

Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Dalam Permainan Sepak Bola Peserta Ektrakurikuler Di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya

Fadly Fasby Habibi¹, Hendri Fadly², Yudi Ikhwan³

Fadly Fasby Habibi, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

fadlyfasby@gmail.com

Hendri Fadly, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

hendrifadlypenjas@serambimekkah.ac.id

Yudi Ikhwan, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

Yudiikhwan@serambimekkah.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar dalam permainan sepak bola peserta Ektrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan metode survei tes dan pengukuran. Sampel penelitian ini adalah Siswa yang aktif dalam kegiatan Ektrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya yang berjumlah 20 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah dengan tes kemampuan teknik dasar sepak bola. Teknik analisis data adalah statistic deskriptif dengan pentase. Hasil penelitian yang telah diperoleh diketahui bahwa tes kemampuan teknik dasar sepak bola siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya, dari 20 orang siswa yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 1 orang dengan persentasi 5%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 5 orang dengan persentasi 25%, yang memiliki kategori cukup sebanyak 7 orang dengan persentasi 35%, yang memiliki kategori baik sebanyak 6 orang dengan persentasi 30% dan dan yang memiliki kategori baik sekali sebanyak 1 orang dengan persentasi 5%. Berdasarkan hasil yang di peroleh kemampuan teknik dasar sepak bola yang di miliki siswa SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya rata-rata kategori cukup.

Kata Kunci: Kemampuan Teknik Dasar, Permainan Sepak Bola

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Sepak bola merupakan suatu olahraga atau kegiatan yang sangat populer di seluruh dunia dan tidak terkecuali di Indonesia. Di Indonesia sendiri sepak bola menjadi populer dapat dibuktikan dengan banyaknya tim di Indonesia yang banyak bermunculan dan juga dari minat orang-orang untuk menyaksikan pertandingan sepak bola seperti pada Piala

AFF dan pertandingan liga Champion Scheuneman, 2005: 15, mengungkapkan bahwa saat ini sepak bola merupakan olahraga paling populer di Dunia. Sepak bola jauh lebih populer dari olahraga lainnya, seperti bola basket, bola voli, dan tenis. Dapat dilihat bahwa olahraga sepak bola banyak digemari oleh berbagai kalangan dari pria, wanita, anaanak, dan orangtua dewasa. Sepak bola saat ini tidak hanya untuk bersenang-senang atau hiburan semata tetapi angkat dituntut untuk mencapai suatu prestasi yang optimal. Sedangkan untuk prestasi dalam dunia sepak bola, ukuran itu sendiri perlu adanya pembinaan sejak dini secara optimal dan terarah untuk bisa meraih prestasi. Salah satu komponen mendasar yang harus dikuasai agar dapat bermain sepak bola dengan baik adalah menguasai teknik dasar bermain sepak bola. “Teknik bermain merupakan kelengkapan yang fundamental sebagai dasar bermain, disamping pembinaan yang lain” (Soekatamsi, 2010: 14).

Menurut Husdarta dan Saputra (2010: 61) menyatakan bahwa” keterampilan memvariasikan metode dalam proses belajar mengajar meliputi tiga aspek.

- (1) variasi dalam metode pembelajaran;
- (2) variasi dalam menggunakan media dan bahan pembelajaran;
- (3) variasi dalam interaksi antara guru dengan siswa.

Dalam olahraga sepak bola kemampuan teknik dasar sangatlah dibutuhkan untuk mencapai prestasi yang optimal, karena untuk menjadi seorang atlet sepak bola harus memiliki kemampuan teknik dasar sepak bola. Mielke (2011: 2) memaparkan bahwa:

Ada beberapa teknik-teknik dasar dalam sepak bola, seperti

1. Stop ball (menghentikan bola);
2. Shooting (menendang bola ke gawang).
3. Passing (mengumpan).
4. Heading (menyundul bola).
5. Dribbling (menggiring bola).

Dalam permainan sepak bola jika kita amati secara seksama, maka yang paling sering dilakukan adalah teknik menggiring bola. Menurut Soekatamsi (2017) dalam pembelajaran sepak bola, kita mengenal aspek-aspek yang perlu dikembangkan yaitu:

1. Pembinaan teknik (keterampilan)
2. Pembinaan fisik (kesegaran jasmani)
3. Pembinaan taktik
4. Kematangan juara.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian sepak bola diantaranya ialah kemampuan gerak dasar permainan sepak bola para pemainnya. Oleh karena itu, seorang pemain yang tidak memiliki kemampuan gerak dasar bermain sepak bola yang baik tidak mungkin akan menjadi pemain yang baik dan sulit untuk mencapai prestasi maksimal dengan melakukan kemampuan gerak dasar yang teratur dan sebaiknya dimulai sejak usia dini. Untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar, biasanya akan dilakukan drill mengenai cara menendang (kicking), mengumpan (passing), mengontrol/menghentikan bola (controlling), menggiring bola (dribbling), menyundul bola (heading) dan lainnya (Nurhasan, 2002:17).

Keterampilan dasar merupakan faktor penting yang dapat menunjang penampilan, oleh karena itu diperlukan latihan yang tepat untuk menguasainya. Seorang pemain yang baik di haruskan menguasai teknik dasar yang ada pada sepak bola seperti: Menendang (shooting), Menyundul (heading), Menggiring (dribbling), mengontrol (controlling), dan melempar bola (throw in). Teknikteknik dasar tadi harus dikuasai demi tercapainya suatu permainan yang baik, dandapat mencapai tujuan bermain sepak bola, yakni mencetak gol kegawang lawan. (Prasetya, 2013). Untuk mendapatkan keberhasilan dalam melakukan lemparan ke dalam diperlukan teknik yang benar. Pemain SSB Purwosari lebih sering melakukan kesalahan saat melakukan lemparan ke dalam terbukti dari jarak yang dihasilkan.

Bola yang seharusnya dilemparkan kepemain lawan justru sering tidak sampai dan dapat direbut oleh pemain lawan. Hal ini dikarenakan ayunan lengan pemain masih belum kuat dikarenakan belum adanya latihan yang menguatkan gerakan-gerakan lengan. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu syarat yang harus dimiliki oleh pemain. Faktor penting dan berpengaruh serta dibutuhkan dalam permainan sepak bola adalah teknik dasar permainan sepak bola yang harus dikuasai oleh para pemain sepak bola. Keberhasilan suatu tim dalam setiap pertandingan di tentukan dengan penguasaan teknik dasar, karena dengan penguasaan teknik dasar akan tercipta permainan yang bermutu dan menggunakan teknik yang baik pula.

Teknik dasar adalah semua gerakan- gerakan tanpa bola dan gerakangerakan dengan bola yang diperlukan dalam bermain sepak bola, jadi teknik dasar bermain sepak bola adalah merupakan kemampuan untuk melakukan gerakangerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepak bola yang profeasional harus menguasai teknik dasar bermain sepak bola terlebih dahulu sebelum bermain dalam

permainan sepak bola.

Teknik dasar yang perlu dimiliki oleh pemain sepak bola adalah menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, meranpas, lemparan ke dalam, dan menjaga gawang. Contoh gerakan tanpa bola adalah lari secepat-cepatnya mencari posisi yang kosong untuk menerima operan atau umpan dari teman yang menguasai bola, melompat setinggi-tingginya untuk berebut bola dengan pemain lawan, lari zig zag atau gerakan tipu untuk menghindari dari hadangan lawan. Teknik dasar sepak bola antara lain:

- a. Teknik menendang (shooting) Menendang bola (shooting) bertujuan untuk mencetak goal ke gawang lawan. Ada tiga teknik yang bisa dilakukan dalam proses menendang bola (shooting) ini yaitu dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki. Ketiga teknik ini dapat dilakukan dengan cara menfokuskan pandangan pada sisi gawang mana yang akan menjadi target tendangan.
- b. Teknik mengumpan (passing) Teknik mengumpan (passing) ini bertujuan untuk mengoper bola kepada satu tim, passing ini akan sangat efektif untuk menembus pertahanan lawan. Teknik ini dapat dilakukan dengan cara passing pendek, panjang atau through pass dan jauh yang lebih dikenal dengan umpan lambung.
- c. Teknik menghentikan bola (stopping) Teknik menghentikan bola ini biasanya digunakan pada waktu si pemain sedang diberi umpan atau menerima umpan dari rekan nya. Di saat bola akan bertuju pada si penerima bisa menggunakan tiga cara yaitu dengan kaki, paha dan dada, sedangkan untuk menghentikan bola dengan kaki yaitu kaki bagian luar, kaki bagian dalam dan punggung kaki.
- d. Teknik menggiring bola (dribbling) Teknik menggiring bola (dribbling) yaitu teknik untuk membawa bola atau penguasaan penuh atas bola.

Ada 4 teknik dribbling yaitu:

1. Speed dribbling dan closed dribbling Speed dribbling yaitu teknik speed dribbling dengan menjauhkan bola lalu mengujarnya. Sedangkan teknik closed dribbling yaitu teknik ini dilakukan dengan cara menggiring dan mengontrol bola dengan seksama dan dapat dilakukan ketika sedang di himpit lawan.
2. Menggiring dengan punggung kaki Teknik ini dilakukan dengan tahapan yaitu pandangan mata lurus ke depan, taruh bagian dengan kaki di ujung bola dorong bola dengan punggung kaki
3. Menggiring dengan kaki bagian dalam Teknik ini dilakukan dengan tahapan yaitu pandangan mata lurus ke depan, putar pergelangan kaki ke luar, kemudian dorong bola

dengan kaki bagian luar

4. Menggiring bola dengan kaki bagian luar Teknik ini dilakukan dengan tahapan yaitu pandangan mata lurus ke depan, putar pergelangan kaki ke luar.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik menindaklanjuti permasalahan ini dengan judul, Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Dalam Permainan Sepak Bola Peserta Ektrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar dalam permainan sepak bola peserta Ektrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya?

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat kemampuan teknik dasar dalam permainan sepak bola peserta Ektrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya.

Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Dari hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan sumbangan pemikiran yang mempunyai manfaat terutama bagi peneliti khususnya cabang olahraga sepak bola.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Sekolah. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan untuk guru dan pelatih ekstrakurikuler khususnya yang berhubungan dengan teknik dasar dalam permainan sepak bola.
- b. Bagi siswa. Dapat dijadikan bahan referensi Agar siswa dapat mengetahui dan memahami teknik dasar dalam permainan sepak bola agar dapat meningkatkan prestasi kedepan.
- c. Bagi peneliti. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan atau pedoman untuk peneliti selanjutnya mengenai permainan sepak bola.

METODELOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei, desain penelitian ini adalah deskriptif dengan metode survei tes dan pengukuran.

Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono, (2016: 80) Populasi adalah terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Ridwan dalam Buchari Alma (2015: 10) Populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi objek penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa yang aktif dalam kegiatan Ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya yang berjumlah 20 Siswa. Teknik sampling menurut Sugiyono, (2016:81) ialah teknik pengambilan sampel, untuk menentukan sampel yang akan digunakan. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan berdasarkan populasi, yang berjumlah 20 Siswa yang aktif dalam kegiatan Ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara-cara yang dilakukan untuk memperoleh data dan keterangan-keterangan yang diperlukan dalam penelitian. (Sugiyono, 2017:137). Teknik pengumpulan data yang dilakukan penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: melakukan persiapan tes, pelaksanaan tes, dan pencatatan tes.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistic deskriptif dengan persentase.

Waktu dan Tempat Penelitian

Jl, Drien Jalo, Kec. Tangan-Tangan, Kabupaten Aceh Barat Daya, SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya, waktu penelitian pada bulan Maret 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Tes *Running Speed* (Lari 20 Meter)

Pada tes kemampuan teknik dasar *running speed* yang didapatkan dari siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya dengan jumlah 20 siswa dapat digambarkan sebagai berikut.

Tabel 1. Klasifikasi Tes *Running Speed* (Lari 20 Meter)

No	Rentang	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
1	$7.67 < X$	Kurang Sekali	2	10%
2	$7.67 \geq X > 6.99$	Kurang	2	10%
3	$6.99 \geq X > 6.33$	Cukup	8	40%
4	$6.33 \geq X > 5.65$	Baik	8	40%
5	$X < 5.65$	Baik Sekali	0	0%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan tes *running speed* dari 20 orang siswa yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 2 orang dengan persentasi 10%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 2 orang dengan persentasi 10%, yang memiliki kategori cukup sebanyak 8 orang dengan persentasi 40%, yang memiliki kategori baik sebanyak 8 orang dengan persentasi 40% dan tidak ada yang berada pada kategori baik sekali. Berdasarkan hasil yang di peroleh kemampuan teknik dasar *running speed* yang di miliki siswa SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya rata-rata kategori cukup.

2. Hasil Tes *Basic Movements* (Gerak Dasar Tanpa Bola)

Pada tes kemampuan teknik dasar *basic movements* yang didapatkan dari siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya dengan jumlah 20 siswa dapat digambarkan sebagai berikut.

Tabel 2. Klasifikasi Tes *Basic Movements* (Gerak Dasar Tanpa Bola)

No	Rentang	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
1	$16.4 < X$	Kurang Sekali	2	10%
2	$16.4 \geq X > 14.72$	Kurang	3	15%
3	$14.72 \geq X > 13.04$	Cukup	9	45%
4	$13.04 \geq X > 11.36$	Baik	4	20%
5	$X < 11.36$	Baik Sekali	2	10%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan tes *basic movements* dari 20 orang siswa yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 2 orang dengan persentasi 10%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 3 orang dengan persentasi 15%, yang memiliki kategori cukup sebanyak 9 orang dengan persentasi 45%, yang memiliki kategori baik sebanyak 4 orang dengan persentasi 20% dan yang memiliki kategori baik sekali sebanyak 2 orang dengan persentasi 10%,. Berdasarkan hasil yang di peroleh kemampuan teknik dasar *basic movements* yang di miliki siswa SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya rata-rata kategori cukup.

3. Hasil Tes *Ball Techniques* (Gerak Dasar dengan Bola)

Pada tes kemampuan teknik dasar *ball techniques* yang didapatkan dari siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya dengan jumlah 20 siswa dapat digambarkan sebagai berikut.

Tabel 3. Klasifikasi Tes *Ball Techniques* (Gerak Dasar dengan Bola)

No	Rentang	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
1	$16.5 < X$	Kurang Sekali	3	15%
2	$16.5 \geq X > 14.89$	Kurang	4	20%
3	$14.89 \geq X > 13.27$	Cukup	4	20%
4	$13.27 \geq X > 11.66$	Baik	9	45%

5	$X < 11.66$	Baik Sekali	0	0%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel dan gambar di atas dapat dijelaskan tes *ball techniques* dari 20 orang siswa yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 3 orang dengan persentasi 15%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 4 orang dengan persentasi 20%, yang memiliki kategori cukup sebanyak 4 orang dengan persentasi 20%, yang memiliki kategori baik sebanyak 9 orang dengan persentasi 45% dan tidak ada yang berada pada kategori baik sekali. Berdasarkan hasil yang di peroleh kemampuan teknik dasar *ball techniques* yang di miliki siswa SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya rata-rata kategori cukup.

4. Hasil Tes Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola

Pada tes kemampuan teknik dasar sepak bola yang didapatkan dari siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya dengan jumlah 20 siswa dapat digambarkan sebagai berikut.

Tabel 4. Klasifikasi Tes Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola

No	Rentang	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
1	$37.87 < X$	Kurang Sekali	1	5%
2	$37.87 \geq X > 35.65$	Kurang	5	25%
3	$35.65 \geq X > 33.43$	Cukup	7	35%
4	$33.43 \geq X > 31.21$	Baik	6	30%
5	$X < 31.21$	Baik Sekali	1	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel dan gambar di atas dapat dijelaskan tes kemampuan teknik dasar sepak bola dari 20 orang siswa yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 1 orang dengan persentasi 5%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 5 orang dengan persentasi 25%, yang memiliki kategori cukup sebanyak 7 orang dengan persentasi 35%, yang memiliki kategori baik sebanyak 6 orang dengan persentasi 30% dan dan yang memiliki kategori baik sekali sebanyak 1 orang dengan persentasi 5%. Berdasarkan hasil yang di peroleh kemampuan teknik dasar sepak bola yang di miliki siswa SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya rata-rata kategori cukup.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh diketahui bahwa tes kemampuan teknik dasar sepak bola siswa peserta ekstrakurikuler di SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya, dari 20 orang siswa yang memiliki kategori kurang sekali sebanyak 1 orang

dengan persentasi 5%, yang memiliki kategori kurang sebanyak 5 orang dengan persentasi 25%, yang memiliki kategori cukup sebanyak 7 orang dengan persentasi 35%, yang memiliki kategori baik sebanyak 6 orang dengan persentasi 30% dan dan yang memiliki kategori baik sekali sebanyak 1 orang dengan persentasi 5%. Berdasarkan hasil yang di peroleh kemampuan teknik dasar sepak bola yang di miliki siswa SD Negeri 4 Tangan Tangan Aceh Barat Daya rata-rata kategori cukup.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusti, Chalendra Prasetya. (2013). *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kemungkinan Terjadinya Financial Distress*. Skripsi.Semarang: Universitas Diponegoro.
- Alma, Buchari. 2015. *Manajemen Pemasaran dan Pemasaran Jasa*. Bandung: Alfabeta.
- H Husdarta JS dan Saputra Yudha, 2010, *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan. Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Mielke, Danny. (2011). *Buku ajar psikologi perkembangan*. Jakarta: MKDK UNJ.
- Nurhasan. (2002). *Aktivitas Kebugaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Scheunemann,Timo. (2005). *Dasar Sepak Bola Modern*. Malang: Diona.
- Soekatamsi. (2010). *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Solo: Tiga Serangkai.
- Soekatamsi. (2017). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta : Tiga Serangkai.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.