

Tingkat Keterampilan Teknik Dasar pada Ekstrakurikuler Sepakbola di MTs Ma'arif Sempor

Yogi Ferdy Irawan¹, Ikwat Setiaji², Wildan Khoerul Azman³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama
Kebumen

e-mail: yogiferdian17@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar permainan sepak bola pada ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor. teknik dasar yang di fokuskan yaitu: menendang bola dengan kaki bagian dalam, menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam, menyundul bola, menggiring bola, melempar bola penelitian ini merupakan penelitian statistik deskriptif. pada penelitian ini untuk mengumpulkan data digunakan instrumen yang telah ada Instrumen yang dimaksud adalah tes mengukur keterampilan teknik dasar bermain sepakbola, tes yang disusun untuk mengukur keterampilan dasar bermain sepakbola meliputi: menendang bola dengan kaki bagian dalam, menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam, menyundul bola, menggiring bola. melempar bola, sampel dalam penelitian ini adalah semua siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola MTs Ma'arif Sempor yang berjumlah 28 siswa. berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar sepakbola pada ekstrakurikuler sepakbola bahwa sebanyak 28 peserta mendapatkan data sebagai berikut: dengan kategori baik berjumlah 4 siswa (21.0%), sedangkan yang memiliki tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan kategori cukup ada 18 siswa (43.0%), dan yang memiliki tingkat keterampilan dasar sepak bola dengan kategori kurang ada 6 siswa (36,0%), demikian keterampilan teknik dasar sepak bola pada ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor tergolong dalam kategori" CUKUP".

Kata kunci: *Keterampilan Dasar Sepakbola, Tes dan Pengukuran*

Abstract

his study aims to determine the level of basic technical skills of soccer games in extracurricular activities at MTs Ma'arif Sempor. The basic techniques that are focused on are: kicking the ball with the inside of the foot, kicking the ball with the tortoise on the inside of the foot, heading the ball, dribbling, throwing the ball. This research is a descriptive statistical study. In this study, to collect data, existing instruments were used. The instrument in question was a test measuring the basic technical skills of playing football, the tests designed to measure the basic skills of playing football include: kicking the ball with the inside of the foot, kicking the ball with the tortoise on the inside of the foot. , heading the ball, dribbling. throwing a ball, the sample in this study were all students who took part in football extracurricular at MTs Ma'arif Sempor, totaling 28 students. based on the results of the basic soccer technical skills test in soccer extracurricular, 28 participants got the following data: in the good category there were 4 students (21.0%), while those who had the basic technical skill level playing soccer with sufficient category were 18 students (43.0%) There are 6 students (36.0%).

Keywords: *Basic Football Skills, Test and Measurement*

PENDAHULUAN

. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia. Permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim, maka suatu kesebelasan yang baik,

kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu mempengaruhi permainan yang kompak, artinya mempunyai kerjasama tim yang baik serta didukung pula dengan teknik yang baik. Menurut Soekatamsi (2010:12), mengatakan bahwa “untuk dapat mencapai kerja sama tim yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola”.

Permainan sepakbola merupakan permainan kelompok yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental. Permainan yang memerlukan perhatian dalam peningkatannya melalui proses latihan yang lama. Komponen fisik sebagai dasar untuk dilatih dalam permainan sepakbola bersama-sama teknik, maka dapat dilihat dari pergerakan dalam permainan di lapangan yang sangat kompleks (Herwin, 2006:78).

Merosotnya prestasi tim sepakbola nasional dikanca internasional beberapa tahun terakhir salah satunya akibat lemahnya penguasaan teknik dasar bermain sepakbola yang dimiliki sebagian besar pemain Indonesia, sementara banyaknya uji coba dengan tim– tim asing tidak banyak membawakan hasil (Imam Syafi'i, 2007: www.antaraneews.com). Ini mengartikan bahwa pembinaan keterampilan teknik pemain di Indonesia belum bisa dikatakan baik. Adapun teknik dasar permainan sepakbola menurut Yudianto, Lukman (2009:9), “yang harus dikuasai oleh para pemain pada umumnya adalah: menendang bola, menggiring bola, menahan dan menghentikan bola, menyundul bola, melempar bola, merampas atau merebut bola”.

Perkembangan pendidikan jasmani memberikan pengetahuan tentang gerak jasmani dalam berolahraga serta kesehatan kebugaran tubuh faktor kesehatan yang dapat mempengaruhinya dalam penguasaan keterampilan gerak. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di MTs Ma'arif Sempor tidak hanya dilakukan dalam kegiatan intrakurikuler yang merupakan mata pelajaran wajib diikuti oleh para siswa, tetapi juga dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler yang tersusun dan terencana, kegiatan ekstrakurikuler adalah bagian dari pendidikan nonformal yang merupakan kegiatan di luar jam pelajaran sekolah yang bertujuan untuk memperluas pengetahuan, menyalurkan bakat dan minat siswa. tujuan dimasukkannya pembelajaran jasmani dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor tidak lain adalah untuk melatih dan mengembangkan.

Ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh para siswa sekolah di luar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan ini bertujuan untuk dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuan siswa diberbagai bidang diluar bidang akademik. Kegiatan ekstrakurikuler ini sendiri dapat berbentuk kegiatan pada seni, olahraga, dan kegiatan lain yang memang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri. dengan mengikuti kegiatankegiatan tersebut maka seseorang selain dapat mengembangkan kepribadiannya, juga dapat mengembangkan bakat dan minat yang mereka punya. Program ekskul dapat membiasakan siswa terampil mengorganisasi, mengelola, menambah wawasan, memecahkan masalah, sesuai karakteristik ekskul yang digelutinya, adapun dalam pelaksanaannya kegiatan ekstrakurikuler harusnya diperhatikan, baik dari penyampaian informasinya maupun manajemennya. di MTs Ma'arif Sempor. kegiatan ekstrakurikuler menjadi salah satu bagian penting untuk memaksimalkan potensi siswa dan siswi. Adapun jenis-jenis ekstrakurikuler yang ada yaitu silat, pramuka, PMR, Tilawah dan hadroh. ekstrakurikuler sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang mendapatkan perhatian tinggi baik guru maupun para siswa itu sendiri, sehingga olahraga tersebut menjadi salah satu olahraga favorit, hal ini terlihat dari antusiasnya pihak sekolah dalam hal ini adalah kepala sekolah serta para guru yang mendukung kegiatan-kegiatan permainan sepak bola baik di dalam maupun diluar sekolah.

Ekstrakurikuler sepak bola di MTs Ma'arif Sempor biasanya dilakukan pada setiap hari kamis setelah pulang sekolah di lapangan wiradipa dukuh ketileng desa donorejo, berdasarkan observasi pada kegiatan ekstrakurikuler MTs Ma'arif Sempor pada cabang sepak bola khususnya, ada empat teknik dasar yang menjadi permasalahan sehingga kurangnya peforma tim sepak bola MTs Ma.arif Sempor yaitu : 1) Menendang bola

(shooting), 2) Menyundul bola (Heading), 3) Menggiring bola (Dribbling), 4) Menyepak dan menghentikan bola (passing and Stopping).

Bertolak dari penjelasan tersebut di atas, penulis terdorong untuk menelaah salah satu dari sekian banyaknya permasalahan untuk menemukan seberapa besar keterampilan teknik dasar menendang bola, menyundul bola dan menggiring bola pada Ekstrakurikuler Sepakbola, sehingga dengan mengetahui sumbangan ketiga teknik dasar tersebut akan memberi manfaat bagi perkembangan kemampuan sepak bola.

Teknik Dasar Sepakbola

Menurut Danny Mielke (2007: 17), teknik-teknik yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*).

Menendang (*kicking*)

Bertujuan untuk mengumpan, menembak ke gawang dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan. Beberapa macam tendangan, yaitu menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan punggung kaki bagian dalam.

Menghentikan (*stopping*)

Bertujuan untuk mengontrol bola. Beberapa macamnya yaitu menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, menghentikan bola dengan telapak kaki, menghentikan bola dengan menghentikan bola dengan paha dan menghentikan bola dengan dada.

Menggiring (*dribbling*)

Bertujuan untuk mendekati jarak kesasaran untuk melewati lawan, dan menghambat permainan. Beberapa macamnya, yaitu menggiring bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam dan dengan punggung kaki.

Menyundul (*heading*)

Bertujuan untuk mengumpan, mencetak gol dan mematahkan serangan lawan. Beberapa macam, yaitu menyundul bola sambil berdiri dan sambil melompat.

Merampas (*tackling*)

Bertujuan untuk merebut bola dari lawan. Merampas bola bisa dilakukan dengan sambil berdiri dan sambil meluncur.

Lempar ke dalam (*throw-in*)

Lemparan kedalam dapat dilakukan dengan awalan ataupun tanpa awalan.

Menjaga gawang (*kiper*)

Menjaga gawang merupakan pertahanan terakhir dalam permainan sepakbola. Teknik menjaga gawang meliputi menangkap bola, melempar bola, menendang bola.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif tentang tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola siswa ekstrakurikuler sepakbola di MTs Ma'arif Sempor yang menggambarkan situasi atau keadaan yang sedang berlangsung tanpa pengajuan hipotesis. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran. Metode penelitian deskriptif dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan nyata sekarang. Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 117), bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian non hipotesis sehingga langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis.

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor. Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor. Penelitian ini

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di MTs Ma'arif sempor dengan jumlah 28. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Total Sampling yaitu semua anggota populasi mendapatkan kesempatan yang sama. dalam pengambilan teknik Total Sampling ini, Jumlah

sampel yang digunakan dalam penelitian ini sesuai dengan jumlah populasi yang dijadikan sampel dengan jumlah 28 siswa.

Pada Penelitian ini, untuk mengumpulkan data digunakan instrumen yang telah ada Instrumen yang dimaksud adalah Tes mengukur keterampilan teknik dasar bermain sepak bola Menurut Sukatamsi (1984: 234), yang sudah diadopsi, uji validitas (Widianto Ari : 2009) dan disesuaikan dengan tempat pengambilan data, maka di uji cobakan di ekstrakurikuler sepakbola MTs Ma'arif Sempor. Tes yang disusun untuk mengukur keterampilan dasar bermain sepakbola meliputi:

1. Menendang bola dengan kaki bagian dalam.
2. Menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam.
3. menyundul bola.
4. Menggiring bola.
5. Melempar bola.

Penelitian ini merupakan penelitian statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah bagian dari statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2018: 147). yang bertujuan memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola pada ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor. Teknik analisis data yang digunakan adalah presentase, ini bertujuan untuk mengumpulkan data, menyajikan data dan menentukan nilai. Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan yang diajukan dengan mengacu pada standar tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola yang telah ditentukan.

Analisis data atau penggolongan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Dalam pelaksanaannya terdapat dua jenis analisa data yang dikatakan Sutrisno Hadi (1998 : 221) yang dikutip oleh (Widianto Ari : 2009). bahwa dalam suatu penelitian seorang peneliti dapat menggunakan dua jenis analisis yaitu analisis statistik dan analisis non statistik.

Metode analisis data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah dengan perhitungan statistik menggunakan analisis deskriptif presentase. Adapun rumus yang digunakan:

$$P = \frac{n}{N} 100\%$$

Keterangan:

n = jumlah nilai faktor faktual

N = jumlah seluruh nilai jawaban ideal

% = tingkat prosentase yang dicapai

Cara menentukan tingkat kriteria adalah sebagai berikut:

a. Menentukan nilai tertinggi

Skor maksimal yang diperoleh adalah $5 \times 8 = 40$

b. Menentukan angka persentase terendah

Skor maksimal yang diperoleh adalah $5 \times 4 = 20$

c. Rentang nilai : $40 - 20 = 20$

d. Interval kelas persentase : $20 : 3 = 6,67$

Untuk mengetahui tingkat kriteria tersebut, selanjutnya skor yang diperoleh dengan analisis *deskriptif persentase* dikonsultasikan dengan tabel kriteria.

Tabel 1. Kriteria Analisis Deskriptif Persentase

No	Interval	Kriteria
1	33,34 – 40,00	Baik
2	26,68 – 33,33	Cukup
3	20,00 – 26,67	Kurang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian survei keterampilan teknik dasar sepakbola pada ekstrakurikuler di MTs Ma'arif sempor yang berjumlah 28 siswa, dengan jumlah sampel sebanyak 28 siswa.

Dalam pelaksanaan penelitiannya, pelatih melakukan penilaian langsung terhadap sampel yang sedang melakukan tes. Setelah pelaksanaan penilaian terhadap sampel penelitian kemudian dilakukan evaluasi terhadap hasil tes yang dilakukan agar kedepannya bisa menjadi lebih baik lagi.

Hasil analisis deskriptif persentase keterampilan gerak dasar sepak bola per item dan secara keseluruhan dengan menghitung total item yang telah diujikan mulai dari tes gerak menendang, menggiring bola, menyundul, sampai *Throw-in* dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

Tabel 2 Nilai Teknik Menendang Dengan Kaki Bagian dalam pada Ekstrakurikuler Sepakbola di MTs Ma'arif Sempor

Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
≥ 8	Baik	3	11%
5 – 7	Cukup	18	64%
≤ 4	Kurang	7	25%
Jumlah		28	100%

Dari Tabel diatas dapat diperoleh hasil, peserta yang dapat melakukan item Menendang kaki bagian dalam dengan kategori baik sebanyak 3 siswa atau 11%, peserta untuk kategori sedang sebanyak 18 siswa atau 64%, dan untuk kategori kurang sebanyak 7 siswa atau 25%.

Tabel 3 Nilai Teknik Menendang Dengan Kaki Bagian Kura-kura pada Ekstrakurikuler Sepakbola di MTs Ma'arif Sempor

Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
≥ 8	Baik	3	11%
5 – 7	Cukup	17	61%
≤ 4	Kurang	8	29%
Jumlah		28	100%

Dari Tabel diatas dapat diperoleh hasil, peserta yang dapat melakukan item Menendang kaki dengan bagian kura – kura, kategori baik sebanyak 3 siswa atau 11%, peserta untuk kategori sedang sebanyak 17 siswa atau 61%, dan untuk kategori kurang sebanyak 8 siswa atau 29%.

Tabel 4 Nilai Teknik Menyundul Bola pada Ekstrakurikuler Sepakbola di MTs Ma'arif Sempor

Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
≥ 8	Baik	12	43%
5 – 7	Cukup	12	43%
≤ 4	Kurang	4	14%
Jumlah		28	100%

Dari Tabel diatas dapat diperoleh hasil, peserta yang dapat melakukan item Menyundul bola kategori baik sebanyak 12 siswa atau 43%, peserta untuk kategori sedang sebanyak 12 siswa atau 43%, dan untuk kategori kurang sebanyak 4 siswa atau 14%.

Tabel 5 Nilai Teknik Menggiring Bola pada Ekstrakurikuler Sepakbola di MTs Ma'arif Sempor

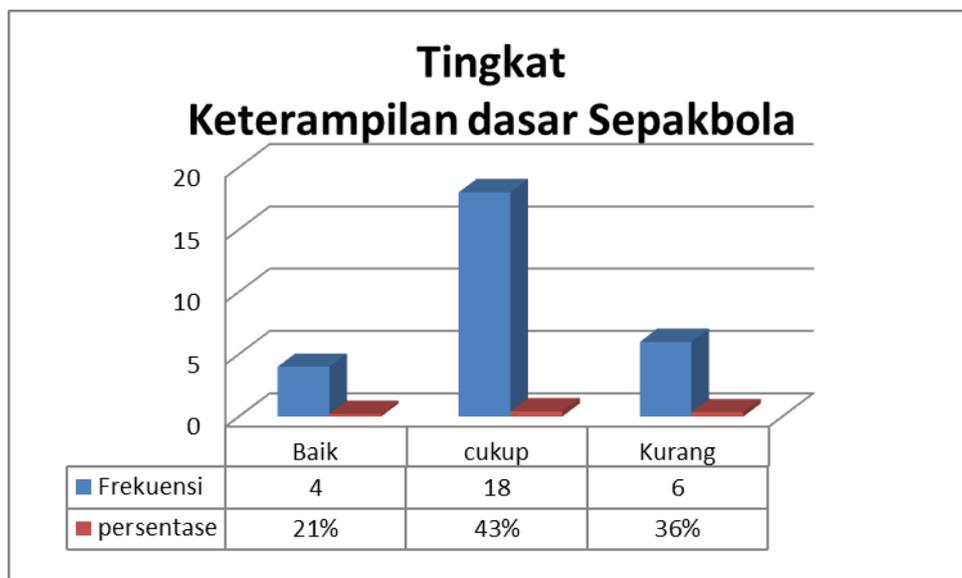
Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
≥ 8	Baik	13	46%
	Cukup	11	39%
≤ 5	Kurang	4	14%
Jumlah		28	100%

Dari Tabel diatas dapat diperoleh hasil, peserta yang dapat melakukan item Menyundul bola kategori baik sebanyak 13 siswa atau 46%, peserta untuk kategori sedang sebanyak 11 siswa atau 39%, dan untuk kategori kurang sebanyak 4 siswa atau 14%.

Tabel 6 Nilai Teknik Melempar Bola pada Ekstrakurikuler Sepakbola di MTs Ma'arif Sempor

Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
≥ 8	Baik	15	54%
5 - 7	Cukup	9	32%
≤ 4	Kurang	4	14%
Jumlah		28	100%

Dari Tabel diatas dapat diperoleh hasil, peserta yang dapat melakukan item Menyundul bola kategori baik sebanyak 15 siswa atau 54%, peserta untuk kategori sedang sebanyak 9 siswa atau 32%, dan untuk kategori kurang sebanyak 4 siswa atau 14%.



Gambar 1. Diagram dari hasil tes Ketetampilan dasar sepak bola Pada ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor

SIMPULAN

Berdasarkan analisis tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola pada Ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor data yang berjumlah 28 siswa disimpulkan siswa yang memiliki tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan kategori baik berjumlah 4 siswa (21.0%) dari 28 jumlah sampel, sedangkan yang memiliki tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan kategori cukup ada 18 siswa (43.0%) dari 28 jumlah sampel, dan yang memiliki tingkat keterampilan dasar sepak bola dengan kategori kurang ada 6 siswa (36,0%), demikian keterampilan teknik dasar sepak bola pada Ekstrakurikuler di MTs Ma'arif Sempor Tahun 2022 tergolong dalam kategori" CUKUP".

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Danny, Mielke. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: Pakarraya
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukatamsi, 2010. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo: Tiga Serangkai.
- Syafi'i, Imam. 2007. *Pengembangan Rangkaian Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain*
- Widianto, Ari 2009. *SURVEI KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA PADA PEMAIN UMUR 12-13 TAHUN DI KLUB PSD KABUPATEN DEMAK*. Semarang: FIK.UNY
- Yudianto, Lukman. 2009, "Ketentuan Permainan Sepak Bola", *Media Teknik Bermain Sepak Bola* (2009), 9-11