

## **SURVEI KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA PADA ATLET U 9 - 11 TAHUN DI LAMBHUK FOOTBALL ACADEMY TAHUN 2020**

Dahrul Ramadhan <sup>\*1</sup>, Didi Yudha Pranata<sup>2</sup>, dan Tuti Sarwita<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>STKIP Bina Bangsa Getsempena

### **Abstrak**

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat merakyat di lingkungan masyarakat, untuk mendapatkan pemain yang berkualitas tentu saja tidak instan. Pada saat pandemic Covid 19 Lambhuk Academy Football melatih siswa sepak bola tidak konsisten sepertidulu sebelum pandemic terjadi. Rumusan masalah adalah sebagai berikut. “bagaimana tingkat Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy Tahun 2020. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy Tahun 2020. Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran, sehingga memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti. Adapun sampel yang digunakan adalah seluruh atlet SSB Lambhuk Football Academy berjumlah 10 Pemain. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy masuk dalam kategori “baik sekali” 0, Atlet dengan persentase 0%, kategori “baik” sebanyak 0 Atlet dengan persentase 0,00%, kategori “sedang” sebanyak 9 Atlet dengan persentase 90%, 1 Atlet masuk kategori “kurang” dengan persentase 10% dan 0 Atlet masuk kategori “kurang sekali” dengan persentase 0%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020, sebagian besar masuk kategori “Sedang” dan kategori “kurang” yaitu dengan persentase sebesar 90% dan 10%.

Kata Kunci: Keterampilan dasar Sepak Bola, Atlet U 9 - 11 Tahun, Lambhuk Football Academy

### **Abstract**

*Football is a very popular sport in the community, to get quality players, of course, not instant. During the Covid 19 pandemic, Lambhuk Academy Football coached soccer students not as consistently as it used to be before the pandemic occurred. The formulation of the problem formulation is as follows. “How is the level of basic soccer skills for 9-11 year old U-Athletes at Lambhuk Football Academy 2020. The purpose of this study is to determine the level of basic soccer skills for 9-11 year old U Athletes at Lambhuk Football Academy 2020. This is a quantitative descriptive that uses survey methods and data collection techniques using tests and measurements, so as to provide an overview of what will be researched in the form of numbers and measured with certainty. The samples used were all SSB Lambhuk Football Academy athletes totaling 10 players. Based on the results of the study, it showed that the basic skills of playing soccer for U 9-11 Years Old Athletes at Lambhuk Football Academy were in the “very good” category 0, Athletes with a percentage of 0%, a “good” category of 0 Athletes with a percentage of 0.00%, a category “moderate” as many as 9 athletes with a percentage of 90%, 1 athlete in the “less” category with a percentage of 10% and 0 athletes in the*

*"very less" category with a percentage of 0%. So it can be concluded that the basic skills of playing soccer for U 9-11 Year Old Athletes at Lambhuk Football Academy 2020, mostly fall into the "Medium" category and the "less" category, with percentages of 90% and 10%.*

**Keywords:** *Basic Football Skills, Athletes U 9 – 11 Years, Lambhuk Football Academy*

## **PENDAHULUAN**

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/ pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila dalam (Sucipto, 2019). Olahraga juga dapat dijadikan sebagai alat pemersatu, mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia yang berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh semua kalangan masyarakat.

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di luar lapangan (outdoor) dan di dalam ruangan tertutup (indoor). Sepakbola berkembang dengan pesat di kalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orang tua (Sucipto, 2019).

Dalam sepakbola terdapat berbagai pemain yang di antaranya ada penyerang (striker) atau pemain depan, gelandang (midfielder) atau pemain tengah, pemain belakang (defender), dan penjaga gawang (goal keeper). Kemudian dari berbagai macam pemain penyerang terdiri atas penyerang kanan dan penyerang kiri, gelandang terdiri atas gelandang kanan, gelandang kiri dan gelandang tengah. Selain pemain penyerang dan pemain gelandang ada juga pemain belakang (defender) yang biasa disebut pemain bek (pertahanan) yang terdiri atas bek kanan, bek kiri dan bek tengah serta seorang penjaga gawang (goal keeper).

Dalam upaya untuk membina prestasi yang baik, maka pembinaan harus dimulai dari pembinaan usia muda dan pembinaan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepakbola. Atlet berbakat yang umurnya muda dapat ditemukan di sekolah - sekolah, bola, organisasi pemuda dan kampung-kampung. Dalam Septianto, S. W. (2016:06) dalam pembelajaran sepakbola, mengenal aspek-aspek yang perlu dikembangkan yaitu: (1) Pembinaan Teknik (keterampilan), (2) Pembinaan fisik (kesegaran jasmani), (3) Pembinaan taktik, (4) Kematangan juara. Bukan hanya sekedar fisik, teknik, taktik, dan mental tetapi keterampilan dasar bermain sepakbola juga diperhatikan dalam bermain sepakbola. Keterampilan dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal karena salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Untuk meningkatkan prestasi sepakbola banyak faktor yang harus diperhatikan seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas dan kompetisi yang teratur

serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadai. Karena dengan beberapa faktor diatas sangat diperlukan untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola seperti latihan dribble, passing, control, shooting, dan heading.

Aspek latihan tersebut bertujuan mengetahui dan meningkatkan kondisi pemain, karena tanpa keterampilan dasar bermain sepakbola yang baik maka seseorang pemain tidak akan berkembang. Biasanya seorang pelatih akan memberikan latihan pada para pemainnya dan setelah itu akan memberikan evaluasi mengenai hasil latihan yang diberikan berhasil atau tidak di dalam meningkatkan kondisi fisik serta keterampilan dasar para pemainnya. Untuk dapat bermain sepakbola, penguasaan teknik merupakan suatu keharusan dan penguasaan teknik yang tinggi diperlukan latihan yang sungguh – sungguh dan direncanakan dengan baik (Dalam Septianto, S. W. 2016:07).

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat merakyat di lingkungan masyarakat, untuk mendapatkan pemain yang berkualitas tentu saja tidak instan. Dari usia dini sudah dibekali keterampilan dasar sepakbola. Dimulai dari sepakbola kampung, Sekolah Sepak Bola (SSB), lembaga formal atau ekstrakurikuler hingga ke jenjang yang lebih tinggi. Sekolah merupakan lembaga dan organisasi yang tersusun rapi. Segala kegiatan direncanakan dan diatur sesuai dengan kurikulum. Untuk menghadapi kemajuan jaman, kurikulum selalu diadakan perubahan, diperbaiki dan disempurnakan agar apa yang diberikan di sekolah terhadap anak didiknya dapat digunakan untuk menghadapi tantangan hidup di masa sekarang maupun yang akan datang, sehingga sekolah sebagai tempat untuk belajar agar tujuan hidup atau cita-citanya tercapai.

Academy Football Lambhuk merupakan tim sepak bola yang berbetuk sekolah sepak bola (SBB) yang didirikan di gampong Lambhuk, Tim sepak bola ini sendiri didirikan pada tanggal 24 Januari 2019 oleh Darmasyah Putra yang merupakan mantan pemain PS Pidie Jaya. Lambhuk Academy Football merupakan salah satu sekolah sepak bola yang ada di Banda Aceh dengan beberapa prestasi yang diukir Lambhuk Academy Football babak 8 besar Asia Danone CUP Regional Aceh- sumut serta Lambhuk Academy Football satu-satunya perwakilan SSB Se Kota Banda Aceh yang mampu melangkah ke babak 8 besar ADS Aceh- Sumut 2019. Lambhuk Academy Football tingkat latihan U 9 sampai U 16 Tahun. Dari hasil observasi pada 21 oktober 2020 pembinaan cabang olahraga sepak bola Lambhuk Academy Football memiliki 80 siswa SSB bahkan orang tua mulai antusias mendukung anaknya di bidang olahraga khususnya sepak bola. Pada tanggal 25 januari 2020 Lambhuk Academy Football mengadakan turnamen HUT I setelah SSB didirikan. Pada bulan maret 2020 sampai dengan September 2020 Lambhuk Academy Football tidak melakukan aktifitas Latihan dikarenakan terjadinya COVID- 19 pada masa pademi ini siswa SSB hanya Latihan dirumah masing-masing. Dari permasalahan yang dihadapi saat pendemi COVID 19 ini penulis tertarik ingin meneliti tentang “Survei Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy Tahun 2020”

#### Pengertian Sepakbola

Salah satu olahraga yang sangat populer di Indonesia yaitu sepakbola. Sepakbola berkembang pesat di tengah masyarakat, karena olahraga ini cukup memasyarakat, artinya sepakbola dapat diterima oleh masyarakat karena bisa dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak- anak, dewasa, dan orang tua. Sepakbola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak yang dimainkan oleh kedua kesebelasan yang berlawanan

masing-masing terdiri dari 11 orang pemain (Nanang Sudrajat, dkk. 2005: 2). Sepakbola adalah permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola, bola disepak kian kemari untuk diperebutkan diantara pemain yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan (Rohman, 2017).

Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan 2 tim yang masing-masing tim beranggotakan 11 orang. Dua tim yang masing-masing terdiri dari 11 orang bertarung untuk memasukkan sebuah bola bundar ke gawang lawan ("mencetak gol"). Tim yang mencetak lebih banyak gol adalah pemenang (biasanya dalam jangka waktu 90 menit, tetapi ada cara lainnya untuk menentukan pemenang jika hasilnya seri, akan diadakan penambahan waktu 2x15 menit dan apabila dalam penambahan waktu hasilnya masih seri akan diadakan adu penalti yang setiap timnya akan diberikan lima kali kesempatan untuk menendang bola ke arah gawang dari titik penalti yang berada di dalam daerah kiper hingga hasilnya bisa ditentukan. Peraturan terpenting dalam mencapai tujuan ini adalah para pemain (kecuali penjaga gawang) tidak boleh menyentuh bola dengan tangan mereka selama masih dalam permainan.

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan 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 dan tangan (Muhajir, 2004: 22).

Berdasarkan beberapa sumber di atas tentang penjelasan sepakbola maka dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang yang dimainkan dengan kaki kecuali pejaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan di area kotak penalti.

#### Teknik-teknik Dasar Sepakbola

Teknik dasar dalam sepakbola sangatlah kompleks. Zulheri Is & Septi Hariansyah, 2020, teknik dasar dalam sepakbola meliputi: (1) menendang (kicking), (2) menghentikan (stopping), (3) menggiring (dribbling), (4) menyundul (heading), (5) merampas (tackling), (6) lemparan ke dalam (throw-in), (7) menjaga gawang (keeping).

Menurut Muhajir (2004: 25), teknik dasar sepakbola dibedakan menjadi dua, yaitu:

#### 1) Teknik tanpa bola (teknik badan)

Teknik badan adalah cara pemain menguasai gerak tubuhnya dalam permainan, yang menyangkut cara berlari, cara melompat, dan cara gerak tipu badan.

#### 2) Teknik dengan bola

Teknik dengan bola di antaranya:

- (a) Teknik menendang bola,
- (b) Teknik menahan bola,
- (c) Teknik menggiring bola,
- (d) Teknik gerak tipu dengan bola,
- (e) Teknik menyundul bola,
- (f) Teknik merampas bola,

- (g) Teknik melempar bola kedalam,
- (h) Teknik menjaga gawang.

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

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.

Gerak atau teknik dengan bola

Kemampuan gerak atau teknik dengan bola meliputi: (a) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (ball feeling) bola (passing), (b) Menendang bola ke gawang (shooting), (c) Menggiring bola (dribbling), (d) Menerima bola dan menguasai bola (receiving and controlling the ball), (e) Menyundul bola (heading), (f) Gerak tipu (feinting), (g) Merebut bola (sliding tackle-shielding), (h) Melempar bola ke dalam (throw-in), (i) Menjaga gawang (goal keeping).

Kualitas dan kemampuan teknik yang baik akan mendukung penampilan seorang pemain dan kerjasama tim. Semakin baik kualitas teknik yang dimiliki, maka penguasaan permainan akan semakin baik, sehingga akan memberikan peluang untuk memenangkan pertandingan. Kelincahan merupakan salah satu unsur penting pada cabang olahraga sepakbola, khususnya pada saat mendapat rintangan dari lawan (Pranata, D. Y., & Soegiyanto, K. S. 2015).

### Hakikat Keterampilan Sepakbola

Keterampilan gerak adalah kualitas gerak yang penentu utama dari keberhasilan adalah gerakan itu sendiri yang memperhatikan persepsi serta pengambilan keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih. Keterampilan sepakbola adalah serangkaian faktor-faktor yang berupa kualitas-kualitas keterampilan yang dibutuhkan oleh seorang pemain. Untuk memiliki keterampilan sepakbola yang baik pemain harus dibekali dengan teknik dasar yang baik, karena pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola yang baik pula (Fauzi, 2013).

Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar, pemain harus memiliki teknik yang baik dan juga memiliki kemampuan fisik yang bagus. Dalam bermain sepakbola setidaknya pemain harus dapat menggiring bola maupun menendang dan menerima bola, sebab sangat berperan ketika melakukan atau menyusun serangan dan menggiring bola melewati lawan sebelum memberikan operan-operan kearah kawan maupun tembakan kearah gawang. Seorang pemain tidak akan bisa bermain dengan baik jika tidak mempunyai teknik menggiring bola, menendang dan menerima bola yang benar (Rohman, 2017). Teknik menggiring bola yang pertama-tama harus dilatihkan kepada pemain muda, yaitu berlari dengan bola (running with the ball) (Suwarno KR, 2001: 10). Teknik ini amat penting di mana para pemain belajar atau berlatih lari dengan bola dan bola selalu terkontrol, serta tidak selalu melihat bola setiap saat berlari membawa bola agar tidak mudah diambil lawan.

Para pemain harus berusaha sesering mungkin tidak melihat bola sewaktu menggiring, sehingga pemain dapat memutuskan apakah bola harus dioperkan, ditembak, atau digiring untuk mendapat kesempatan masuk ke daerah gawang lawan untuk menciptakan peluang. Menggiring bola (dribbling) mempunyai tujuan, di antaranya untuk melewati lawan, mencari kesempatan mengumpan pada kawan, menahan bola agar tetap dalam penguasaannya. Teknik menggiring dapat menggunakan dengan kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian dalam, dan kura-kura kaki bagian luar. Menurut Suwarno KR (2001: 10), menggiring bola memiliki prinsip-prinsip, yaitu:

- a. Bola harus selalu terkontrol (tidak terlalu jauh atau dekat dengan kaki).
- b. Bola harus ada dalam perlindungan (gunakan cara dan kaki yang tepat, sesuai dengan keadaan dan posisi lawan).
- c. Pandangan mata pada bola, lapangan dan lawan.

Pemain tidak hanya pandai atau mampu menggiring bola tetapi juga mampu menendang bola. Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Menendang bola tidak hanya mengandalkan pada salah satu kaki yaitu kaki kanan atau kaki kiri saja, tetapi kedua-duanya harus terampil. 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).

Teknik menendang bola dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menurut Remmy Muchtar (1992: 29) ada empat cara dalam menendang bola, yakni: (1) dengan kaki bagian dalam (inside-foot), (2) dengan punggung kaki (instep-foot), (3) dengan punggung kaki bagian dalam (inside-instep), (4) dengan punggung kaki bagian luar (outside-instep).

Pendekatan Penelitian

## ***METODE PENELITIAN***

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran, sehingga memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 243), menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian non hipotesis, sehingga langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis. Metode survei adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh fakta-fakta dari gejala-gejala yang ada dan mencari kekurangan-kekurangan secara faktual (Suharsimi Arikunto, 2006: 56).

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah Total sampling. Adapun sampel yang digunakan adalah seluruh atlet SSB Lambhuk Football Academy berjumlah 10 Pemain.

## ***HASIL DAN PEMBAHASAN***

### **4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 10 atlet yang mempunyai umur 9-11 tahun. Variabel penelitian ini Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy Tahun 2020. Standar tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola dibuat berdasarkan data dari tes keterampilan sepakbola usia 9-11 tahun.

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 bermain sepakbola usia 9-11 tahun. Adapun data hasil tes yang telah dilakukan sesuai dengan norma-norma tiap item tes, diantaranya:

1. **Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Negeri1 Di Lambhuk Football Academy 2020.**

Hasil tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Sepakbola Lambhuk Football Academy 2020, diperoleh dari data tiap-tiap item tes yang dijumlahkan kemudian diakumulasikan kedalam norma Tes Keterampilan Sepakbola Usia 10-12 Tahun dalam tabel dibawah ini:

No.	Penilaian	Frekuensi	Klasifikasi	Persentase
1	479 >X	0	Baik sekali	0,00%
2.	401 – 478	0	Baik	0,00%
3.	323 – 400	9	Sedang	90%
4.	246 – 322	1	Kurang	10%
5.	X < 245	0	Kurang sekali	0,00%

Data tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy masuk dalam kategori “baik sekali” 0, Atlet dengan persentase 0%, kategori “baik” sebanyak 0 Atlet dengan persentase 0,00%, kategori “sedang” sebanyak 9 Atlet dengan persentase 90%, 1 Atlet masuk kategori “kurang” dengan persentase 10% dan 0 Atlet masuk kategori “kurang sekali” dengan persentase 0%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020, sebagian besar masuk kategori “Sedang” dan kategori “kurang” yaitu dengan persentase sebesar 90% dan 10%. Hasil tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020 dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 4.1. Histogram Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy

1. **Tingkat Keterampilan Dribbling Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020.**

Hasil analisis test Dribbling yang dilakukan oleh Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy. menghasilkan waktu tercepat = 6,45 detik ,waktu terlama = 9,50 detik. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.2 Hasil Tes Dribbling**

No.	T-skor	Frekuensi	Klasifikasi	Persentase
1.	66 > X	10	Baik sekali	100%
2.	53 - 65	0	Baik	0,00%
3.	41 - 52	0	Sedang	0,00%
4.	28 - 40	0	Kurang	0,00%
5.	X <27	0	Kurang sekali	0,00%

Data tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan *Dribbling* Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy. Untuk kategori “baik sekali” sebanyak 10 Atlet dengan presentase 100%, 0 Atlet masuk dalam kategori “baik” dengan persentase sebesar 0,00%, 0 Atlet masuk dalam kategori “sedang” dengan persentase sebesar 0,00%, 0 Atlet masuk dalam kategori “kurang” dengan persentase sebesar 0,00% dan 0 Atlet untuk kategori “kurang sekali” dengan persentase 0,00%. Dapat disimpulkan bahwa keterampilan *Dribbling* Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy sebagian besar Atlet masuk dalam kategori “sangat Baik” sebesar 100%. Adapun hasil penghitungan tingkat keterampilan *Dribbling* Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020 dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 4.2. Histogram Tingkat Keterampilan *Dribbling* Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy.

## 2. Tingkat Keterampilan *Short Pass* Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020.

Hasil analisis test short pass yang dilakukan oleh Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy menghasilkan nilai maximum = 84, nilai minimum = 64. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.3. Hasil Tes *Short Pass***

No.	T-skor	Frekuensi	Klasifikasi	Persentase
1.	124 > X	0	Baik sekali	0,00%
2.	104 - 123	0	Baik	0,00%
3.	85 - 103	0	Sedang	0,00%
4.	65 - 84	10	Kurang	100%
5.	X < 64	0	Kurang sekali	0,00%

Data tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan *short pass* Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy . Terdapat 0 Atlet masuk dalam kategori “baik sekali” dengan persentase 0%, 0 Atlet masuk dalam kategori “baik” dengan persentase sebesar 0%, 0 Atlet masuk dalam kategori “sedang” dengan persentase sebesar 0%, 10 Atlet masuk dalam kategori “kurang” dengan persentase 100% dan 0 Atlet masuk dalam kategori “kurang sekali” dengan persentase 0%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan Atlet U9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020 masuk dalam kategori “kurang” dengan persentase sebesar 100%. Adapun hasil penghitungan tingkat keterampilan short pass Atlet U9-11 Tahun Di Lambhuk Football Academy ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 4.3 Histogram Tingkat Keterampilan Short Pass Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy .

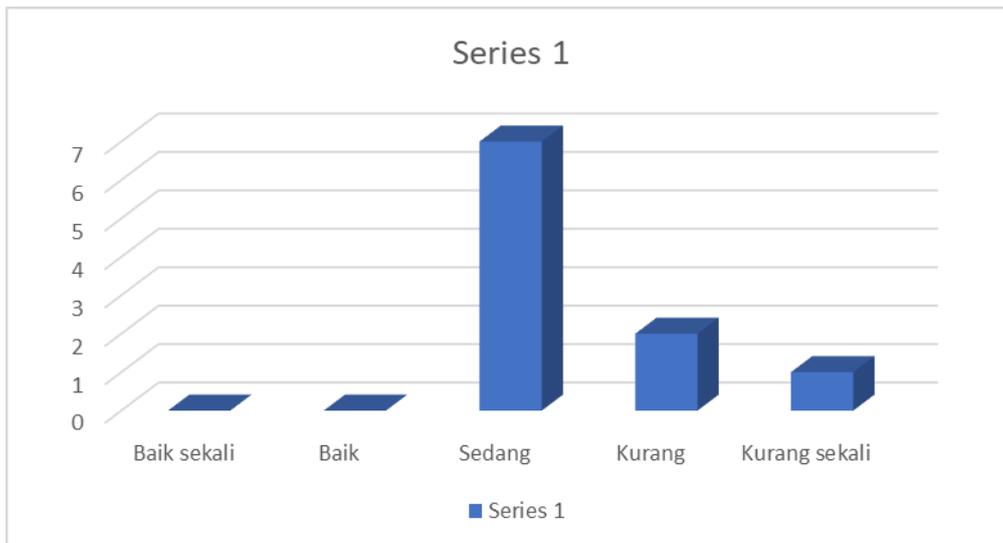
### 3. Tingkat keterampilan Throw In Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020.

Hasil analisis test *throw in* yang dilakukan oleh Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy menghasilkan lemparan terjauh = 11,06 meter, lemparan terdekat = 5 meter. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.4 Hasil Tes *Throw In*

No.	T-skor	Frekuensi	Klasifikasi	Persentase
1.	70>X	0	Baik sekali	0%
2.	59 - 69	0	Baik	0%
3.	47 - 58	7	Sedang	70%
4.	36 - 46	2	Kurang	20%
5.	X < 35	1	Kurang sekali	10%

Data tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan throw in Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020. Untuk karegori “baik sekali” 0 Atlet dengan presentase 0%, 0 Atlet masuk dalam kategori “baik” dengan persentase sebesar 0%, 7 Atlet masuk dalam kategori “sedang” dengan persentase sebesar 70%, 2 Atlet masuk dalam kategori “kurang” dengan persentase sebesar 20% dan 1 Atlet untuk kategori “kurang sekali” dengan persentase 10%. Maka disimpulkan bahwa keterampilan throw in Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020 sebagian besar masuk dalam kategori “Sedang” dengan persentase sebesar 70%. Hasil penghitungan tingkat keterampilan throw in Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020 terlihat pada diagram ini:



Gambar 4.4 Histogram Tingkat Keterampilan Throw In Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020.

#### 4. Tingkat keterampilan Running With The Ball Atlet sepak bola Lambhuk Football Academy 2020

Hasil analisis *test running with the ball* yang dilakukan oleh Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy 2020 menghasilkan waktu tercepat = 3,30 detik , waktu terlama= 3,90 detik. Setelah data terkumpul, dihitung dan dibuat t-skore kemudian dilakukan pengkategorian seperti pada tabel berikut :

Tabel 4.5 Hasil Tes *Running With The Ball*

No.	T-skor	Frekuensi	Klasifikasi	Persentase
1.	57 X	1	Baik sekali	10%
2.	48 - 56	9	Baik	90%
3.	39 - 47	0	Sedang	0,00%
4.	30 - 38	0	Kurang	0,00%
5.	X 29	0	Kurang sekali	0,00%

Data tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan running Atlet U 9 - 11 Tahun Lambhuk Football Academy sebagai berikut: 1 Atlet masuk dalam kategori "baik sekali" dengan persentase sebesar 10%, 9 Atlet masuk dalam kategori "baik" dengan persentase sebesar 90%, 0 Atlet masuk dalam kategori "sedang" dengan persentase sebesar 0% dan 0 Atlet untuk berkategori "kurang" atau 0%, sedangkan kategori "kurang sekali" terdapat 0 Atlet dengan persentase 0,00%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan running with the ball Atlet U 9 - 11 Tahun Lambhuk Football Academy 2020 masuk dalam kategori "baik" dengan persentase sebesar 90%. Adapun hasil penghitungan tingkat keterampilan running withthe ball Atlet sepakbola Lambhuk Football Academy 2020 dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 4.5 Histogram Tingkat Keterampilan Running With The Ball Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy .

### 5. Keterampilan Heading Atlet Sepakbola Lambhuk Football Academy 2020.

Hasil analisis test heading yang dilakukan oleh Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy menghasilkan sundulan terjauh = 6,5 meter, sundulan terdekat = 2,6 meter. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut:

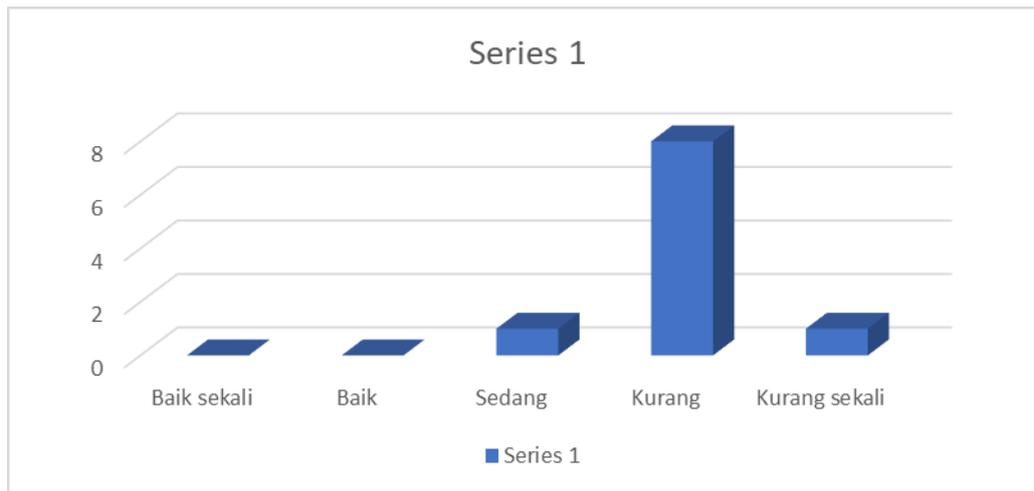
Tabel 4.6. Hasil Tes *Heading*

No.	T-skor	Frekuensi	Klasifikasi	Persentase
1.	82 X	0	Baik sekali	0%
2.	67 - 81	0	Baik	0%
3.	52 - 66	1	Sedang	10%
4.	37 - 51	8	Kurang	80%
5.	X 36	1	Kurang sekali	10%

Data tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan heading Atlet U 9 - 11 Tahun Lambhuk Football Academy. Hasil perhitungannya yang masuk pada kategori "baik sekali" 0 Atlet dengan persentase 0%, 0 Atlet masuk kategori "baik" atau 0,00%, 1 Atlet masuk dalam kategori "sedang" dengan persentase sebesar 10%, 8 Atlet masuk dalam kategori "kurang" dengan persentase sebesar 80%, dan untuk "kurang sekali" 1 Atlet dengan persentase 10%.

Jika dilihat dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan heading Atlet U 9 - 11 Tahun Lambhuk Football Academy sebagian besar masuk dalam kategori "kurang" dengan persentase sebesar 80 %.

Adapun hasil penghitungan tingkat keterampilan heading Atlet U 9 - 11 Tahun Lambhuk Football Academy 2020 dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 4.6 Histogram Tingkat Keterampilan Heading Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy .

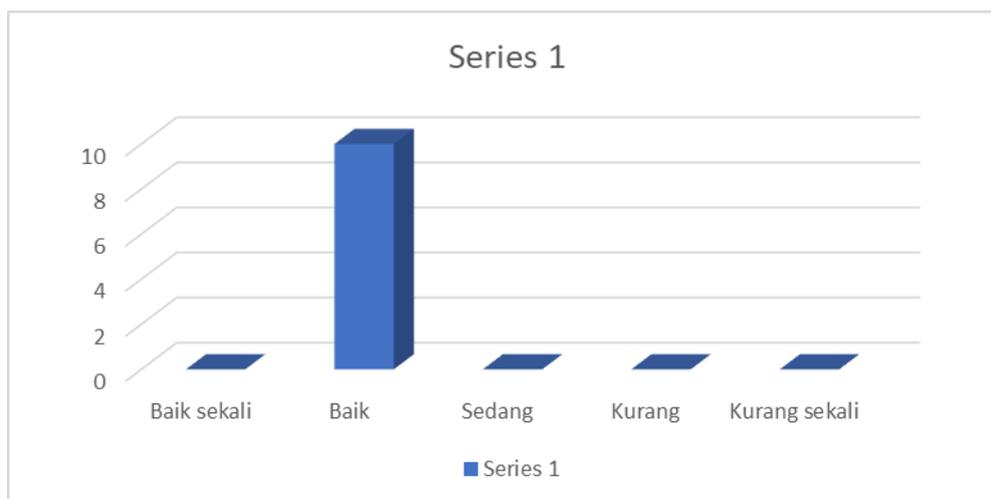
#### 6. Tingkat keterampilan *Shooting* Atlet U 9 - 11 Tahun Lambhuk Football Academy 2020.

Hasil analisis test shooting yang dilakukan oleh Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy menghasilkan nilai maximum = 39, nilai minimum = 34. Setelah data terkumpul, kemudian dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.7 Hasil Tes *Shooting*.

No.	T-skor	Frekuensi	Klasifikasi	Persentase
1.	67 X	0	Baik sekali	0%
2.	55 - 66	10	Baik	100%
3.	44 - 54	0	Sedang	0%
4.	32 - 43	0	Kurang	0%
5.	X 31	0	Kurang sekali	0%

Data tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan shooting Atlet U 9 - 11 Tahun Lambhuk Football Academy 0 Atlet masuk dalam kategori "baik sekali" dengan persentase sebesar 0%, 10 Atlet masuk dalam kategori "baik" dengan persentase sebesar 100% , 0 Atlet masuk dalam kategori "sedang" dengan persentase sebesar 0%, 0 Atlet masuk dalam kategori "kurang" dengan persentase sebesar 0% dan 0 Atlet untuk kategori "kurang sekali" dengan persentase 0%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan shooting Atlet U 9 - 11 Tahun Di Lambhuk Football Academy sebagian besar masuk dalam kategori "baik" dengan persentase sebesar 100%. Adapun hasil penghitungan dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 4.7 Histogram Tingkat Keterampilan Shooting Atlet sepakbola Lambhuk Football Academy 2020

### Pembahasan Penelitian

Hasil penelitian seperti pada Gambar 4.1 menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun Sepakbola Lambhuk Football Academy 2020 masuk kategori "Sedang". Hasil ini terbukti dari 10 Atlet yang mengikuti tes, 0 Atlet untuk kategori "baik sekali" dengan persentase 0%, 0 Atlet masuk di kategori "Baik" atau 0%, 9 Atlet masuk di kategori "Sedang" atau 90%, 1 Atlet dalam kategori "Kurang" atau 10% dan 0 Atlet untuk kategori "kurang sekali" dengan persentase 0%. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi, berasal dari factor pribadi, ukuran fisik, motivasi, sikap, dan usia.

Perlunya pemahaman dan penjelasan bagi atlet atau anak didik yang mengikuti program dan pelatihan di Sekolah Sepakbola mengerti tentang keterampilan dalam bermain sepakbola sebelum diterapkan pada permainan sepakbola yang sesungguhnya, hal tersebut dapat mempengaruhi cara mereka dalam bermain sepakbola, sehingga bagi pelatih memang seharusnya memberikan pemahaman terhadap teknik dasar yang mengantarkan kepada peningkatan keterampilan bermain sepakbola. Sedangkan jika dilihat dari hasil tes keterampilan sepakbola yang telah dilakukan oleh siswa SSB Lambhuk Football Academy masih terdapat hasil yang kurang bagus atau baik, hal itu

dikarenakan masih banyak beberapa hal yang menjadi faktor penghambat siswa memperoleh hasil yang belum sesuai harapan. Ketiga faktor yang telah diterangkan atau dijabarkan pada yaitu faktor belajar, faktor pribadi dan faktor situasional berpengaruh terhadap kesuksesan dalam melakukan tes.

Kecenderungan hal yang menghambat siswa memperoleh hasil yang kurang baik mayoritas berasal dari ketiga faktor. Di pembahasan ini peneliti sedikit akan mengupas tentang ketiga faktor yang berpengaruh terhadap hasil tes. (1). Faktor belajar, Faktor belajar berpengaruh terhadap hasil akhir tes karena setiap latihannya pasti siswa diberikan atau diajarkan mengenai teknik dasar (passing, shooting, drible, dll) dalam bermain sepakbola sehingga siswa sedikit demi sedikit mengerti tentang teknik dasar dan sudah tidak asing terhadap teknik dasar itu, namun pada kenyataannya

mungkin berbeda karena setiap siswa pasti memiliki kepribadian yang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya, ada siswa yang ketika datang latihan selalu menyimak dan memahami apa yang diberikan dan diajarkan pelatih terutama mengenai keterampilan bermain sepakbola sehingga pemberian materi olah pelatih tidak sia-sia dan siswa pun dapat menerapkannya pada permainan sepakbola yang sesungguhnya, namun ada juga siswa yang datang latihan hanya untuk bermain-main saja dan ketika pelatih memberikan materi tentang keterampilan bermain sepakbola siswa tersebut tidak mendengarkan dan cenderung bercanda dengan teman lainnya.

Ketika pelaksanaan tes banyak siswa yang masuk kategori cukup dan kurang dikarenakan siswa kurang memahami dan menerapkan materi yang diberikan oleh pelatih mengenai keterampilan bermain sepakbola. (2). Faktor pribadi, mayoritas faktor ini yang berpengaruh lebih besar terhadap pribadi siswa yang berhubungan dengan hasil dari tes yang telah dilakukan. Dari ke-12 unsur yang terdapat didalam faktor pribadi yang berpengaruh pada siswa antara lain persepsi, intelegensi, ukuran fisik, kesanggupan, emosi, motivasi, sikap, dan usia. Dari beberapa faktor di atas yang lebih dominan yaitu emosi, motivasi, dan faktor-faktor kepribadian yang lain, karena ketika melaksanakan tes apabila emosi siswa tidak dapat terkontrol maka ketika melaksanakan rangkaian tes tersebut selalu tergesa-gesa. Begitu pula mengenai motivasi dan usia, kedua faktor itu sudah jelas sangat berpengaruh karena apabila tidak

ada motivasi tidak bisa melaksanakan tes dengan benar dan untuk maksud dari faktor kepribadian lainnya adalah siswa masih belum bisa beradaptasi terhadap rangkaian tes yang dilaksanakan sehingga siswa cenderung masih terlalu lama berpikir dan beradaptasi padahal untuk tes ini bagi pelatih sudah tidak asing bagi siswa. (3). Faktor situasional, untuk faktor ini lebih mengarah kepada lingkungan sekitar yaitu teman, lapangan dan juga peralatan dalam tes.

Selain 3 faktor di atas pemberian materi latihan kepada siswa yang bertujuan untuk mengasah dan meningkatkan keterampilan bermain sepakbola sangatlah penting karena kesuksesan pemain dilihat dari keterampilannya, apabila seseorang memiliki keterampilan bermain sepakbola yang bagus maka setiap teknik dasar dalam sepakbolanya baik dan mahir. Selain itu siswa tidak hanya terpaku pada latihan saja apabila tidak sedang latihan siswa atau pun pemain sepakbola harus selalu mengasah teknik dasar serta keterampilannya dalam bermain sepakbola di rumah apabila sedang ada waktu luang, sehingga teknik dasar yang diajarkan di SSB juga dapat diulangi agar menjadi lebih baik dan keterampilan dalam bermain sepakbolanya selalu diasah.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun SSB Lambhuk Football Academy 2020, masuk dalam kategori "baiksekali" sebanyak 0 Atlet dengan presentase 0%, kategori "baik" sebanyak 0 Atlet dengan persentase 0%, kategori "sedang" sebanyak 9 Atlet dengan persentase 90%, kategori "kurang" sebanyak 1 Atlet dengan persentase sebesar 10% dan 0 Atlet berkategori "kurang sekali" dengan persentase 0%. Secara keseluruhan tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola Atlet U 9 - 11 Tahun SSB Lambhuk Football Academy sebagian besar masuk dalam kategori "sedang", yaitu 9 Atlet atau 90 %.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dwi Septianto. 2010. Pengaruh Lingkungan Kerja dan Stres kerja terhadap. Kinerja Karyawan Studi pada PT. Pataya Raya Semarang. Jurnal Skripsi. Semarang
- Anang Sudrajat. Dkk. (2004). Pendidikan Jasmani. Bandung: PT Sarana Panca.
- Rohman dan Sumantri. (2007). Analisis Makanan. Yogyakarta: Gadjah. Mada University Press
- Muhajir. (2004). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Herwin. (2004). "Keterampilan Sepakbola Dasar." Diklat. Yogyakarta: FIK.
- Pranata, D. Y., & Soegiyanto, K. S. (2015). PENGARUH METODE PEMBELAJARAN EKSPLORASI DAN KELINCAHAN SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA KELAS VII DI MTS NEGERI 2 KUDUS. *Journal of Physical Education and Sports*, 4(1).
- Sucipto, S. (2019). The Implementation of Tactical Approach on Students' Enjoyment in Playing Football in Junior High School. *JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*, 4(1). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v4i1.16252>
- Zulheri Is, & Septi Hariansyah. (2020). HUBUNGAN DAYA TAHAN JANTUNG PARU DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL PADA CLUB SATOE ATJEH FUTSAL ACADEMY. *Penjaskesrek Journal*, 7(1). <https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v7i1.1016>