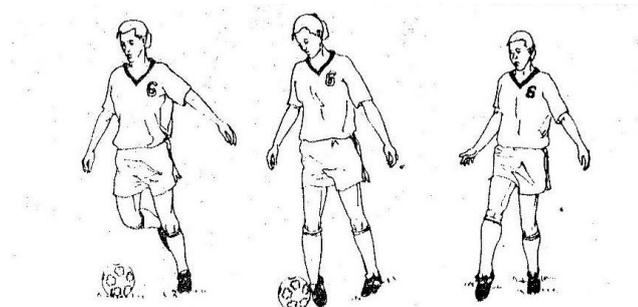


Gambar 2.1 Menendang dengan Kaki Bagian Dalam
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 18)

b. Menendang dengan Kaki Bagian Luar

Menurut Sucipto, dkk (2000: 19) “Menendang dengan kaki bagian luar, pada umumnya teknik ini digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*)”. Adapun analisis gerak menendang dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi badan di belakang bola, kaki tumpu di samping belakang bola kurang lebih 25 cm, ujung kaki menghadap ke sasaran
- 2) Kaki tendang berada di belakang bola, dengan ujung kaki menghadap ke dalam
- 3) Kaki tendang ditarik ke belakang kemudian diayunkan ke depan sehingga mengenai bola
- 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki bagian luar dan tepat pada tengah-tengah bola, pada saat perkenaan dengan bola pergelangan kaki ditegangkan
- 5) Gerak lanjut kaki tendang diangkat serong kurang lebih 45 derajat menghadap sasaran
- 6) Pandangan ke bola dan mengikuti jalannya bola ke sasaran
- 7) Kedua lengan terbuka menjaga keseimbangan di samping badan.



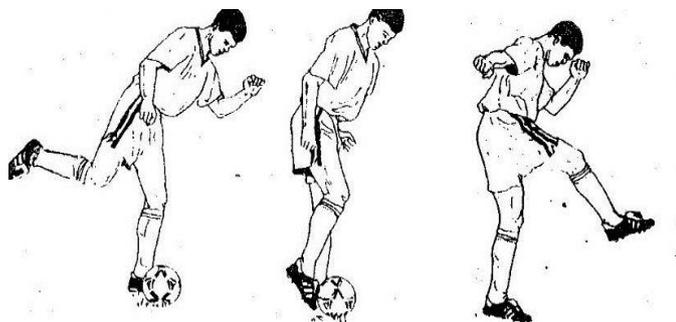
Gambar 2.2 Menendang dengan Kaki Bagian Luar
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 19)

c. Menendang dengan Punggung Kaki

Menurut Sucipto, dkk (2000: 21) “Menendang dengan punggung kaki pada umumnya digunakan untuk menembak ke gawang (*shooting at the goal*)”.

Adapun analisis gerak menendang dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

- 1) Badan di belakang bola sedikit condong ke depan, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran
- 2) Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke depan sehingga mengenai bola
- 3) Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola
- 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah-tengah bola dan pada saat mengenai bola pergelangan kaki ditegangkan
- 5) Gerak lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran
- 6) Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran.



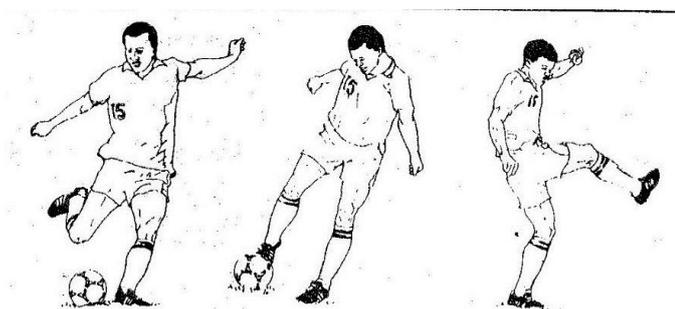
Gambar 2.3 Menendang dengan Punggung Kaki
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 20)

d. Menendang dengan Punggung Kaki Bagian Luar

Menurut Sucipto, dkk (2000: 21) “Pada umumnya menendang dengan

punggung kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak jauh (*long passing*)". Adapun analisis gerak menendang dengan punggung kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi badan berada di belakang bola, sedikit serong kurang lebih 40 derajat dan garis lurus bola, kaki tumpu diletakkan di samping belakang bola kurang lebih 30 cm dengan ujung kaki membuat sudut 40 derajat dengan garis lurus bola
- 2) Kaki tendang berada di belakang bola dengan ujung kaki serong kurang lebih 40 derajat ke arah luar. Kaki tendang ditarik ke belakang dan diayunkan ke depan sehingga bagian dalam dan tepat pada tengah bawah bola dan pada saat kaki mengenai bola, pergelangan kaki ditegangkan
- 3) Gerakan lanjutan kaki tendang diangkat dan diarahkan ke depan
- 4) Pandangan mengikuti jalannya bola ke sasaran
- 5) Lengan dibuka berada di samping badan sebagai keseimbangan.



Gambar 2.4 Menendang dengan Punggung Kaki Bagian Dalam
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 21)

2. Menghentikan Bola (*Stopping*)

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 22-27) menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan

dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola untuk mengontrol bola, yang termasuk di dalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk passing. Dilihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

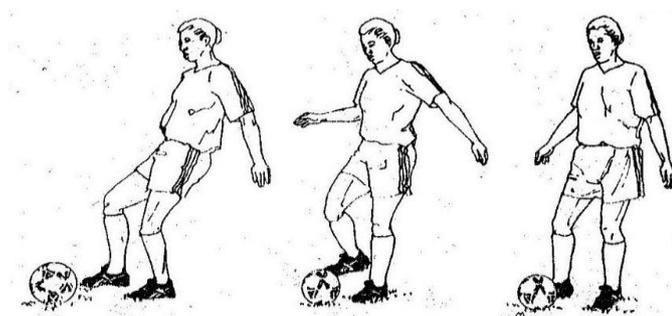
Kemudian Menurut Robert Koger (2005: 29) "Menghentikan bola adalah menghadang bola yang melaju ke arah anda, baik dengan kepala, dada, paha atau kaki". Dilihat dan perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

a. Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Dalam

Menurut Sucipto, dkk (2000: 23) "Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha. Adapun analisis menghentikan bola dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi badan segaris dengan datangnya bola
- 2) Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk
- 3) Kaki penghenti diangkat dengan permukaan bagian dalam kaki dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola
- 4) Bola menyentuh kaki persis di bagian dalam kaki atau mata kaki
- 5) Kaki penghenti mengikuti arah bola

- 6) Pandangan mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti
- 7) Kedua lengan dibuka di samping badan untuk menjaga keseimbangan.



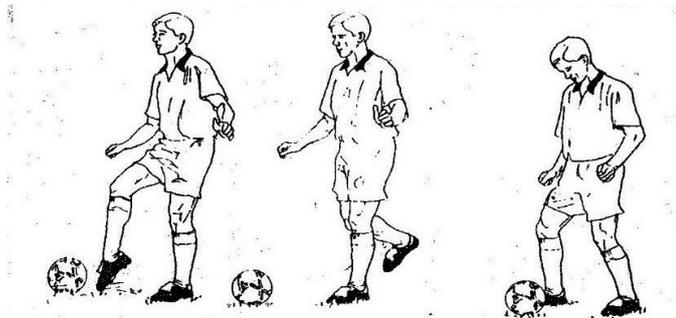
Gambar 2.5 Menghentikan dengan Punggung Kaki Bagian Dalam
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 22)

b. Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Luar

Menurut Sucipto, dkk (2000: 23) “Menghentikan bola dengan kaki bagian luar, pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah, dan bola di udara sampai setinggi paha”. Adapun analisis menghentikan bola dengan kaki bagian luar adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi badan menghadap ke datangnya bola Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 30 derajat dan datangnya bola dengan lutut sedikit ditebuk
- 2) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian luar dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola
- 3) Bola menyentuh kaki tepat di permukaan kaki bagian luar
- 4) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berada dibawah badah atau terkuasai

- 5) Posisi lengan berada di samping badan untuk menjaga keseimbangan.



Gambar 2.6 Menghentikan Bola dengan Punggung Kaki Bagian Luar
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 24)

c. Menghentikan Bola dengan Punggung Kaki

Menurut Sucipto, dkk (2000: 24) “Menghentikan bola dengan punggung kaki, pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola di udara sampai setinggi paha”. Adapun analisis menghentikan bola dengan punggung kaki adalah sebagai berikut:

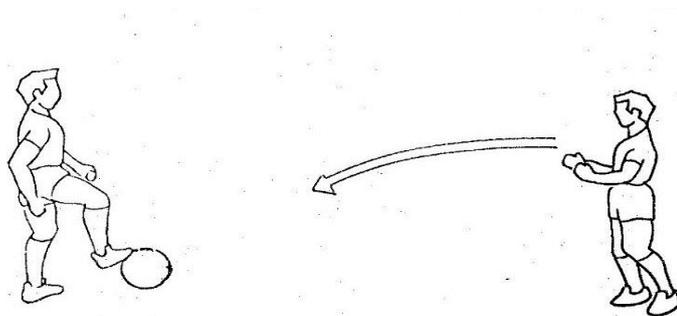
- 1) Posisi badan menghadap datangnya bola
- 2) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dan segaris datangnya bola dengan lutut sedikit ditekuk
- 3) Kaki penghenti diangkat dan dijulurkan ke depan menjemput datangnya bola
- 4) Bola menyentuh kaki tepat di punggung kaki
- 5) Pada saat kaki menyentuh bola, kaki penghenti mengikuti arah bola sampai berhenti di badan atau terkuasai.

d. Menghentikan Bola dengan Telapak Kaki

Menurut Sucipto, dkk (2000: 25) “Menghentikan bola dengan telapak kaki, pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola pantul dari tanah”.

Seringkali kita juga melihat pemain sepakbola menghentikan bola datar dengan telapak kaki dengan jalan bola kencang. Namun dalam hal ini perlu dilakukan dengan baik dan benar, yaitu perkenaan telapak kaki dengan datangnya bola harus sesuai. Adapun analisis menghentikan bola dengan telapak kaki adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi badan lurus dengan arah datangnya bola
- 2) Kaki tumpu berada di samping kurang lebih 15 cm dan garis datangnya bola dan lutut sedikit ditekuk
- 3) Kaki penghenti diangkat sedikit dengan telapak kaki dijulurkan menghadap sasaran
- 4) Pada saat bola masuk ke kaki, ujung kaki diturunkan sehingga bola berhenti di depan badan
- 5) Pandangan mengikuti arah bola sampai bola berhenti.

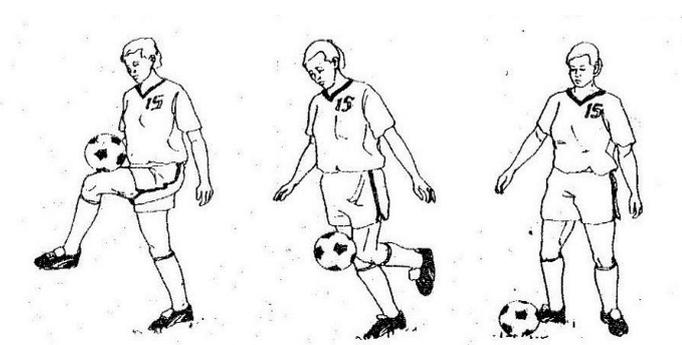


Gambar 2.7 Menghentikan Bola dengan Telapak Kaki
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 26)

e. Menghentikan Bola dengan Paha

Menurut Sucipto, dkk (2000: 26) “Menghentikan bola dengan paha, pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola di udara setinggi paha”. Adapun analisis menghentikan bola dengan paha adalah sebagai berikut:

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



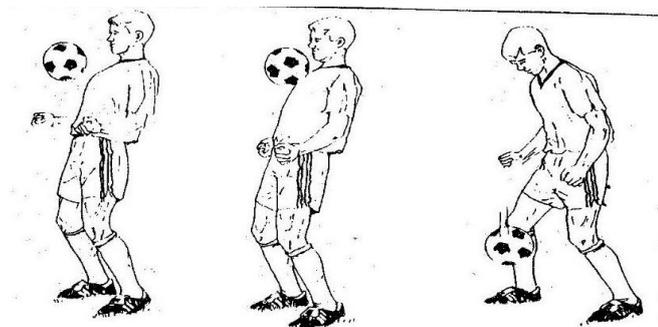
Gambar 2.8 Menghentikan Bola dengan Paha
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 27)

f. Menghentikan Bola dengan Dada

Menurut Sucipto, dkk (2000: 27) “Menghentikan bola dengan dada, pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola di udara setinggi dada”. Adapun analisis menghentikan bola dengan dada adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi badan menghadap ke arah datangnya bola

- 2) Kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut ditekuk
- 3) Dada dibusungkan menghadap datangnya bola
- 4) Pada saat bola mengenai dada, badan dilentingkan mengikuti arah bola
- 5) Perkenaan bola pada dada tepat pada tengah-tengah dada
- 6) Pandangan mengikuti bola sampai bola berhenti di depan badan
- 7) Kedua lengan dibuka ke samping badan untuk menjaga keseimbangan.



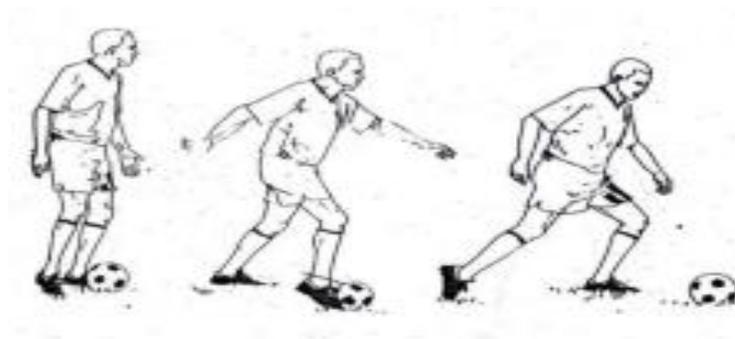
Gambar 2.9 Menghentikan Bola dengan Dada
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 28)

3. Menggiring Bola (*Dribbling*)

Menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola (Sucipto, dkk. 2000: 28). Kemudian Menurut Robert Koger (2005: 51) ”menggiring bola (*dribbling*) adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki”. Dalam permainan sepakbola, menggiring bola sangat efektif apabila pemain dapat memberikan kesempatan kepada temannya untuk mencari tempat yang kosong untuk bisa memasukkan bola ke dalam gawang lawan.

Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Cara melakukan *dribbling* yang dikutip dari Herwin (2004 : 36) adalah sebagai berikut:

- a. *Dribbling* menghadapi tekanan lawan, bola harus dekat dengan kaki ayun atau kaki yang akan melakukan *dribbling*, artinya sentuhan terhadap bola sesering mungkin atau banyak sentuhan.
- b. Sedangkan bila di daerah bebas tanpa ada tekanan lawan, maka sentuhan bola sedikit dengan diikuti gerakan lari yang cepat.



Gambar 2.10 Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 29)

4. Menyundul Bola (*Heading*)

Menyundul pada hakikatnya adalah memainkan bola dengan kepala. Tujuan menyundul bola dalam permainan sepakbola adalah mengumpan, mencetak gol dan untuk mematahkan serangan lawan/membuang bola. Ditinjau dari posisi tubuhnya, menyundul bola dapat dilakukan sambil berdiri, melompat, dan sambil meloncat (Sucipto, dkk. 2000: 32-33).

Menurut Herwin (2004: 42), gerakan menyundul bola melibatkan seluruh tubuh dengan posisi melengkung, leher ditegangkan, perkenaan bola tepat pada dahi, mata terbuka, kepala di dorong ke depan atau samping, dan menjaga

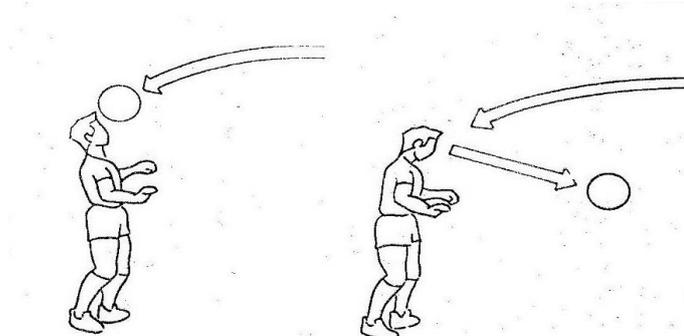
stabilitas dengan kedua tangan disamping badan. Ditinjau dari posisi tubuhnya, menyundul bola dapat dilakukan sambil berdiri, melompat, dan meloncat.

Macam-macam teknik menyundul bola:

a. Menyundul Bola Sambil Berdiri

Menurut Sucipto, dkk (2000: 33) “Menyundul bola sambil berdiri, pada umumnya dilakukan saat datangnya bola maksimal setinggi kepala. Adapun analisis menyundul bola sambil berdiri adalah sebagai berikut:

- 1) Posisi badan tegak, kedua kaki dibuka selebar bahu atau salah satu kaki maju ke depan dan menghadap sasaran
- 2) Kedua lutut sedikit ditebuk
- 3) Lentingkan badan ke belakang, pandangan diarahkan ke datangnya bola, dan dagu merapat ke leher
- 4) Dengan gerakan bersamaan otot-otot perut, dorongan panggul. Kedua lutut diluruskan, badan dilecutkan ke depan sehingga dahi mengenai bola
- 5) Seluruh berat badan diikutsertakan ke depan, sehingga berat badan berada di depan dan menghadap sasaran
- 6) Salah satu kaki maju ke depan sebagai gerak lanjutan.

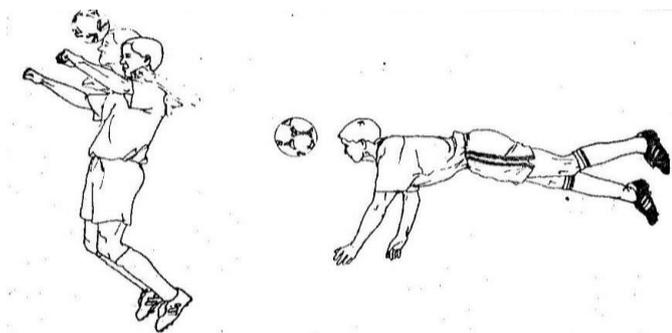


Gambar 2.11 Menyundul Bola Sambil Berdiri
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 33)

b. Menyundul Bola Sambil Meloncat

Menurut Sucipto, dkk (2000: 33) “Menyundul bola sambil meloncat, pada umumnya dilakukan ketika datangnya bola di luar jangkauan, baik secara vertikal maupun horizontal”. Adapun analisis menyundul bola sambil meloncat adalah sebagai berikut:

- 1) Meloncat sesuai dengan datangnya bola
- 2) Pada saat mencapai titik tertinggi, badan dilentingkan, otot-otot leher dikonstraksikan, pandangan ke sasaran dan dagu merapat dengan leher
- 3) Dengan gerak bersamaan otot-otot perut, dorongan panggul dan dorongan badan ke depan sehingga dahi mengenai bola
- 4) Badan dicondongkan ke depan dan mendarat dengan kedua kaki secara eksplosif.



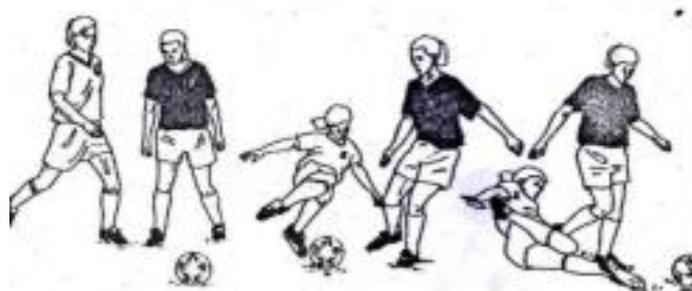
Gambar 2.12 Menyundul Bola Sambil Melompat
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 33)

5. Merampas/Merebut Bola (*Tackling*)

Merampas bola merupakan salah satu upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan sekaligus memotong atau menghalau serangan lawan. Merampas bola diperkenankan dalam sepakbola asalkan pemain melakukannya mengenai

bola yang dalam penguasaan pemain lawan. Tujuan merebut bola adalah untuk menahan lajunya pemain menuju gawang pemain bertahan, menunda permainan yang cepat, menggagalkan serangan, dan menghalau bola keluar lapangan permainan (Herwin, 2004: 46).

Cara merampas bola dapat dilakukan sambil berdiri (*standing tackling*) dan sambil meluncur (*sliding tackling*) (Sucipto, dkk. 2000: 34). *Tackling* tidak hanya dilakukan oleh pemain bertahan saja, *tackling* paling baik dilakukan ketika teman satu tim berada di dekatnya sebagai penutup tetapi kadang-kadang pemain tidak punya pilihan lain kecuali melakukan *tackling* untuk menghentikan kesempatan lawan mencetak gol” (Clive Gifford, 2007: 26).



Gambar 2.13 Merampas Bola Sambil Meluncur
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 36).

6. Lemparan Ke Dalam (*Throw-In*)

Lemparan ke dalam merupakan satu-satunya teknik dalam permainan sepakbola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan”. Yang perlu diperhatikan dalam melempar yaitu: peganglah bola dengan kuat menggunakan jari-jari dan ibu jari secara melebar di seluruh permukaan bola. Kedua ibu jari dan kedua telunjuk membentuk huruf ”W”. Tariklah bola ke belakang melewati kepala, lengkungkan punggung, rentangkan tangan ke belakang tubuh dan yang terakhir ayunkan bola ke depan dan lepaskan di depan tubuh (Sucipto, dkk. 2000: 36).

Menurut Robert Koger (2005: 63) lemparan ke dalam digunakan untuk memulai lagi pertandingan apabila bola keluar melintasi garis pinggir. Keakuratan lemparan ke dalam sangat menguntungkan tim, sebab dengan demikian tim tetap menguasai bola. Tujuan dari lemparan kedalam adalah untuk menghidupkan/memulai permainan setelah bola keluar meninggalkan lapangan melalui garis samping (Herwin 2004: 48).

Menurut Herwin (2004: 48) menerangkan bagaimana cara melakukan lemparan ke dalam sebagai berikut:

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



Gambar 2.14 Lemparan Ke Dalam
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 37)

7. Menjaga Gawang (*Goal Keeping*)

Penjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepakbola. Seorang pemain sepakbola harus mampu dan menguasai teknik-teknik dasar sepakbola. Beberapa teknik dasar dengan bola dalam bermain sepakbola yang perlu dimiliki atau dikuasai oleh seorang pemain sepakbola adalah menendang bola, lemparan ke dalam, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, menggiring bola dan teknik penjaga gawang. Seorang pemain sepakbola yang memiliki dan menguasai teknik dasar dalam sepakbola maka dijamin akan menjadi pemain yang handal serta memiliki kerjasama yang baik dengan rekan satu timnya (Sucipto, dkk, 2000: 38).

Cara menjaga gawang antara lain memperhatikan sikap dan tangan, kedua kaki terbuka selebar bahu, lutut menekuk dan rileks, konsentrasi pada permainan serta arah bola dan merencanakan dengan tepat waktu untuk menangkap, meninju atau menepis bola atau menangkap bola (Herwin, 2004 : 49)



Gambar 2.15 Menangkap Bola Sambil Berdiri
(Sumber: Sucipto, dkk. 2000: 40)

2.3 Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Menurut Asri Budiningsih (2003: 7) karakteristik siswa adalah salah satu variabel dalam domain pembelajaran yang biasanya didefinisikan sebagai latar belakang pengalaman yang dimiliki oleh siswa termasuk aspek-aspek lain yang

ada dalam siswa seperti kemampuan umum, tingkat kecerdasan, gaya belajar, motivasi, ekspektasi terhadap belajar, dan ciri-ciri jasmani serta emosional, yang memberikan dampak terhadap keefektifan belajar.

Selama proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berlangsung, seorang pendidik diharapkan mampu mengetahui karakteristik siswanya guna mempermudah guru dalam mengarahkan siswa kearah yang lebih baik. Menurut Marliani (2016: 179), fase remaja ialah masa peralihan pada masa anak dan masa dewasa yang terjadi pada usia 12 sampai 21 tahun. Berdasarkan pedapat tersebut dapat dikatakan bahwa umur siswa sekolah menengah pertama (SMP) sedang berada dalam fase tersebut secara umum berusia 11-15 tahun. Marliani (2016: 181-182), menambahkan bahwa terdapat beberapa karakteristik perkembangan siswa yaitu:

1. Perkembangan Fisik

Masa remaja merupakan salah satu di antara dua masa rentang kehidupan individu, yang di dalamnya terjadi pertumbuhan fisik yang sangat pesat.

2. Perkembangan Kognitif

Remaja secara mental telah dapat berpikir logis tentang berbagai gagasan yang abstrak.

3. Perkembangan Sosial

Remaja memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat, nilai-nilai, maupun perasaannya. Remaja memilih teman yang memiliki kualitas psikologis yang relatif sama dengan dirinya, baik menyangkut interest, sikap, nilai dan kepribadian.

4. Perkembangan Emosi

Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perembangan emosi yang tinggi. Oleh karena itu untuk mencapai kematangan emosional sangat dipengaruhi oleh kondisi sosioemosional lingkungannya.

5. Perkembangan Moral

Melalui perkembangan atau interaksi sosial, tingkat mobilitas remaja sudah lebih matang dari usia anak. Mereka sudah lebih mengenal nilai-nilai moral atau konsep-konsep moralitas, seperti kejujuran, keadilan, kesopanan, dan kedisiplinan.

6. Perkembangan Kepribadian

Fase remaja merupakan saat yang paling penting bagi perkembangan dan integritas kepribadian. Masa remaja merupakan saat berkembangnya identitas (jati diri). Apabila remaja gagal mengintegritaskan aspek-aspek dan pilihan atau merasa tidak mampu untuk memilih, ia akan mengalami kebingungan. Adapun perkembangan identitas dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu iklim keluarga, tokoh idola, dan peluang pengembangan diri.

7. Perkembangan Kesadaran Beragama

Kemampuan berpikir abstrak remaja memungkinkannya untuk dapat mentransformasikan keyakinan beragama. Menurut Desmita (2014: 36), beberapa karakteristik siswa Usia anak di Sekolah Menengah Pertama (SMP) yaitu:

- a. Terjadi ketidak seimbangan antara proporsi tinggi dan berat badan.
- b. Keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul dan keinginan untuk bebas dari dominasi kebutuhan bimbingan dan bantuan orang lain.
- c. Mulai timbul ciri-ciri seks sekunder.

- d. Senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa.
- e. Mulai mempertanyakan secara skeptis mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan.
- f. Reaksi dan ekspresi masih labil.
- g. Mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial.
- h. Kecenderungan minat dan pilihan karir mulai lebih jelas.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat penulis simpulkan bahwa karakteristik siswa tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat dilihat dari segi fisik yang dapat dilihat perubahannya dengan kasat mata. Dari segi emosi siswa yang masih labil dan menginginkan terbebas dari bimbingan seorang pendidik. Untuk itu peran lingkungan sangat dibutuhkan agar tercipta kematangan emosional. Dari segi sosial siswa yang cenderung memilih teman yang relatif sama kualitas psikologisnya seperti kepribadiannya. Dari segi moral siswa dimana sudah mengenal nilai kedisiplinan didalamnya. Dari segi kepribadian siswa, yang merupakan aspek paling penting bagi perkembangan peserta didik apabila siswa tidak mampu mengintegritaskan aspek-aspek dan pilihan atau merasa tidak mampu untuk memilih, ia akan mengalami hal-hal yang menimbulkan berbagai perilaku penyimpangan.

2.4 Kajian Penelitian Terdahulu

Manfaat dari kajian penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Diki Febri Rohman (2022) dengan judul “Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB Satria Muda Pesisir Barat”. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa pola pembinaan Sekolah Sepakbola berkategori sangat baik sebanyak 4 responden (19%), berkategori baik sebanyak 21 responden (68%), berkategori cukup sebanyak 4 responden (13%), dan tidak ada yang berkategori kurang maupun sangat kurang. Secara rata-rata tingkat pola pembinaan Sekolah Sepakbola sebesar 77%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pola pembinaan Sekolah Sepakbola Satria Muda Kab. Pesisir Barat berada pada kategori baik.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Hafidz Misbahuddin (2020) dengan judul “Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang Kelompok Usia 15-16 Tahun”. Hasil analisis data pada pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang kelompok usia 15-16 tahun antara lain: (1) Keterampilan *passing & stopping* berada pada kategori sedang dengan persentase 48% (2) Keterampilan *dribbling* berada pada kategori baik dengan persentase 48% (3) Keterampilan *headin* berada pada kategori sedang dengan persentase 41% (4) Keterampilan *shooting* berada pada kategori kurang dengan persentase 57%. Berdasarkan analisis data, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar sepakbola pada pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang kelompok usia 15-16 tahun rata-rata memiliki kemampuan pada kategori “sedang”. Oleh karena itu, peneliti menyarankan kepada pemain untuk melakukan latihan secara rutin agar kemampuan teknik dasar yang dimiliki dapat meningkat.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Adhe Saputra (2019) dengan judul “Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Pratama Kabupaten Batanghari”. Berdasarkan uji normalitas hasil tes dengan uji Liliefors dari keseluruhan data diperoleh hasil normal serta perhitungan pada tiap data diperoleh data *passing* dengan nilai 6,08 poin dengan kategori sedang, data *dribbling* dengan nilai 19,6 detik dengan kategori sedang, dan data *shooting* dengan nilai 12,6 poin dengan kategori baik. Teknik dasar sepakbola pemain SSB Pratama Kabupaten Batanghari termasuk dalam kategori sedang dan baik, yang dimana teknik *passing* dan *dribbling* dalam kategori sedang, dan teknik *shooting* dalam kategori baik.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Agus Hamdi (2019) dengan judul “Profil Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola terhadap Siswa SMP Negeri 2 Kasimbar”. Hasil penelitian tes ini adalah dari teknik dasar *passing* dan *stopping* berkategori sedang dengan frekuensi sebanyak 25 siswa (83,33%), teknik dasar *heading* berkategori sedang dengan frekuensi sebanyak 25 siswa (83,33%), teknik dasar *dribbling* berkategori sedang dengan frekuensi sebanyak 19 siswa (63,66%), dan teknik dasar *shooting* berkategori sedang dengan frekuensi sebanyak 12 siswa (40%). Maka rata-rata tes teknik dasar sepakbola SMP Negeri 2 Kasimbar masih berkategori sedang.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Bangkit Sahala Marpaung (2019) dengan judul “Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Siswa SMP Yos Sudarso Padang”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan kemampuan teknik dasar bermain sepakbola siswa di SMP Yosudarso Padang masih dalam kategori

cukup dan masih sangat perlu penekanan dalam materi dan juga intensitas latihan.

2.5 Kerangka Berfikir

Sepakbola adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 tim, dimana masing-masing tim terdiri dari 11 pemain yang dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai (kaki) kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengan (tangan) di daerah tendangan hukuman penalti. Tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri, agar tidak kemasukan bola dari lawan. Suatu regu menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke gawang lawannya dan apabila sama maka dinyatakan seri atau *draw*.

Untuk dapat memenangkan permainan sepakbola, maka pemain harus menguasai kemampuan dasar keterampilan bermain sepakbola. Teknik dan keterampilan akan mendukung permainan individu yang baik, sehingga pada saat permainan sesungguhnya berlangsung maka pemain yang tampil maksimal akan memudahkan kerjasama tim, baik saat bertahan maupun menyerang. Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam yaitu: menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), menjaga gawang (*keeping*). Penelitian ini membahas tentang keterampilan teknik dasar bermain sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat. Tes

keterampilan teknik dasar sepakbola diukur dengan tes pengembangan “*David Lee*” (Irianto, 2010: 152-156).

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Menurut Sugiyono (2017: 8) penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Menurut Sugianto (2010: 52) metode survei adalah penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang relatif terbatas dari sejumlah khusus yang jumlahnya relatif banyak. Pada dasarnya survei berguna untuk mengetahui apa yang ada tanpa mempertanyakan mengapa hal itu ada.

Jenis penelitian yang dilakukan ini dikategorikan penelitian deskriptif. Menurut Arikunto (2013: 3) penelitian deskriptif merupakan penelitian yang benar-benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancah, lapangan, atau wilayah tertentu. Data yang terkumpul diklasifikasikan atau dikelompok-kelompokkan menurut jenis, sifat, atau kondisinya. Setelah datanya lengkap, kemudian dibuat kesimpulan. Adapun tujuan dilaksanakan penelitian yang bersifat deskriptif adalah untuk mendeskripsikan hasil penelitian mengenai tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto (2010: 173) bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang terdiri dari manusia dan benda sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu dalam penelitian. Kemudian menurut Sugiyono (2017: 115) populasi adalah wilayah generalisasi terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. Ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diatrik kesimpulan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka yang akan menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra SMP Negeri 2 Meureubo yang berjumlah 178 siswa.

3.2.2 Sampel

Sampel adalah bagian kecil dari populasi yang dapat mewakili seluruh kelompok yang ada dalam populasi penelitian. Hal ini sesuai pendapat Arikunto (2002: 174) mengatakan bahwa, sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Kemudian menurut Sugiyono (2017: 118) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

Adapaun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *puspositive sampling*. Menurut Sugiyono (2017: 85) teknik *puspositive sampling* adalah penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Berdasarkan uraian diatas maka yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah siswa putra di SMP Negeri 2 Meureubo yang berjumlah 17 siswa.

3.3 Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Hal ini sesuai pendapat Arikunto (2010: 161) variabel adalah objek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian dari suatu penelitian.. Adapun dalam penelitian ini terdapat satu variabel yaitu tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola.

3.4 Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2017: 137) teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan berbagi setting berbagai sumber dan berbagai cara, bila settingnya dapat dilihat maka dapat dikumpulkan secara ilmiah. Hal senada dikemukakan Arikunto (2010: 136) bahwa teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur keterampilan bermain sepak bola yaitu tes keterampilan sepakbola usia 10-12 tahun oleh Departemen Pendidikan Nasional Tahun 2009, dengan item tes sebagai berikut:

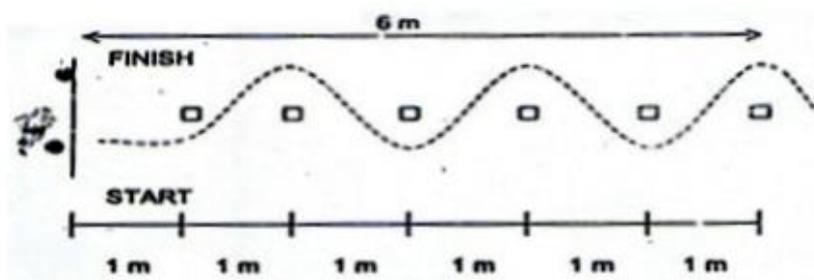
3.4.1 Tes *Dribling*

a. Tujuan

Untuk mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam mendribel bola .

b. Bentuk dan Ukuran Lapangan

Panjang 6 meter, jarak antara satu rintangan berikutnya 1 meter.



Gambar 3.1 Gerakan Tes *Dribling*
Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 9)

c. Cara Pelaksanaan

Peserta tes berdiri di belakang garis start dengan sebuah bola digaris start. Pada aba-aba “ya” peserta tes mendribel bola secepat mungkin melewati semua rintangan secara zig-zag sampai garis finis (arah dalam mendribel bola). d. Pencatatan Hasil Hasil yang diambil adalah lama waktu tempu dari start sampai finis dalam persepuluh detik.

d. Pencatatan Hasil

Hasil yang diambil adalah lama waktu tempu dari start sampai finis dalam persepuluh detik. Adapun norma penilaian tes *dribbling* diklasifikasikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3.1 Norma Penilaian Tes *Dribbling*

No	Klasifikasi	T-Skor
1	Baik Sekali	≥ 66
2	Baik	53-65
3	Sedang	41-52
4	Kurang	28-40
5	Kurang Sekali	≤ 27

Sumber (Daral Fauzi R, 2009: 20)

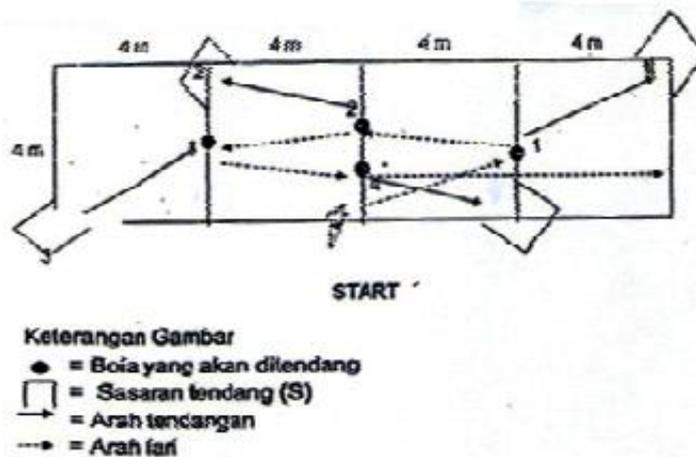
3.4.2 Tes *Short Passed*

a. Tujuan

Untuk mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam melakukan passing secara cepat.

b. Bentuk dan Ukuran Lapangan

Panjang 16 meter, Lebar 4 meter



Gambar 3.2 Gerakan Tes *Short Pass*

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 10)

c. Pelaksanaan

- 1) Peserta tes berada di belakang garis start
- 2) Pada aba-aba “ya” peserta tes lari kearah bola 1 dan menendang kesasaran 1, lari menuju bola 2, dan menendang kesasaran 2, selanjutnya lari kebola 3 dan menendang sasaran 3, selanjutnya lari menuju bola 4, dan akhirnya lari menuju garis finish.

d. Pencatatan hasil

Hasil yang diambil adalah lama waktu tempuh dari start sampai finish dalam persepuluhan detik dan menjumlah bola yang masuk ke arah sasaran.

Tabel 3.2 Norma Penilaian Tes *Short Pass*

No	Klasifikasi	T-Skor
1	Baik Sekali	≥ 124
2	Baik	104-123
3	Sedang	85-103
4	Kurang	65-84
5	Kurang Sekali	≤ 64

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 22)

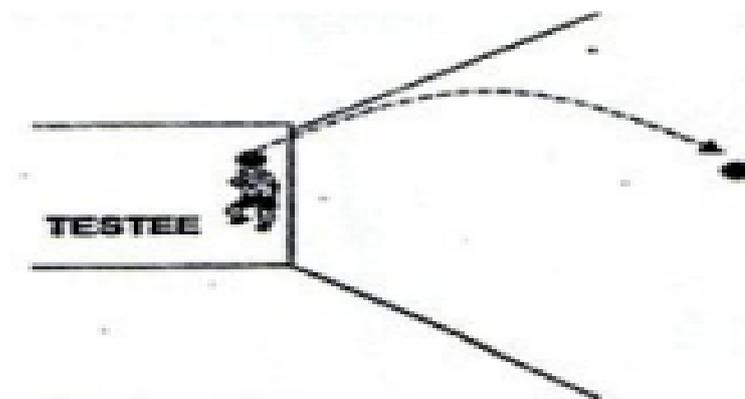
3.4.3 Tes *Throw In*

a. Tujuan

Untuk mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam melempar bola.

b. Bentuk dan Ukuran Lapangan

Bentuk dan ukuran lapangan bebas, hanya di perlukan sebuah garis batas.



Gambar 3.3 Gerakan Tes *Throw In*
Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 11)

c. Pelaksanaan

- 1) Peserta tes berada di belakang garis batas dengan memegang sebuah bola.
- 2) Pada aba – aba “ya” peserta tes melempar bola sekuat - kuatnya ke sasaran dengan Ketentuan: Bola harus dilempar dengan kedua tangan, gerakan melempar harus dimulai dari belakang kepala selanjutnya menuju sasaran melewati atas kepala, saat melempar tidak boleh melewati garis batas, saat melempar keadaan kaki tidak boleh terangkat.
- 3) Lemparan dilakukan sebanyak 3 kali.

d. Pencatatan Hasil

Hasil yang diambil adalah jarak yang terjauh dari 3 kali lemparan

Tabel 3.3 Norma Penilaian Tes *Throw In*

No	Klasifikasi	T-Skor
1	Baik Sekali	≥ 70
2	Baik	59-69
3	Sedang	47-58
4	Kurang	36-46
5	Kurang Sekali	≤ 35

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 24)

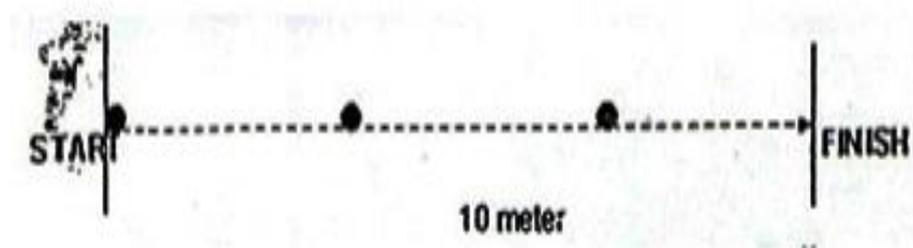
3.4.4 Tes *Running With the Ball*

a. Tujuan

Untuk mengukur keterampilan sentuhan kaki terhadap bola dengan kecepatan waktu.

b. Bentuk dan ukuran lapangan

Lapangan dengan panjang 10 meter.



Gambar 3.4 Gerakan Tes *Running*
Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 13)

c. Cara Pelaksanaan

- 1) Pelaksana tes berada di garis finish dengan perlengkapan stopwatch, peluit dan alat pencatat.
- 2) Peserta tes pada 50 cm dari garis start dengan menghadap bola pada garis start.

- 3) Apabila aba –aba start dibunyikan maka peserta tes tersebut melakukan sentuhan bola pertama sambil berlari mengejar untuk melakukan sentuhan kedua dan ketiga sampai garis finish.
- 4) Apabila peserta tes tidak dapat menyentuh bola tiga kali, maka harus di tes ulang sampai peserta tes dapat menyentuh bola tiga kali.

d. Pencatatan Hasil

Hasil yang di ambil adalah waktu tempuh dari start sampai dalam persepuluhan detik.

Tabel 3.4 Norma Penilaian Tes *Running*

No	Klasifikasi	T-Skor
1	Baik Sekali	≥ 57
2	Baik	48-56
3	Sedang	39-47
4	Kurang	30-38
5	Kurang Sekali	≤ 29

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 26)

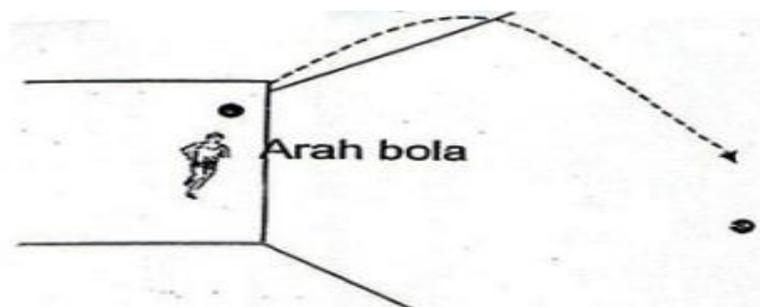
3.4.5 Tes *Heading*

a. Tujuan

Untuk mengukur kekuatan otot leher pada saat melakukan sundulan bola.

b. Bentuk dan Ukuran

Bentuk dan ukuran lapangan bebas, hanya di perlukan garis batas.



Gambar 3.5 Gerakan Tes *Heading*

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 14)

c. Cara Pelaksanaan

- 1) Pelaksanaan tes berada di hadapan peserta tes yang tidak jauh dari sasaran jatuhnya bola yang akan di sundul oleh peserta tes.
- 2) Peserta tes berada pada garis start dengan memegang sebuah bola.
- 3) Peserta tes melambungkan bola ke atas, melentingkan tubuh pada saat bola menurun maka disambut dengan kepala peserta tes untuk melakukan sundulan sejauh mungkin.
- 4) Pelaksana tes menuju jatuhnya untuk memberikan tanda dan melakukan pengukuran langsung. 5) Sundulan ini dilakukan sebanyak 3 kali.

d. Pencatatan Hasil

Hasil yang diambil adalah jarak yang terjauh dari 3 kali sundulan.

Tabel 3.5 Norma Penilaian Tes *Heading*

No	Klasifikasi	T-Skor
1	Baik Sekali	≥ 82
2	Baik	67-81
3	Sedang	52-66
4	Kurang	37-51
5	Kurang Sekali	≤ 36

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 28)

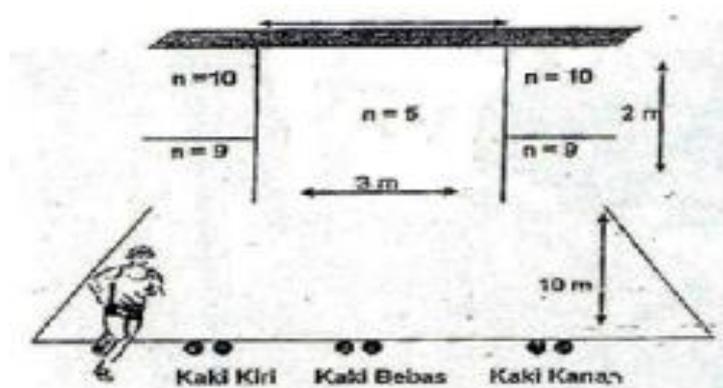
3.4.6 Tes *Shooting*

a. Tujuan

Untuk mengukur keterampilan ketepatan menembak bola.

b. Bentuk dan Ukuran Lapangan

Lapangan sepakbola yang memiliki tembok untuk sasaran tendangan berukuran panjang 5 meter x lebar 2 meter (gawang sepakbola yang dibatasi dengan tanda tali sesuai dengan nilai sasaran).



Gambar 3.6 Gerakan Tes *Shooting*
 Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 14)

Keterangan :

N= 10 (daerah sasaran yang mendapat nilai 10)

N= 9 (daerah sasaran yang mendapat nilai 9)

N= 5 (daerah sasaran yang mendapat nilai 5)

c. Pelaksanaan

- 1) Bola disusun pada garis serangan dengan komposisi 2 bola berada di kanan, 2 bola dikiri dan 2 bola berada ditengah.
- 2) Peserta tes berdiri pada jarak 1 meter pada bola yang akan ditendang kearah gawang.
- 3) Peserta tes menendang bola 2 kali dengan kaki kanan kearah sasaran gawang.
- 4) Peserta tes menendang bola 2 kali dengan kaki kiri kearah sasaran gawang.
- 5) Peserta tes menendang bola 2 kali dengan kaki yang paling disukai kearah sasaran gawang.

d. Pencatatan Hasil

Hasil yang diambil adalah jumlah dari 6 kali tendangan dikalikan dengan jumlah sasaran.

Tabel 3.5 Norma Penilaian Tes *Shooting*

No	Klasifikasi	T-Skor
1	Baik Sekali	≥ 67
2	Baik	55-66
3	Sedang	44-54
4	Kurang	32-43
5	Kurang Sekali	≤ 31

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 30)

Setelah enam butir tes selesai dilakukan, maka akan didapatkan hasil perolehan. Kemudian data dimaknai dengan mengkategorikan data. Pengkategorian dikelompokkan menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang dan kurang sekali. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan batasan norma sebagai berikut:

Tabel 3.6 Norma Penilaian Tes Keterampilan Sepakbola

No	Klasifikasi	T-Skor
1	Baik Sekali	≥ 479
2	Baik	401-478
3	Sedang	323-400
4	Kurang	246-322
5	Kurang Sekali	≤ 245

Sumber: (Daral Fauzi R, 2009: 30)

3.5 Teknik Analisa Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan data persentase. Cara perhitungan analisis data mencari frekuensi relative persentase dengan rumus Anas Sudijono (2012: 43) sebagai berikut:

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

Keterangan : P = Persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari

N = *Number of Cases* (Jumlah frekuensi/banyaknya individu)

100% = Bilangan tetap.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat yang diukur dengan tes keterampilan sepakbola usia 10-12 tahun buatan Daal Fauzi R. tahun 2009 dan data diperoleh dari 17 siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

Data yang diperoleh dari tes tersebut digunakan untuk mengkategorikan menjadi lima kategori yaitu, baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Untuk menentukan kategori tersebut, terlebih dahulu data dikumpulkan dan dihitung dengan T-skor kemudian dikategorikan sesuai dengan norma keterampilan permainan sepakbola usia 10-12 tahun. Adapun data hasil tes yang telah dilakukan sesuai dengan norma-norma tiap item tes, sebagai berikut:

Berdasarkan penelitian dan analisis yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 17 siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat, maka dapat di deskripsikan tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

1. Tes *Dribbling*

Tabel 4.1 Hasil Tes *Dribbling*

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 66	Baik Sekali	2	11.76%
2	53-65	Baik	6	35.29%
3	41-52	Sedang	5	29.41%
4	28-40	Kurang	4	23.52%
5	≤ 27	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat diketahui bahwa kemampuan *dribbling* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 2 siswa (11.76%), kategori baik dengan frekuensi 6 siswa (35.29%), kategori sedang dengan frekuensi 5 siswa (29.41%), kategori kurang dengan frekuensi 4 siswa (23.52%) sedangkan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *dribbling* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori baik dengan persentase 35.29%”. Berikut adalah grafik kemampuan *dribbling* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

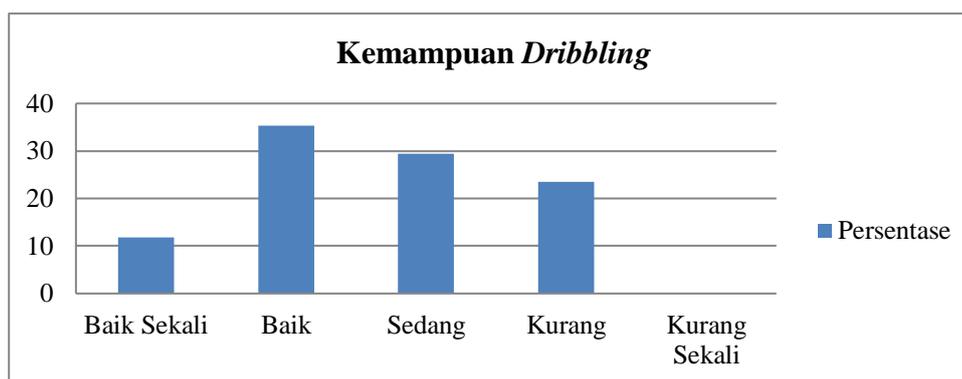


Diagram 4.1 Hasil Tes *Dribbling*

2. Tes *Short Pass*

Tabel 4.2 Hasil Tes *Short Pass*

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 124	Baik Sekali	1	5.88%
2	104-123	Baik	6	35.29%
3	85-103	Sedang	6	35.29%
4	65-84	Kurang	3	17.64%
5	≤ 64	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa kemampuan *short pass* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh yaitu kategori baik sekali

dengan frekuensi 1 siswa (5.88%), kategori baik dengan frekuensi 6 siswa (35.29%), kategori sedang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%), kategori kurang dengan frekuensi 3 siswa (17.64%) sedangkan kategori kurang sekali dengan frekuensi 1 siswa (5.88%). Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *short pass* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori baik dengan persentase 35.29%”. Berikut adalah grafik kemampuan *short pass* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

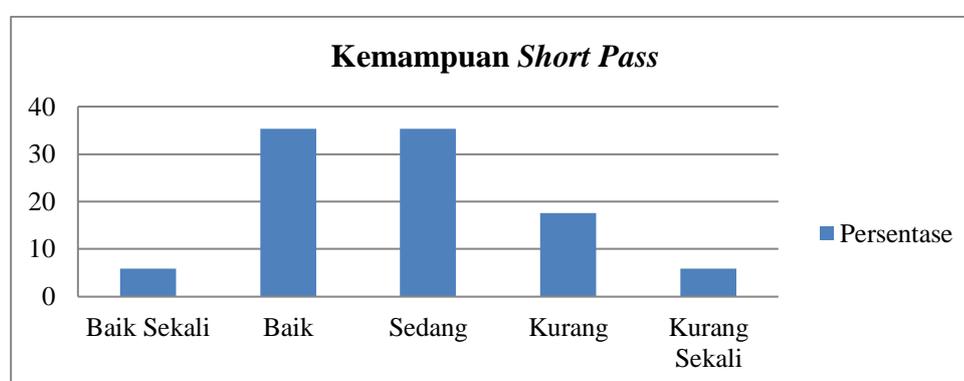


Diagram 4.2 Hasil Tes *Short Pass*

3. Tes *Throw In*

Tabel 4.3 Hasil Tes *Throw In*

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 70	Baik Sekali	2	11.76%
2	59-69	Baik	1	5.88%
3	47-58	Sedang	7	41.17%
4	36-46	Kurang	7	41.17%
5	≤ 35	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat diketahui bahwa kemampuan *throw in* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 2 siswa (11.76%), kategori baik dengan frekuensi 1 siswa (5.88%), kategori sedang dengan frekuensi 7 siswa (41.17%), kategori kurang

dengan frekuensi 7 siswa (41.17%) sedangkan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *throw in* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori sedang dengan persentase 41.17%”. Berikut adalah grafik kemampuan *throw in* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

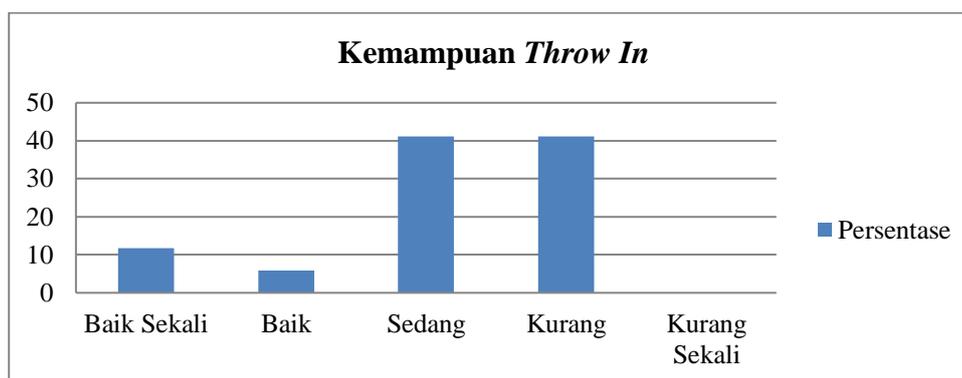


Diagram 4.3 Hasil Tes *Throw In*

4. Tes *Running*

Tabel 4.4 Hasil Tes *Running*

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 57	Baik Sekali	4	23.52%
2	48-56	Baik	8	47.05%
3	39-47	Sedang	3	17.64%
4	30-38	Kurang	1	5.88%
5	≤ 29	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat diketahui bahwa kemampuan *running* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 4 siswa (23.52%), kategori baik dengan frekuensi 8 siswa (47.05%), kategori sedang dengan frekuensi 3 siswa (17.64%), kategori kurang dengan frekuensi 1 siswa (5.88%) sedangkan kategori kurang sekali dengan frekuensi 1 siswa (5.88%). Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *running* pada

siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori baik dengan persentase 47.05%”. Berikut adalah grafik kemampuan *running* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

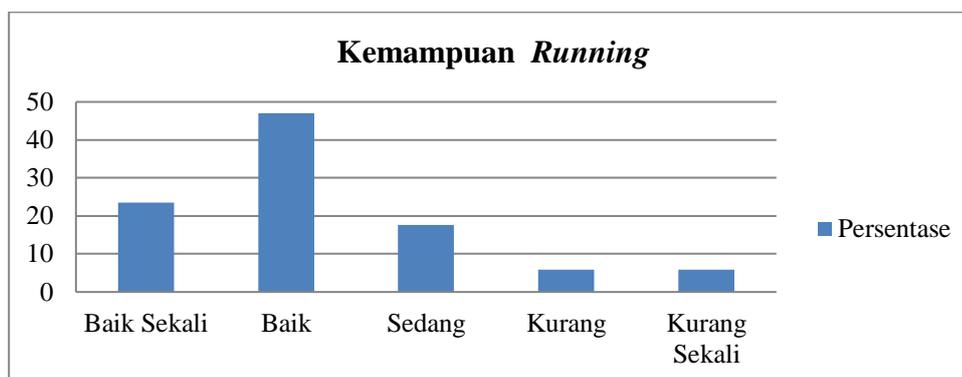


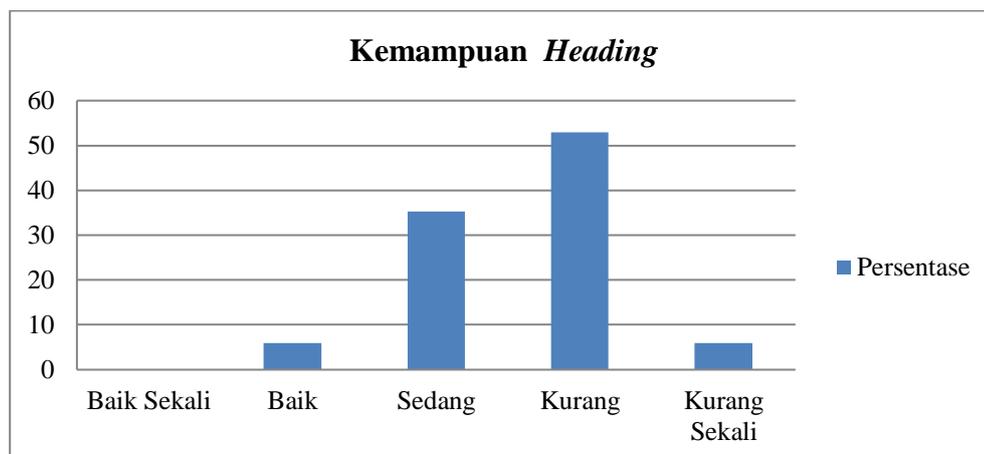
Diagram 4.4 Hasil Tes *Running*

5. Tes *Heading*

Tabel 4.5 Hasil Tes *Heading*

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 82	Baik Sekali	0	0%
2	67-81	Baik	1	5.88%
3	52-66	Sedang	6	35.29%
4	37-51	Kurang	9	52.94%
5	≤ 36	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat diketahui bahwa kemampuan *heading* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 1 siswa (5.88%), kategori sedang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%), kategori kurang dengan frekuensi 9 siswa (52.94%) sedangkan kategori kurang sekali dengan frekuensi 1 siswa (5.88%). Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *heading* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori kurang dengan persentase 52.94%”. Berikut adalah grafik kemampuan *heading* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

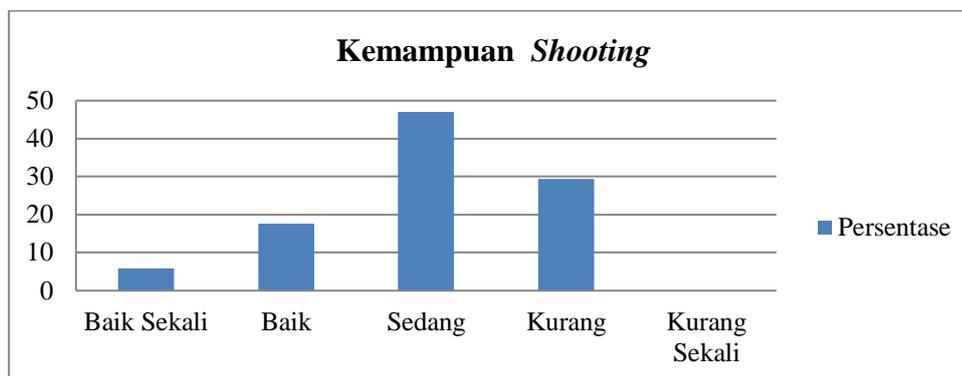
Diagram 4.5 Hasil Tes *Heading*

6. Tes *Shooting*

Tabel 4.6 Hasil Tes *Shooting*

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 67	Baik Sekali	1	5.88%
2	55-66	Baik	3	17.64%
3	44-54	Sedang	8	47.05%
4	32-43	Kurang	5	29.41%
5	≤ 31	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Berdasarkan tabel 4.6 diatas dapat diketahui bahwa kemampuan *shooting* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 1 siswa (5.88%), kategori baik dengan frekuensi 3 siswa (17.64%), kategori sedang dengan frekuensi 8 siswa (47.05%), kategori kurang dengan frekuensi 5 siswa (29.41%) sedangkan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa kemampuan *shooting* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori sedang dengan persentase 47.05%”. Berikut adalah grafik kemampuan *shooting* pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

Diagram 4.6 Hasil Tes *Shooting*

Data tiap item tes di atas, kemudian diakumulasikan ke dalam norma Tes Keterampilan Sepakbola Usia 10-12 Tahun dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.6 Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola SMP Negeri 2 Meureubo

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 479	Baik Sekali	0	0%
2	401-478	Baik	2	11.76%
3	323-400	Sedang	9	52.94%
4	246-322	Kurang	6	35.29%
5	≤ 245	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Berdasarkan tabel 4.7 diatas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 2 siswa (11.76 %), kategori sedang dengan frekuensi 9 siswa (52.94%), kategori kurang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%) dan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori sedang dengan persentase 52.94%". Berikut adalah grafik tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat sebagai berikut:

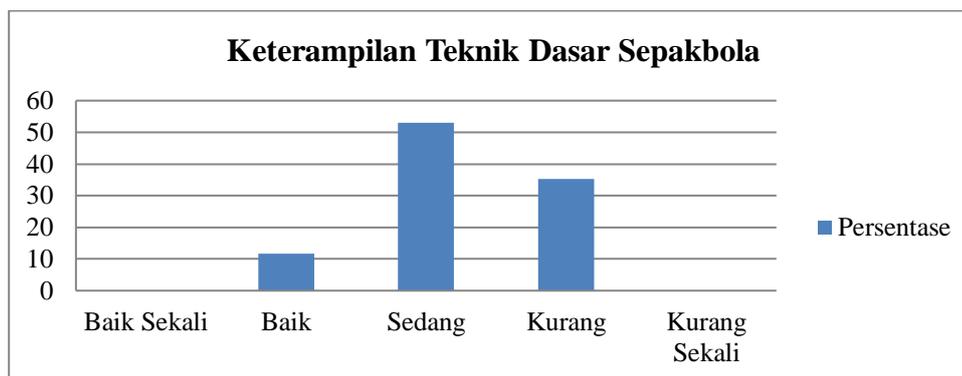


Diagram 4.7 keterampilan Teknik Dasar Sepakbola

4.2 Pembahasan Penelitian

Sepakbola adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 tim, dimana masing-masing tim terdiri dari 11 pemain yang dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan untuk menentukan pemenang.

Syarat yang paling utama untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Menurut Sucipto, dkk (2000: 17) teknik dasar dalam sepakbola meliputi: menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, merampas, lemparan ke dalam, menjaga gawang. Semua gerakan tersebut terangkai dalam suatu pola gerak yang diperlukan pemain dalam menjalankan tugasnya bermain sepakbola.

Penguasaan keterampilan teknik dasar menentukan kemahiran seseorang dalam melakukan keseluruhan gerak dalam suatu cabang olahraga. Dengan

demikian, diperlukan kemampuan penguasaan gerak teknik dasar dalam sepakbola yang baik dan benar agar mempermudah pemain dalam upaya meraih prestasi yang optimal. Semakin lama dan semakin substansial bentuk latihan dasar dilakukan dengan baik, maka semakin lama atlet akan mampu mempertahankan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 2 siswa (11.76 %), kategori sedang dengan frekuensi 9 siswa (52.94%), kategori kurang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%) dan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori sedang dengan persentase 52.94%.

Hasil tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menyebabkan perbedaan kemampuan pemain dalam merespon materi latihan yang diberikan, diantaranya konsentrasi, semangat atau motivasi pemain, juga kebugaran pemain sangat berpengaruh pada tinggi-rendahnya kualitas latihan yang nantinya akan berpengaruh bagi perkembangan pemain (Timo Scheunemann, 2014: 61).

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 2 siswa (11.76%), kategori sedang dengan frekuensi 9 siswa (52.94%), kategori kurang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%) dan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat masuk kategori sedang dengan persentase 52.94%.

5.2 Saran

Adapun saran yang dapat peneliti berikan terkait dengan hasil penelitian dan simpulan antara lain:

1. Sekolah

Diharapkan bagi sekolah lebih memperhatikan proses latihan siswa, salah satunya dengan memperhatikan kegiatan/bentuk evaluasi latihan menggunakan tes teknik dasar.

2. Pelatih

Diharapkan bagi pelatih untuk menyusun dan menerapkan program latihan yang sesuai serta proses latihan berlangsung secara efektif dan efisien sehingga dapat meningkatkan frekuensi latihan untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

3. Siswa

Diharapkan bagi siswa agar lebih rajin, bersungguh-sungguh dan semangat dalam mengikuti latihan untuk lebih meningkatkan keterampilan dasar yang telah dimiliki.

4. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dan diharapkan agar menambahkan variabel lain selain variabel yang ada pada penelitian ini, sehingga penelitian tentang kemampuan keterampilan teknik dasar sepakbola teridentifikasi lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun dan Yudha. 2000. *Perkembangan gerak Dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Anas, Sudijono. 2012. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Arikunto, Suharismi. 2002. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharismi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. PT. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharismi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hamdi, Agus. 2019. *Profil Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola terhadap Siswa SMP Negeri 2 Kasimbar*. Tadulako Journal Sport Scienes and Physical Education Vol. 07 No.01 Tahun 2019 Hal. 103-113. Universitas Tadulako.
- Herwin. 2004. *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Irianto, S. 2010. *Pengembangan Tes Kecakapan David Lee untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Tesis. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Irfandi dan Rahmat, Zikrur. 2017. *Pengembangan Model Latihan Keterampilan Teknik Menggiring Slamon dan Mengoper dalam Sepakbola*. Jurnal Penjaskesrek, Volume IV, Nomor 2 Halaman 309-320.
- Koger, Robert. 2005. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi.
- Marpaung, Bangkit Sahala. 2019. *Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Siswa SMP Yos Sudarso Padang*. Jurnal Patriot Vol. 01 No.01 Tahun 2019 Hal. 234-240. Universitas Negeri Padang.
- Misbahuddin, Muhammad Hafidz. 2020. *Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang Kelompok Usia 15-16 Tahun*. Jurnal Sport Science and Health Vol. 02 No.04 Tahun 2020 Hal. 215-223. Universitas Negeri Malang.
- Muhajir, M. 2007. *Pendidikan Jasmani & Kesehatan*. Jakarta: Galian Indonesia Printing.
- Mulyono, A. 2008. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Rohman, Diki Febri. 2020. *Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB Satria Muda Pesisir Barat*. Jurnal Edukasimu Vol. 02 No.01 Tahun 2022 Hal. 1-7. Universitas Negeri Surabaya.
- Santoso, Nurhadi. 2014. *Tingkat keterampilan passing-stopping dalam permainan sepakbola pada mahasiswa PJKR B angkatan*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesi, Volume 6, Nomor 2, Halaman 1-9.
- Saputra, Adhe. 2019. *Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Pratama Kabupaten Batanghari*. Indonesia Journal of Sport Science and Coaching Vol. 01 No.01 Tahun 2019 Hal. 1-10. Universitas Jambi.
- Sucipto. 2000. *Sepakbola Latihan dan Strategi*. Jakarta: Jaya Putra.
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugianto. 2010. *Model-Model Pembelajaran Inovatif*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. 2005. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukatamsi. 2004. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Suryosubroto. 2009. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Utomo, Noor. 2013. *Tingkat Pengetahuan Peserta Ekstrakurikuler SMK N 1 Magelang Terhadap Peraturan Violation dan foul Permainan Bolabasket*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Widiastuti, Sri dan Nur, Rohmah Muktiani. 2010. *Peningkatan Motivasi dan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Pembelajaran Sepakbola Melalui Kucing Tikus Pada Siswa Kelas 4 SD Glagahombo 2 Tempel*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Volume 7 Nomor 1. Hlm. 47-59.

DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Panitia penelitian sedang memberi arahan kepada sampel mengenai prosedur pelaksanaan tes



Gambar 2. Berdoa bersama sebelum pelaksanaan tes



Gambar 3. Sampel sedang melakukan pemanasan sebelum tes



Gambar 4. Proses pelaksanaan tes



Gambar 5. Proses pelaksanaan tes



Gambar 6. Foto bersama peneliti, sampel beserta Guru SMP Negeri 2 Meureubo Kabupaten Aceh Barat

**REKAPITULASI TES KETERAMPILAN SEPAKBOLA PADA SISWA SMP NEGERI 2 MEUREUBO
KABUPATEN ACEH BARAT**

No	Nama	Item Tes						
		Dribble	Short Pass		Throw in	Running	Heading	Shooting
			Waktu	Bola Masuk				
1	Al Fajar Mulana	13.43	12.01	2	11.42	3.34	3.60	30
2	Dedek Mursalin	13.42	11.51	2	15.45	2.80	6.40	28
3	Dwian Chandra	8.32	12.33	3	12.30	4.12	5.90	34
4	Irfan Saputra	15.32	13.13	3	10.10	4.10	6.40	29
5	Ismail	7.24	10.46	4	9.30	3.15	8.30	46
6	Khairul Amam	16.43	14.32	3	6.30	3.90	2.60	20
7	Kirama Setiawan	16.02	13.03	1	7.20	3.45	3.80	30
8	Lucky Ferdiansyah	18.56	14.12	2	9.10	3.70	3.40	28
9	Muhammad Aidil	19.12	11.43	3	6.50	4.13	3.60	28
10	Muhammad Andra	15.12	10.32	2	8.50	3.63	4.90	29
11	Muhammad Fajar	17.09	14.04	2	8.10	3.89	5.40	24
12	Muhammad Ikhsan	13.09	12.32	2	8.65	3.13	4.10	24
13	Muhammad Yusuf	14.14	11.43	3	7.60	3.69	3.90	34
14	Raja Miranda	13.44	10.41	3	11.10	4.03	4.20	34
15	Rian Ramadhani	11.11	10.34	3	10.20	4.05	3.60	29
16	Rifaldi Nadian	18.21	15.43	1	6.20	4.55	5.30	24
17	Riski Alfian	18.58	13.42	1	8.40	4.86	4.80	24

HASIL TES DRIBBLING

No	Nama	Dribling		Kategori
		Waktu (detik)	T-Skor	
1	Al Fajar Mulana	13.43	53.47	Baik
2	Dedek Mursalin	13.42	53.50	Baik
3	Dwian Chandra	8.32	68.31	Baik Sekali
4	Irfan Saputra	15.32	47.98	Sedang
5	Ismail	7.24	71.45	Baik Sekali
6	Khairul Amam	16.43	44.76	Sedang
7	Kirama Setiawan	16.02	45.95	Sedang
8	Lucky Ferdiansyah	18.56	38.57	Kurang
9	Muhammad Aidil	19.12	36.95	Kurang
10	Muhammad Andra	15.12	48.57	Sedang
11	Muhammad Fajar	17.09	42.84	Sedang
12	Muhammad Ikhsan	13.09	54.46	Baik
13	Muhammad Yusuf	14.14	51.41	Baik
14	Raja Miranda	13.44	53.44	Baik
15	Rian Ramadhani	11.11	60.21	Baik
16	Rifaldi Nadian	18.21	39.59	Kurang
17	Riski Alfian	18.58	38.52	Kurang

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 66	Baik Sekali	2	11.76 %
2	53-65	Baik	6	35.29 %
3	41-52	Sedang	5	29.41 %
4	28-40	Kurang	4	23.52 %
5	≤ 27	Kurang Sekali	0	0 %
Total			17	100%

HASIL TES SHORT PASS

No	Nama	Short Pass					Kategori
		Waktu (detik)	T-Skor	Bola Masuk	T-Skor	Jumlah T-Skor	
1	Al Fajar Mulana	12.01	52.20	2	45.90	98.10	Sedang
2	Dedek Mursalin	11.51	55.38	2	45.90	101.28	Sedang
3	Dwian Chandra	12.33	50.16	3	57.51	107.67	Baik
4	Irfan Saputra	13.13	45.08	3	57.51	102.59	Sedang
5	Ismail	10.46	62.05	4	69.11	131.17	Baik Sekali
6	Khairul Amam	14.32	37.51	3	57.51	95.02	Sedang
7	Kirama Setiawan	13.03	45.71	1	34.30	80.01	Kurang
8	Lucky Ferdiansyah	14.12	38.78	2	45.90	84.69	Kurang
9	Muhammad Aidil	11.43	55.89	3	57.51	113.40	Baik
10	Muhammad Andra	10.32	62.94	2	45.90	108.85	Baik
11	Muhammad Fajar	14.04	39.29	2	45.90	85.20	Sedang
12	Muhammad Ikhsan	12.32	50.23	2	45.90	96.13	Sedang
13	Muhammad Yusuf	11.43	55.89	3	57.51	113.40	Baik
14	Raja Miranda	10.41	62.37	3	57.51	119.88	Baik
15	Rian Ramadhani	10.34	62.82	3	57.51	120.32	Baik
16	Rifaldi Nadian	15.43	30.46	1	34.30	64.76	Kurang Sekali
17	Riski Alfian	13.42	43.23	1	34.30	77.54	Kurang

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 124	Baik Sekali	1	5.88%
2	104-123	Baik	6	35.29%
3	85-103	Sedang	6	35.29%
4	65-84	Kurang	3	17.64%
5	≤ 64	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

HASIL TES *THROW IN*

No	Nama	<i>Throw in</i>		Kategori
		Jarak (meter)	T-Skor	
1	Al Fajar Mulana	11.42	59.21	Baik
2	Dedek Mursalin	15.45	75.93	Baik Sekali
3	Dwian Chandra	12.30	62.86	Baik Sekali
4	Irfan Saputra	10.10	53.73	Sedang
5	Ismail	9.30	50.41	Sedang
6	Khairul Amam	6.30	37.96	Kurang
7	Kirama Setiawan	7.20	41.70	Kurang
8	Lucky Ferdiansyah	9.10	49.58	Sedang
9	Muhammad Aidil	6.50	38.79	Kurang
10	Muhammad Andra	8.50	47.09	Sedang
11	Muhammad Fajar	8.10	45.43	Kurang
12	Muhammad Ikhsan	8.65	47.71	Sedang
13	Muhammad Yusuf	7.60	43.36	Kurang
14	Raja Miranda	11.10	57.88	Sedang
15	Rian Ramadhani	10.20	54.14	Sedang
16	Rifaldi Nadian	6.20	37.55	Kurang
17	Riski Alfian	8.40	46.68	Kurang

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 70	Baik Sekali	2	11.76 %
2	59-69	Baik	1	5.88%
3	47-58	Sedang	7	41.17%
4	36-46	Kurang	7	41.17%
5	≤ 35	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

HASIL TES *RUNNING WITH THE BALL*

No	Nama	<i>Running</i>		Kategori
		Waktu (detik)	T-Skor	
1	Al Fajar Mulana	3.34	58.70	Baik Sekali
2	Dedek Mursalin	2.80	69.03	Baik Sekali
3	Dwian Chandra	4.12	43.79	Sedang
4	Irfan Saputra	4.10	44.17	Sedang
5	Ismail	3.15	62.34	Baik Sekali
6	Khairul Amam	3.90	48.00	Baik
7	Kirama Setiawan	3.45	56.60	Baik
8	Lucky Ferdiansyah	3.70	51.82	Baik
9	Muhammad Aidil	4.13	43.60	Sedang
10	Muhammad Andra	3.63	53.16	Baik
11	Muhammad Fajar	3.89	48.19	Baik
12	Muhammad Ikhsan	3.13	62.72	Baik Sekali
13	Muhammad Yusuf	3.69	52.01	Baik
14	Raja Miranda	4.03	45.51	Baik
15	Rian Ramadhani	4.05	45.13	Baik
16	Rifaldi Nadian	4.55	35.57	Kurang
17	Riski Alfian	4.86	29.64	Kurang Sekali

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 57	Baik Sekali	4	23.52%
2	48-56	Baik	8	47.05%
3	39-47	Sedang	3	17.64%
4	30-38	Kurang	1	5.88%
5	≤ 29	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

HASIL TES *HEADING*

No	Nama	<i>Heading</i>		Kategori
		Jarak (meter)	T-Skor	
1	Al Fajar Mulana	3.60	42.20	Kurang
2	Dedek Mursalin	6.40	61.74	Sedang
3	Dwian Chandra	5.90	58.25	Sedang
4	Irfan Saputra	6.40	61.74	Sedang
5	Ismail	8.30	75.00	Baik
6	Khairul Amam	2.60	35.22	Kurang Sekali
7	Kirama Setiawan	3.80	43.60	Kurang
8	Lucky Ferdiansyah	3.40	40.81	Kurang
9	Muhammad Aidil	3.60	42.20	Kurang
10	Muhammad Andra	4.90	51.27	Kurang
11	Muhammad Fajar	5.40	54.76	Sedang
12	Muhammad Ikhsan	4.10	45.69	Kurang
13	Muhammad Yusuf	3.90	44.29	Kurang
14	Raja Miranda	4.20	46.39	Kurang
15	Rian Ramadhani	3.60	42.20	Kurang
16	Rifaldi Nadian	5.30	54.06	Sedang
17	Riski Alfian	4.80	50.57	Sedang

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 82	Baik Sekali	0	0%
2	67-81	Baik	1	5.88%
3	52-66	Sedang	6	35.29%
4	37-51	Kurang	9	52.94%
5	≤ 36	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

HASIL TES SHOOTING

No	Nama	Shooting		Kategori
		Jumlah Nilai	T-Skor	
1	Al Fajar Mulana	30	51.51	Sedang
2	Dedek Mursalin	28	48.09	Sedang
3	Dwian Chandra	34	58.33	Baik
4	Irfan Saputra	29	49.80	Sedang
5	Ismail	46	78.80	Baik Sekali
6	Khairul Amam	20	34.45	Kurang
7	Kirama Setiawan	30	51.51	Sedang
8	Lucky Ferdiansyah	28	48.09	Sedang
9	Muhammad Aidil	28	48.09	Sedang
10	Muhammad Andra	29	49.80	Sedang
11	Muhammad Fajar	24	41.27	Kurang
12	Muhammad Ikhsan	24	41.27	Kurang
13	Muhammad Yusuf	34	58.33	Baik
14	Raja Miranda	34	58.33	Baik
15	Rian Ramadhani	29	49.80	Sedang
16	Rifaldi Nadian	24	41.27	Kurang
17	Riski Alfian	24	41.27	Kurang

No	Interval	Freskuensi	Persentase (%)	Kategori
1	≥ 67	1	5.88%	Baik Sekali
2	55-66	3	17.64%	Baik
3	44-54	8	47.05%	Sedang
4	32-43	5	29.41%	Kurang
5	≤ 31	0	0%	Kurang Sekali
Total		17	100%	

HASIL TES KETERAMPILAN SEPAK BOLA

No	Nama	Jumlah Skor Tes	Kategori
1	Al Fajar Mulana	363.19	Sedang
2	Dedek Mursalin	409.57	Baik
3	Dwian Chandra	399.21	Sedang
4	Irfan Saputra	360.01	Sedang
5	Ismail	469.17	Baik
6	Khairul Amam	295.41	Kurang
7	Kirama Setiawan	319.37	Kurang
8	Lucky Ferdiansyah	313.56	Kurang
9	Muhammad Aidil	323.03	Sedang
10	Muhammad Andra	358.74	Sedang
11	Muhammad Fajar	317.69	Kurang
12	Muhammad Ikhsan	347.98	Sedang
13	Muhammad Yusuf	362.80	Sedang
14	Raja Miranda	381.43	Sedang
15	Rian Ramadhani	371.80	Sedang
16	Rifaldi Nadian	272.80	Kurang
17	Riski Alfian	284.22	Kurang

No	Interval	Kategori	Freskuensi	Persentase (%)
1	≥ 479	Baik Sekali	0	0%
2	401-478	Baik	2	11.76 %
3	323-400	Sedang	9	52.94%
4	246-322	Kurang	6	35.29%
5	≤ 245	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

T-SKOR DRIBBLING

No	Skor	Rata-Rata	Simpangan Baku	Z-Score	T-Score
1	13.43	14.62588	3.443418	0.347295	53.47
2	13.42	14.62588	3.443418	0.350199	53.50
3	8.32	14.62588	3.443418	1.831286	68.31
4	15.32	14.62588	3.443418	-0.20158	47.98
5	7.24	14.62588	3.443418	2.144928	71.45
6	16.43	14.62588	3.443418	-0.52393	44.76
7	16.02	14.62588	3.443418	-0.40486	45.95
8	18.56	14.62588	3.443418	-1.1425	38.57
9	19.12	14.62588	3.443418	-1.30513	36.95
10	15.12	14.62588	3.443418	-0.1435	48.57
11	17.09	14.62588	3.443418	-0.7156	42.84
12	13.09	14.62588	3.443418	0.446034	54.46
13	14.14	14.62588	3.443418	0.141105	51.41
14	13.44	14.62588	3.443418	0.344391	53.44
15	11.11	14.62588	3.443418	1.021044	60.21
16	18.21	14.62588	3.443418	-1.04086	39.59
17	18.58	14.62588	3.443418	-1.14831	38.52

T-SKOR SHORT PASS

No	Skor	Rata-Rata	Simpangan Baku	Z-Score	T-Score
1	12.01	12.35588	1.572884	0.219903	52.20
2	11.51	12.35588	1.572884	0.537791	55.38
3	12.33	12.35588	1.572884	0.016455	50.16
4	13.13	12.35588	1.572884	-0.49216	45.08
5	10.46	12.35588	1.572884	1.205354	62.05
6	14.32	12.35588	1.572884	-1.24874	37.51
7	13.03	12.35588	1.572884	-0.42859	45.71
8	14.12	12.35588	1.572884	-1.12158	38.78
9	11.43	12.35588	1.572884	0.588653	55.89
10	10.32	12.35588	1.572884	1.294363	62.94
11	14.04	12.35588	1.572884	-1.07072	39.29
12	12.32	12.35588	1.572884	0.022813	50.23
13	11.43	12.35588	1.572884	0.588653	55.89
14	10.41	12.35588	1.572884	1.237143	62.37
15	10.34	12.35588	1.572884	1.281647	62.82
16	15.43	12.35588	1.572884	-1.95445	30.46
17	13.42	12.35588	1.572884	-0.67654	43.23

No	Skor	Rata-Rata	Simpangan Baku	Z-Score	T-Score
1	2	2.352941	0.86177	-0.40955	45.90
2	2	2.352941	0.86177	-0.40955	45.90
3	3	2.352941	0.86177	0.750849	57.51
4	3	2.352941	0.86177	0.750849	57.51
5	4	2.352941	0.86177	1.911252	69.11
6	3	2.352941	0.86177	0.750849	57.51
7	1	2.352941	0.86177	-1.56996	34.30
8	2	2.352941	0.86177	-0.40955	45.90
9	3	2.352941	0.86177	0.750849	57.51
10	2	2.352941	0.86177	-0.40955	45.90
11	2	2.352941	0.86177	-0.40955	45.90
12	2	2.352941	0.86177	-0.40955	45.90
13	3	2.352941	0.86177	0.750849	57.51
14	3	2.352941	0.86177	0.750849	57.51
15	3	2.352941	0.86177	0.750849	57.51
16	1	2.352941	0.86177	-1.56996	34.30
17	1	2.352941	0.86177	-1.56996	34.30

T-SKOR THROW IN

No	Skor	Rata-Rata	Simpangan Baku	Z-Score	T-Score
1	11.42	9.201176471	2.41017863	0.920605	59.21
2	15.45	9.201176471	2.41017863	2.592681	75.93
3	12.3	9.201176471	2.41017863	1.285724	62.86
4	10.1	9.201176471	2.41017863	0.372928	53.73
5	9.3	9.201176471	2.41017863	0.041003	50.41
6	6.3	9.201176471	2.41017863	-1.20372	37.96
7	7.2	9.201176471	2.41017863	-0.8303	41.70
8	9.1	9.201176471	2.41017863	-0.04198	49.58
9	6.5	9.201176471	2.41017863	-1.12074	38.79
10	8.5	9.201176471	2.41017863	-0.29092	47.09
11	8.1	9.201176471	2.41017863	-0.45689	45.43
12	8.65	9.201176471	2.41017863	-0.22869	47.71
13	7.6	9.201176471	2.41017863	-0.66434	43.36
14	11.1	9.201176471	2.41017863	0.787835	57.88
15	10.2	9.201176471	2.41017863	0.414419	54.14
16	6.2	9.201176471	2.41017863	-1.24521	37.55
17	8.4	9.201176471	2.41017863	-0.33241	46.68

T-SKOR RUNNING WITH THE BALL

No	Skor	Rata-Rata	Simpangan Baku	Z-Score	T-Score
1	3.34	3.795294	0.523033	0.870488	58.70
2	2.8	3.795294	0.523033	1.902926	69.03
3	4.12	3.795294	0.523033	-0.62081	43.79
4	4.1	3.795294	0.523033	-0.58257	44.17
5	3.15	3.795294	0.523033	1.233753	62.34
6	3.9	3.795294	0.523033	-0.20019	48.00
7	3.45	3.795294	0.523033	0.660176	56.60
8	3.7	3.795294	0.523033	0.182195	51.82
9	4.13	3.795294	0.523033	-0.63993	43.60
10	3.63	3.795294	0.523033	0.31603	53.16
11	3.89	3.795294	0.523033	-0.18107	48.19
12	3.13	3.795294	0.523033	1.271992	62.72
13	3.69	3.795294	0.523033	0.201314	52.01
14	4.03	3.795294	0.523033	-0.44874	45.51
15	4.05	3.795294	0.523033	-0.48698	45.13
16	4.55	3.795294	0.523033	-1.44294	35.57
17	4.86	3.795294	0.523033	-2.03564	29.64

T-SKOR HEADING

No	Skor	Rata-Rata	Simpangan Baku	Z-Score	T-Score
1	3.6	4.717647	1.433194	-0.77983	42.20
2	6.4	4.717647	1.433194	1.173849	61.74
3	5.9	4.717647	1.433194	0.824978	58.25
4	6.4	4.717647	1.433194	1.173849	61.74
5	8.3	4.717647	1.433194	2.49956	75.00
6	2.6	4.717647	1.433194	-1.47757	35.22
7	3.8	4.717647	1.433194	-0.64028	43.60
8	3.4	4.717647	1.433194	-0.91938	40.81
9	3.6	4.717647	1.433194	-0.77983	42.20
10	4.9	4.717647	1.433194	0.127235	51.27
11	5.4	4.717647	1.433194	0.476107	54.76
12	4.1	4.717647	1.433194	-0.43096	45.69
13	3.9	4.717647	1.433194	-0.57051	44.29
14	4.2	4.717647	1.433194	-0.36118	46.39
15	3.6	4.717647	1.433194	-0.77983	42.20
16	5.3	4.717647	1.433194	0.406332	54.06
17	4.8	4.717647	1.433194	0.057461	50.57

T-SKOR SHOOTING

No	Skor	Rata-Rata	Simpangan Baku	Z-Score	T-Score
1	30	29.11765	5.861765	0.150527	51.51
2	28	29.11765	5.861765	-0.19067	48.09
3	34	29.11765	5.861765	0.832915	58.33
4	29	29.11765	5.861765	-0.02007	49.80
5	46	29.11765	5.861765	2.88008	78.80
6	20	29.11765	5.861765	-1.55544	34.45
7	30	29.11765	5.861765	0.150527	51.51
8	28	29.11765	5.861765	-0.19067	48.09
9	28	29.11765	5.861765	-0.19067	48.09
10	29	29.11765	5.861765	-0.02007	49.80
11	24	29.11765	5.861765	-0.87306	41.27
12	24	29.11765	5.861765	-0.87306	41.27
13	34	29.11765	5.861765	0.832915	58.33
14	34	29.11765	5.861765	0.832915	58.33
15	29	29.11765	5.861765	-0.02007	49.80
16	24	29.11765	5.861765	-0.87306	41.27
17	24	29.11765	5.861765	-0.87306	41.27

SUSUNAN PANITIA PENELITIAN

1. Penasehat : Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani
Zulheri Is, M.Pd (Pembimbing I)
Dr. Munawar, S.Pd.I., M.Pd (Pembimbing II)
2. Penanggung Jawab : Zaki Almontaza
3. Ketua Panitia : Novrizal Ikhwan
4. Anggota - Anggota :
Pelaksana Tes : 1. Muhammad Reza
2. Renaldi Pratama
3. Syahrizal Fitria
- Dokumentasi : Jarjani
- Kosumsi : Muhammad Rivaldo

RIWAYAT HIDUP

- Nama Lengkap : Zaki Almontaza
- Tempat / Tanggal Lahir : Meureubo, 22 Juli 2000
- Jenis Kelamin : Laki-laki
- Agama : Islam
- Kebangsaan : Indonesia
- Status : Belum Nikah
- Alamat : Desa Meureubo, Kecamatan Meureubo, Kabupaten
Aceh Barat
- Pekerjaan : Mahasiswa
- Nama Orang Tua :
- a. Ayah : Zamani (Alm)
 - b. Ibu : Ratna Juwita
- Pekerjaan Orang Tua :
- a. Ayah : -
 - b. Ibu : PNS
- Pendidikan :
- a. Tahun 2006-2012 MIN 3 Aceh Barat, Kabupaten Aceh Barat.
 - b. Tahun 2012-2015 SMPN 2 Meureubo, Kabupaten Aceh Barat.
 - c. Tahun 2015-2018 SMKN 2 Meureubo, Kabupaten Aceh Barat.
 - d. Tahun 2018 Masuk ke Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh,
Program Studi Pendidikan Jasmani.