

**Profil Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler  
Sepakbola SMA PGRI Bantargadung  
2021**

***Profile Of Basic Skills To Play Football In Extracurricular Students Of Soccer PGRI  
Bantargadung High School  
2021***

**Panji Astina**

Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia

[panji.astina11@gmail.com](mailto:panji.astina11@gmail.com)

**Abstrak**

Dalam penelitian ini, penulis memiliki tujuan untuk mengetahui Profil keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung 2021 pada bentuk penelitian survei dengan metode presentase deskriptif. Berdasarkan dari hasil analisis data, deskriptif, pengujian hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Profil keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung 2021 berada dalam kategori “kurang” karena sebagian siswa ada beberapa teknik yang mereka kuasai dan ada juga yang tidak. Dari 21 siswa yang memiliki tingkat teknik dasar sepak bola dengan kategori sangat baik 7 orang (33.333%), sedangkan kategori baik sebanyak 4 orang (19.048%), kategori kurang sebanyak 2 orang (9.524%) dan yang masuk dalam kategori sangat kurang, sebanyak 8 orang (38.095%). Rata-rata yang diperoleh sebesar 147.6 berada pada interval <177.03 dengan kategori sangat kurang.

**Kata Kunci:** Keterampilan Teknik dasar, Sepakbola, SMA PGRI Bantargadung.

**Abstract**

*The author of this study, the author has the aim to determine the profil of basic skill to play football in extracurricular football at SMA PGRI Bantargadung 2021 in the form of survey reseach with descriptive presentation method. examination of research result and discussion, it can be ignored that the profil of basic football skills in extracurricular football at SMA PGRI Bantargadung 2021 is in the “lacking” category because some students have several techniques that they master and not. of the 21 students who have a basic level of soccer techniques with very good categories 7 people (33,333%), while the good category is 4 people (19,048%), less category is 2 people (9,524%), and those in the very poor category were 8 people (38,095%). The average obtained was 147.6 in the interval <177.03 with very poor category.*

**Keywords:** basic technical skills, soccer, SMA PGRI Bantargadung.

## **I. PENDAHULUAN**

Olahraga adalah aktivitas fisik untuk melatih tubuh seseorang yang salah satu tujuannya untuk meningkatkan kesehatan jasmani dan rohaninnya. Olahraga tidak hanya bertujuan untuk kesehatan tetapi bisa juga untuk meraih prestasi pada bidang atau cabang olahraga yang di tekuni seseorang. Menurut Setiawan (2017: 75) “olahraga adalah sebagai kajian ilmu memiliki 3 dimensi ilmiah yaitu ontologi, epistemologi dan aksologi. Menurut Yudik Prasetyo (dalam Arif Hidayat 2015: 50) “olahraga merupakan alat ampuh untuk pembentukan fisik dan mental bangsa, dengan sering berolahraga maka aktifitas sehari-hari juga akan terasa ringan saat melakukannya”. Sedangkan Menurut Desi Anggar Aditya (2015: 2254) “olahraga merupakan suatu kegiatan yang mengajarkan banyak hal, mulai dari kejujuran dalam bermain, menghargai kawan atau lawan, menerima kekalahan dengan lapang dada, memberi ucapan kepada sang pemenang, bersikap fairplay dalam bermain, dan masih banyak lagi hal positif yang sebenarnya terkandung didalam olahraga itu”.

Ada beberapa bidang atau cabang olahraga yang banyak di gemari oleh semua kalangan masyarakat salah satunya yaitu cabang olahraga sepakbola.

Sepakbola adalah suatu cabang olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, yang setiap regunya terdiri atas 11 pemain yang salah satunya yaitu menjadi penjaga gawang, hampir semua permainan sepakbola dilakukan dengan menggunakan kaki kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badannya dengan aturan tertentu.

Perkembangan sepakbola telah dirasakan di daerah-daerah Indonesia salah satunya di Sukabumi perkembangan sepakbolanya sangat pesat, terbukti dari banyaknya turnamen yang diselenggarakan baik dalam kategori umum maupun dalam kategori pelajar. Ada banyak sekali sekolah sepakbola dan ekstrakurikuler sepakbola yang ada di Sukabumi salah satunya terdapat di kecamatan Bantargadung pada sekolah SMA PGRI Bantargadung.

Demi mendukung adanya bakat-bakat sepakbola yang ada di suatu daerah, salah satunya dapat disalurkan dengan diadakannya ekstrakurikuler sepakbola. Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk menambah wawasan dan kemampuan siswa menurut kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh siswa. Sehingga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola dapat menambah pengetahuan dan kemampuan siswa dalam bermain sepakbola. Ektrakurikuler di SMA PGRI Bantargadung sangatlah beragam, salah satunya yaitu ekstrakurikuler sepakbola.

Pada saat observasi di lapangan siluman kampung Kebon Kalapa peneliti melihat langsung latihan pada siswa Ektrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung. Saat itu siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung kalah dan peneliti melihat siswa kurang efisien pergerakannya dalam pertandingan tersebut. Kemudian setelah melakukan wawancara dengan pelatih, sepertinya pelatih terlihat kesulitan dalam penerapan program latihan dikarenakan belum pernah dilakukan tes keterampilan dasar bermain sepakbola. Sedangkan hal tersebut merupakan dasar dalam pembuatan program latihan. Diharapkan dengan adanya penelitian tentang kemampuan dasar sepakbola, dapat dibuatkan program untuk lebih meningkatkan kemampuan dasar sepakbola bagi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Sehingga dapat meningkatkan prestasi dalam bidang olahraga khususnya sepakbola di SMA PGRI Bantargadung.

Menurut Lingling Usli W dan Entang Hermanu (2013:18) “Sepakbola merupakan permainan beregu, satu regu terdiri dari sebelas pemain, setiap pemain mempunyai peranan masing-masing. Secara garis besar dalam sepakbola terdiri dari tiga pembagian peran yaitu, sebagai pemain bertahan, pemain tengah dan pemain penyerang. Seperti olahraga beregu lainnya, sepakbola juga mengandalkan kerjasama tim atau kekompakan para pemainnya untuk memenangkan permainan”.

Menurut Joseph A. Luxbaacher (2011:2) “Sepakbola dimainkan pada lapangan yang lebih besar dari olahraga lainnya kecuali polo (dimana kuda-kuda yang paling banyak mengeluarkan tenaga). Lapangan tersebut biasanya disebut dengan pitch. Peraturan permainan mencakup priode waktu dua kali 45 menit, tanpa time-out dan hanya sedikit pergntian pemain. Bukan hal yang mengejutkan jika pemain sepakbola adalah atlet yang paling bugar staminannya”.

Menurut Rexa pustaka (2016: 149) “Sepakbola dimainkan oleh dua kelompok berlawanan yang masing-masing berjuang untuk memasukan bola ke gawang kelompok lawan. Setiap kelompok beranggotakan sebelas pemain, sepuluh pemain dan satu penjaga gawang. Karenanya, kelompok sepakbola tersebut juga dinamakan kesebelasan. Setiap tim sepakbola maksimal memiliki sebelas pemain”.

Menurut Bintoro Widodo (2010:246) “Keterampilan seseorang yang tergambarkan dalam kemampuannya menyelesaikan tugas gerak tertentu akan terlihat mutunya dari seberapa jauh orang tersebut mampu menampilkan tugas yang diberikan tingkat keberhasilan tertentu. Semakin tinggi tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas gerak tersebut maka semakin baik keterampilan orang tersebut”.

Keterampilan adalah kemampuan untuk menggunakan akal, pikiran, ide dan kreatifitas dalam mengerjakan, mengubah maupun membuat sesuatu menjadi lebih bermakna sehingga menghasilkan nilai dari hasil kerja tersebut.

menurut Sudarto (2016:108) “Efektifitas dan efisienitas suatu pekerjaan sangat ditentukan oleh tingkat keterampilan yang dimiliki oleh pelakunya. Semakin tinggi tingkat keterampilan, semakin efektif dan efisien pekerjaan tersebut. Bobot dan kualitas hasil suatu pekerjaan banyak bergantung pada kemampuan teknis atau kemahiran pelakunya dalam mengerjakan pekerjaan itu. Begitu pula dengan penggunaan dana, waktu, dan tenaga untuk mengerjakan suatu pekerjaan juga banya ditentukan oleh tingkat keterampilan orang yang melakukannya”.

Menurut Moch. Asmawi (2006:133) “Keterampilan gerak merupakan kemampuan yang seharusnya dimiliki oleh siswa sebagai bekal dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Apabila seorang anak mempunyai keterampilan gerak yang baik, maka dia mempunyai kesempatan yang besar untuk dapat menguasai kecakapan hidup yang dibutuhkan”.

Ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan tambahan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di lingkungan sekolah maupun luar sekolah dengan tujuan untuk mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan dan wawasan serta membantu membentuk karakter peserta didik sesuai dengan minat dan bakat masing-masing. Menurut Wiyani dalam Noor Yanti dkk (2016: 965) “ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan diluar jam pelajaran yang ditunjukkan untuk membantu perkembangan peserta didik, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, da minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh peserta didik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah”. Sedangkan Depdiknas dalam Odie Gamma Ardiansyah (2013:22) menyatakan bahwa “Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yangg diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan”. Sementara menurut Sutisna dalam M. Yahya & Amirzan (2019: 81) mengatakan “ekstrakurikuler adalah sebagai alat yang amat pentng untuk tercapai tujuan-tujuan pendidikan yang berarti dan tidak sekedar untuk menjadi sumber-sumber hiburan bagi murid”.

## **II. METODE**

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Desain Penelitian ini dalah penelitian deskriptif dengan

pendekatan *cross-sectional* yaitu jenis penelitian yang pengukuran variabel dilakukan sekaligus pada saat bersamaan. Menurut Sukardi dalam Hero Mujahid (2012:23) “Penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang berusaha menggambarkan objek atau subjek yang diteliti sesuai apa adanya, dengan tujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek yang diteliti secara tepat, dengan menggunakan metode tes dan pengukuran”.

Sugiyono (2009:80) “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Populasi dalam penelitian ini adalah 21 siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik *total sampling*. Teknik total sampling adalah teknik pengambilan sampel yang diambil berjumlah sama dengan populasi. Adapun sampel dalam penelitian ini menggunakan seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung yaitu sebanyak 21 siswa.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

Data ini di ambil dari keseluruhan 4 tes yang di gabungkan yaitu dari tes *passing* dan *stopping*, *dribbling*, *heading*, dan *shotting*.

Tabel 4.5 Hasil Analisa Kemampuan Dasar Sepakbola  
(Sumber: Penulis, 2021)

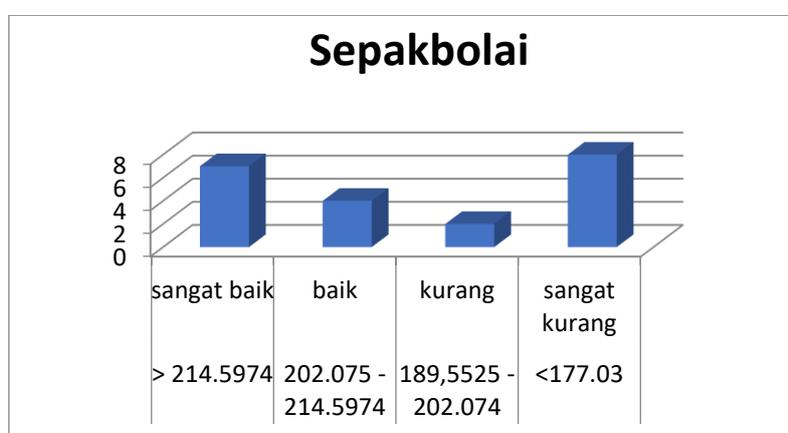
	Passing	Dribling	Heading	Shooting	Total
mean	15.714	67.692	17.333	46.857	147.596
median	17	22.29	18	15	72.29
mode	18	18.03	11	19	66.03
s dev	4.8053	3.047	5.1631	4.4099	17.4253

Max	232.12
Min	148.6

Keterangan: Data; Data; Data

Dari 21 siswa yang memiliki tingkat teknik dasar sepak bola dengan kategori sangat baik 7 orang (33.333%), sedangkan kategori baik sebanyak 4 orang (19.048%), kategori kurang sebanyak 2 orang (9.524%) dan yang masuk dalam kategori sangat kurang, sebanyak 8 orang (38.095%). Rata-rata yang diperoleh sebesar 147.6 berada pada interval <177.03 dengan kategori sangat kurang.

Diagram tingkat teknik dasar *Shooting* adalah sebagai berikut:



Gambar 4.5 Diagram Teknik Dasar Sepakbola  
 (Sumber: Penulis, 2021)

## Pembahasan

tugas-tugas tertentu dengan baik. Hasil dari tes yang peneliti ambil dan hasil pengolahan Teknik dasar merupakan kemampuan mendasar yang harus dimiliki setiap cabang olahraga karena sebagai kemampuan untuk melakukan data, sebagian besar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung dikategorikan berkemampuan sedang. Dalam pembahasan ini peneliti akan membahas terlebih dahulu pada saat peneliti mengambil data dari setiap siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung yaitu: pada saat peneliti akan melakukan pengujian, peneliti terlebih dahulu menyiapkan alat serta kebutuhan yang di butuhkan dalam mengambil data siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung, setelah itu peneliti mengumpulkan siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung di lapangan untuk diberikan terlebih dahulu arahan dalam melakukan tes teknik dasar seperti dari peraturan dan kesempatan memalakukan teknik dasar tersebut.

Pengetesan pertama yaitu tes *passing* dan *stopping*, pada saat tes ada beberapa siswa yang dapat mampu melakukannya tes dengan baik dan ada pula beberapa siswa yang kurang mampu melakukannya dengan baik. Banyak kesalahan pada siswa yang melakukan tes teknik dasar *passing* dan *stopping* bisa dilihat dari cara menendang bola dengan menggunakan ujung kaki dan mengontrol bola dengan cara di injak. Pengetesan ke dua yaitu tes *heading*, pada tes ini banyak kesalahan yang sering dilakukan siswa yaitu siswa selalu menyundul bola tidak dengan dahi tetapi dengan ubun-ubun, di tes ini siswa sering sekali bercanda sehingga tidak mendapatkan hasil yang maksimal. Pengetesan ke tiga yaitu tes *dribbling*, di tes ini banyak siswa yang percaya diri dalam melakukan tes dengan mengeluarkan skill masing-masing tanpa menghiraukan waktu dan skor yang di dapat, adapun siswa yang kurang percaya diri dengan tidak mau melakukan tes jika di tonton teman-temannya. Dan pengetesan ke empat yaitu tes *shooting*, di tes ini siswa sangat antusias dari tes-tes yang lainnya dan siswa berlomba-lomba menunjukkan skillnya masing-masing dalam menendang bola dan berlomba-lomba mencetak skor yang besar.

Dari hasil penelitian di atas dapat menunjukkan bahwa hasil dari profil keterampilan dasar bermain sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung berada pada presentase (52.38%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dari profil keterampilan dasar bermain sepakbola pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung di nyatakan kategori baik.

Maka tujuan peneliti untuk mengetahui setiap teknik dasar dalam sepak bola yang dikuasai dari berbagai teknik dasar. Dari hasil penelitian untuk mengetahui hasil dari setiap teknik dasar yang dikuasai oleh siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung, dan dari setiap tes teknik dasar hanya *haedding* saja yang hanya dalam kategori sangat kurang, dan *passing* serta *stopping*, *dribbling*, dan *Shooting* dalam kategori baik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi untuk setiap tes teknik dasar dengan melakukan latihan serta antusias pelatih dalam melatih setiap gerakan teknik dasar dalam latihannya serta program latihan yang tersusun dengan baik.

#### **IV. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar siswa siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA PGRI Bantargadung adalah sebagai berikut; dengan kategori sangat baik 7 pemain (33.333%), kategori baik dengan frekuensi

sebanyak 4 pemain (19.048%), masuk kategori kurang dengan frekuensi sebanyak 2 pemain (9.524%) dan masuk kategori sangat kurang dengan frekuensi sebanyak 8 pemain (38.095%).

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Hero Mujahid. (2012). *Identifikasi Teknik Dasar Sepakbola Pada Siswa SSB SELABORA*. Yogyakarta.
- Lingling Usli W, Entang Hermanu. (2013). *Pelatihan Cabang Olahraga Sepak Bola*. Bandung : UPI Press.
- Moch. Asnawi (2006). *Dimensi Pembelajaran Keterampilan Gerak Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta. *E-journal*.
- Sudarto (2016). *Keterampilan Dan Nilai Sebagai Materi Pendidikan Dalam Perspektif Islam*. Tempurejo ngawi.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta
- Bintoro Widodo (2010). *Melatih Keterampilan Gerak Dasar Anak Madrasah Melalui Aktifitas Olahraga*. Malang. *E-jurnal*.
- Rexa Pustaka. (2016). *Ensiklopedia mini olahraga*. Jakarta Selatan: Rexa Pustaka.
- Joseph A. Luxbaacher (2011). *Sepak Bola edisi ke dua*. Penerbit: Human Kinetics.
- M. Yahya dan Amirzan (2019). *Tanggapan Siswa Terhadap Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Dalam Pengembangan Prestasi Dan Potensi Diri*. *Jurnal Sosial Humaniora*.
- Noor Yanti Dkk (2016). *Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Rangka Pengembangan Nilai-Nilai Karakter Siswa Untuk Menjadi Warga Negara Yang Baik Di SMA KORPRI Banjarmasin*. Banjarmasin. *E-Jurnal*
- Odie Gamma Ardiasyah. (2013). *Motivasi Siswa Kelas X dan XI Dalam Mengikuti Kegiatan Ektrakurikuler Futsal di SMAN 1 Sedayu*. Bantul.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Setiawan (2017). *Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Semarang. *Jurnal Ilmiah Penjas*
- Arif Hidayat (2015) *Survei Pengembangan Olahraga Rekreasi Gate Ball*. Semarang. *Jurnal of Sport Sciences and Fitness*.
- Desi Anggar Aditya (2015) *Survei Penerapan Nilai-Nilai Positif Olahraga Dalam Interaksi Sosial Di SMA Negeri Se Kabupaten Wonosobo Tahun 2014/2015*. Semarang. *Jurnal Pysical education*.

