



**PROFIL PENGUASAAN KETERAMPILAN DASAR SEPAKBOLA ANAK
USIA 14-16 TAHUN PADA SEKOLAH SEPAKBOLA GRABAG
KABUPATEN MAGELANG**

SKRIPSI

**diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1
Untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang**

Oleh:

Shochibul Hudha

6301415142

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2020**

ABSTRAK

Shochibul hudha. 2020. Profil Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Anak Usia 14-16 Tahun Pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Drs. Moh. Nasution, M.Kes.

Penelitian ini di latar belakang oleh masih kurangnya keterampilan dasar sepakbola pada pemain SSB Grabag. Dilakukanya survei keterampilan dasar sepakbola bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola pada pemain kelompok usia 14-16 tahun pada SSB Grabag Kabupaten Magelang.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, metode yang digunakan survei dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Grabag usia 14-16 tahun yang berjumlah 20 anak. Instrumen yang digunakan adalah keterampilan dasar (*passing, dribbling, heading, dan shooting*). Data yang di peroleh dari hasil survei kemudian di analisis menggunakan teknik statistik yang dituangkan dalam bentuk presentase.

Hasil penelitian 1 anak dalam kategori sangat tidak baik 5.00%, 6 anak masuk dalam kategori tidak baik 30.00%, 10 anak masuk dalam kategori cukup 50.00%, 3 anak masuk dalam kategori baik 15.00%, dan 0 anak masuk dalam kategori baik sekali 0,00%. Saran bagi para pemain untuk dapat memaksimalkan kemampuan keterampilan dasar sepakbola yang masih kurang, seperti *passing, dribbling, heading, dan shooting* agar kemampuan yang maksimal dapat tercapai.

Tes diketahui tingkat keterampilan dasar sepakbola anak usia 14-16 tahun pada SSB Grabag Kabupaten Magelang yakni dengan nilai rata-rata *passing* 19,45%, *heading* 25,70%, *dribbling* 18,90%, *shooting* 8,30 adalah termasuk dalam kategori cukup.

Kata kunci :Sepakbola, Keterampilan dasar

ABSTRACT

Shochibul Huda. 2020. The Profile of Mastery of Basic Football Skills for Children Aged 14-16 Years at Grabag Soccer School, Kabupaten Magelang. The Final Project. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Adviser : Drs. Moh. Nasution, M.Kes.

This research is motivated by the lack of basic football skills in SSB Grabag players. Conducting a survey of basic soccer skills aims to determine the level of basic football skills in players aged 14-16 years at the SSB Grabag, Magelang Regency.

This type of research is descriptive quantitative, the method used is a survey with test and measurement techniques. The population in this study were 20 players of Grabag SSB aged 14-16 years. The instruments used are basic skills (passing, dribbling, heading, and shooting). The data obtained from the survey results then analyzed using statistical techniques as outlined in the form of a percentage.

The results of the study were 1 child was in the very bad category 5.00%, 6 children were in the bad category 30.00%, 10 children were in the enough category 50.00%, 3 children were in the good category 15.00%, and 0 children were in the very good category 0, 00%. Suggestions for players to be able to maximize the basic skills of football that are still lacking, such as passing, dribbling, heading, and shooting so that maximum abilities can be achieved.

The test shows that the level of basic football skills of children aged 14-16 years at SSB Grabag, Magelang Regency, with an average passing value of 19.45%, heading 25.70%, dribbling 18.90%, shooting 8.30 is included in the moderate category.

Keywords: Football, Basic Skills

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Shochibul Hudha

NIM : 6301415142

Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Profil Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Anak
Usia 14-16 Tahun Pada Sekolah Sepakbola Grabag
Kabupaten Magelang.

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

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

Semarang, 25 Agustus 2020

Yang menvatakan,



Shochibul Hudha
NIM. 6301415142

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul "Profil Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Anak Usia 14-16 Tahun Pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang"

Disusun oleh:

Nama : Shochibul Hudha
NIM : 6301415142
Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah di setujui oleh pembimbing untuk di ajukan ke panitia sidang ujian skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada tanggal ^{27/08} 2020 oleh :

Mengetahui


Ketua Jurusan



Sri Haryono, S.Pd., M.Or.

NIP. 19691113 199802 1 001

Pembimbing



Drs. Moh. Nasution, M.Kes.

NIP. 196404231990021001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi atas nama Shochibul Hudha, NIM. 6301415142, Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga S-1 dengan judul "Pofil Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola Anak Usia 14-16 Tahun Pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang", telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari: Kamis, tanggal 3 September 2020

Panitia Penguji

Ketua



Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd.
NIP. 196103201984032001

Sekretaris

Dr. Hadi, M.Pd.
NIP. 197903112006041001

Dewan Penguji

1. Drs. Wahadi, M.Pd.
NIP. 196101141986011001

(Penguji 1)

2. Dra. Kaswarganti Rahayu, M.Kes.
NIP. 196701191992032001

(Penguji 2)

3. Drs. Moh. Nasution, M.Kes.
NIP. 196404231990021001

(Penguji 3)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

Belajarliah mengucapkan syukur dari hal-hal baik di hidupmu. Belajarliah menjadi kuat dari hal-hal buruk di hidupmu. (B.J. Habibie)

PERSEMBAHAN:

1. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Sukarmin dan Ibu Riyanti. Terima kasih untuk semua do'a dan kasih sayang yang tak terhingga yang telah diberikan kepadaku.
2. Saudara, kakak-kakak saya yang selalu memberikan semangat, motivasi dan dukungan kepada saya.
3. Teman-teman sayaterima kasih atas semuanya, motivasi dan dorongan yang diberikan kepada saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan pembuatan skripsi ini. Penulisan skripsi ini merupakan pemenuhan sebagai syarat untuk menyelesaikan program studi Strata satu pada jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Seiring dengan rasa syukur, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan pada penulis untuk melaksanakan perkuliahan.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penulis mengikuti perkuliahan.
3. Ketua dan Sekretaris jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan motivasi serta dorongan selama penulis mengerjakan skripsi.
4. Dosen Pembimbing Drs. Moh. Nasution, M.Kes. yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen serta tenaga administrasi FIK UNNES yang telah banyak membantu dan mendorong kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
6. Pelatih SSB Grabag, yang telah memberi ijin untuk mengadakan penelitian serta membantu dalam kelancaran penelitian ini.
7. Pembantu penelitian yang telah membantu dalam kelancaran pelaksanaan penelitian.
8. Siswa SSB Grabag selaku sampel penelitian yang telah membantu dengan sepenuh hati dalam pelaksanaan penelitian ini.

9. Rekan-rekan mahasiswa FIK PKO UNNES angkatan 2015 yang telah memberikan bantuan dalam pelaksanaan penelitian sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Semoga segala bantuan yang Bapak, Ibu, serta Saudara berikan mendapat pahala yang berlimpah dari Allah SWT. Akhir kata penulis berharap semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan praktisi olahraga khususnya sepakbola.

Semarang, 3 September 2020

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN	iv
PENGESAHAN.....	vi
PERSETUJUAN	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR DIAGRAM.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	9
1.3 Pembatasan Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah	10
1.5 Tujuan Penelitian.....	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.6.1 Manfaat Teoretis.....	11
1.6.2 Manfaat Praktis.....	11
BAB II LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERFIKIR	13
2.1 Landasan Teori	13
2.1.1 Pengertian Profil	13
2.1.2 Teknik Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola	14
2.1.3 Karakteristik Pembinaan Pemain Usia Muda 14-16 Tahun	24
2.1.4 Evaluasi Latihan	28
2.2 Kerangka Berpikir.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Jenis dan Desain Penelitian	31

3.2 Variabel Penelitian	32
3.2.1 Variabel Bebas	32
3.2.2 Variabel Terikat.....	32
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Penarikan Sampel	32
3.3.1 Populasi.....	32
3.3.2 Sampel	33
3.3.3 Teknik Penarikan Sampel	33
3.4 Teknik Pengumpulan Data	34
3.5 Instrumen Penelitian.....	34
3.5.1 Teknik Tes Keterampilan Dasar Sepakbola	35
3.6 Prosedur Penelitian	35
3.6.1 Persiapan Penelitian	35
3.6.2 Penentuan Populasi.....	36
3.6.3 Pelaksanaan Penelitian	36
3.7 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penelitian	37
3.7.1 Faktor Kesungguhan Hati	37
3.7.2 Faktor Penggunaan Alat	37
3.7.3 Faktor Cuaca	37
3.7.4 Faktor Kemampuan Sampel	38
3.7.5 Faktor Tenaga Penilai.....	38
3.8 Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
4.1 Hasil Penelitian.....	41
4.1.1 Mengoper (<i>Passing</i>).....	42
4.1.2 Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	43
4.1.3 Menggiring (<i>Dribbling</i>)	44
4.1.4 Menembak (<i>Shooting</i>)	45
4.2 Pembahasan	46
BAB V PENUTUP	48
5.1 Simpulan	48
5.2 Saran	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1: Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola.....	38
Tabel 2: Mengoper (<i>Passing</i>).....	39
Tabel 3: Menyundul (<i>Heading</i>).....	40
Tabel 4: Menggiring (<i>Dribbling</i>).....	41
Tabel 5: Menembak (<i>Shooting</i>).....	42

DAFTAR BAGAN

Bagan 1: Pengelompokan Usia Versi DFB Jerman.....	25
Bagan 2: Kerangka Berfikir Penelitian.....	28
Bagan 3: Desain Penelitian “One-Shot Case Study”	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Peta Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang	4
Gambar 2: Teknik Keterampilan Dasar Passing.....	16
Gambar 3: Teknik Keterampilan Dasar <i>Shooting</i>	18
Gambar 4: Teknik Keterampilan Dasar <i>Dribbling</i>	19
Gambar 5: Teknik Keterampilan Dasar <i>Heading</i>	21
Gambar 6: Peta Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang.....	53
Gambar 7: Bentuk Lapangan Tes <i>Passing</i>	56
Gambar 8: Bentuk Lapangan Tes <i>Heading</i>	58
Gambar 9: Bentuk Lapangan Tes <i>Dribbling</i>	60
Gambar 10: Bentuk Lapangan Tes <i>Shooting</i>	61

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 1: Penguasaan Keterampilan Dasar Sepakbola	39
Diagram 2: Hasil Mengoper (<i>Passing</i>).....	40
Diagram 3: Hasil Menyundul (<i>Heading</i>).....	41
Diagram 4: Hasil Menggiring (<i>Dribbling</i>).....	42
Diagram 5: Hasil Menembak (<i>Shooting</i>).....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Keputusan Dosen Pembimbing Skripsi	50
Lampiran 2: Surat Pengesahan	51
Lampiran 3: Surat Ijin Penelitian	52
Lampiran 4: Profil Sekolah Sepakbola Grabag KabupatenMagelang	53
Lampiran 5: Petunjuk Pelaksanaan Penelitian	56
Lampiran 6: Profil Siswa SSB Grabag Usia 14-16 Tahun.....	62
Lampiran 7: Hasil Survei Keterampilan DasarSepakbola Pada Anak Usia 14-16TahunSSB Grabag Kabupaten Magelang.....	63
Lampiran 8: Tabulasi Data Penelitian	65
Lampiran 9: Jadwal Kegiatan Latihan SSB Grabag	67
Lampiran 10: Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	68

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga sudah tidak asing lagi bagi kita. Aktivitas olahraga tanpa kita sadari atau dengan sadar sering kita lakukan. Aktivitas ini berkaitan dengan gerak jasmani, bermain, dan rekreasi. Saat ini olahraga telah menjadi gaya hidup bagi sebagian masyarakat. Di berbagai tempat dan waktu, kita sering menjumpai seseorang atau sekelompok orang sedang berolahraga (Ajun Khamdani, 2010: 1). Salah satu olahraga yang paling diminati adalah sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari semua lapisan masyarakat baik di Indonesia maupun Mancanegara. Olahraga ini telah berhasil menarik antusiasme penonton lebih spektakuler daripada olahraga apapun juga. Sepakbola dapat dimainkan oleh semua kalangan usia dari mulai anak-anak, remaja sampai orang dewasa.

Sepakbola modern telah tumbuh dan berkembang memasuki abad ke-18. Dibawa oleh para pelaut, pedagang, dan tentara Inggris ke seluruh penjuru dunia (Nagiga dan Taufan Soetopo 2014: 4). Sepakbola ialah olahraga beregu. Olahraga ini didasarkan atas teknik, pengolahan bola, dan pengertian setiap pemain terhadap permainan. Faktor-faktor itu semua mempunyai peranan penting (Sneyers, 2002: 3). Sepakbola modern tidak hanya terpaku pada permainan para pemain di lapangan saja. Dalam perkembangan olahraga Sepakbola juga terdapat pembinaan pada pemain usia muda. Pembinaan ini merupakan pondasi untuk menyalurkan bakat dan minat anak-anak usia muda untuk menjadi atlet Sepakbola yang berkualitas. Tujuan utama atlet berlatih ialah untuk mencapai

puncak prestasinya (PP).Maka, pembinaan atlet harus direncanakan dengan baik dan benar yang didasarkan pada konsep periodisasi dan prinsip-prinsip latihan, serta metodologi penerapannya di lapangan (Harsuki, 2003: 307). Menurut Harsuki (2003: 308) *Peak Performance* (PP) atau prestasi puncak dalam olahraga jarang dicapai secara kebetulan. Terciptanya PP adalah hasil dari persiapan atlet yang amat cermat, berdasarkan program latihan yang terorganisasi secara sangat rinci, direncanakan secara bertahap, obyektif, dan diterapkan secara berkesinambungan.

Pencapaian puncak prestasi dapat diraih apabila pembina atau pelatih dapat memperhatikan secara cermat dan teliti dalam memberikan bimbingan kepada para atletnya.Oleh karena itu, pelatih atau pembina olahraga sepakbola harus memahami karakteristik tiap atlet sesuai tingkat usianya.Untuk memperoleh prestasi yang baik dalam permainan sepakbola tentu saja harus didukung oleh penguasaan teknik keterampilan dasar sepakbola.Dalam permainan sepakbola, keterampilan dasar adalah langkah awal yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Dengan penguasaan keterampilan dasar sepakbola yang baik, tentu akan sangat membantu para pemain untuk dapat bermain sepakbola dengan mudah, oleh sebab itu dalam pengenalan teknik keterampilan dasar sepakbola tidak boleh salah, karena bila salah hal itu bisa akan terus terbawa sampai jenjang belajar selanjutnya. Hal tersebut diperkuat dengan pernyataan Fleck dan Quinn (2002: 18) bahwa latihan sebaiknya dilakukan secara bertahap dari yang sederhana sampai yang rumit, termasuk pemanasan, aktivitas latihan utama, permainan dalam kelompok kecil, dan pendinginan.

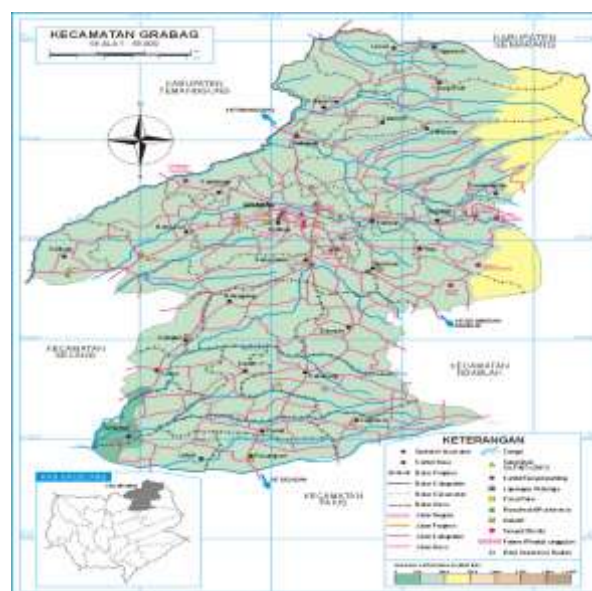
Mutu permainan suatu kesebelasan ditentukan oleh penguasaan teknik keterampilan dasar tentang sepakbola.Mempelajari dan memelihara keterampilan dasar itu dilakukan selalu.Bagaimana mempermainkan bola,

menumbuhkan naluri terhadap gerak bola, semuanya itu hanya dapat dikuasai dengan melakukannya berulang kali (Sneyers, 2002: 11). Berbagai keterampilan dasar sepakbola diantaranya yakni menggiring (*dribbling*), mengoper (*passing*), menembak (*shooting*), menyundul bola (*heading*), lemparan ke dalam (*throw-in*), menimang bola (*juggling*), dan menghentikan bola (*trapping*) merupakan keterampilan yang wajib dimiliki oleh setiap pemain sepakbola. Pada tahap awal pemain bermain sepakbola, para pemain akan dikenalkan pada berbagai macam teknik keterampilan tersebut sebagai salah satu bentuk keterampilan dasar. Keterampilan dasar yang dimiliki dapat diasah dan dikembangkan hingga para pemain dapat bermain secara *professional*.

Untuk meningkatkan prestasi sepakbola, langkah baiknya jika semenjak usia dini telah mendapatkan pendidikan olahraga khususnya sepakbola secara benar, teratur dan terarah. Sehingga akan dapat menciptakan pemain-pemain yang potensial dan bisa membawa nama harum bangsa, oleh karena itu pentingnya pendidikan sepakbola pada usia dini agar pengetahuan sepakbola dan hal-hal yang mendasar tentang sepakbola seperti keterampilan dasar sepakbola bisa diketahui dengan benar. Pola penanaman keterampilan dasar sepakbola dapat dimulai sejak dini dalam sebuah pembinaan pemain usia muda. Salah satu sarana dalam pembinaan pemain usia muda ini adalah dengan adanya Sekolah Sepakbola (SSB) yang dapat menunjang kemajuan sepakbola Indonesia. SSB sangat membantu dalam memaksimalkan potensi yang dimiliki oleh para pemain usia muda. Jika dibina dan dibimbing dengan baik, usia muda merupakan usia emas dari rangkaian pembinaan sekolah sepakbola yang berjenjang. Pemain di usia ini harus dibimbing secara matang dan teliti sesuai tingkat usianya. Dalam jenjang ini, mereka mulai diarahkan dan dibina menuju kearah prestasi.

Perlunya wadah atau Sekolah Sepakbola (SSB) di Indonesia untuk menampung dan membina anak usia dini untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan dasar sepakbola, sehingga prestasi sepakbola di Indonesia bisa bersaing dengan negara lain. Di berbagai daerah di Indonesia, khususnya di Jawa Tengah sudah mulai banyak digalakkan Sekolah Sepakbola sebagai bentuk pengenalan dasar anak tentang sepakbola *profesional*.

Kecamatan Grabag merupakan sebuah tempat yang berada di salah satu wilayah Kabupaten Magelang, Provinsi Jawa Tengah. Letak Kecamatan Grabag sendiri berada di sebelah timur Kabupaten Temanggung, dan bersebelahan langsung dengan Kecamatan Secang di arah Barat Daya. Sedangkan dibagian selatan Kecamatan Grabag terhubung dengan Kecamatan Pakis, dan Kecamatan Ngablak di arah Timur. Sedangkan di sebelah utara bersebelahan dengan Kabupaten Semarang. Berikut adalah peta Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang.



Gambar 1: Peta Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang

Kecamatan ini dinilai sebagai salah satu poros permainan sepakbola yang cukup terkenal di Kabupaten Magelang. Hal ini dikarenakan wilayah Kecamatan Grabag memiliki banyak potensi Sumber Daya Manusia (SDM) yang ahli dalam bidang olahraga terutama sepakbola. Dibuktikan dalam berbagai kompetisi yang pernah diadakan baik dalam maupun luar Kota/Kabupaten Magelang yang rata-rata pemainnya berasal dari Kecamatan Grabag. Dengan potensi kemampuan para pemain yang dimiliki, sangat disayangkan jika pembinaan pemainnya terutama pada pemain usia muda masih kurang, terlebih pada penguasaan keterampilan dasar sepakbola. Padahal jika pelatih dapat mengetahui potensi pada tiap-tiap pemain, maka akan lebih mudah baginya untuk mengelompokkan sesuai dengan bakat dan keahliannya masing-masing. Dan bagi para pemain akan lebih mudah baginya meningkatkan potensi yang telah dimiliki sehingga lebih optimal dalam peningkatan prestasi yang dimiliki.

Untuk wilayah di Kabupaten dan Kota Magelang terdapat beberapa SSB yang sudah terdaftar di pendataan PSSI. Untuk Kabupaten Magelang sendiri SSB yang sudah terdata PSSI yakni : SSB MUNTILAN UNITED, SSB GARUDA TAMA, SSB TUNAS MEKAR, SSB PESAT TEGALREJO, SSB PUTRA MANDIRI, SSB MERPATI GRABAG, SSB IMJ GRABAG, SSB KHARISMA SS, SSB BAGAS BAGUS, IM MGL, SSB PUTRA RINGIN Borobudur, SSB BINTANG KALINEGORO, SSB PUMA JUMOYO, GULON FC, SSB PUTRA MANDIRI. Sedangkan Kota Magelang SSB yang sudah terdata PSSI yakni : SSB wajar, SSB PH, SSB PORPA, SSB Ekadanta, SSB Mutual, SSB Tidar, SSB Panama. Di Kecamatan Grabag sendiri sudah ada dua Sekolah Sepakbola (SSB) yang telah lama tumbuh dan berkembang hingga sekarang, yakni SSB Grabag dan SSB IMJ. Kini kedua SSB tersebut telah digabungkan menjadi satu kesatuan

SSB yang dinilai akan lebih maju, kuat, dan lebih baik kedepannya. Secara lebih rinci SSB Grabag ini bersekretariat di Jalan Sunan Geseng, RT.07/RW.02, Kelurahan Sawahan, Kecamatan Grabag, Kabupaten Magelang, Jawa Tengah. SSB Grabag secara resmi didirikan pada tanggal 9 Oktober 2018 atas prakarsa beberapa senior pesepakbola Grabag.

SSB Grabag Kabupaten Magelang memiliki tujuan, serta visi dan misi yang jelas dalam menjalankan klub sepakbola ini. Adapun tujuan Sekolah Sepakbola Grabag ini meliputi:

1. Peningkatan mutu para pemain sepak bola usia dini.
2. Peningkatan mutu untuk tenaga pelatih sepak bola.
3. Pelaksanaan sosialisasi sekolah sepak bola.
4. Memperkuat keberadaan lembaga dalam penyelenggaraan berbagai program layanan sekolah sepak bola di kelurahan Grabag.

Sedangkan visi yang diemban oleh SSB Grabag adalah sebagai berikut:

Pembinaan pemain usia muda yang memiliki kompetensi dan prestasi di tingkat nasional dan International

Adapun misi dari dibentuknya SSB Grabag Kabupaten Magelang antara lain yakni:

- a. Mengenalkan dasar sepak bola kepada anak-anak usia dini
- b. Mengajarkan sepak bola sebagai alat untuk melatih kemampuan bersosialisasi, disiplin, sportif dan bertanggung-jawab
- c. Membina dan mengembangkan anak sesuai tingkatan usia untuk menjadi pesepakbola yang mandiri, handal, dan professional
- d. Membangun pembinaan karakter dan mental usia muda yang merupakan kerangka pemain lokal dan nasional

Dalam sebuah organisasi tentu ada struktur organisasi, begitu pula dengan SSB Grabag kabupaten Magelang. Struktur organisasi SBB Grabag meliputi sebagai berikut:

JABATAN	NAMA
Tim Penasehat	Uul Fiqhany
Ketua Umum	Viktoritonga
Sekretaris	Isma Rodzi
Bendahara	Budi Permana
Humas Tim	Imam Prayogo
Pelatih Kepala	Tommy Parsep
Perlengkapan	Agung Prabowo

Selain struktur organisasi, SSB Grabag juga memiliki susunan pelatih. Pelatih di SSB Grabag merupakan mereka yang kompeten dan ahli dibidangnya. Sehingga tujuan, serta visi dan misi yang sudah dibentuk bersama dapat terwujud dengan maksimal. Adapun susunan pelatih SSB Grabag Kabupaten Magelang adalah sebagai berikut:

JABATAN PELATIH	NAMA
KU 5 s/d 10 Tahun	Eki Fitrianto & Shochibul Hudha
KU 11 s/d 13 Tahun	Kresna Aji Bagas Maulana
KU 14 s/d 16 Tahun	M. Roufilmanan
Pelatih Kiper	Anjas Krismantoro

SSB Grabag rutin melakukan latihan sepakbola. Rutinitas kegiatan latihan SSB Grabag Kabupaten Magelang biasanya dilakukan pada pagi dan sore hari kecuali pada hari minggu. Setiap hari minggu latihan hanya akan diadakan pada pagi hari. Berikut adalah tabel jadwal latihan SSB Grabag Kabupaten Magelang.

JADWAL SSB GRABAG KABUPATEN MAGELANG		
HARI	PAGI	SORE
SELASA	05.15-06.15 WIB	15.30-17.00 WIB
KAMIS	05.15-06.15 WIB	15.30-17.00 WIB
MINGGU	07.00-09.15 WIB	-

Latihan telah terjadwal dan dilakukan rutin oleh SSB ini. Namun tingkat pemahaman akan pentingnya teknik keterampilan dasar sepakbola yang dimiliki oleh tiap-tiap pemain masih kurang. Sehingga profil dari kemampuan penguasaan pemain terhadap keterampilan dasar tidak terbaca secara terperinci. Dengan alasan tersebut peneliti ingin melakukan penelitian mengenai profil penguasaan keterampilan dasar yang dimiliki oleh pemain usia 14-16 tahun yang berada pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang. Kajian ini menarik untuk diteliti karena sebagai bentuk penjabaran terhadap profil tiap-tiap pemain dengan teknik keterampilan dasar sepakbola yang dimiliki di Sekolah Sepakbola tersebut.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang perlu diteliti dan dikaji lebih mendalam yakni mengenai penguasaan keterampilan dasar sepakbola (*passing, dribbling, shooting, dan heading*) para pemain usia 14-16 tahun SSB Grabag Kabupaten Magelang yang belum diketahui potensi kemampuannya. Sangat disayangkan apabila kemampuan teknik dasar yang dimiliki oleh para pemain tidak diasah potensi dan bakatnya. Meski pada dasarnya tiap pemain memiliki tingkat kemampuan dan potensi yang berbeda-beda dalam melakukan keterampilan dasar sepakbola yakni misalnya: *passing, dribbling, shooting, dan heading*, tanpa pengertian dan pemahaman khusus baik dari pelatih maupun pemain sendiri akan sulit mengetahui bakat dan keahliannya. Penguasaan keterampilan dasar sepakbola merupakan faktor penting dan mendasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Usaha untuk mencapai hasil yang maksimal, diperlukan adanya latihan keterampilan dasar yang tepat yakni dengan penguasaan keterampilan dasar sepakbola yang sempurna.

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya masalah yang akan diteliti, maka dilakukan pembatasan permasalahan dalam penelitian ini untuk memudahkan peneliti melakukan pembahasan dan pengkajian, serta agar penelitian lebih terarah dan fokus. Penelitian ini dibatasi pada masalah penguasaan keterampilan dasar sepakbola dengan fokus penelitian pemain usia 14-16 tahun pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang. Pembatasan masalah hanya pada penjabaran profil yang dimiliki oleh tiap-tiap pemain pada SSB Grabag tersebut, dan potensi

atau bakat yang mungkin ada pada tiap pemain. Dalam hal ini keterampilan dasar sepakbola yang diujikan akan lebih spesifik lagi yakni hanya meliputi mengoper (*passing*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), dan menembak (*shooting*). Pembatasan masalah ini berguna dalam pemusatan data yang akan diolah agar lebih terperinci.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan pembatasan masalah diatas permasalahan yang perlu diteliti, dianalisis dan dikaji kebenarannya lebih mendalam dapat dirumuskan dalam penelitian ini menjadi: Bagaimana profil penguasaan keterampilan dasar sepakbola (*passing, dribbling, heading, dan shooting*) anak usia 14-16 tahun pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian dan rumusan masalah, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis profil penguasaan keterampilan dasar sepakbola (*passing, dribbling, heading, dan shooting*) anak usia 14-16 tahun pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang, serta mendiskripsikan profil kemampuan keterampilan dasar sepakbola dari tiap-tiap pemain yang ada di SBB Grabag tersebut.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis. Adapun manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoretis

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konsep dan pengetahuan mengenai profil penguasaan keterampilan dasar sepakbola di Kabupaten Magelang khususnya Kecamatan Grabag sesuai dengan kondisi lingkungan dan juga diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran serta referensi kajian lebih lanjut.

1.6.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini memiliki beberapa manfaat sebagai berikut:

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber dokumentasi lain dalam materi pembelajaran keolahragaan, serta sebagai acuan peneliti dalam mengembangkan dan meningkatkan keterampilan dasar dalam pelatihan sepakbola khususnya pada pemain usia dini.

2. Bagi pelatih

Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai referensi/masukan untuk lebih memahami kondisi tiap-tiap pemain di Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang. Dapat juga digunakan untuk memantau seberapa besar tingkat keterampilan teknik dasar pemain, khususnya untuk usia dini (14-16 tahun), sehingga kedepannya keterampilan teknik dasar yang masih berada dalam kategori kurang dapat ditingkatkan kembali. Selain itu sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan evaluasi untuk persiapan pertandingan sesungguhnya.

3. Bagi pemain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tolak ukur atau referensi untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan diri, serta gambaran tentang

sejauh mana tingkat kemampuan keterampilan dasar sepakbola yang dimiliki sehingga pemain terpacu untuk lebih meningkatkan latihan serta pengembangan diri.

4. Bagi Sekolah Sepak Bola

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan agar SSB ini dapat berkembang lagi dan mencetak generasi-generasi pemain muda berbakat yang dapat mengangkat nama daerah dan memajukan sepakbola Kabupaten Magelang, bahkan Indonesia dan level Internasional.

5. Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lain untuk mendalami lebih lanjut mengenai teknik dasar sepakbola.

BAB II

LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Pengertian Profil

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) profil berarti pandangan dari samping, lukisan, penampang, dan grafik atau iktisar yang memberikan fakta tentang hal-hal khusus; sketsa biografis. Sedangkan menurut Doni Paisal (2015: 18) profil adalah sebuah gambaran singkat tentang seseorang, organisasi, benda lembaga ataupun wilayah. Pendapat lain menurut Sri Mulyani dalam Wulandari (2016: 18) profil adalah pandangan sisi, garis besar, atau biografi dari diri seseorang atau kelompok yang memiliki usia yang sama. Menurut Victoria Neufeld profil merupakan grafik, diagram, atau tulisan yang menjelaskan suatu keadaan yang mengacu pada data seseorang atau sesuatu. Menurut Hasan Alwi bahwa profil adalah pandangan mengenai seseorang. Oleh karena itu Wulandari (2016: 18) menyimpulkan bahwa profil adalah gambaran secara singkat tentang sesuatu kajian objek tertentu.

Dapat ditarik kesimpulan dari beberapa pengertian mengenai profil di atas bahwa pendapat-pendapat tersebut tidak jauh berbeda yakni menyatakan bahwa profil adalah suatu gambaran secara garis besar bergantung dari segi mana memandangnya. Dapat dikatakan jika dilihat dari segi seni maka profil dapat diartikan sebagai gambaran atau sketsa tampang atau wajah seseorang yang dilihat dari samping. Sedangkan jika dilihat dari statistiknya profil adalah sekumpulan data yang menjelaskan sesuatu dalam bentuk grafik atau tabel.

2.1.2 Teknik Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan tim. Keterampilan individu sesekali dapat ditunjukkan pada saat tertentu. Namun, kita tidak pernah melihat seorang pemain sepakbola dapat mencetak gol sendirian. Meskipun demikian, keterampilan individu harus dikuasai dengan baik untuk menguasai bola dan membuat kesempatan untuk mencetak gol (Subardi dan Andri Setyawan, 2007: 13). Sedangkan menurut Salim (2008: 10) pada dasarnya sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentu harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan.

Salim (2008: 9-10) menyatakan bahwa istilah yang diberikan untuk sepakbola bervariasi. Untuk Negara-negara yang menggunakan bahasa Inggris, mereka menyebut permainan ini sebagai *football*, sementara untuk beberapa wilayah lain disebut *soccer*. Negara-negara yang menggunakan bahasa Latin menyebutnya dengan istilah *futbol* atau *futebol*. Dalam bahasa Jerman atau bahasa yang digunakan oleh bangsa-bangsa kawasan Skandinavia disebut dengan *fussball* atau *voetbal* dalam sebutan bahasa Belanda. Bagi orang Italia, permainan ini disebut dengan istilah *Calico*. Demikian seterusnya.

Teknik dalam sepakbola merupakan kemampuan untuk melaksanakan gerakan-gerakan secara tepat, cermat, dan harmonis (Khoiril Anam, 2013: 78). Sedangkan teknik dasar bermain sepakbola merupakan semua gerakan yang diperlukan untuk bermain sepakbola, dan untuk dapat bermain sepakbola dengan baik, seorang pemain perlu meningkatkan keterampilan teknik dasar tersebut. Teknik dasar bermain sepakbola meliputi teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Menurut Subroto dalam Khoiril Anam (2013: 79) teknik dasar sepakbola terdiri dari: (1) teknik tanpa bola, meliputi lari cepat dan mengubah arah,

melompat/meloncat, gerak tipu tanpa bola, gerakan-gerakan khusus penjaga gawang, dan (2) teknik dengan bola meliputi mengenal bola, menendang, menerima/mengontrol bola, menggiring, menyundul, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merebut bola, dan teknik-teknik khusus penjaga gawang. Sejalan dengan pendapat tersebut Komarudin dalam Hendrik Hermato (2017: 4) menyatakan bahwa teknik dasar dalam permainan sepakbola dibagi menjadi dua, yaitu (1) teknik badan (teknik tanpa bola), meliputi: cara lari, cara melompat, gerak tipu badan. (2) teknik dasar dengan bola meliputi: kontrol bola, menendang bola, menyundul bola, merebut bola, lemparan ke dalam, dan menjaga gawang. Menurut Sucipto dalam Hermanto (2017: 4) ada beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki oleh seorang pemain sepakbola yakni menendang (*kicking*), mengentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*). Menurut beberapa pendapat dari para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik keterampilan dasar sepakbola terbagi atas dua yakni: (1) teknik badan yang tidak berhubungan dengan bola, misalnya *sit-up*, *push-up*, lari, loncat, dan lain sebagainya, dan (2) teknik dasar yang langsung menggunakan bola, misalnya menendang, menggiring, megoper, menyundul bola, lemparan ke dalam, dan penjagaan gawang.

Berbagai teknik keterampilan dasar sepakbola di atas perlu dipelajari. Teknik keterampilan dasar sepakbola tersebut digunakan sebagai modal awal pemain dalam melakukan permainan sepakbola. Setiap keterampilan yang dimainkan oleh pemain dapat ditingkatkan melalui kegiatan latihan. Tujuan akhir latihan keterampilan adalah agar ketika bertanding, pemain mampu menerapkan apa yang mereka telah pelajari dalam latihan. Adapun beberapa teknik

keterampilan dasar sepakbola yang wajib dimiliki oleh tiap pemain adalah sebagai berikut:

2.1.2.1 Mengoper (*Passing*)

Menurut Mielke (2009: 19) mengoper atau *passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain yang lain. Keterampilan mengoper bola (*passing*) membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelasan pemain ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya (Luxbacher, 2004: 11). Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. *Passing* yang baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh yang lain juga bisa digunakan. *Passing* membutuhkan banyak teknik yang sangat penting agar dapat tetap menguasai bola. Dengan *passing* yang baik, pemain akan dapat berlari ke ruang yang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan (Mielke, 2009: 19).



Gambar 2: Teknik Keterampilan Dasar *Passing*

Keterampilan dasar mengontrol bola perlu dilatih secara berulang-ulang. Hal ini dimaksudkan agar pemain yang melakukan *passing* mempunyai rasa percaya diri untuk melakukan *passing* yang tegas dan terarah kepada teman satu tim yang tidak dijaga lawan. *Passing* yang efektif juga memberikan peluang yang lebih baik untuk mencetak gol karena pemain yang menerima *passing* tersebut berada pada lokasi yang lebih menguntungkan jika dibandingkan dengan *passing* yang dilakukan dengan lemah atau tidak terarah.

Menurut Mielke (2009: 21) Kesalahan umum yang biasa dilakukan pemain adalah melakukan *passing* dengan mengayunkan kaki secara menyilang di depan tubuh. Gerakan ini akan mengurangi kekuatan tendangan dan sering membuat *passing* menjadi lemah dan tidak efektif. Ini merupakan kesalahan umum bagi pemain muda dan pemain yang belum berpengalaman. Pemain

muda sering terlalu fokus untuk memberikan bola ke teman satu tim atau melewati lapangan sehingga mereka tergesa-gesa dalam mengoper dan tidak memiliki cukup kekuatan pada tendangan tersebut. Salah satu cara untuk memperbaiki kesalahan ini adalah menunjukkan kesalahan tersebut kepada pemain dan selanjutnya meminta pemain untuk mempraktikkan *passing* sambil bergerak secara perlahan dengan posisi tubuh sebidang dengan bola. Ketika penampilannya sudah membaik, tambahkan kecepatan lari saat memulai melakukan *passing*.

2.1.2.2 Menembak (*Shooting*)

Dari sudut pandang penyerangan, tujuan sepakbola adalah melakukan *shooting* ke gawang. Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar menendang bola dan selanjutnya mengembangkan sederetan keterampilan *shooting* yang memungkinkannya untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan (Mielke, 2009: 67). Menembak (*shooting*) merupakan salah satu keterampilan penting dalam permainan sepakbola. Setiap permainan sepakbola bertujuan mencetak gol, *shooting* adalah cara paling sering digunakan oleh setiap pemain untuk menghasilkan gol, dengan keterampilan *shooting* yang baik, memungkinkan pemain lebih berpeluang mencetak gol dan memenangkan pertandingan.



Gambar 3: Teknik Keterampilan Dasar *Shooting*

Menurut Mielke (2009: 67) cara yang paling tepat untuk mengembangkan keterampilan *shooting* adalah melatih tendangan *shooting* berkali-kali menggunakan teknik yang benar. Ada beberapa prinsip panduan yang dapat digunakan pemain pada saat menembak bola (*shooting*). Pertama, usahakan melakukan *shooting* yang mendatar dan berdekatan dengan tanah. Walaupun tendangan *shooting* di udara akan lebih dramatis, tetapi biasanya tendangan seperti ini akan memberikan peluang yang lebih besar bagi penjaga gawang untuk melompat dan menghentikan bola. Kedua, usahakan untuk mengarahkan tendangan *shooting* ke sudut jauh gawang. Kebanyakan penjaga gawang akan bisa dengan mudah menghentikan bola yang datang secara lurus ke arah

tengah-tengah gawang. Ketiga, manfaatkan lapangan yang ada. Sebuah *shooting* yang bagus harus bisa menjangkau gawang dari berbagai sudut dan posisi di lapangan.

2.1.2.3 Menggiring (*Dribbling*)

Teknik menggiring (*dribbling*) adalah suatu keterampilan dasar penting yang wajib pemain kuasai saat bermain sepakbola. Menggiring (*dribbling*) adalah cara menguasai dan melindungi bola yang bertujuan melewati lawan ataupun membuat peluang untuk mencetak gol. Menurut Muhajir dalam Hermanto (2017: 4), menggiring bola dapat diartikan sebagai mengubah arah dan kecepatan bola dengan sentuhan-sentuhan kaki yang cepat. Menurut Sukatamsi dalam Hermanto (2017: 4) menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah. Sedangkan menurut Mielke (2009: 1) *dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar.



Gambar 4: Teknik Keterampilan Dasar *Dribbling*

Adapun tujuan dari menggiring bola menurut Komarudin dalam Hermanto (2017: 4-5) adalah untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong, melepaskan diri dari kawalan lawan serta menciptakan peluang untuk *shooting* ke gawang lawan. Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusur tanah dan lurus ke depan, melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki keterampilan menggiring bola dengan baik. Pendapat lain yang menyatakan bahwa penggiringan bola dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan pemain untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Pemain dapat menggunakan berbagai bagian kaki (*inside*, *outside*, *instep*, dan telapak kaki) untuk mengontrol bola sambil terus menggiring bola. Keterampilan melindungi bola

sering digunakan dalam kaitanya dengan keterampilan *dribble* untuk melindungi bola dari lawan yang mencoba merebutnya(Luxbacher, 2004: 47).

2.1.2.4 Menyundul bola (*Heading*)

Salah satu ciri unik sepakbola adalah kepala boleh digunakan untuk memainkan bola di udara.Banyak sekali perdebatan berkaitan dengan permainan menggunakan kepala.Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa terdapat kemungkinan fatal yang bisa diakibatkan karena *heading* (Mielke, 2009: 49).Bagi kebanyakan pemain, menyundul bola (*heading*)adalah bagian yang paling lemah dalam permainan.Pelaksanaan keterampilan *heading* yang benar membutuhkan koordinasi antara gerakan, waktu lompatan yang tepat, dan kemantapan untuk mengalahkan lawan (Luxbacher, 2004: 89).Dalam setiap kesempatan,menyundul bola bisa di jadikan pilihan untuk mencetak gol ke gawang lawan.Dengan keterampilan menyundul bola dengan baik,pemain dapat memprediksi, memilih, mengarahkan bola sesuai yang mereka inginkan dengan mudah. Hal ini dapat membantu tim saat memecahkan kebuntuan saat mencetak gol.



Gambar 5: Teknik Keterampilan Dasar *Heading*

Melakukan *heading* bisa menjadi senjata yang sangat ampuh saat melakukan serangan dan merupakan keterampilan pertahanan yang cekatan. Keputusan memainkan bola menggunakan kepala daripada bagian tubuh lainnya akan ditentukan oleh situasi di lapangan dan posisi pemain. Cara yang paling baik untuk meningkatkan keterampilan pemain dalam melakukan *heading* adalah dengan meningkatkan kemampuan meloncat. Memenangkan *heading* akan mengharuskan pemain untuk meloncat melebihi pemain lawan. Pemain juga dapat menggunakan *jump header* (melompat ke atas untuk menyundul bola) untuk mengoper bola kepada rekannya, untuk mencetak gol ke gawang lawan dan untuk membuang bola. *Dive header* (terjun kebawah untuk menyundul bola), kedua cara tersebut merupakan keterampilan akrobatik yang menarik dan hanya digunakan dalam situasi tertentu, misalnya untuk mencetak gol yang spektakuler pada bola yang lintasannya rendah (Abdul Rohim, 2008: 24).

2.1.3 Karakteristik Pembinaan Pemain Usia Muda 14-16 Tahun

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olah raga yang digemari masyarakat Indonesia dan banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat, baik itu anak-anak, remaja, dan orang tua. Selain itu olahraga sepakbola juga banyak dimainkan oleh kaum perempuan baik di luar negeri maupun di dalam negeri. Baru-baru ini, Asosiasi Perlengkapan Olahraga Nasional melaporkan terdapat 13 juta orang bermain sepakbola. USYSA sendiri telah mendaftarkan 3 juta pemain berusia antara 5-18 tahun (Fleck dan Quinn, 2002: 6). Untuk meningkatkan keterampilan pemain perlu adanya organisasi sebagai tempat pembinaan. Organisasi tersebut biasa disebut dengan klub, dalam klub sepakbola tersebut perlu adanya manajemen organisasi untuk kelangsungan organisasi sepakbola tersebut. Dalam organisasi itu juga mencakup pembinaan bagi para pemain. Pembinaan para pemain sepakbola dimulai dari masing-masing klub, kemudian klub daerah dan yang terakhir klub tingkat nasional.

Menurut Hendra Mulyadi dkk (2014: 34) dalam rangka meningkatkan prestasi sepakbola yang optimal, suatu tim sepakbola harus memiliki pemain-pemain yang memiliki kualitas tinggi. Yaitu seorang pemain yang memiliki kondisi fisik dan kemampuan dasar yang baik, dimana seorang pemain memahami dan menguasai teknik-teknik dasar permainan sepakbola. Kondisi fisik dan keterampilan gerak dasar itu dapat dimiliki serta dikuasai pemain secara maksimal melalui latihan-latihan yang diprogram dan direncanakan dengan baik serta didukung dengan pertandingan-pertandingan yang terencana. Dalam memberikan latihan fisik dan keterampilan gerak dasar agar lebih mudah dipahami dan dikuasai oleh pemain, maka pemberian latihan ini harus diberikan sejak usia dini. Dalam latihan tidak boleh meninggalkan prinsip-prinsip latihan yang meliputi penambahan beban, pengulangan, meningkat, disesuaikan dengan

cabang olah raganya dan memiliki target Brook dalam Hendra Mulyadidkk (2014: 34).

Pembinaan usia muda di Indonesia dapat dikatakan tidaklah mudah. Sebab, Pelatihsepakbola usia muda kini dihadapkan pada berbagai tantangan sosiologis kehidupan modern yang dapat mengganggu perkembangan pemain menuju pesepakbola *professional* handal. Selain tantangan sosiologis, pelatih sepakbola usia muda juga berada di bawah tekanan struktural yang mengekang. Baik yang berasal dari struktur pendidikan, maupun dari PSSI sendiri (Ganesha Putera, 2010: 14). Banyak sekali problematika yang dihadapi pelatih dalam melakukan pembinaan pemain usia muda. Sebagai contoh adalah sedikitnya ruang olahraga publik, padatnya jam kegiatan belajar, buruknya kurikulum olahraga di sekolah, minimnya kompetisi usia muda berkualitas, dan masih banyak lagi.

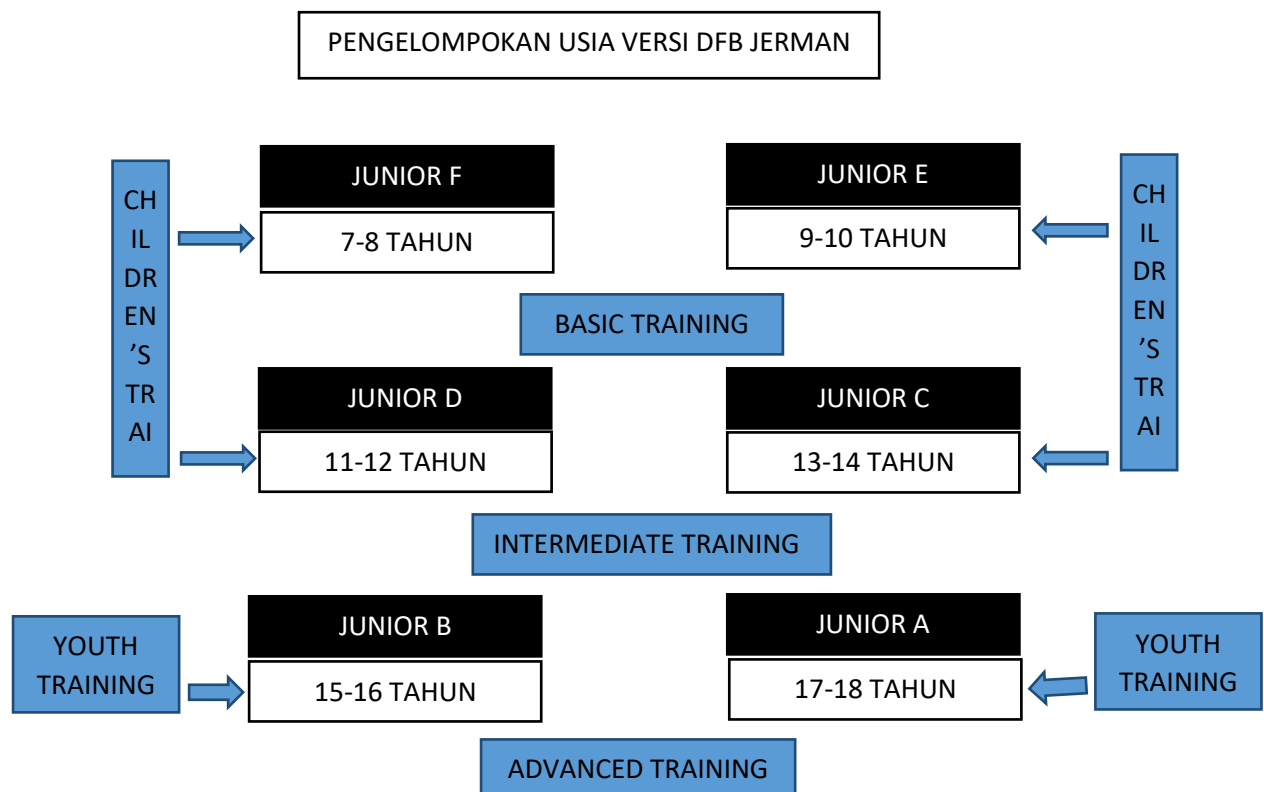
Berbagai problema pelatih sepakbola usia muda di atas sebenarnya berujung pada satu konsekuensi. Yakni buruknya kemampuan gerak atletik dasar para calon pesepakbola. Dalam konteks pengembangan sepakbola, berkurangnya kesempatan untuk memainkan sepakbola jalanan (yang dimainkan di kampung) juga sangatlah merugikan. Padahal keberadaan sepakbola jalanan membantu proses pembinaan usia muda. Terutama dalam hal menumbuhkan kecintaan anak pada permainan sepakbola.

Dalam situasi perkembangan sepakbola modern, serta ditengah tantangan yang mendera para pelatih sepakbola usia muda, SSB perlu mengambil peran yang lebih optimal. Hal ini terjadi karena SSB kini praktis menjadi satu-satunya tempat bagi anak-anak dan remaja yang ingin belajar sepakbola (Ganesha Putera, 2010: 16). Satu hal utama yang perlu dilakukan adalah menyediakan latihan usia muda yang berkualitas bagi anak-anak dan remaja yang terlibat di SSB. Sebab pada

dasarnya, jika latihan tidak menyesuaikan dengan usia, maka hasilnya tidak akan signifikan. Bisa jadi pemain tersebut hanya akan bagus dalam jangka pendek yang singkat. Sedangkan di masa yang akan datang justru sulit bersaing. Pada usia 14 tahun misalnya pada cabang-cabang olahraga tertentu, termasuk dalam tahap latihan tingkat lanjut dimana sasaran yang harus dicapai dalam tahap latihan ini adalah memperkuat kemauan (*will power*) untuk berlatih dan menghadapi berbagai kendala psikologis dan fisik, mengembangkan harmonisasi kondisi fisik dengan koordinasi (seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelincihan, dan mobilitas) untuk menuju spesialisasi cabang olahraga dengan pendasaran fisik yang kuat menuju prestasi tinggi nantinya, dan pengembangan latihan teknik dan taktik dengan melakukan uji coba latihan dan pertandingan yang lebih sering Lumintuarso dalam Khoiril Anam (2013: 81).

Karakteristik pemain usia muda sangatlah beragam. Menurut Sukatamsi dalam Hendrik Hermanto (2017: 3) menjelaskan tahapan-tahapan pembinaan dan tahapan prestasi yang terbagi menjadi beberapa tahap, yaitu: (1) usia 7-12 tahun: tahap persiapan atau tahap pemasangan, ialah tahap belajar dasar-dasar sepakbola, penguasaan teknik-teknik dasar pengajaran permainan sepakbola. (2) usia 13-16 tahun: tahap pembangunan atau tahap pembibitan. Dimulainya pembinaan prestasi, ialah pembinaan-pembinaan khusus: pembinaan teknik, pembinaan kondisi fisik, pembinaan taktik, dan sering bertanding untuk mencapai kematangan juara. (3) usia 17-22 tahun: masa sukses pertama. (4) usia 23-29 tahun: masa prestasi puncak (optimal). (5) usia 30-35 tahun: masa usaha untuk menjadikan tetap berprestasi puncak (stabilisasi). Pendapat lain dari Ganesha Putera (2010: 20) menyatakan bahwa pemain terbagi atas karakteristik tiap kelompok umur pemain. Dimulai dari junior E dan F dengan kelompok umur 6-10

tahun, junior D dengan kelompok umur 11-12 tahun, junior C dengan kelompok 13-14 tahun, dan seterusnya. Bahkan ada pengelompokan usia versi DFB Jerman yang dapat dijadikan rujukan oleh para pelatih dalam mengelompokkan usia pemain. Berikut merupakan tabel yang dimaksud.



Bagan 1: Pengelompokan usia versi DFB Jerman
Sumber: Ganesha Putera (2010: 20)

Latihan pada usia muda berkualitas yang sistematis, metodik serta berkesinambungan merupakan harga mati dalam proses pembinaan menuju pesepakbolaan professional handal (Ganesha Putera, 2010: 18). Latihan ini dilakukan sesuai dengan pertumbuhan berdasarkan usia. Ini penting, sebab secara biologis, fisiologis, maupun psikologis, anak-anak dan remaja ditiap level usia memiliki karakteristik dan ciri tersendiri. Sehingga latihan sepakbola haruslah menyesuaikan dengan kondisi ini, demi efektifnya materi latihan yang akan diajarkan ke pemain. Jika latihan tidak menyesuaikan dengan usia, maka

hasilnya tidak akan signifikan. Bisa jadi pemain tersebut hanya akan bagus dalam jangka pendek yang singkat. Sedangkan di masa yang akan datang justru akan sulit bersaing.

2.1.4 Evaluasi Latihan

Proses pembinaan yang sistematis, terencana, teratur dan berkesinambungan perlu diadakan sebuah evaluasi karena suatu bidang pekerjaan dapat dilakukan baik atau buruk jika telah dilakukan sebuah evaluasi. Menurut Arikunto dalam Muslimin dan Arif Hidayat (2016: 54) mengatakan bahwa evaluasi program adalah upaya untuk mengetahui tingkat keterlaksanaan suatu kebijakan secara cermat dengan cara mengetahui efektifitas masing-masing komponennya.

Proses evaluasi harus dilaksanakan secara komprehensif agar hasilnya benar-benar dapat dijadikan dasar dalam menentukan kualitas dari suatu program/latihan. Hal ini berarti evaluasi dijadikan secara menyeluruh untuk menilai unsur-unsur yang mendukung dari sebuah program/latihan. Sebuah program/latihan bukan hanya kegiatan tunggal yang dapat diselesaikan dalam waktu singkat, tetapi merupakan kegiatan yang berkesinambungan karena melaksanakan suatu kebijakan.

Menurut Muslimin dan Arif Hidayat (2016: 54-55) secara umum, istilah evaluasi dapat disamakan dengan penaksiran (*appraisal*), pemberian angka (*rating*), dan penilaian (*assessment*) kata-kata yang menyatakan usaha untuk menganalisis hasil kebijakan dalam arti satuan nilainya. Sedangkan menurut Brinkerhoff dalam Agustanico DwiMuryadi (2015: 5) evaluasi adalah penyelidikan (proses pengumpulan informasi) yang sistematis dari berbagai aspek pengembangan program profesional dan pelatihan untuk mengevaluasi kegunaan dan manfaatnya. Hal senada dikemukakan oleh Djaali, Mulyono, dan Ramly dalam

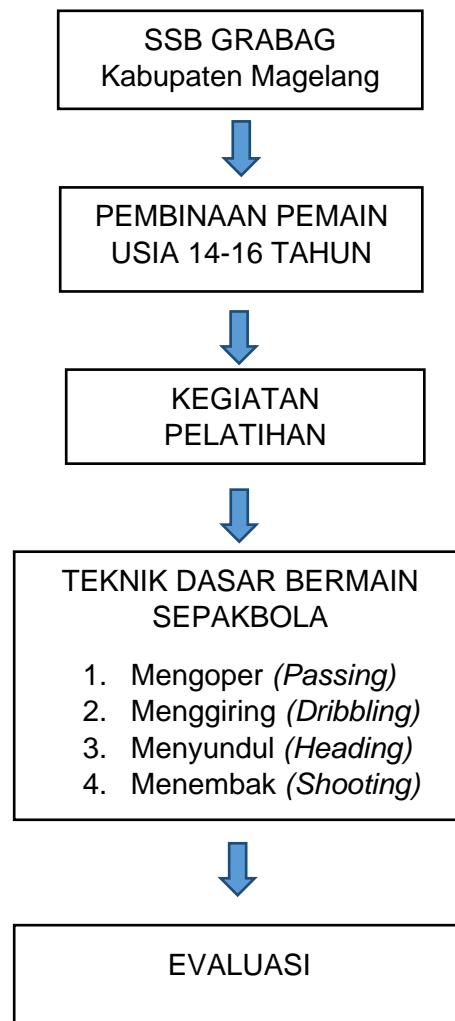
Agustanico Dwi Muryadi (2015: 5) mendefinisikan evaluasi dapat diartikan sebagai proses menilai sesuatu berdasarkan kriteria atau standar objektif yang dievaluasi.

Evaluasi latihan yang dimaksudkan dalam profil penguasaan keterampilan dasar sepakbola ini adalah untuk bahan renungan para siswa setelah mendapatkan masukan dari pelatih demi meningkatkan performa mereka dikemudian hari.

2.2 Kerangka Berpikir

Keterampilan dasar sepakbola sebagai suatu pondasi mendasar bagi pemain sepakbola dapat diterapkan pada pola pembinaan usia dini. Pembinaan ini dimulai dari Sekolah Sepakbola (SSB), salah satunya yang berada di wilayah Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang. Klub SSB Grabag memiliki tanggungjawab dalam pencarian bibit dan pembinaan hingga menjadi seorang pemain yang dapat memiliki prestasi pada setiap kejuaraan yang dilombakan. Pembinaan pemain usia dini ini dilakukan pada klub SSB berumur sekitar 14 sampai 16 tahun. Hal ini dimaksudkan supaya penyerapan materi dan praktik yang diberikan oleh pelatih lebih mendalam pada pemain, karena usia ini dinilai sudah mampu memahami instruktur pelatih. Setelah ditemukan sasaran pembinaan usia dini, selanjutnya dilakukan kegiatan pelatihan yang rutin diadakan setiap minggunya sebagai upaya keberlanjutan (*continue*) agar pemain tetap fokus dan mengingat latihan yang sudah dilakukan pada minggu sebelumnya. Kemampuan penguasaan teknik dasar dalam permainan sepakbola yang diujikan, diukur dengan tes keterampilan sepakbola yang meliputi mengoper (*passing*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), dan menembak (*shooting*). Selanjutnya, sebagai langkah terakhir dalam sebuah

pelatihan diberikan evaluasi sebagai bahan renungan bagi masing-masing pemain/siswa untuk kemajuan kemampuan yang dimilikinya di latihan berikutnya. Untuk lebih jelasnya kerangka pemikiran penelitian ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Bagan 2: Kerangka Berfikir Penelitian.

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian, analisis data dan pembahasan diperoleh simpulan sebagai berikut:

Diambil beberapa kesimpulan berdasarkan tes keterampilan dasar sepakbola diketahui bahwa kategori sangat baik sebesar 0.00% (0 siswa), kategori baik sebesar 15.00% (3 siswa), kategori cukup sebesar 50.00% (10 siswa), kategori tidak baik sebesar 30.00% (6 siswa), dan kategori sangat tidak baik sebesar 5.00% (1 siswa), sehingga dapat dikatakan penguasaan keterampilan dasar sepakbola (*passing, dribbling, heading, dan shooting*) anak usia 14-16 tahun pada Sekolah Sepakbola Grabag Kabupaten Magelang termasuk dalam kategori cukup.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka penulis akan mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

- 1) Sebaiknya pihak Sekolah Sepakbola memprioritaskan pemberian latihan pada aspek *passing* mengingat ini masing menjadi titik terlemah dalam penguasaan keterampilan dasar. Dan juga, *passsing* adalah salah satu keterampilan terpenting dalam permainan sepakbola, maka dari itu untuk meningkatkan kemampuan bermain sepakbola, pemain harus menguasai

berbagai keterampilan dasar sepakbola salah satunya yakni keterampilan *passing*.

- 2) Bagi para pemain untuk dapat memaksimalkan kemampuan keterampilan dasar sepakbola sebaiknya dengan kesadaran diri sendiri untuk melatih kemampuannya yang dirasa masih kurang seperti *passing*, *dribbling*, *heading*, dan *shooting*.
- 3) Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian sejenis, dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dan diharapkan untuk dapat membandingkan bentuk latihan keterampilan dasar yang lain agar diperoleh informasi yang semakin tepat terkait bentuk latihan yang paling efektif untuk meningkatkan kemampuan keterampilan dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rohim. 2008. *Bermain Sepak Bola*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.
- Agustanico Dwi Muryadi. 2015. "Evaluasi Program Pembinaan Sepakbola Klub Persijap Jepara". *Jurnal Ilmiah Penjas*. 1(2), 5. Diunduh dari: <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIP/article/view/323> pada tanggal 17 Desember 2019 pukul 22:35 WIB.
- Ajun Khamdani. 2010. *Olahraga Tradisional Indonesia*. Singkawang: PT. Maraga Borneo Tarigas.
- Danny Mielke. 2009. *Dasar-dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Doni Paisal. 2015. "Pengetian Profil". Diunduh dari: <http://catatansang1.blogspot.com/2015/02> pada tanggal 17 Desember 2019 pukul 22:40 WIB.
- Ganesha Putera. 2010. *Kutak-Katik Latihan Sepakbola Usia Muda*. Jakarta: PT Visi Gala 2000.
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hendra Mulyadi, dkk. 2014. "Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Bermain Sepakbola dengan Metode Modifikasi Peraturan Permainan Pada Siswa Kelas VI Madrasah Ibtidaiyah Al-Ma'arif 03 Tanjung Paoh". *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*. 1(1), 34. Diunduh dari: <http://jurnalstkipmelawi.ac.id/index.php/JPJKR/article/view/49> pada tanggal 08 Desember 2019 pukul 12:12 WIB.
- Hendrik Hermanto. 2017. "Peningkatan Keterampilan Dribbling dan Passing dalam Permainan Sepakbola Melalui Bentuk Latihan Bermain pada Siswa Kelas IV SD Negeri Sekarputih Kecamatan Bogor Kabupaten Nganjuk Tahun Pelajaran 2016/2017". *Artikel Skripsi Universitas Nusantara PGRI Kediri*. Diunduh dari http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2017/12.1.01.09.0393.pdf pada tanggal 24 Desember 2019 pukul 10:34 WIB.

- Jeff Sneyers. 2002. *Sepak Bola: Latihan dan Strategi Bermain*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Joseph A Luxbacher, Ph. D. 2004. *Sepak Bola: Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Khoiril Anam. 2013. "Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun". *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. 3(2), 78-81. Diunduh dari: <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki/article/view/4377> pada tanggal 08 Desember 2019 pukul 13:10 WIB.
- Muslimin, dan Arif Hidayat. 2016. "Evaluasi Program Pembinaan Tim Sepakbola Sekolah Olahraga Negeri Sriwijaya Sumatera Selatan Tahun 2016". *Jurnal Sport Area*. 10, 54-55. Diunduh dari: <https://journal.uir.ac.id/index.php/JSP/article/view/776/648> pada tanggal 17 Desember 2019 pukul 22:21 WIB.
- Nagiga, dan Taufan Soetopo. 2014. *Gol! Fakta Lengkap Sepakbola dan Piala Dunia*. Jakarta: Media Pusindo.
- Saifuddin Azwar. 2016. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Salim. 2008. *Buku Pintar Sepak Bola*. Bandung: Nuansa.
- Setiawan. 2013. *Survei Keterampilan Dribbling, Heading, Throw-In dan Shooting Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Usia 10-12 Tahun SDN 2 Karangasem Kecamatan Cawas Klaten*. [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. Diunduh dari: <https://eprints.uny.ac.id/14790/1/36.%20Setiawan.pdf> pada tanggal 30 Desember 2019 pukul 09:18 WIB.
- Subardi, dan Andri Setyawan. 2007. *Olahraga Kegemaranku Sepak Bola*. Klaten: PT Intan Pariwara.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tim Redaksi. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. Balai Pustaka.

Tom Fleck dan Ron Quinn. 2002. *Panduan Latihan Sepakbola Andal*. Jakarta: Sunda Kelapa Pustaka.

Wahyu Tri Laksono. 2015. *Tingkat Keterampilan Dasar Sepakbola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 4 Sentolo*. [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. Diunduh dari: <https://eprints.uny.ac.id/19102/1/SKRIPSI%20Wahyu%20Tri%20Laksono.pdf> pada tanggal 12 Januari 2020 pukul 13:06 WIB.

Wulandari, E. 2016. *BAB II Kajian Teori: Pengertian Profil*. [Skripsi]. Tulungagung: IAIN Tulungagung. Diunduh dari: <http://repo.iain-tulungagung.ac.id/3746/3/BAB%20II.pdf> pada tanggal 17 Desember 2019 pukul 19:46 WIB.