P-ISSN : -

E-ISSN : 2985-8194

**Jurnal Ilmiah Mahasiswa**

Volume 5, Nomor 1, Maret 2024

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR SEPAKBOLA PADA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 1 PANTE CEUREUMEN**

**Amar Fajir\*[[1]](#footnote-1), Irwandi\*2, Novia Rozalini\*3**

1,2,3Universitas Bina Bangsa Getsempena

# Abstrak

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Seberapa tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen?. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yang berjumlah 20 siswa. Adapun teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling,* maka yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yang berjumlah 20 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan tes keterampilan dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163) yang terdiri dari tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*), memainkan bola dengan kepala (*heading*), menggiring bola (*dribbling*) dan menembak/menedang boka ke sasaran (*shooting*). Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dengan frekuensi dan persentase melalui pengkategorian. Berdasarkan hasil analisa menunjukkan bahwa keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 8 siswa (40%), kategori sedang dengan frekuensi 6 siswa (30%), kategori kurang dengan frekuensi 4 siswa (20%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 2 siswa (10%). Berdasarkan penggabungan hasil keempat tes tersebut, diketahui pula bahwa pengabungan hasil keempat tes siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola memiliki *mean* 200,00 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen masuk kategori sedang.

**Kata Kunci:** Keterampilan Dasar Sepakbola, Ekstrakurikuler

***Abstract***

*The formulation of the problem in this research is: What is the level of basic football skills among students participating in extracurricular activities at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen? This research aims to determine the level of basic football skills among students participating in extracurricular activities at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. The approach used in this research is descriptive quantitative with survey methods. The population in this study were all extracurricular participants at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen, totaling 20 students. The sampling technique is total sampling, so the samples in this study were all extracurricular participants at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen, totaling 20 students. The data collection technique used is a test of basic football playing skills according to Nurhasan (2001: 157-163) which consists of a test passing and stopping, heading, dribbling and shooting. The data analysis technique used is descriptive statistical techniques with frequencies and percentages through categorization. Based on the results of the analysis, it shows that the basic football skills of students participating in extracurricular activities at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen are in the very good category with a frequency of 0 students (0%), the good category with a frequency of 8 students (40%), the medium category with a frequency of 6 students (30%). ), the poor category with a frequency of 4 students (20%) and the very poor category with a frequency of 2 students (10%). Based on the combination of the results of the four tests, it is also known that the combined results of the four tests for students who take part in extracurricular football have a mean of 200.00, so they are in the medium category, so it can be concluded that the level of basic football skills in students participating in extracurricular activities at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen is in the categorycurrently.*

***Keywords****: Basic Football Skills, Extracurricular*

## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasan belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional). Pendidikan yang dilakukan harus secara sadar agar dapat mengembangkan potensi mereka dengan baik. Pendidikan di Indonesia terbagi menjadi tiga jalur, yaitu jalur pendidikan formal, pendidikan nonformal, dan pendidikan informal (Sudjana, 2000: 22).

Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa, pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, pendidikan tinggi. pendidikan nonformal dapat didefinisikan sebagai jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang dan pendidikan informal adalah jalur pendidikan keluarga dan lingkungan yang berbentuk kegiatan belajar secara mandiri.

Kegiatan belajar yang berlangsung di sekolah termasuk pendidikan jalur formal yang disengaja direncanakan dengan bimbingan guru dan bentuk pendidik lainnya. Oleh karena itu sudah selayaknya sekolah mempunyai program-program yang dilaksanakan di sekolah sebagai wadah bagi siswa untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

Salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor tersebut dapat melalui pembelajaran penjas (pendidikan jasmani). Menurut Dini Rosdiani (2015: 1) Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang direncanakan secara sistematik guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral.

Pendidikan jasmani dalam prosesnya di wujudkan dalam tiga bentuk kegiatan belajar mengajar yaitu intrakurikuler, kokurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler dilaksanakan di sekolah yang pengalokasian waktunya telah ditentukan dalam struktur program. Sedangkan kokurikuler yang kegiatannya dilaksanakan selama sekolah berlangsung guna untuk memperdalam materi yang telah diberikan, dan ekstrakurikuler yang kegiatannya dilakukan di luar jam belajar sekolah. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mencapai tujuan pendidikan nasional yang perlu dicapai peserta didik dalam masing-masing mata pelajaran.

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nasional Republik Indonesia Nomor 81A Tahun 2013 lampiran III tentang Implementasi Kurikulum menjelaskan kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kurikulum standar sebagai perluasan dari kegiatan kurikulum dan dilakukan di bawah bimbingan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan kepribadian, bakat, minat, dan kemampuan peserta didik yang lebih luas atau di luar minat yang dikembangkan oleh kurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler meliputi berbagai bidang diantaranya kegiatan olahraga, kepramukaan, palang merah remaja (PMR), karya ilmiah remaja (KIR), dan kesenian.

SMA Negei 1 Pante Ceureumen merupakan salah satu sekolah yang meyelenggarakan pembinaan kegiatan ekstrakurikuler, adapun kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan di SMA Negei 1 Pante Ceureumen yaitu ekstrakurikuler olahraga, pramuka, dan seni. Pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga terdiri dari sepakbola, futsal dan bola voli. Latihan ekstrakurikuler sepakbola pada SMA Negei 1 Pante Ceureumen dilaksanakan hari Senin, Rabu dan Sabtu yang dimulai pukul 16.00-18.00 WIB di lapangan sepakbola sekolah.

Sepakbola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri atas 11 orang pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh tubuh selain tangan, kecuali penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan. Masing-masing tim berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukkan bola lawan (Agustina, 2020: 1). SelanjutnyaSoekatamsi (2001 : 11) menjelaskan dalam sepakbola aspek-aspek yang perlu dikembangkan yaitu: 1) pembinaan teknik (keterampilan); 2) pembinaan fisik (kesegaran jasmani); 3) pembinaan taktik; 4) kematangan juara.

Syarat yang paling utama untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik. Menurut Sucipto (2000: 17) beberapa teknik dasaryang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling),* menyundul (*heading*), merampas (t*ackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), menjaga gawang (*keeping*).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 6-13 Agustus 2023 di ekstrakurikuler sepakbola SMA Negei 1 Pante Ceureumen terdapat beberapa kendala yaitu: pelatih selama ini jarang melakukan evaluasi tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola peserta ekstrakurikuler. Padahal dengan diadakannya tes tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola bisa menjadi tolak ukur dalam hal perkembangan keterampilan dasar sepakbola yang diharapkan bisa dijadikan sebagai alat bantu dalam merancang program latihan secara sistematis dan terencana agar kedepannya para peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bisa mengalami peningkatan dalam hal keterampilan dasar. Selanjutnya prestasi yang dimiliki ekstrakurikuler sepakbola SMA Negei 1 Pante Ceureumen beberapa tahun belakang juga kurang. Terbukti dalam pelaksanaan kompetensi yang telah diikuti selama ini belum pernah menjadi juara.

Berdasarkan uraian di atas serta perlu adanya penelitian tentang tingkat keterampilan dasar bermain sepakbola, maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul: “Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen”.

***METODE PENELITIAN***

1. **Metode dan Desain 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 khasus yang jumlahnya relatif banyak. Pada dasarnya survei berguna untuk mengetahui apa yang ada tanpa mempertanyakan mengapa hal itu ada.

1. **Populasi dan Sampel**

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. Berdasarakan beberapa pendapat diatas, maka yang akan menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yang berjumlah 20 siswa.

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. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Menurut Sugiyono (2017: 85) teknik *total sampling* adalah pengambilan sampel yang sama dengan jumlah populasi yang ada. Berdasarkan uraian diatas maka yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yang berjumlah 2 siswa.

1. **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 dikemukanan Arikunto (2010: 136) bahwa teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya.

Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen tes keterampilan dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan yang telah dilakukan uji reliabilitas oleh peneliti sebagai berikut: (a) *passing* dan *stopping* sebesar 0,862 (b) *heading* sebesar 0,779, (c) *dribbling* sebesar 0,454, (d) *shooting* sebesar 0,696.

* 1. Tes Sepak dan Tahan Bola (*Passing* *and Stopping*)
	2. Tes Sepak dan Tahan Bola (*Passing* *and Stopping*)
	3. Tes Menggiring Bola (*Dribbling*)
	4. Tes Menembak/Menendang Bola Ke Sasaran (*Shooting*)

**4. Teknik Analisis Data**

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan, teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2017: 29).

Data yang diperoleh dari tiap-tiap item tes merupakan data kasar dari hasil tiap butir tes yang dicapai siswa. Berdasarkan data tersebut, untuk menggambarkan seberapa besar tingkat keterampilan teknik dasar bermain peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pante Ceureumen, maka data yang sudah terkumpul dalam satuan point dan detik, diubah menjadi T skor mengunakan rumus menurut Anas Sudijono (2010: 176) yaitu:

* + 1. $T-Scoce=50-10 (\frac{X-Mx}{SDx})$

Keterangan :

T-Score = nilai tes standar

X = data mentah

Mx = rata-rata dari nilai suatu tabel

SDx = standar deviasi angka kasar.

Rumus 1 digunakan untuk mengubah data dalam satuan point menjadi T skor dari tes sepak dan tahan bola (*passing and stopping*), tes memainkan bola dengan kepala (*heading*), dan tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*).

* + 1. $T-Scoce=50-10 (\frac{Mx-X}{SDx})$

Keterangan :

T-Score = nilai tes standar

X = data mentah

Mx = rata-rata dari nilai suatu tabel

SDx = standar deviasi angka kasar.

Rumus 2 digunakan untuk mengubah data dalam detik menjadi T skor dari tes menggiring bola (*dribbling*). Selanjutnya mengubah data T skor menjadi nilai dengan mengkonsultasikan data dari tiap butir tes yang telah tercapai dengan kategori yang sudah ditentukan, pengkategorian dikelompokkan menjadi 5 kategori. Menurut Anas Sudijono (2007: 329) untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batasan norma sebagai berikut:

**Tabel 1.** Rentang Norma

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Kategori** | **Skor** |
| 1 | Baik Sekali | M + 1,5 SD ke atas |
| 2 | Baik | M + 0,5 SD ≤ s.d < M + 1,5 SD |
| 3 | Sedang | M – 0,5 SD ≤ s.d < M + 0,5 SD |
| 4 | Kurang | M – 1,5 SD ≤ s.d < M – 0,5 SD |
| 5 | Sangat Kurang | M – 1,5 SD ke bawah |

Sumber: (Anas Sudijono, 2009: 329).

Keterangan:

 M = rata-rata

SD = Standar Deviasi

Langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Arikunto (2006: 245-246) menyatakan bahwa rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

P =  X 100

Keterangan:

P : Persentase yang dicari

F : Frekuensi

N : Jumlah responden

100% : Bilangan teta

***HASIL DAN PEMBAHASAN***

1. **Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yang diukur dengan tes keterampilan gerak dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163) meliputi : 1) tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*), 2) tes memainkan bola dengan kepala (*heading*), 3) tes menggiring bola (*dribbling*), dan 4) tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*). Data diperoleh dari 20 peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. Adapun data hasil keseluruham tes keterampilan sepakbola pada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen sebagia berikut:

**Tabel 2.** Hasil Tes Keterampilan Dasar Sepakbola

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Nama** | **Tes** |
| **Passing & Stopping** | **Heading** | **Dribbiling** | **Shooting** |
| 1 | Muji Saputra | 15 | 35 | 18.75 | 19 |
| 2 | Nazaruddin | 9 | 19 | 23.8 | 8 |
| 3 | Wanda | 16 | 33 | 18.91 | 11 |
| 4 | Arfandi | 14 | 25 | 21.32 | 8 |
| 5 | Amiruddin | 9 | 23 | 19.8 | 4 |
| 6 | Mawardi | 11 | 24 | 18.54 | 8 |
| 7 | Munawir | 8 | 32 | 18.34 | 13 |
| 8 | Musnandar | 7 | 25 | 22.31 | 8 |
| 9 | Oji Riski | 10 | 30 | 18.98 | 8 |
| 10 | Andika | 17 | 28 | 17.07 | 17 |
| 11 | Andika Rerandi | 14 | 30 | 20.28 | 19 |
| 12 | Yasir | 14 | 28 | 20.75 | 10 |
| 13 | Islamudin | 8 | 37 | 19.65 | 17 |
| 14 | Azhari | 7 | 30 | 19.28 | 15 |
| 15 | Saiful Rijal | 8 | 33 | 20.49 | 17 |
| 16 | Joni Saputra | 14 | 30 | 18.1 | 17 |
| 17 | Mukhlis | 14 | 37 | 18.71 | 15 |
| 18 | Mufaddal | 9 | 26 | 25.42 | 15 |
| 19 | Safari | 11 | 27 | 19.23 | 13 |
| 20 | M. Daod | 13 | 32 | 18.11 | 17 |

Tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dideskripsikan dari keempat item tes. Dari data kasar yang diperoleh diubah ke dalam bentuk nilai *t-score*, kemudian seluruh item tes yang telah diubah menjadi nilai *t-score* dijumlahkan untuk mengkategorikan hasil penelitian menjadi baik sekali, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Untuk menentukan kategori tersebut terlebih dahulu menghitung *mean*. Adapun data analisis deskriptif dari *mean*, *standar deviasi*, *t-score* terbesar dan *t-score* terkecil dari tes keterampilan dasar sepakbola adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.** Data *T-Score* Keterampilan Dasar Sepakbola

| **No** | **Nama** | **Tes** | **Total** | **Kategori** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Passing & Stopping*** | ***Heading*** | ***Dribbiling*** | ***Shooting*** |
| 1 | Muji Saputra | 61.24 | 62.29 | 55.6 | 63.48 | 242.61 | Baik |
| 2 | Nazaruddin | 42.5 | 28.39 | 30.83 | 38.97 | 140.69 | Sangat Kurang |
| 3 | Wanda | 64.37 | 58.05 | 54.82 | 45.66 | 222.90 | Baik |
| 4 | Arfandi | 58.12 | 41.1 | 42.99 | 38.97 | 181.18 | Kurang |
| 5 | Amiruddin | 42.5 | 36.87 | 50.45 | 30.06 | 159.88 | Kurang |
| 6 | Mawardi | 48.75 | 38.98 | 56.63 | 38.97 | 183.33 | Kurang |
| 7 | Munawir | 39.38 | 55.93 | 57.61 | 50.11 | 203.03 | Sedang |
| 8 | Musnandar | 36.26 | 41.1 | 38.14 | 38.97 | 154.47 | Sangat Kurang |
| 9 | Oji Riski | 45.63 | 51.69 | 54.47 | 38.97 | 190.76 | Sedang |
| 10 | Andika | 67.49 | 47.46 | 63.85 | 59.02 | 237.82 | Baik |
| 11 | Andika Rerandi | 58.12 | 51.69 | 48.1 | 63.48 | 221.39 | Baik |
| 12 | Yasir | 58.12 | 47.46 | 45.79 | 43.43 | 194.80 | Sedang |
| 13 | Islamudin | 39.38 | 66.52 | 51.19 | 59.02 | 216.11 | Baik |
| 14 | Azhari | 36.26 | 51.69 | 53 | 54.57 | 195.52 | Sedang |
| 15 | Saiful Rijal | 39.38 | 58.05 | 47.07 | 59.02 | 203.52 | Sedang |
| 16 | Joni Saputra | 58.12 | 51.69 | 58.79 | 59.02 | 227.62 | Baik |
| 17 | Mukhlis | 58.12 | 66.52 | 55.8 | 54.57 | 235.01 | Baik |
| 18 | Mufaddal | 42.5 | 43.22 | 22.88 | 54.57 | 163.17 | Kurang |
| 19 | Safari | 48.75 | 45.34 | 53.25 | 50.11 | 197.45 | Sedang |
| 20 | M. Daod | 55 | 55.93 | 58.74 | 59.02 | 228.69 | Baik |
| **Jumlah** | **4000** | **SEDANG** |
| ***Mean*** | **200** |
| ***Standar Deviasi*** | **29,60** |
| ***T-Score* Terbesar** | **242,61** |
| ***T-Score* Terkecil** | **140,69** |

Di bawah ini hasil pengkategorian tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Interval** | **Kategori** | **Frekuensi** | **Persentase** |
| 1 | > 244,40 | Baik Sekali | 0 | 0% |
| 2 | 214,80 – 244,39 | Baik | 8 | 40% |
| 3 | 185,20 – 214,79 | Sedang | 6 | 30% |
| 4 | 155,60 – 185,19 | Kurang | 4 | 20% |
| 5 | < 155,59 | Sangat Kurang  | 2 | 10% |
| **Jumlah** | **20** | **100%** |

Dari tabel 4 di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 8 siswa (40%), kategori sedang dengan frekuensi 6 siswa (30%), kategori kurang dengan frekuensi 4 siswa (20%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 2 siswa (10%). Berdasarkan penggabungan hasil keempat tes tersebut, diketahui pula bahwa pengabungan hasil keempat tes siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola memiliki *mean* 200,00 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen masuk kategori sedang.

Untuk memperjelas hasil pengukuran sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*), memainkan bola dengan kepala (*heading*), menggiring bola (*dribbling*), menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen, maka dibentuk menjadi histogram seperti gambar dibawah ini:

**Diagram 1. Tingkat Keterampilan Sepakbola**

Berikut ini adalah data hasil dari setiap item tes pengukuran dari sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*), memainkan bola dengan kepala (*heading*), menggiring bola (*dribbling*), menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen dapat dilihat sebagai berikut:

1. **Sepak dan Tahan Bola (*Passing* dan *Stopping*)**

Hasil analisis deskriptif tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 5.** Data Hasil Tes Sepak dan Tahan Bola (*Passing* dan *Stopping*)

|  |  |
| --- | --- |
| **Data** | **Nilai** |
| Jumlah | 228 |
| *Mean* | 11,4 |
| *Standar Deviasi* | 3,202 |
| Skor Maksimal | 17 |
| Skor Minimal | 7 |

Dari hasil pengukuran sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*) di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori dari hasil tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen sebagai berikut:

**Tabel 6.** Distribusi Frekuensi Tes Sepak dan Tahan Bola (*Passing* dan *Stopping*)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Interval** | **Kategori** | **F** | **%** |
| 1 | > 16,20 | Baik Sekali | 1 | 5% |
| 2 | 13,00 - 16,19 | Baik | 8 | 40% |
| 3 | 9,80 - 12,99 | Sedang | 3 | 15% |
| 4 |  6,60 – 9,79 | Kurang | 8 | 40% |
| 5 | < 6,59 | Sangat Kurang | 0 | 0% |
| **Jumlah** | **20** | **100%** |

Dari tabel 6 di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 1 siswa (5%), kategori baik dengan frekuensi 8 siswa (40%), kategori sedang dengan frekuensi 3 siswa (15%), kategori kurang dengan frekuensi 8 siswa (40%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 0 siswa (0%). Berdasarkan hasil tes tersebut diketahui bahwa tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*) memiliki *mean* 11,4 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen berkategori sedang. Berikut gambar histogram tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*) pada peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen.

**Diagram 2. Keterampilan Sepak dan Tahan Bola (*Passing* dan *Stopping*)**

1. **Memainkan Bola dengan Kepala (*Heading*)**

Hasil analisis deskriptif tes memainkan bola dengan kepala (*heading*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 7.** Data Hasil Tes Memainkan Bola dengan Kepala (*Heading*)

|  |  |
| --- | --- |
| **Data** | **Nilai** |
| Jumlah | 584 |
| *Mean* | 29,2 |
| *Standar Deviasi* | 4,73 |
| Skor Maksimal | 37 |
| Skor Minimal | 19 |

Dari hasil pengukuran memainkan bola dengan kepala (*heading*) di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori dari hasil tes memainkan bola dengan kepala (*heading*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen sebagai berikut:

**Tabel 8.** Distribusi Frekuensi Tes Memainkan Bola dengan Kepala (*Heading*)

| **No** | **Interval** | **Kategori** | **F** | **%** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | > 36,30 | Baik Sekali | 2 | 10% |
| 2 | 31,57 - 36,29 | Baik | 5 | 25% |
| 3 | 26,83 - 31,56 | Sedang | 7 | 35% |
| 4 | 22,10 - 26,82 | Kurang | 5 | 25% |
| 5 | < 22,09 | Sangat Kurang | 1 | 5% |
| **Jumlah** | **20** | **100%** |

Dari tabel 8 di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan memainkan bola dengan kepala (*heading*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 2 siswa (10%), kategori baik dengan frekuensi 5 siswa (25%), kategori sedang dengan frekuensi 7 siswa (35%), kategori kurang dengan frekuensi 5 siswa (25%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 1 siswa (5%). Berdasarkan hasil tes tersebut diketahui bahwa tes memainkan bola dengan kepala (*heading*) memiliki *mean* 29,2 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan memainkan bola dengan kepala (*heading*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen berkategori sedang. Berikut gambar histogram tes memainkan bola dengan kepala (heading) pada peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen:

**Diagram 3. Keterampilan Memainkan Bola dengan Kepala (*Heading*)**

1. **Menggiring Bola (*Dribbling*)**

Hasil analisis deskriptif tes menggiring bola (*dribbling*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 9. Data Hasil Tes Menggiring Bola (*Dribbling*)

|  |  |
| --- | --- |
| **Data** | **Nilai** |
| Jumlah | 397,84 |
| *Mean* | 19,89 |
| *Standar Deviasi* | 2,03 |
| Skor Maksimal | 25,42 |
| Skor Minimal | 17,07 |

Dari hasil pengukuran menggiring bola (*dribbling*) di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori dari hasil tes menggiring bola (*dribbling*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen sebagai berikut:

**Tabel 10.** Distribusi Frekuensi Tes Menggiring Bola (*Dribbling*)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Interval** | **Kategori** | **F** | **%** |
| 1 | < 16,82  | Baik Sekali | 0 | 0% |
| 2 | 16,83 - 18,86 | Baik | 7 | 35% |
| 3 | 18,87 - 20,90 | Sedang | 9 | 45% |
| 4 | 20,91 - 22,94 | Kurang | 2 | 10% |
| 5 | > 22,95 | Sangat Kurang  | 2 | 10% |
| **Jumlah** | **20** | **100%** |

Dari tabel 10 di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan menggiring bola (*dribbling*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 7 siswa (35%), kategori sedang dengan frekuensi 9 siswa (45%), kategori kurang dengan frekuensi 2 siswa (10%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 2 siswa (10%). Berdasarkan hasil tes tersebut diketahui bahwa tes menggiring bola (*dribbling*) memiliki *mean* 19,89 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan menggiring bola (*dribbling*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen berkategori sedang. Berikut gambar histogram tes menggiring bola (*dribbling*) pada peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen:

**Diagram 4. Keterampilan Menggiring Bola (*Dribbling*)**

1. **Menembak/Menendang Bola ke Sasaran (*Shooting*)**

Hasil analisis deskriptif tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 11.** Data Hasil Tes Menembak/Menendang Bola ke Sasaran (*Shooting*)

|  |  |
| --- | --- |
| **Data** | **Nilai** |
| Jumlah | 259 |
| *Mean* | 12,95 |
| *Standar Deviasi* | 4,48 |
| Skor Maksimal | 19 |
| Skor Minimal | 4 |

Dari hasil pengukuran menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori dari hasil tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen sebagai berikut:

**Tabel 12.** Distribusi Frekuensi Tes Menembak/Menendang Bola ke Sasaran (*Shooting*)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Interval** | **Kategori** | **F** | **%** |
| 1 | > 19,68 | Baik Sekali | 0 | 0% |
| 2 | 15,19 - 19,67 | Baik | 7 | 35% |
| 3 | 10,71 - 15,18 | Sedang | 6 | 30% |
| 4 | 6,22 - 10,70 | Kurang | 6 | 30% |
| 5 | < 6,21 | Sangat Kurang  | 1 | 5% |
| Jumlah | 20 | 100% |

Dari tabel 12 di atas dapat dijelaskan bahwa keterampilan menembak/ menendang bola ke sasaran (*shooting*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 7 siswa (35%), kategori sedang dengan frekuensi 6 siswa (30%), kategori kurang dengan frekuensi 6 siswa (30%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 1 siswa (5%). Berdasarkan hasil tes tersebut diketahui bahwa tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) memiliki *mean* 12,92 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen berkategori sedang.

**Diagram 5. Keterampilan Menembak/Menendang Bola ke Sasaran (*Shooting*)**

***PEMBAHASAN***

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. Dalam penelitian ini tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan dasar bermain sepakbola menurut Nurhasan (2001: 157-163) meliputi : 1) tes sepak dan tahan bola (*passing* dan *stopping*), 2) tes memainkan bola dengan kepala (*heading*), 3) tes menggiring bola (*dribbling*), 4) tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*).

Berdasarkan penghitungan data dan hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 8 siswa (40%), kategori sedang dengan frekuensi 6 siswa (30%), kategori kurang dengan frekuensi 4 siswa (20%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 2 siswa (10%). Berdasarkan penggabungan hasil keempat tes tersebut, diketahui pula bahwa pengabungan hasil keempat tes siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola memiliki *mean* 200,00 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen masuk kategori sedang.

Dalam usaha untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, siswa perlu melakukan latihan secara rutin, semakin sering siswa berlatih dan bermain sepakbola tentunya akan berdampak juga pada peningkatan keterampilan dasar sepakbolanya. Guru sebagai pelatih juga harus membuat menu latihan yang terprogram dan terencana, seperti latihan teknik dasar, latihan fisik dan latihan taktik. Semua ini diharapkan agar mampu membentuk tim sepakbola sekolah yang kuat sehingga dapat membanggakan nama sekolah dala setiap kejuaraan sepakbola yang diikuti.

***SIMPULAN DAN SARAN***

1. ***Kesimpulan***

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diketahui bahwa keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 8 siswa (40%), kategori sedang dengan frekuensi 6 siswa (30%), kategori kurang dengan frekuensi 4 siswa (20%) dan kategori sangat kurang dengan frekuensi 2 siswa (10%). Berdasarkan penggabungan hasil keempat tes tersebut, diketahui pula bahwa pengabungan hasil keempat tes siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola memiliki *mean* 200,00 maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen masuk kategori sedang.

1. ***Saran***

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa untuk dapat meningkatkan keterampilan bermain sepakbolanya dengan cara mengikuti kegiatan ekstrakulikuler di sekolah dengan rutin, pengembangan diri di sekolah, atau mengikuti sekolah sepakbola yang ada di daerah masing-masing.
2. Bagi guru agar dapat merancang program latihan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keterampilan yang dimiliki oleh setiap siswa, agar dapat seimbang antara porsi latihan teknik, taktik, sehingga hasil yang diharapkan dari latihan akan tercapai.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan dan memperluas ruang lingkup penelitian tentang keterampilan dasar bermain sepakbola siswa dengan meningkatkan kuantitas dan kualitasnya. Secara kuantitas yaitu dengan menambah jumlah subjek penelitian, dan secara kualitas dengan memberikan perlakuan yang sekiranya dapat meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

Anwar, S. (2013). Survei teknik dasar dan kondisi fisik pada siswa sekolah sepak bola (SSB) se kabupaten Demak tahun 2012. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, *2* (9).

Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik edisi revisi*.

Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*.

Centhini, & Russel. (2009). *Buku pintar sepak bola*. Jakarta: Penerbit Inovasi. CV Tambak Kusuma.

Depdiknas. (2010). *Tes kesegaran jasmani Indonesia*. Jakarta. Balai Pustaka.

Harsono. (1988). *Coaching dan aspek-aspek psikologis dalam coaching*. Jakarta:

Harsono. (2015). *Coaching dan aspek-aspek psikologi dalam coaching*. Jakara: PT. Dirjen Dikti P2LPT.

Irianto, D. P. (2002). *Panduan latihan kebugaran yang efektif dan aman*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Luxbacher, J. A. (2011). *Sepakbola langkah-langkah menuju sukses*. Jakarta: PTRaja Rosda Jaya Puta

Martens, R. (2004). *Successful Coaching*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Mielke, D. (2003). *Dasar-dasar sepak bola, cara yang lebih baik untuk mempelajarinya.* Parakarya Pustaka, Eastern Oregon University.

Muhajir. (2013). *Pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Depdiknas.

Nasional. Sudjana. (2002). *Metode Statistic*. Bandung: Tarsito.

Rohim, A. (2008). *Bermain sepak bola*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.

Siyoto, S. & Sodik, A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogayakarta: Literasi Media Publishing.

Sucipto, dkk (2000). *Sepakbola*. Jakarta Departemen Pendidikan.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitaif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Syarifudin. (1999). Keterampilan bermain sepak bola. *Jurnal IPTEK Olahraga*. *3*(1), 1-11.

Wiwoho, H. A., Junaidi, S., & Sugiarto. (2014). Profil kondisi fisik siswa bola basket putra SMAN 02 Ungaran Tahun 2012. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, *3* (1).

Yogyakarta: Lukman Offset.

Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.

1. E-mail:amarfajir@gmail.com [↑](#footnote-ref-1)