



**SURVEI KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA  
USIA 10 – 12 TAHUN PADA SSB PAWANA WANAYASA  
KABUPATEN BANJARNEGARA TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

Diajukan Dalam Rangka Menyelesaikan Studi Strata 1  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Pada Universitas Negeri Semarang

Oleh

Tofik Setiyanto

6301415104

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2019**

## ABSTRAK

Tofik Setiyanto, 2019. Survei Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Usia 10 – 12 Tahun Pada SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Tahun 2019. Skripsi Jurusan Pendidikan Pelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Kumbul Slamet B, S, Pd., M. Kes.

Kata Kunci: Teknik Dasar, Sepakbola.

Latar Belakang dari penelitian ini adalah belum adanya tes dan pengukuran terhadap tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola khususnya untuk pemain usia dini menjadi salah satu faktor belum diketahuinya tingkat kemajuan belajar secara pasti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada kelompok usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara tahun 2019.

Keterampilan teknik dasar sepakbola dalam penelitian ini adalah *Dribbling, Short Pass, Long Pass, Throw In, Heading, Shooting* dan *Juggling*. Dalam penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola siswa SSB Pawana usia 10-12 tahun menggunakan panduan tes keterampilan sepakbola usia 10-12 tahun buatan Syafi'i (2007). Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SSB Pawana usia 10-12 tahun yang berjumlah 41 siswa. Sampel dalam penelitian ini siswa SSB Pawana usia 10-12 tahun yang berjumlah 41 siswa. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan teknik dasar sepakbola menurut Syafi'i. Teknik analisis yang dilakukan adalah uji-t.

Hasil Penelitian ini adalah berdasarkan tes keterampilan teknik dasar sepakbola tiap item tes diketahui bahwa teknik dasar berupa *dribbling* termasuk dalam kategori sedang sebesar 31,71% (13 siswa), *short pass* termasuk dalam kategori sedang sebesar 46,34% (19 siswa), *long pass* termasuk dalam kategori sedang sebesar 46,34 (19 siswa), *throw-in* termasuk dalam kategori sedang sebesar 19,51% (8 siswa), *heading* termasuk dalam kategori sedang sebesar 21,95% (9 siswa), *shooting* termasuk dalam kategori sedang sebesar 48,78% (20 siswa), dan *juggling* dalam kategori sedang sebesar 39,02% (16 siswa).

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola siswa SSB Pawana usia 10-12 tahun termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 26,83% atau sebanyak 11 siswa. Saran dalam penelitian ini adalah diharapkan dapat menambah pengetahuan latihan untuk meningkatkan teknik dasar sepakbola siswa SSB Pawana.

## ABSTRACT

Tofik Setiyanto, 2019. Survey of basic football technical skills of student aged 10-12 years in Panawa Wanayasa Football Academy Banjarnegara regency year 2019. Final Project Sport Coaching Education department, Sports Science Faculty, Semarang State University/ Unniversitas Negeri Semarang. Advisor: Kumbul Slamet B, S, Pd, M. Kes.

Keywords: Basic technical skill, Football.

Background of this study is the lack of tests and measurements of the level of basic technical knowledge of football, especially for early childhood players is one of the factors whose exact degree of learning progress is not yet known. The aim of this study is to determine the level of basic technical knowledge of football in the age group of 10 to 12 years in the SSB Pawana Wanayasa Banjarnegara District in 2019.

The basic technical skills of football in this study are dribbling, short-pass, long-pass, throw-in, heading, shooting and juggling. In this study to determine the level of basic technical skills of SSB Pawana football students aged 10 to 12 years, the Test Guide for Football Skills, aged 10 to 12, prepared by Syafi'i (2007) was used. This research is a quantitative descriptive study. The method used is a survey method. The population in this study were SSB Pawana students aged 10-12 years, a total of 41 students. The sample in this study consisted of SSB Pawana students aged 10 to 12 with a total of 41 students. The instrument used is a test of basic technical knowledge of Shafi'i football. The analysis technique used is the T-test.

The results of this study are based on the test of the basic technical skills of football, with each test object being known to contain the basic technique in the moderate category of 31.71% (13 students), the short pass in the moderate category of 46.34% (19 students) is included pass is included in the middle class with 46.34 (19 students), throw is included in the middle class with 19.51% (8 students), heading is in the middle class with 21.95 % included (9 students), shooting is included in the category Moderate at 48.78% (20 students) and juggling in the middle category at 39.02% (16 students).

The conclusion of this study is that the level of basic technical knowledge of SSB Pawana students aged 10 to 12 years is in the middle category with a percentage of 26.83% or even 11 students. And the proposal in this study is able to improve his training knowledge in order to improve the basic football skills in SSB Pawana.

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya:

Nama : Tofik Setiyanto

NIM : 6301415104

Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Survei Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Usia 10-12  
Tahun Pada SSB Pawana Wanayasa Kabupaten  
Banjarnegara Tahun 2019.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengujian.

Apabila pernyataan saya tidak benar, saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, 5 Juli 2019



  
Tofik Setiyanto  
NIM 6301415104

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : Jum'at -  
Tanggal : 5 Juli 2019

Semarang, 5 Juli 2019

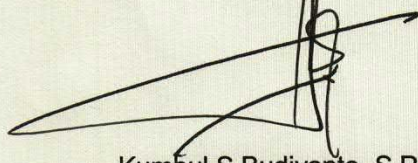
Mengetahui  
Ketua Jurusan PKLO



Soedjatmiko, S.Pd, M.Pd.

NIP. 197208151997021001

Dosen Pembimbing



Kumbul S Budiyanto, S.Pd, M.Kes

NIP. 197109091998021001

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama Tofik Setiyanto. NIM 6301415104. Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga. "Survei Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Usia 10-12 Tahun Pada SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Tahun 2019" Telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 23 Juli 2019



Panitia Ujian

Sekretaris

Tri Tunggal Setiawan S. Pd M. Kes  
NIP: 196803021997021001

Dewan Penguji

1. Drs. Kriswantoro, M. Pd.  
NIP. 196106301987031003

(Penguji 1) .....

2. Drs. Hermawan, M. Pd.  
NIP. 195904011988031002

(Penguji 2) .....

3. Kumbul Slamet Budianto S. Pd., M. Kes  
NIP. 197109091998021001

(Penguji 3) .....

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO:

Agar sukses, kemauanmu untuk berhasil harus lebih besar dari ketakutanmu akan kegagalan.

Persembahan:

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

- 1) Alm. Bapak Kiswandi dan Ibu Siti  
Khasanah yang selalu memberikan kasih sayang kepadaku, dan seluruh keluargaku.
- 2) Kakak saya Eka Setyaningsih yang selalu memberikan semangat dan motivasi.
- 3) Teman-teman Pendidikan Kepelatihan Olahraga angkatan 2015.
- 4) Almamater Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNNES.
- 5) SSB Pawana Wanayasa.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi berjudul “Survei Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Usia 10-12 Tahun Pada SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Tahun 2019.” dengan lancar. Skripsi ini dapat tersusun berkat bantuan dan bimbingan banyak pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M. Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M. Pd., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
3. Soedjatmiko, S.Pd. M,Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
4. Kumbul Slamet B, S.Pd. M,Kes., Dosen Pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan, dan memotivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberi bekal kepada peneliti dengan ilmu pengetahuan.
6. Pengurus SSB Pawana yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Pelatih SSB Pawana yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.
8. Siswa - Siswa SSB Pawana yang telah bekerjasama dalam menyelesaikan penelitian ini.



9. Ibu Siti Khasanah, Kakak Eka Setyaningsih, dan keluarga yang selalu mendoakan, memberikan semangat, dan dukungan.
10. Teman-temanku seperjuangan yang selalu memberikan semangat.
11. Teman-teman jurusan PKO FIK Unnes angkatan 2015 atas semangat dan bantuan yang diberikan

Semoga semua pihak yang membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini mendapatkan pahala dari Allah SWT. Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti dan pembaca. Terima kasih.

Semarang, Juli 2019

Tofik Setiyanto

6301415104

## DAFTAR ISI

<b>JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.i
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah .....	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.5.1 Tujuan Umum .....	7
1.5.2 Tujuan Khusus.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
1.6.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.6.2 Manfaat Praktis.....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>10</b>
2.1 Landasan Teori.....	10
2.1.1 Hakikat Keterampilan .....	10
2.1.2 Faktor-faktor yang menentukan Keterampilan .....	12
2.1.3 Keterampilan Bermain Sepakbola.....	15
2.1.4 Permainan Sepakbola.....	17
2.1.5 Teknik Dasar Sepakbola.....	18
2.1.6 Hakikat Sekolah Sepakbola (SSB).....	34
2.1.7 Profil Sekolah Sepakbola Pawana Wanayasa .....	36
2.1.8 Karakteristik Anak Usia 10-12 tahun.....	36
2.2 Penelitian yang Relevan.....	41
2.3 Kerangka Berpikir .....	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>45</b>
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	45
3.2 Variabel Penelitian.....	45
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Penarikan Sampel .....	46
3.4 Instrumen Penelitian .....	46
3.4.1 Norma Penilaian Rangkaian Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola .....	47
3.4.2 Validitas .....	48
3.4.3 Reliabilitas .....	48
3.4.4 Pelaksanaan Tes .....	49
3.4.4.1 Dribbling .....	49

3.4.4.2 Short Pass .....	50
3.4.4.3 Long Pass.....	51
3.4.4.4 Throw-In .....	52
3.4.4.5 Heading .....	53
3.4.4.6 Shooting .....	54
3.4.4.7 Juggling .....	56
3.5 Prosedur Penelitian .....	56
3.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penelitian.....	57
3.7 Teknik Analisa Data .....	57
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>60</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	60
4.1.1 Dribbling .....	63
4.1.2 Short Pass .....	65
4.1.3 Long Pass.....	68
4.1.4 Throw In.....	72
4.1.5 Shooting .....	74
4.1.6 Heading .....	78
4.1.7 Juggling .....	80
4.2 Pembahasan .....	82
4.2.1 Menggiring ( <i>Dribbling</i> ) .....	83
4.2.2 Short Pass .....	84
4.2.3 Long Pass.....	85
4.2.4 Throw-In .....	86
4.2.5 Heading .....	87
4.2.6 Shooting .....	87
4.2.7 Juggling .....	89
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>90</b>
5.1 Kesimpulan .....	90
5.2 Saran .....	90
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>92</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>95</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Sampel Siswa SSB Pawana Wanayasa Usia 10- 12 Tahun .....	46
Tabel 3.2 Skor dan Butir Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola.....	47
Tabel 3.3 Skor dan <i>T-Score</i> Teknik Dasar <i>Dribbling</i> dan <i>Juggling</i> .....	47
Tabel 3.4 Norma Penilaian Rangkaian Tes Keterampilan.....	48
Tabel 3.5 Validitas Tes Keterampilan Dasar Sepakbola. ....	48
Tabel 3.6 Realibilitas Tes Keterampilan Dasar Sepakbola.....	48
Tabel 4.1 Deskriptif Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola.....	61
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola .....	61
Tabel 4.3 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Dribbling</i> .....	63
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Dribbling</i> .....	63
Tabel 4.5 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Short Pass</i> Kaki Kanan .....	65
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Short Pass</i> Kaki Kanan .....	65
Tabel 4.7 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Short Pass</i> Kaki Kiri .....	67
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Short Pass</i> Kaki Kiri.....	67
Tabel 4.9 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Long Pass</i> Kaki Kanan .....	69
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Long Pass</i> Kaki Kanan .....	69
Tabel 4.11 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Long Pass</i> Kaki Kiri.....	71
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Long Pass</i> Kaki Kiri .....	71
Tabel 4.13 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Throw in</i> .....	73
Tabel 4.14 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Throw In</i> .....	73
Tabel 4.15 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Shooting</i> Kaki Kanan.....	75
Tabel 4.16 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Shooting</i> Kaki Kanan.....	75
Tabel 4.17 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Shooting</i> Kaki Kiri.....	77
Tabel 4.18 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Shooting</i> Kaki Kiri .....	77
Tabel 4.19 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Heading</i> .....	79
Tabel 4.20 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Heading</i> .....	79
Tabel 4.21 Deskriptif Statistik Keterampilan <i>Juggling</i> .....	81
Tabel 4.22 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Juggling</i> .....	81

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Bagan pelaksanaan tes <i>Dribbling</i> .....	49
Gambar 3.2 Bagan pelaksanaan tes Short Pass .....	51
Gambar 3.3 Bagan pelaksanaan tes <i>Long Pass</i> .....	52
Gambar 3.4 Bagan pelaksanaan tes Throw In .....	53
Gambar 3.5 Bagan pelaksanaan tes <i>Heading</i> .....	54
Gambar 3.6 Bagan pelaksanaan tes <i>Shooting</i> .....	55
Gambar 4.1 Diagram Lingkaran Teknik Dasar Sepakbola Siswa SSB Pawana Usia 10-12 Tahun.....	62
Gambar 4.2 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Dribbling</i> .....	64
Gambar 4.3 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Short Pass</i> Kaki Kanan.....	66
Gambar 4.4 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Short Pass</i> Kaki Kiri.....	68
Gambar 4.5 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Long Pass</i> Kaki Kanan.....	70
Gambar 4.6 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Long Pass</i> Kaki Kiri .....	72
Gambar 4.7 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Throw In</i> .....	74
Gambar 4.8 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Shooting</i> Kaki Kanan.....	76
Gambar 4.9 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Shooting</i> Kaki Kiri .....	78
Gambar 4.10 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Heading</i> .....	80
Gambar 4.11 Diagram Lingkaran Teknik Dasar <i>Juggling</i> .....	82

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat SK Pembimbing.....	96
Lampiran 2. Izin Penelitian. ....	97
Lampiran 3. Surat Balasan Penelitian.....	98
Lampiran 4. Data Hasil Penelitian. ....	99
Lampiran 5. Output SPSS. ....	103
Lampiran 6. Dokumentasi. ....	116

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

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. Sehingga 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 (1988:12), 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) Untuk bermain sepakbola dengan baik dan benar siswa harus dibekali dengan teknik dasar yang baik, siswa yang memiliki teknik dasar yang baik siswa tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Teknik-

teknik dasar dalam permainan sepak bola ada beberapa macam, seperti mengoper bawah, mengoper atas, menembak, lemparan ke dalam, menyundul, menggiring, dan menimang bola. (Syafi'i, 2007: 103).

Seorang siswa sepakbola dalam bertahan membutuhkan teknik dasar meliputi teknik *heading, long passing, sliding, reading the game, man to man*. untuk menyerang seorang siswa membutuhkan teknik dasar meliputi, *shooting, heading, crossing, dribbling*. Adapun *shooting* adalah tendangan keras yang arahnya menuju gawang lawan, kemudian *heading* adalah menyundul bola yang di arahkan ke gawang lawan, *crossing* adalah tendangan atau umpan yang ditunjukkan ke daerah lawan, *dribbling* adalah teknik menggiring bola. Teknik tersebut bertujuan untuk menciptakan terjadinya gol.

Teknik dasar sepakbola adalah pengetahuan awal seorang mengenal sepakbola lebih dalam, ketika akan mempersiapkan diri untuk sepakbola keterampilan utama yang pertama kali akan terpacu dan merasa puas adalah kemampuan untuk melakukan teknik dasar (Sucipto, 2006: 17). Selain penting untuk pembinaan teknik dasar sepakbola juga sangat bermanfaat untuk; 1) membangun dan memperkuat otot khususnya otot kaki, paha, perut, dada. Dan membangun serta membentuk otot merupakan cara tepat untuk meningkatkan kesehatan secara keseluruhan dan juga membantu meningkatkan kinerja atletik; 2) menjadikan lincah dan fleksibel, saat bermain sepakbola atlet dituntut untuk bergerak secara cepat dan merubah arah tujuan dan gerakan seperti itu membuat menjadi lincah dan fleksibel khususnya didaerah dada, lengan dan kaki; 3) mengontrol berat badan, karena olahraga sepakbola membutuhkan waktu yang cukup



lama hal ini dapat membantu menghilangkan sejumlah lemak di tubuh melalui proses pembakaran kalori dan lemak.

Teknik dasar sepakbola dapat diberikan sejak usia dini karena pembinaan usia dini (usia 10-12 tahun), menjadi fokus untuk pembelajaran terhadap pemain, yang lebih banyak ditekankan pada pembelajaran teknik dasar. Melihat begitu pentingnya penguasaan teknik dasar dalam sepakbola khususnya untuk anak usia dini, maka diperlukannya sebuah tes dan pengukuran untuk mengetahui seberapa besar kemajuan belajar atletnya terhadap penguasaan teknik dasar sepakbola serta kemampuan mereka dalam menerapkan teknik tersebut ke dalam permainan (kemampuan bermain) yang telah dikuasai selama tahap pembelajaran atau pengembangan.

Merosotnya prestasi tim sepakbola nasional di kanca 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](http://www.antaraneews.com)). Ini mengartikan bahwa pembinaan keterampilan teknik pemain di Indonesia belum bisa dikatakan baik. Adapun teknik dasar permainan sepakbola menurut Soekatamsi (1988:58), “yang harus dikuasai oleh para pemain pada umumnya adalah: menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, menimang bola, merampas atau merebut bola”.

Oleh karena itu semua siswa sepakbola harus menguasai teknik dasar bermain sepakbola yang baik terkait keterampilan para siswa dalam menendang bola, memberikan bola, menyundul bola, menembakkan bola

ke gawang lawan untuk membuat gol. tanpa menguasai teknik-teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola dengan baik, untuk selanjutnya siswa tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain, tidak dapat melakukan bermacam-macam sistem permainan atau pengembangan taktik modern dan tidak akan dapat pula membaca permainan.

Sekolah sepakbola (SSB) merupakan sebuah organisasi olahraga khususnya sepakbola yang memiliki fungsi untuk mengembangkan potensi yang dimiliki atlet. Tujuan SSB untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan SSB lainnya, dapat memuaskan masyarakat dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi. (Soedjono 1999:2) tujuan lain adanya SSB adalah untuk menampung dan memberikan kepada siswanya untuk mengembangkan bakat yang mereka miliki. Selain itu juga memberikan dasar yang kuat tentang teknik bermain sepakbola yang benar termasuk di dalamnya membentuk sikap, kepribadian dan perilaku yang baik. SSB merupakan detak jantung pembinaan sepakbola usia muda di Indonesia (Ganesha, 2010:17).

Olahraga sepakbola banyak digemari, hal tersebut tampak dengan banyaknya sekolah sepakbola yang menyajikan kegiatan latihan-latihan permainan sepakbola di Sekolah Sepakbola (SSB), dan juga berlatih dari teknik dasar sampai ke strategi dan peraturan permainan. Olahraga sepakbola ini dimainkan lebih mengandalkan *skill* individu dan kerja sama tim yang bagus. Akan tetapi sangat sedikit pemahaman dan penguasaan tentang teknik dasar dalam permainan sepakbola yang dilakukan oleh siswa dan pelatih. Dalam permainan sepakbola penguasaan teknik dasar

sangatlah diperlukan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan *skill* individunya.

Sekolah sepak bola Pawana Wanayasa merupakan salah satu SSB yang terdapat di Kabupaten Banjarnegara yang sudah berdiri sejak tahun 1992. SSB Pawana Wanayasa memiliki jadwal latihan setiap hari Rabu, Jumat, Minggu pukul 15.00-17.00. Jumlah seluruh siswa yang terdapat di SSB Pawana sebanyak 120 siswa yang dibagi menjadi 7 kelompok usia yaitu meliputi kelompok Usia 7, usia 10, usia 12, usia 13, usia 14, usia 15 dan usia 17. Sementara jumlah siswa usia 10 sampai usia 12 sebanyak 41 siswa. Jumlah seluruh pelatih di SSB Pawana yaitu 8 orang.

Salah satu upaya meningkatkan keterampilan sepakbola adalah dilakukan latihan secara berulang mengenai cara menendang, menggiring bola, menyundul bola dan lainnya. Seorang pelatih akan memberikan pelatihan pada siswanya dan memberikan evaluasi mengenai hasil latihan yang diberikan berhasil atau tidak di dalam meningkatkan keterampilan bermain sepak bola para siswanya. Berdasarkan survei yang dilakukan peneliti sebelum penelitian pelatih di SSB Pawana Wanayasa belum memberikan evaluasi terhadap keterampilan yang berkenaan dengan penguasaan teknik dasar sepakbola. Pelatih SSB Pawana belum menggunakan proses penilaian teknik dasar yang baku. Hal ini disebabkan karena pelatih belum mengetahui panduan guna melakukan evaluasi berupa tes keterampilan teknik dasar sepakbola sehingga kurang memahami standart yang benar untuk teknik dasar sepakbola yang berlaku.

Belum adanya tes dan pengukuran terhadap tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola khususnya untuk para pemain usia dini menjadi salah satu faktor belum diketahuinya tingkat kemajuan belajar secara pasti. Terbukti belum adanya data mengenai perkembangan keterampilan teknik dasar siswa sehingga pelatih tidak bisa mengevaluasi apakah selama latihan ada peningkatan atau tidak. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Survei keterampilan teknik dasar sepakbola usia 10-12 tahun pada SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara tahun 2019”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana teknik dasar *dribbling* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa?
- 1.2.2 Bagaimana teknik dasar *short pass* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa?
- 1.2.3 Bagaimana teknik dasar *long pass* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa?
- 1.2.4 Bagaimana teknik dasar *throw-in* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa?
- 1.2.5 Bagaimana teknik dasar *heading* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa?
- 1.2.6 Bagaimana teknik dasar *shooting* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa?

1.2.7 Bagaimana teknik dasar *juggling* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa?

### **1.3 Batasan Masalah**

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah diatas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan dan waktu penelitian, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola usia 10-12 tahun pada siswa SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara tahun 2019.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dapat diketahui rumusan masalah yaitu “Bagaimana tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara tahun 2019?”

### **1.5 Tujuan Penelitian**

#### **1.5.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui gambaran tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola pada kelompok usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara tahun 2019.

## **1.5.2 Tujuan Khusus**

1.5.2.1 Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *dribbling* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa.

1.5.2.2 Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *short pass* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa.

1.5.2.3 Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *long pass* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa.

1.5.2.4 Untuk mengetahui teknik dasar *throw-in* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa.

1.5.2.5 Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *heading* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa.

1.5.2.6 Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *shooting* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa.

1.5.2.7 Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *juggling* sepakbola usia 10-12 tahun di SSB Pawana Wanayasa.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Dengan mengetahui Tingkat Keterampilan teknik dasar Sepakbola usia 10-12 tahun Pada SSB Pawana Wanayasa Kabupaten Banjarnegara tahun 2019, maka memberikan manfaat sebagai berikut:

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya di bidang olahraga sepakbola yang berkaitan dengan masalah prestasi.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Pelatih**

- a. Sebagai bahan referensi tentang tolak ukur atau standarisasi tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SSB Pawana Wanayasa kelompok usia 10-12 tahun.
- b. Sebagai sarana untuk mengevaluasi keberhasilan dalam melatih sepakbola di SSB Pawana Wanayasa.

#### **2. Bagi Sekolah Sepakbola.**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti di Sekolah Sepakbola Pawana Wanayasa dalam membina dan menciptakan calon bibit-bibit siswa sepakbola yang profesional dan handal bagi perkembangan sepakbola di SSB Pawana Wanayasa.

#### **3. Bagi Siswa**

Dapat mengetahui sejauh mana tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola, sehingga diharapkan akan lebih meningkatkan keterampilan bermain sepakbolanya.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 Landasan Teori**

##### **2.1.1 Hakikat Keterampilan**

Kemampuan menampilkan keterampilan merupakan suatu keistimewaan manusia. Dalam bidang olahraga, kita dapat menyaksikan bahwa keterampilan yang dikuasai seseorang tersebut kadang-kadang melampaui apa yang dapat dipikirkan. Keterampilan merupakan suatu kemampuan atau kecakapan untuk dapat menyelesaikan tugas tertentu dengan baik.

Menurut Yanuar Kiram (1992: 11) keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktivitas gerak yang harus dipelajari supaya mendapatkan bentuk gerakan yang benar. Seseorang dinyatakan terampil apabila dapat beraktivitas sesuai dengan gerakan yang benar. Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 70), dalam pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor, yaitu: (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, (3) faktor situasional (lingkungan).

Keterampilan yang dilaksanakan secara berulang-ulang, maka hasil dari setiap ulangan itu relatif harus tetap, meskipun di bawah kondisi yang bervariasi maupun yang tidak terduga. Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 57), keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Suatu keterampilan ada keharusan untuk



pelaksanaan tugas yang terlepas dari unsur kebetulan dan untunguntungan. Untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan.

Lanjut Schmid yang dikutip oleh Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2008: 68), keterampilan digolongkan menjadi dua yaitu (1) keterampilan yang cenderung ke gerak dan (2) keterampilan yang mengarah ke kognitif. Dalam keterampilan gerak, penentu utama dari keberhasilannya adalah kualitas dan geraknya itu sendiri tanpa memperhatikan persepsi serta pengambilan keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih.

Keterampilan manusia dalam berolahraga bermacam-macam. Dari yang menekankan pengendalian dan koordinasi dari kelompok otot besar dalam aktivitas yang memerlukan kekuatan seperti dalam sepakbola, bolavoli, dan senam, hingga yang mengharuskan otot-otot halus digunakan secara tepat dan presisi seperti dalam bermain bilyard. Dalam permainan cabang olahraga khususnya bermain bolavoli selain harus bisa menguasai teknik dasar, para siswa harus dapat mempergunakan atau melakukan teknik dengan terampil.

Dapat disimpulkan keterampilan merupakan suatu perbuatan atau tugas, dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan. Semakin tinggi kemampuan

seseorang mencapai tujuan yang diharapkan maka orang tersebut semakin terampil.

Keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu yang memadai.

### **2.1.2 Faktor-faktor yang menentukan Keterampilan**

Keterampilan bagi pribadi masing-masing adalah suatu usaha atau tindakan yang ingin dicapai untuk tujuan tertentu, tidak mudah untuk mencapai tujuan dari memperoleh keterampilan yang melebihi dari orang lain, diperlukan kerja keras untuk mencapai suatu tujuan dalam keterampilan tersebut. Pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utama, yaitu: (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional. Ketiga faktor tersebut yang diyakini telah menjadi penentu utama untuk mencapai keberhasilan dalam mempelajari keterampilan. Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 70-74), akan menjelaskan secara singkat mengenai 3 faktor di atas, yaitu sebagai berikut:

#### **1) Faktor Proses Belajar**

Proses belajar yang baik tentunya harus mendukung upaya menjelmakan pembelajaran pada setiap pesertanya. Dipihak lain proses belajar mengarahkan kita pada pemahaman tentang metode pengajaran yang efektif, metode distribusi, atau metode pengajaran

terprogram, kesemuanya merupakan poin-poin yang akan mengarahkan pada pencapaian keterampilan.

## 2) Faktor Pribadi

Setiap pribadi merupakan individu yang berbeda-beda, baik dalam hal fisik, mental emosional, maupun kemampuan-kemampuannya. Ada ungkapan yang sering didengar dalam kehidupan sehari-hari bahwa si A berbakat besar dalam tennis, si B berbakat dalam olahraga-olahraga individu. Kesemua itu tidak lain merupakan pertanda bahwa kita merupakan individu-individu yang memiliki ciri, kemampuan, minat, kecenderungan, serta bakat yang berbeda-beda dengan mengakui adanya perbedaan tersebut di atas pada siswa yang mempelajari gerak, maka tidak mengherankan pula bahwa kesuksesan seseorang dalam menguasai sebuah keterampilan gerak banyak juga ditentukan oleh ciri-ciri atau kemampuan dan bakat. Singer dalam buku karangan Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 72) bahwa ada 12 faktor pribadi yang sangat berhubungan dengan upaya pencapaian keterampilan, yaitu:

- a) Ketajaman indera, kemampuan indera untuk mengenali rangsangan secara akurat.
- b) Persepsi yaitu kemampuan untuk membuat arti dari situasi yang berlangsung.
- c) Intelegensi yaitu kemampuan untuk menganalisis dan memecahkan masalahserta membuat keputusan-keputusan yang berhubungan dengan penampilan gerak.

- d) Ukuran fisik, adanya tingkat 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.
- 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 bisa 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 yang ekstrim seperti agresivitas, kebutuhan berafiliasi, atau perilaku lain yang dapat atau tidak dapat dimanfaatkan, tergantung situasi yang terjadi.
- k) Jenis kelamin, yaitu pengaruh komposisi tubuh, pengalaman, faktor-faktor budaya pada pelaksanaan kegiatan dan keinginan untuk berprestasi.
- l) Usia, yaitu pengaruh usia kronologis dan kematangan pada kesiapan dan kemampuan untuk mempelajari dan menampilkan tugas tertentu.

### 3) Faktor situasional

Sesungguhnya faktor ini lebih mengarah kepada keadaan atau lingkungan sekitar, sehingga faktor ini berasal dari lingkungan ketika lingkungan mendukung berarti pribadi yang berada disekitarnya juga mengalami hal yang sama dalam hal ini mengenai pencapaian keterampilan.

Dapat disimpulkan bahwa dari untuk mencapai keterampilan yang ingin dicapai perlu juga diperhatikan mengenai faktor yang berpengaruh dalam mencapai keterampilan. Dari ketiga pemaparan mengenai faktor keterampilan di atas faktor yang berpengaruh justru mengarah pada faktor pribadi yang telah dijelaskan secara singkat di atas terdapat 12 faktor yang dapat berpengaruh terhadap pencapaian seseorang untuk memperoleh tingkat keterampilan yang baik.

#### **2.1.3 Keterampilan Bermain Sepakbola**

Menurut Sucipto dkk (2000: 8-9), ada tiga gerakan keterampilan yang paling dominan dalam bermain sepakbola yaitu lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Gerakan lokomotor dalam sepakbola adalah gerakan berpindah tempat, seperti lari, melompat dan loncat.

Gerakan non-lokomotor dalam sepakbola adalah gerakan yang tidak berpindah tempat seperti menjankau, melenting, membungkuk dan meliuk. Sedangkan gerakan manipulatif seperti gerakan menendang, menggiring, menyundul, merampas, dan menangkap bola.

Keterampilan bermain sepakbola merupakan perpaduan keterampilan beberapa gerakan yang dilakukan dengan waktu hampir

bersamaan dengan waktu yang sesingkat mungkin. Gerakan tersebut merupakan gerakan teknik-teknik dasar dalam sepakbola baik pergerakan dengan bola seperti mengiring, menendang, dan menangkap bola maupun tanpa bola seperti berlari dan mencari ruang. Menurut Luxbacher (2011: 11 dan 47), mengoper merupakan bagian paling penting dalam keterampilan bermain sepakbola, karena mengoper merupakan jalinan vital untuk menghubungkan antar siswa.

Sedangkan keterampilan melindungi bola dalam permainan sepakbola yaitu teknik lanjutan untuk *mendribbling* bola, melindungi bola adalah menempatkan tubuh di antara bola dan lawan yang mencoba merebut bola yang kita kuasai. Keterampilan bermain sepakbola sangatlah kompleks, selain keterampilan teknik-teknik dasar juga harus dikuasai keterampilan pendukung seperti kemampuan fisik, kecepatan, keterampilan membaca permainan, menyesuaikan diri dengan perubahan situasi permainan dan membaca ruang.

Menurut Clive Gifford (2003: 40), penjaga gawang harus memiliki keterampilan berkomunikasi dan mengetahui cara untuk berkonsentrasi dengan baik. Selain itu dalam mengambil keputusan seorang penjaga gawang harus dengan cepat, cermat, dan tenang dalam menghadapi pertandingan.

Keterampilan bermain sepakbola merupakan keterampilan satu tim yang saling berkomunikasi dan bekerjasama untuk menerapkan beberapa keterampilan yang ada dan boleh dilakukan, baik seorang penjaga gawang maupun sepuluh siswa di depan merupakan kesatuan sebuah tim yang menerapkan berbagai keterampilan teknik dasar untuk

diterapkan saat bertahan maupun menyerang untuk memperoleh kemenangan.

#### **2.1.4 Permainan Sepakbola**

Pada hakikatnya permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang menggunakan bola sepak. Sepakbola dimainkan di lapangan rumput maupun sintesis dengan ukuran panjang: 110 meter 120 meter dan lebar: 60-90 meter, oleh dua regu yang saling berhadapan dengan jumlah siswa tiap regu 11 orang.

Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan. Adapun karakteristik yang menjadi ciri khas permainan ini adalah memainkan bola dengan menggunakan seluruh tubuh kecuali tangan.

Negara Inggris memperkenalkan peraturan permainan sepakbola pada tahun 1863, dengan istilah yang lebih modern, *kick and run*. Sepakbola merupakan permainan yang dilakukan oleh dua regu, setiap tim terdiri atas 11 siswa. Permainan sepakbola membutuhkan kerja sama tim yang kompak. Di samping itu variasi dan kombinasi teknik-teknik dasar juga diperlukan dalam permainan ini.

Teknik-teknik dasar permainan sepakbola sangat penting untuk diketahui, sebagai langkah menuju permainan yang baik dan menarik untuk ditonton. Teknik-teknik dasar itu adalah menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, menyundul bola, dan melempar bola. Selain teknik-teknik dasar yang disebutkan di atas ada juga hal

yang sangat penting untuk menunjang keberhasilan dalam bermain sepakbola, yaitu formasi serta pemilihan posisi siswa dalam sepakbola.

Ada beberapa formasi yang sering dilakukan dalam permainan sepakbola tersebut. Hal itu dilakukan untuk dijadikan sebagai suatu alat atau perantara agar di dalam permainan sepakbola setiap anggota atau siswanya saling berkomunikasi dan bekerja sama untuk mencetak angka.

Menurut Pendapat dari Agus Salim (2007: 91), permainan sepakbola lebih spesifik karena permainan dimulai dengan satu tendangan di titik tengah lapangan yang biasanya dilakukan oleh dua siswa yang berposisi sebagai penyerang, namun begitu tidak ada peraturan yang menetapkan hal ini. Bola harus ditendang ke depan pada separuh lapangan milik lawan dengan jarak keliling dari bola tersebut (sekitar 27 inchi atau 688 mm). Pendapat dari Agus Salim tersebut di atas mungkin lebih menjelaskan kepada teknis melakukan permainan sepakbola.

Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa pemilihan posisi siswa harus tepat sesuai keterampilannya. Koordinasi dan kerja sama antar siswa harus baik. Siswa harus tahu saat yang tepat untuk bertahan dan menyerang. Permasalahan yang ada di dalam tim harus diselesaikan dengan baik agar tidak mengganggu jalannya permainan, dan setiap tim harus selalu menaati peraturan yang ada di dalam permainan sepakbola tersebut.

#### **2.1.5 Teknik Dasar Sepakbola**

Teknik dasar permainan sepakbola terdiri atas beberapa macam yaitu menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merebut bola,



lemparan ke dalam, gerak tipu, dan teknik khusus penjaga gawang. Teknik dasar yang utama dalam permainan sepakbola adalah teknik dasar menendang bola, karena teknik menendang bola tidak hanya dibutuhkan oleh siswa depan, namun juga diperlukan siswa belakang, siswa tengah, dan bahkan oleh penjaga gawang.

Sebelas individu menyatukan bakat dan kemampuan dalam satu unit yang bersatu padu merupakan tujuan utama dari tim sepakbola. Namun untuk mencapai tujuan tersebut hanyalah angan-angan kecuali jika semua anggota tim menguasai keterampilan mengoper dan menerima bola dengan baik.

Untuk bermain sepakbola dengan baik siswa dibekali dengan teknik dasar yang baik, siswa yang memiliki teknik dasar yang baik, siswa itu cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Adapun teknik dasar yang harus dimiliki oleh siswa tersebut adalah:

#### **2.1.5.1 Menendang Bola**

Dalam sepakbola, tendangan adalah bagian unsur teknik dasar sepakbola yang sangat penting, karena seorang siswa sepakbola harus memiliki kemampuan yang baik untuk teknik menendang bola. Menendang bola merupakan teknik dengan bola yang paling banyak dilakukan dalam permainan sepakbola. Maka teknik menendang bola merupakan dasar bermain sepakbola.

Siswa yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan baik, tidak akan mungkin menjadi siswa yang baik. Kesebelasan yang baik adalah suatu kesebelasan yang semua siswanya menguasai teknik

menendang dengan baik, cepat, cermat, dan tepat pada sasaran, sasaran teman maupun dalam membuat gol ke gawang lawan.

Menurut Komarudin (2005: 44-48), menendang bola (*passing*) dibagi dua yaitu operan pendek dan operan panjang.

a. Operan Pendek.

Kemampuan melakukan operan sama pentingnya dengan teknik menguasai bola bagi pesepakbola. Hal ini dikarenakan sepakbola adalah olahraga tim, yang berarti seorang siswa mempunyai 10 teman yang dapat diajak bekerja sama, dengan satu tujuan yaitu mencetak gol sebanyak-banyaknya.

Kemampuan operan yang baik akan sangat menyulitkan kita untuk mengatur tempo penyerangan. Kemampuan akurasi operan pendek pada sepakbola modern, dapat kita contoh dari siswa seperti Roy Keane, Juninho P yang mempunyai naluri melayani siswa lain. Operan pendek yang menyusur tanah atau bawah, dapat dilakukan dengan baik saat sikap kedua kaki berada di posisi yang benar, yaitu dengan memperhatikan kaki tumpu dan kaki ayun, perkenaan bagian bola, perkenaan kaki dengan bola, diakhir gerakan.

b. Operan panjang

Dilakukan pada saat siswa menenang bola melambung ke sasaran, sasaran tendangan biasanya mempunyai jarak yang relatife jauh dibandingkan dengan operan bawah. Sasaran tendangan adalah teman satu tim atau langsung penempatan ke gawang untuk mencetak gol.

Menurut Sucipto dkk (1999/2000: 17), menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Siswa yang memiliki teknik menendang dengan baik, akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah mengumpan (*passing*), menembak dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan. Pada dasarnya bermain sepakbola itu tidak lain dari permainan menendang bola.

Sedangkan teknik-teknik dasar lainnya bermula pada teknik menendang bola. Seperti pada teknik menghentikan bola, keterampilan itu merupakan kebalikan dari alur gerak teknik menendang bola. Perbedaan dari kedua teknik tersebut terletak pada menendang dan mendorong bola ke depan, sedangkan pada menghentikan bola mengikuti bola ke belakang.

Menurut Sucipto, dkk (1999/2000: 17-21) dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan beberapa macam, yaitu: menendang dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki dan punggung kaki bagian dalam. Oleh karena itu untuk menjadi siswa sepakbola yang baik dan berprestasi teknik menendang bola harus dikuasai dengan benar.

Atas dasar bagian kaki yang digunakan, teknik menendang bola dibagi menjadi beberapa macam antara lain:

- 1) Tendangan dengan kaki bagian dalam
  - a) Kaki tumpu: kaki tumpu ditempatkan di samping bola, ujung kaki tumpu diarahkan ke arah jalan bola, kaki tumpu ikut membantu gerakan kaki ayun atau kaki tendang.

- b) Kaki tendang: kaki tendang diputar, kaki bagian dalam diarahkan ke arah jalan bola, lutut sedikit dibengkokkan dan telapak kaki tendang sejajar dengan tanah.
- 2) Tendangan dengan kura (punggung kaki) bagian dalam
- a) Kaki tumpu: mengambil awalan dengan membentuk busur atau melengkung kira-kira  $45^\circ$ , kaki ditempatkan kira-kira 2 atau 3 telapak kaki di samping belakang bola dan lutut sedikit dibengkokkan serta kaki tumpu membantu gerakan kaki tendang.
  - b) Kaki tendang: kaki tendang, pinggang dan lutut diputar, perkenaan pada bagian dalam dari kura-kura kaki.
- 3) Tendangan dengan kura-kura bagian luar
- a) Kaki tumpu: menendang dengan menggunakan kaki kanan dari arah sebelah kanan, kaki tumpu kira-kira 1 atau 2 telapak kaki di samping belakang bola, kekuatan berada pada kaki tumpu.
  - b) Kaki tendang: kaki tendang, pinggang dan lutut diputar, perkenaan kaki bagian kura-kura, sebelah luar, mulai dari jari-jari kaki sampai bagian mata kaki, tubuh bagian atas sedikit miring ke arah kaki tumpu pada saat menendang, gerakan lanjutan dari kaki tendang (*follow through*).
- 4) Tendangan dengan kaki kura bagian atas
- a) Kaki tumpu: kaki tumpu ditempatkan di samping bola, kaki tumpu diarahkan ke arah tendangan, lutut kaki tumpu sedikit dibengkokkan.
  - b) Kaki tendang: ayunkan kaki tumpu diikuti oleh gerakan pinggang, perkenaan kura-kura kaki bagian atas tepat di tengah bola,

pergelangan kaki dikakukan atau dikuatkan, ujung kaki tendang diarahkan ke bawah, pada saat melakukan tendangan tubuh bagian atas berada di atas bola.

Jadi dapat didefinisikan bahwa menendang dalam sepakbola tidak hanya untuk mencetak angka/memasukkan bola ke dalam gawang melalui tendangan namun menendang juga dapat berfungsi untuk menyapu untuk menggagalkan serangan lawan. Selain itu teknik yang dilakukan pada saat akan menendang haruslah benar dan tidak hanya sekedar menendang.



**Gambar 2. 1 Menendang bola**

#### **2.1.5.2 Menggiring Bola (*Dribbling*)**

*Dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua siswa harus menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan (Danny Mielke, 2007: 1). Ketika siswa telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, maka pengaruhnya di dalam pertandingan akan sangat besar.

Di thesis karangan Subagyo Irianto menjelaskan bahwa teknik menggiring bola merupakan teknik fundamental yang harus dikuasai oleh

siswa sepakbola khususnya pada saat melakukan serangan, selain itu digerakan menggiring bola memerlukan serangkaian gerakan yang kompleks. Sebagai akibatnya tidak semua pesepakbola dapat melakukan teknik menggiring bola dengan baik.

Tujuan dari menggiring bola adalah untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong, melepaskan diri dari kawalan, membuka ruang untuk kawan, serta menciptakan peluang untuk melakukan *shooting* ke gawang lawan (Komarudin, 2005: 43).

Di dalam melakukan teknik menggiring bola pada dasarnya, bola itu ditendang secara terputus-putus atau pelanpelan, sehingga bagian kaki yang digunakan baik untuk menendang atau menggiring bola adalah sama. Menggiring bola bertujuan untuk mendekatkan jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan (Sucipto dkk. 2000: 28).

Kemahiran menggiring bola merupakan tuntutan utama dalam teknik perorangan. Pelaksanaan menggiring bola adalah membawa bola dengan cepat ke depan dan umpan pendek serta kedua kaki silih berganti.

Dalam buku Sepakbola karangan Sucipto, dkk (1999/2000: 28-31) menyatakan bahwa ada beberapa macam cara untuk menggiring diantaranya:

1) Menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam.

Analisis:

- a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola.
- b) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak ditarik ke belakang hanya diayunkan ke depan

- c) Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh/ didorong ke depan
  - d) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
  - e) Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola
  - f) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan
  - g) Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.
- 2) Menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian luar:
- Analisis:
- a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki bagian luar
  - b) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola hanya menyentuh dan mendorong bola ke depan
  - c) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai
  - d) Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola
  - e) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan
  - f) Kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan

3) Menggiring bola dengan punggung kaki:

Analisis:

- a) Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki
- b) Kaki yang digunakan untuk menggiring bola hanya menyentuh dan mendorong bola ke depan
- c) Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai
- d) Pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola
- e) Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan
- f) Kedua lengan menjaga keseimbangan disamping badan.



**Gambar 2. 2 Menggiring Bola**



### 2.1.5.3 Menyundul Bola (*Heading*)

Salah satu teknik dasar yang dapat digunakan pada semua posisi dan sudut lapangan yaitu menyundul bola, yang umumnya dilakukan dengan kepala.

Menyundul bola memerlukan koordinasi yang baik antara kedua lengan, bahu, leher, kepala, serta kaki sebagai tumpuan atau tolakan saat berduel di udara. Menyundul bola pada hakikatnya memainkan bola dengan kepala. Tujuan menyundul bola dalam permainan sepakbola adalah untuk mengumpan, mencetak gol, dan untuk mematahkan serangan lawan/membuang bola (Sucipto dkk, 1999/2000: 32).

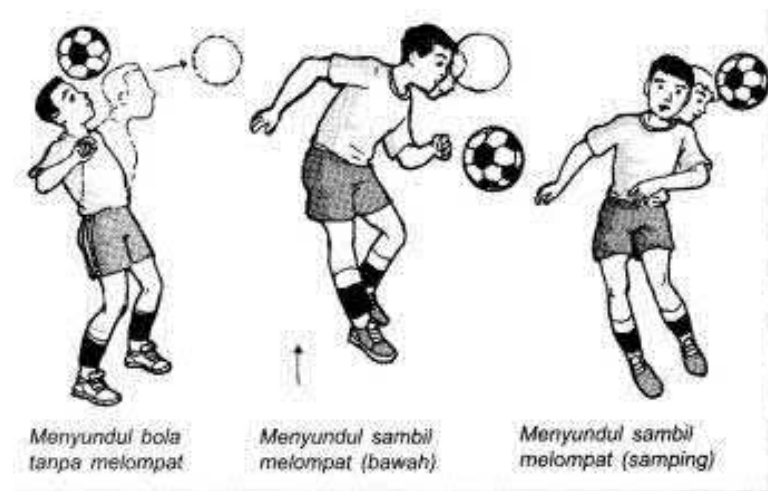
*Heading* memberikan dimensi yang cukup besar dalam permainan. Para siswa bisa melakukan *heading* ketika sedang meloncat, melompat kedepan, menjatuhkan diri (*diving*), atau tetap diam dan mengarahkan bola dengan tajam ke gawang atau teman satu tim.

Ada beberapa macam cara untuk menyundul bola, dalam bukunya dengan judul sepakbola karangan Sucipto dkk (2000: 33-35) menjelaskan bahwa ada dua cara untuk melakukan sundulan :

- 1) Menyundul bola sambil berdiri :
  - a) Posisi badan tegak, kedua kaki dibuka selebar bahu atau salah satu kaki maju ke depan dan menghadap kesasaran
  - b) Kedua lutut sedikit ditekuk
  - c) Lentingkan badan ke belakang, pandangan diarahkan ke datangnya bola, dan dagu merapat dengan leher.

- d) Dengan gerakan bersamaan otot-otot perut, dorongan panggul, dan kedua lutut diluruskan, badan dilecutkan ke depan sehingga dahi mengenai bola
  - e) Seluruh berat badan diikutsertakan ke depan, sehingga berat badan berada di depan dan menghadap ke sasaran.
  - f) Salah satu kaki maju ke depan sebagai gerakan lanjutan.
  - g) Kedua lengan menjaga keseimbangan.
- 2) Menyundul bola sambil meloncat atau melompat:
- a) Meloncat atau melompat sesuai dengan datangnya bola
  - b) Pada saat mencapai titik tertinggi, badan dilentingkan, otot-otot leher dikontraksikan, pandangan ke sasaran dan dagu merapat dengan leher
  - c) Dengan gerakan bersamaan otot-otot perut, panggul, dan badan didorong ke depan sehingga dahi mengenai bola.

Jadi untuk melakukan gerakan menyundul pada dasarnya atau pada prinsipnya sama yaitu pandangan selalu menghadap ke arah sasaran/ bola, seluruh badan tegak, otot-otot yang berkontraksi adalah otot perut, dan menjaga keseimbangan yang sangat perlu dibutuhkan dalam melakukan gerakan ini.



**Gambar 2. 3 Menyundul Bola**

#### 2.1.5.4 Melempar Bola ke dalam (*Throw-In*)

Melakukan lemparan ke dalam berarti memulai kembali permainan, yang berupa operan kepada rekan satu tim. Operan yang baik akan memudahkan temannya untuk mengarahkan bola. Bahkan saat ini tidak jarang siswa yang mempunyai kekuatan dan akurasi dalam melakukan lemparan menuju siswa penyerang yang ada di depan gawang lawan. (Komarudin, 2005: 58)

Lemparan ke dalam merupakan satu-satunya teknik dalam permainan sepakbola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan. Selain mudah untuk memainkan bola, dari lemparan ke dalam *off-side* tidak berlaku. Lemparan ke dalam dapat dilakukan dengan atau tanpa awalan, baik dengan posisi kaki sejajar maupun salah satu kaki ke depan.

Lemparan ke dalam *throw-in* adalah salah satu keterampilan yang sering diabaikan dalam sepakbola. Penggunaan *throw-in* yang benar

dapat menciptakan banyak peluang untuk mengontrol bola dan mencetak gol selama pertandingan (Danny Mielke, 2007: 40).

Salah satu kunci keberhasilan dalam melakukan *throw in* adalah komunikasi. Pelempar dan penerima bola harus mengetahui apa yang akan dilakukan masing-masing sebelum lemparan tersebut dilakukan. Arah dan kecepatan penerima bola akan menentukan bagaimana pelempar bola melemparkan bolanya.



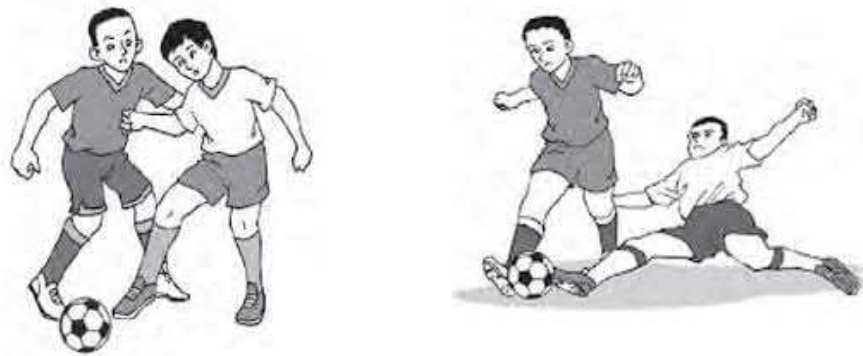
**Gambar 2. 4 *Throw in***

#### **2.1.5.5 Merampas atau Merebut Bola**

Teknik merampas bola pada dasarnya adalah teknik yang sama dengan menendang bola, yaitu mengambil bola dari penguasaan lawan dengan bagian kaki. Merampas bola dapat dilakukan dengan cara membendung, mendorong, dan menendang bola.

Merampas bola merupakan upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan. Merampas bola dapat dilakukan sambil berdiri (*standing tackling*) dan sambil meluncur (*sliding tackling*) (Sucipto dkk,

2000: 34). Dalam merebut bola dapat dilakukan dengan cara berdiri, melayang, ataupun sambil menjatuhkan tubuh baik dari depan, samping, ataupun belakang.



**Gambar 2. 5 Merampas Bola**

#### **2.1.5.6 Teknik Khusus Penjaga Gawang**

Menjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepakbola. Teknik menjaga gawang meliputi menangkap bola, melempar bola dan menendang bola (Sucipto dkk, 2000: 38-39).

Seorang penjaga gawang yang baik bisa menjadi inspirasi bagi tim. Penjaga gawang harus melatih banyak alternatif tendangan, posisi, dan teknik penyelamatan bola. Di dalam pertandingan, penjaga gawang perlu menentukan pilihan dan membuat keputusan.

Penjaga gawang harus selalu bergerak untuk menempati posisi yang menguntungkan sesuai dengan kemungkinan arah tembakan. Penjaga harus mengenali seberapa jauh dia bisa bergerak dari garis gawang untuk mengurangi sudut tembakan lawan tanpa membahayakan penyelamatan bola yang mungkin melayang tinggi di atas kepala (Danny Mielke, 2007: 103-105).



**Gambar 2. 6 Teknik Khusus Penjaga Gawang**

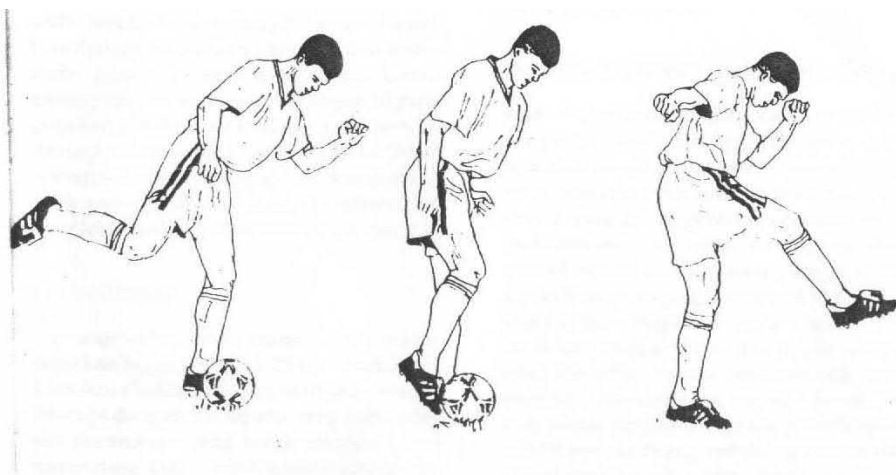
#### **2.1.5.7 Menendang bola ke gawang (*shooting*)**

Terjadinya gol adalah saat yang paling dinantikan oleh penggemar sepakbola di dunia. Lebih dari 70% dari gol-gol tersebut berasal dari tembakan atau *shooting*. Menendang bola ke gawang dengan kaki dapat dilakukan dengan semua bagian kaki, namun secara teknik agar bola dapat ditendang dengan baik dapat dilakukan dengan punggung kaki atau kura – kura kaki, sisi kaki bagian dalam, sisi kaki bagian luar, punggung kaki bagian dalam dan punggung kaki bagian luar.

Kemampuan seseorang menendang bola harus diimbangi dengan cara memperoleh, membawa, dan menembak bola ke dalam gawang. Menurut Sucipto dkk (2000: 20), analisis gerak *shooting* 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 dan lutut agak sedikit ditekuk.
- 2) Kaki tendangan berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke sasaran.

- 3) Kaki tendang ditarik ke belakang bola 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 sasaran.
- 6) Pandangan mengikuti jalannya bola dan ke sasaran Menendang bola adalah faktor terpenting dalam permainan sepakbola. Menendang bola merupakan salah satu teknik menggunakan bola yang sering dilakukan dalam permainan sepakbola. Keberhasilan dalam menendang bola ke gawang dengan baik, siswa harus menguasai serangkaian kemahiran yang bisa dipelajari. Penendang bola harus bisa menembak dengan tepat dan kencang. Bola yang diam, terguling, melambung, dan melayang harus bisa diarahkannya ke gawang dengan kaki atau kepala dan dari posisi yang bermacam-macam.



**Gambar 2. 7 Menembak Bola**

### **2.1.6 Hakikat Sekolah Sepakbola (SSB)**

Jumlah anak- anak yang aktif dalam olahraga mencapai jutaan. Baru-baru ini, Asosiasi Perlengkapan Olahraga Nasional melaporkan terdapat 13 juta orang bermain sepakbola. Jumlah tersebut pasti telah memberi pengaruh yang sangat jelas bagi banyak aspek dalam kebudayaan kita. Sebagai bukti, jumlah ibu-ibu siswa bola sangat besar dan sangat berperan dalam pemilihan presiden, serta terdapat sejumlah besar siswa remaja dari berbagai negara datang ke Amerika Serikat untuk mengikuti ratusan turnamen yang diadakan di sana.

Jadi tidak mengherankan apabila baru-baru ini sekolah sepakbola kembali pilihan orang tua untuk memberikan pendidikan mengenai olahraga khususnya di bidang sepakbola yang tidak lain memiliki tujuan untuk mendorong putranya menjadi siswa sepakbola dan dapat membanggakan keluarga bahkan negara.

Tidak dipungkiri lagi bahwa sepakbola adalah olahraga yang sangat digemari di seluruh dunia dan di Indonesia juga pada khususnya karena apabila telah menjadi siswa yang profesional maka harga diri siswa tersebut menjadi naik dan bahkan dihormati oleh orang lain tidak sedikit pula yang menjadikan sepakbola adalah sebagai pekerjaan.

Maka dari itu sekolah sepakbola saat ini banyak mencari dan banyak yang mendirikan mengingat semakin tingginya animo orang-orang yang menyukai permainan ini. Sekolah sepakbola atau yang biasa disingkat SSB merupakan wadah pembinaan usia muda di Indonesia. Dalam situasi perkembangan sepakbola modern, serta di tengah tantangan yang mendera para pembina sepakbola usia muda, seluruh SSB yang ada harus mengambil peran yang lebih optimal. Hal ini karena



SSB praktis menjadi satu-satunya tempat bagi anak-anak dan remaja yang ingin belajar sepakbola (Ganesha Putera, 2010: 17) yang dikutip oleh Lucky Edwardo (2011: 32).

Sekolah sepakbola (SSB) merupakan suatu lembaga yang memberikan pengetahuan/mengajarkan tentang teknik dasar sepakbola dan keterampilan bermain sepakbola kepada siswa mulai dari cara dan penguasaan teknik-teknik sepakbola dengan baik dan benar (Subagyo Irianto, 2010: 12).

Sekolah sepakbola (SSB) merupakan sebuah organisasi olahraga khususnya sepakbola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet. Tujuan sekolah sepakbola untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan sekolah sepakbola lainnya, dapat memuaskan masyarakat dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi. menurut Soedjono, (1999: 2) yang dikutip oleh Dwi Wahyu Utomo, (2011: 17). Tujuan sekolah sepakbola sebenarnya untuk menampung dan memberikan kesempatan bagi para siswa dan mengembangkan bakatnya.

Dari beberapa pengertian sekolah sepakbola di atas, dapat disimpulkan bahwa sekolah sepakbola (SSB) adalah suatu lembaga yang mengajarkan cara-cara bermain sepakbola dengan baik dan benar. Selain itu yang dimaksud sekolah sepakbola adalah suatu organisasi olahraga khususnya sepakbola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi siswa, agar mampu menghasilkan siswa yang berkualitas dalam sepakbola serta mengembangkan potensi anak usia dini.

### **2.1.7 Profil Sekolah Sepakbola Pawana Wanayasa.**

Sekolah Sepakbola Pawana Wanayasa merupakan salah satu kelompok sepakbola yang sudah lama berkembang di Kecamatan Wanayasa, Kabupaten Banjarnegara, Jawa Tengah. Yang lebih spesifik lagi SSB ini terletak ditengah-tengah kecamatan atau dipusat kecamatan yang terdapat sebuah lapangan sepakbola yang cukup bagus, lapangan ini sering digunakan untuk turnamen sepakbola, SSB Pawana Wanayasa terletak pusat kecamatan Wanayasa kabupaten Banjarnegara.

Sekolah Sepakbola ini didirikan pada tahun 1992. Bapak Koko, beliau adalah pendiri SSB ini, seorang yang gemar berolahraga dan mantan siswa Persibara Banjarnegara. Ketika beliau sudah pensiun dari dunia sepakbola dari situ beliau berinisiatif mendirikan SSB untuk pembinaan sepakbola usia dini. Disamping itu beliau juga mempunyai anak siswa sepakbola juga yang sekarang menjadi salah satu pelatih di SSB ini. Awal SSB ini berdiri hanya mempunyai kurang lebih 40 siswa, Setelah berjalannya waktu SSB ini mengalami kemajuan yang sangat pesat sampai dengan sekarang SBB ini mempunyai 120 siswa dari kelompok usia 7, 10, 12, 13, 15, dan 17 tahun. Siswa kebanyakan dari daerah sekitar Kecamatan Wanayasa. Adapun tujuan didirikannya SSB Pawana Wanayasa ini yaitu:

- a. Menyebarkan dan memajukan sepakbola di wilayah Kecamatan Wanayasa dan sekitarnya untuk mencapai prestasi yang tinggi dan dapat membangkitkan rasa kebanggaan masyarakat.
- b. Memupuk watak kepribadian, disiplin, jiwa sportivitas dan persatuan dan kesatuan insan sepakbola dalam rangka pembangunan manusia Indonesia seutuhnya.

- c. Ikut serta dalam memajukan persepakbolaan nasional dengan cara membina dan mencari bibit-bibit siswa berbakat usia dini.
- d. Sebagai wadah pembinaan sepakbola usia dini.

### **2.1.8 Karakteristik Anak Usia 10-12 tahun**

Anak usia 10-12 tahun adalah termasuk dalam masa usia dini di mana peserta didik usia Sekolah Dasar yaitu individu-individu yang selalu aktif melakukan konfrontasi baik terhadap alam sekitarnya, maupun terhadap dirinya sendiri. Anak usia dini tidak hanya selalu ingin tahu tentang sesuatu, tetapi juga selalu ingin mencoba dan mengalami. Anak usia dini juga merupakan individu-individu yang aktif bergerak seperti berlari, melompat, melempar, memanjat, dan sebagainya. Hampir semua stimulus yang datang selalu direspon dengan gerak. Pada masa usia Sekolah Dasar kematangan perkembangan motorik pada umumnya dicapai, karena itu anak sudah siap menerima pelajaran keterampilan.

Masa anak usia dini merupakan masa yang sangat bagus untuk olahraga, karena pada masa ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Aktivitas fisik yang cukup akan membantu anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Melakukan aktivitas gerak tubuh bukan hanya bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik semata melainkan juga sangat penting untuk perkembangan daya pikir dan kreatifitasnya.

Menurut Suwarno (2001: 2), anak usia 10-12 tahun merupakan fase pengembangan kedua, yaitu fase pengembangan teknik di mana pada usia ini 20 lebih banyak dilatihkan unsur-unsur teknik dasar. Menurut

Sukintaka, (2001: 26-27), anak dengan umur 10-12 tahun mempunyai karakteristik:

a. Karakteristik secara jasmani:

- 1) Pertumbuhan otot lengan dan tungkai semakin bertambah.
- 2) Ada kesadaran mengenai badannya.
- 3) Anak laki-laki lebih menguasai permainan kasar.
- 4) Pertumbuhan tinggi dan berat tidak baik.
- 5) Kekuatan otot tidak menunjang pertumbuhan.
- 6) Waktu reaksi semakin baik.
- 7) Perbedaan akibat jenis kelamin makin nyata.
- 8) Koordinasi makin baik.
- 9) Badan lebih sehat dan kuat.
- 10) Tungkai mengalami masa pertumbuhan yang lebih kuat bila dibandingkan dengan bagian anggota atas.
- 11) Perlu diketahui bahwa ada perbedaan kekuatan otot dan keterampilan antara anak laki-laki dengan putri.

b. Psikis atau mental:

- 1) Kesenangan pada permainan dengan bola makin tambah.
- 2) Menaruh perhatian kepada permainan yang terorganisasi.
- 3) Sifat kepahlawanan kuat.
- 4) Belum mengetahui problem kesehatan masyarakat.
- 5) Perhatian kepada teman sekelompok makin kuat.
- 6) Perhatian kepada bentuk makin bertambah.
- 7) Beberapa anak mudah menjadi putus asa dan akan berusaha bangkit bila tidak sukses.

- 8) Mempunyai rasa tanggung jawab untuk menjadi dewasa.
- 9) Berusaha untuk mendapatkan guru yang dapat membenarkannya.
- 10) Mulai mengerti tentang waktu, dan menghendaki segala sesuatunya selesai pada waktunya.
- 11) Kemampuan membaca mulai berbeda, tetapi anak mulai tertarik pada kenyataan yang diperoleh lewat bacaan.

c. Sosial dan emosional:

- 1) Pengantara rasa emosinya tidak tetap dalam proses kematangan jasmani.
- 2) Menginginkan masuk ke dalam kelompok sebaya, dan biasanya Perbedaan antara kelompok sebaya ini akan menyebabkan kebingungan pada tahap ini.
- 3) Mudah dibangkitkan.
- 4) Putri menaruh perhatian terhadap anak laki-laki.
- 5) Ledakan emosi biasa saja.
- 6) Rasa kasih sayang seperti orang dewasa.
- 7) Senang sekali memuji dan mengagungkan.
- 8) Suka mengkritik tindakan orang dewasa.
- 9) Laki-laki membenci putri, sedang putri membenci laki-laki yang lebih tua.
- 10) Rasa bangga berkembang.
- 11) Ingin mengetahui segalanya.
- 12) Mau mengerjakan pekerjaan bila didorong oleh orang dewasa.
- 13) Merasa sangat puas bila dapat menyelesaikan, mengatasi, dan mempertahankan sesuatu, atau tidak berbuat kesalahan, karena mereka akan merasa tidak senang kalau kehilangan atau berbuat kesalahan.

- 14) Merindukan pengakuan dari kelompoknya.
- 15) Kerjasama meningkat, terutama sesama laki-laki. Kualitas kepemimpinannya mulai nampak.
- 16) Senang pada kelompok, dan ambil bagian dalam membuat rencana serta mampu memimpin.
- 17) Menyukai pada kegiatan kelompok, melebihi kegiatan individu, mudah untuk bertemu.
- 18) Senang merasakan apa yang mereka kehendaki.
- 19) Loyal terhadap kelompoknya.
- 20) Perhatian terhadap kelompok yang sejenis sangat kuat.

Menurut Sukintaka (2001: 54), mengatakan bahwa untuk tahap kerja kemampuan motorik dan fisik anak usia 10-12 tahun adalah:

- a) Aktivitas Rekreasi
  - 1) Mengembangkan pengetahuan keterampilan dalam permainan masyarakat dan aktivitasnya.
  - 2) Mengembangkan keterampilan sosial yang berguna bagi hidup kemudian.
  - 3) Menunjukkan aktivitas kepemimpinan sosial untuk dilaksanakan.
- b) Aquatik
  - 1) Daya tahan bertambah.
  - 2) Ada penambahan koordinasi anatara lengan dan tungkai.
  - 3) Ada perbaikan dalam pernafasan.
- c) Aktivitas Ritmis
  - 1) Pengembangan ketenangan dan keseimbangan.
  - 2) Mampu menampilkan dasar langkah.

- 3) Berkembangnya koordinasi tungkai, lengan, mata, dan tangan.
- d) Aktivitas Pengembangan
- 1) Perbaiki kekuatan lengan, bahu, punggung, dan tungkai.
  - 2) Mengkoreksi kekurangan kekuatan otot bilamana mungkin dengan frekuensi latihan yang banyak.
  - 3) Koreksi yang kuat pada bentuk tubuh melalui kebiasaan sehari-hari.
  - 4) Perbaiki parameter fisik.
- e) Tes Terhadap Diri Sendiri
- 1) Termotivasi bentuk dan kekuatan tubuh menjadi lebih baik.
  - 2) Koordinasi otot berkembang.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa anak usia 10-12 tahun sudah mulai beranjak dewasa, dalam sepakbola usia ini adalah usia yang bagus untuk mempelajari teknik dasar sepakbola dengan benar dan usia 10-12 tahun lebih menyukai permainan beregu dan menggunakan bola. Suasana kompetitif juga sudah ada dan unsur prestasi sebaiknya harus mulai dioptimalkan.

## **2.2 Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan sangat diperlukan guna mendukung kerangka teori-teori dan kerangka berpikir yang dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam pengajuan pertanyaan dalam penelitian.

- a) Penelitian yang dilakukan oleh Muchammad Rizky Fajar dan Achammad Widodo (2016) dengan judul “Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Antara Atlet SSB Petrogres, Bima Amora, Dan Puta Zodiac Usia 11-12 Tahun”. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui seberapa besar keterampilan teknik dasar sepakbola seperti, mengoper bawah, mengoper atas, menembak, melempar kedalam, menanduk, Syafi'i (2007). Hasil penelitian menunjukkan SSB Petrogres mempunyai jumlah skor rata-rata 474,5 dan masuk dalam kategori sedang, SSB Bima Amora mempunyai jumlah skor rata-rata 470,4 dan masuk dalam kategori kurang, sedangkan dengan SSB Putra Zodiac mempunyai jumlah skor rata-rata 475,7 dan masuk dalam kategori sedang.

- b) Penelitian yang dilakukan oleh Fafa Tarista (2016) mengacu pada tes buatan Syafi'i (2007) dengan judul "Survei Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola Mahasiswa pada SSB Rheza KU-14 Tahun". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar teknik dasar sepakbola pada SSB Rheza KU-14 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan teknik dasar sepakbola siswa SSB Rheza KU-14 tahun besar 562,6 dan masuk dalam kategori baik dengan dua pemain memiliki kategori sangat baik, 12 pemain memiliki kategori baik dan satu pemain memiliki kategori sedang. Rata-rata para siswa SSB Rheza KU-14 tahun lebih baik hasilnya menggunakan kaki kanan daripada kaki kiri. Khususnya pada teknik dasar menembak dan mengoper bola.

### **2.3 Kerangka Berpikir**

Keterampilan bermain sepakbola adalah hal yang wajib dikuasai oleh siswa sepakbola. Seorang siswa dengan keterampilan bermain sepakbola



yang baik, akan sangat mendukung performa di lapangan. Dalam peningkatan keterampilan bermain sepakbola, teknik dasar sepakbola erat sekali hubungannya dengan keberhasilan permainan ketika pertandingan. Teknik dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Namun teknik dasar yang dilatihkan juga harus diukur melalui suatu tes yang baku untuk menentukan sejauh mana tingkat keterampilan bermain sepakbola yang sudah dilatih.

Keterampilan bermain sepakbola sangatlah penting diberikan dan diajarkan kepada siswa pada Sekolah Sepakbola di daerah manapun, karena setiap pelatih akan melihat peningkatan atau sukses tidaknya salah satu siswanya berasal dari keterampilannya dalam bermain sepakbola. Selain itu keterampilan bermain sepakbola berhubungan dengan cara mengolah bola dan berkaitan dengan *skill* seorang siswa. Tanpa pemberian tentang keterampilan bermain sepakbola siswa menjadi terhambat dalam bermain sepakbola.

Karena proses yang dibutuhkan sangat lama untuk seseorang siswa bisa menguasai teknik dasar bermain sepakbola. Maka, sudah selayaknya jika dari sedini mungkin teknik dasar ini dilatihkan kepada mereka para siswa-siswa usia dini.

Untuk melihat tingkat keterampilan bermain sepakbola siswanya pelatih memerlukan evaluasi kepada siswa-siswanya. Dalam penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar seorang siswa sepakbola dengan menggunakan tes keterampilan sepakbola usia 10-12

tahun buatan Syafi'i (2007). Unsur-unsur yang dinilai atau diukur adalah unsur-unsur teknik dasar sepakbola yang meliputi *dribbling*, *short pass*, *long pass*, *throw-in*, *heading*, *shooting*, dan *juggling*.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah dilakukan analisis data penelitian mengenai keterampilan teknik dasar sepakbola siswa siswa SSB Pawana usia 10-12 tahun dapat diambil beberapa kesimpulan berdasarkan tes keterampilan teknik dasar sepakbola berupa *dribbling*, *short pass*, *long pass*, *throw-in*, *heading*, *shooting*, dan *juggling* diketahui bahwa kategori sangat baik sebesar 4,9% (2 siswa), kategori baik sebesar 46,3% (19 siswa), kategori sedang sebesar 26,8% (11 siswa), kategori kurang sebesar 22,0% (9 siswa), dan kategori sangat kurang sebesar 0,0% (0 siswa), berdasarkan tes keterampilan teknik dasar sepakbola siswa SSB Pawana usia 10-12 tahun dapat disimpulkan bahwa rata-rata keseluruhan siswa memiliki skor 519,13 termasuk dalam kategori sedang dengan persentase 26,83% atau sebanyak 11 siswa.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, saran yang dapat disimpulkan diantaranya:

1. Bagi Pelatih

Diharapkan dengan menggunakan panduan tes dan pengukuran keterampilan teknik dasar sepakbola usia 10-12 tahun buatan Syafii (2007) dapat meningkatkan teknik dasar sepakbola di SSB Pawana. Khususnya pada teknik dasar *Heading* dan *Juggling* yang sebagian besar masih kurang diharapkan pelatih dapat memberikan program latihan yang lebih efektif terhadap akurasi *heading* dan *Juggling* yaitu untuk

meningkatkan teknik dasar *Heading* siswa dilatih dengan menyundul bola menggunakan sasaran, sedangkan untuk meningkatkan teknik dasar *Juggling* dengan menggunakan bantuan bola digantung dengan tali.

## 2. Bagi Siswa

Dapat mengetahui sejauh mana tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola, sehingga diharapkan akan lebih meningkatkan keterampilan bermain sepakbola dan dapat meningkatkan pengetahuan tentang berbagai keterampilan dasar sepakbola.

## Daftar Pustaka

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin. 2016. *Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chyzowych, W. 1987. *The Official Soccer Book Of The United States Soccer Federation San Fransisco: Rand McNally & Company*.
- Clive, Gifford. 2003. *Sepakbola Panduan Lengkap untuk Permainan yang Indah*. Bandung: Erlangga.
- Fajar, M. R., Widodo, A. 2016. *Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Antara Atlet SSB Petrogres, Bima Amora, Dan Puta Zodiac Usia 11-12 Tahun*. Jurnal Kesehatan Olahraga. 5(2);16-28.
- FIFA, TT. *Player Of Tomorrow, For The Good Game*.
- Ganesha. 2010. *Pengaruh Sirkuit Training terhadap Kecakapan Menggiring Bola pada Siswa Sekolah Sepakbola Cakar Mas Berbah Sleman Kelompok Usia 15-16 Tahun*. 2012. Thesis Universitas Negeri Yogyakarta.
- Gifford, C. 2007. *Keterampilan Sepakbola*. Yogyakarta: PT Citra Aji Permana.
- Hargeaves, Alan. 2010. *Skills & Strategies For Coaching Soccer*. United States: Human Kinetics.
- Herwin, 2006. *Latihan Fisik Untuk Pemain Usia Muda*. Jurnal Olahraga Prestasi. Vol.2 (1).
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- Kiram, Yanuar. 1992. *Belajar Motorik*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Komarudin. 2005. *Diktat Pembelajaran Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan.

- Laksono, W. T. 2015. *Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di Smp Negeri 4 Sentolo*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Lucky, Edwardo. 2011. *Tingkat Kecakapan Bermain Sepakbola pada Siswa Sekolah Sepakbola Hisbulwathan Yogyakarta Usia 14-16 Tahun*. (Skripsi: FIK UNY)
- Luxbacher, J A. 2004. *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Gravindo Persada.
- Luxbacher, Joe. 2011. *Sepakbola Taktik dan Teknik Bermain*. Jakarta: PT Raja Gravindo Persada.
- Mielke, D. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Ma'mun, Amung & Yudha M Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Maksum, A. 2007. *Statistika*. Surabaya: Unipres Unesa.
- Martini. 2005. *Prosedur dan Prinsip-Prinsip Stastistika (dengan Penerapan di Bidang Olahraga)*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Mielke, D. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar.
- Nazir. 2009. *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Permana, Y A. 2008. *Bermain dan Olahraga Sepakbola*. Surabaya.
- Salim, Agus. 2007. *Buku Pintar Sepakbola*. Bandung: JEMBAR.
- Scheunemann, T. 2008. *Dasar-Dasar Sepakbola Modern*. Malang: DIOMA.
- Soedjono. 1999. *Sepakbola Taktik dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT Badan Penerbit KR.
- Soekatamsi. 1988. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Syafi'l, Imam. 1999. *Sepakbola Dasar (Edisi Revisi)*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan IKIP Surabaya. Surabaya: University Press IKIP Surabaya.
- Syafi'l, Imam. 2007. *Pengembangan Rangkaian Tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Usia Dini*. Disertasi Tidak Diterbitkan. Surabaya: Pasca Sarjana UNESA.
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepakbola*. Jakarta: Depdiknas.
- Subagyo Irianto. 2010. *Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk Sekolah Sepak Bola Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Tesis PPS-FIK UNY.

Suwarno K R. (2001). *Sepakbola Gerak Dasar dan Teknik Dasar*. Yogyakarta: FIK.

Suwarno. 2001. *Sepakbola Gerak Dasar dan Teknik Dasar*. Yogyakarta: FIK.

Sukintaka. 2001. *Teori Pendidikan Jamani*. Solo: ESA Garfika.

Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.