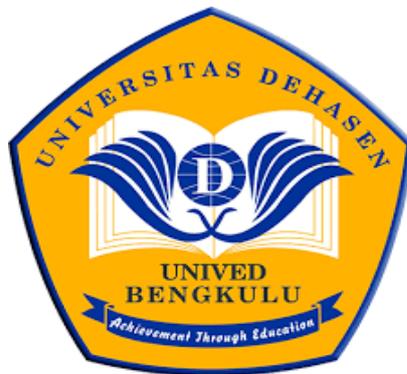


**SURVIE TINGKAT KETERAMPILAN PASSING PADA KEGIATAN  
KESTRAKULIKULER SEPAK BOLA DI SMP NEGERI 22  
BENGKULU SELATAN**



**SKRIPSI**

**OLEH :**  
**EDO YAYANG SAPUTRA**  
**NPM. 19190063**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)  
UNIVERSITAS DEHASEN  
BENGKULU  
2023**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SURVEI TINGKAT KETERAMPILAN *PASSING* PADA KEGIATAN  
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 22  
KABUPATEN BENGKULU SELATAN**

**SKRIPSI**

**OLEH :**

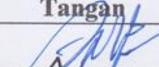
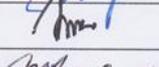
**EDO YAYANG SAPUTRA**  
**NPM. 19190063**

*Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji*

Hari : Senin

Tanggal : 05 juni 2023

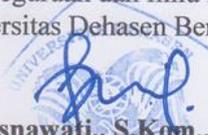
**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

No	Nama dan Kedudukan	NIDN	Tanda Tangan	Tanggal
1	Martiani, M.TPd	0202039202		21/6/2023
2	Feby Elra Perdima, M.Pd.,AIFO	0202039202		21/6/2023
3	Dr. Mesterjon, M.Kom	0210128102		21/06/2023
4	Ajis Sumantri, M.Pd.,AIFO	0202018604		21/6/2023

Bengkulu,

Mengetahui

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)  
Universitas Dehasen Bengkulu

  
**Dra. Asnawati, S.Kom., M.Kom**

**NIK.1703007**

## ABSTRAK

### SURVEI TINGKAT KETERAMPILAN *PASSING* PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 22 KABUPATEN BENGKULU SELATAN

Oleh

Edo yayang saputra  
NPM. 19190063

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat keterampilan *Passing* Bola Pada Kegiatan *Ekstrakurikuler* Sepakbola Di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan. Metode penelitian ini adalah metode survei. Populasi penelitian ini seluruh pemain klub sepak bola SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan sebanyak 20 orang putra, sedangkan sampel diambil secara *total sampling*, dimana teknik *total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan didasarkan ketertentu tertentu, apabila populasi kurang dari 100 orang. Sehingga diperoleh sampel dengan jumlah 20 orang pemain putra. Tempat pelaksanaan penelitian di lapangan SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan, adapun waktu penelitian adalah bulan Februari 2023. Data data menggunakan Tes *Passing* Sepak Bola. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik dengan analisis deskriptif. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan, Provinsi Bengkulu, berkategori Kurang dengan rentang 4 orang berada di kelas interval 48-51 dengan persentase 20%, 8 orang berada di kelas interval 52-55 dengan persentase 40%, 6 orang berada di kelas interval 56-59 dengan persentase 30%, 2 orang berada di kelas interval 60-63 dengan persentase 10%

Kata kunci : *Passing* Sepak Bola

## **ABSTRACT**

### **SURVEY ON PASSING SKILL LEVELS IN FOOTBALL EXTRACURRICULAR ACTIVITIES AT SMP NEGERI 22, BENGKULU SELATAN DISTRICT**

**By**

**Edo yayang saputra**

**NPM. 19190063**

*This study aims to The purpose of the researchers conducting this research is to find out how the skill level of passing the ball in soccer extracurricular activities at SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan. This research method is a survey method. The population of this study were all soccer club players at SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan, consisting of 20 sons, while the sample was taken by total sampling, where the total sampling technique is a sampling technique based on certain provisions, if the population is less than 100 people. So that a sample of 20 male players was obtained. The place for conducting the research was in the field of South Bengkulu 22 Public Middle School, while the research time was February 2023. The data used the Football Passing Test. The data analysis technique of this research uses a technique with descriptive analysis. The results of the data analysis show that: Based on the results of research and discussion of South Bengkulu 22 Public Middle School, Bengkulu Province, it is in the Poor category with a range of 4 people being in the 48-51 interval class with a percentage of 20%, 8 people are in the 52-55 interval class with a percentage of 40 %, 6 people are in the 56-59 interval class with a percentage of 30%, 2 people are in the 60-63 interval class with a 10% percentage*

**Keywords: Football Passing**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada ALLAH SWT berkat Rahmat, Hidayah dan Karunianya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan berjudul **“Survei Tingkat Keterampilan *Passing* Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 22 Bengkulu selatan”**. Shalawat serta salam penitilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawaperadapan manusia dari zaman Jahiliyah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini. Penelitian ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pendidikan strata satu pada program Studi Pendidikan Jasmani (S1) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Dehasen Bengkulu. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik moral maupun materi dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu, pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof Dr. Husaini, SE., M.Si., AK, CA, CRP selaku rektor Universitas Dehasen yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi
2. Dra. Asnawati, M.Kom selaku Dekan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Dehasen Bengkulu
3. Martiani, M.TPd. selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Dehasen Bengkulu. Sekaligus Dosen

Pembimbing I dalam Skripsi ini yang sudah memberikan arahan dan saran yang baik sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan

4. Feby Elra Perdima, M.Pd.,AIFO selaku Dosen Pembimbing II dalam Proposal ini yang sudah memberikan arahan dan saran yang baik sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan
5. Dr.Mesterjon, M.Kom selaku penguji I, yang telah membimbing dan memberikan kritik dan saran dalam skripsi ini.
6. Ajis Sumantri, M.Pd.,AIFO selaku penguji II, yang telah membimbing dan memberikan kritik dan saran dalam skripsi ini
7. Bapak/Ibu dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis, selama kuliah maupun dalam penulisan Skripsi ini
8. Seluruh pihak yang selalu memberikan dukungan baik materil maupun spiritual dan teman-teman seperjuangan yang telah membantu penulis dalam membuat skripsi ini.

Hanya itu yang dapat penulis ucapkan semoga bantuan dan perantara yang diberikan oleh orang-orang yang membantunya dalam menyelesaikan Proposal ini diberipahala yang berlipat-lipat ganda oleh Allah SWT, amin aminyarobalamin.

Bengkulu, Maret 2023

Edo Yayang Saputra  
NPM. 19190063

## **PERSEMBAHAN**

*Puji syukur kepada Allah SWT, Tak ada kebahagiaan yang lebih berarti kecuali senyum dari kedua orang tua dan di wajah yang terkasih. Kupersembahkan karya sederhana ini kepada:*

- ❖ Kedua orang tuaku tercinta ayahku dan ibuku yang senantiasa selalu membimbing dan mensport saya dan mendoakanku, selalu menjadi motivasi dan inspirasiku dalam menjalani kehidupan ini hingga saya bisa berada di titik ini.*
- ❖ Adeku tercinta yang selalu memberikan semangat kepada kakak nya untuk selalu berusaha menyelesaikan skripsi ini.*
- ❖ Kepada Nadila Vitaloka saya ucapkan terimakasih juga selalu memberikan sport dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.*
- ❖ Sahabat-sahabatku terbaik yang telah memberikan semangat berbagi rasa asam manisnya.*
- ❖ Seluruh dosen fakultas pendidikan jasmani universitas dehasen Bengkulu atas segala bimbingan perhatian dan ilmu yang sangat berguna yang diberikan kepada saya*

## ***MOTTO***

***“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa”***

***“akan selalu ada jalan menuju kesuksesan bagi siapapun, selama orang tersebut mau berusaha dan berkerja keras untuk memaksimalkan kemampuan yang ia miliki”***

## PERNYATAAN KEASLIAN

**Saya yang bertanda tangan di bawah ini :**

Nama : Edo Yayang Saputra  
NPM : 19190063  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah di tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi lainnya sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, April 2023

Yang membuat pernyataan



NPM. 19190063

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Pembatasan Masalah .....	5
1.4 Rumusan Masalah .....	5
1.5 Tujuan Penelitian .....	5
1.6 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
1.1 Hakikat Sepak Bola .....	7
1.2 Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola .....	10
1.3 Teknik Dasar Sepak Bola .....	11
1) <i>Passing</i> .....	11
2) <i>Ball Control</i> .....	16
3) <i>Dribbling</i> .....	17
4) <i>Shooting</i> .....	21
1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan.....	22
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
1.1 Jenis Penelitian.....	24

1.2 Tempat dan Waktu penelitian .....	24
1. Tempat Penelitian .....	24
2. Waktu Penelitian .....	24
1.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	25
1. Populasi Penelitian .....	25
2. Sampel Penelitian .....	25
1.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
1.5 Instrumen Penelitian .....	26
1.6 Teknik Pengumpulan Data .....	28
1.7 Teknik Analisa Data.....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data Penelitian.....	30
B. Pembahasan.....	32
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	34
B. Saran .....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>35</b>

## **DAFTAR GAMBAR**

2. 1 Menendang dengan Kaki Bagian Dalam.....	2
2. 2 Menendang dengan Kaki Bagian Luar .....	2
2. 3 Menendang dengan Punggung Kaki Sumber .....	2
2. 4 Menendang dengan Punggung Kaki BagianDalam .....	2

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat populer hampir diseluruh belahan dunia, demikian juga di Indonesia, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling digemari masyarakat, terbukti dengan adanya klub-klub sepakbola yang memiliki pemain-pemain yang berkualitas, Pembinaan sejak dini harus dilakukan guna menciptakan bibit-bibit pemain profesional yang nantinya dapat berprestasi di masa mendatang. Dengan dilaksanakan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah-sekolah tentu dapat membantu banyak sekolah sepakbola (SSB) dalam meningkatkan Teknik dasar bermain sepak bola, ditempat latihan para siswa diberikan teknik-teknik dasar sepakbola yang baik dan benar. dan sepak bola juga masuk di kurikulum pembelajaran di sekolah-sekolah formal , sehingga peran guru olahraga sangat penting dalam meningkatkan prestasi anak didik dalam olahraga sepak bola, para anak-anak yang menggeluti olahraga sepak bolasebaiknya berlatih secara rutin dengan penuh kedisiplinan, oleh karena itu penguasaan teknik dasar diharapkan mendapat perhatian serius dari pembinaan di sekolah dan pelatih sepakbola sejak dini.

Pembinaan sepakbola merupakan tanggung jawab para pengurus dan Pembina sepakbola serta para pelatih sepakbola diseluruh Indonesia. Dan dalam rangka untuk mewujudkan pembentukan prestasi, maka perlu didasari dengan keterampilan

dasar sepakbola, salah satunya adalah *Passing*, yang mempunyai peranan dalam kesuksesan bermain sepakbola. Peneliti berupaya untuk mengangkat suatu kegiatan *ekstrakurikuler* yang berada di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan. Dan selain itu kegiatan tersebut adalah sebagai suatu upaya untuk meningkatkan program pemerintah Bengkulu Utara dalam menjangkau atlet berprestasi dan juga sebagai evaluasi tentang pembinaan olahraga sepakbola di kalangan Sekolah Formasi yang berada di Kabupaten Bengkulu Selatan. Yang nantinya diharapkan dapat memberikan sumbangsih dalam mendorong prestasi olahraga.

Sekolah Formal atau Sekolah Sepak Bola (SSB) merupakan tempat dimana sepakbola dikembangkan mulai dari usia yang relatif muda, yang pada dasarnya dibagi ke dalam kelompok umur, seperti 10-12 tahun, 13-15 tahun, 16-17 tahun. Salah satu Sekolah Formal yang ada di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan. Mengacu pada kelemahan yang ada pada Sekolah tersebut SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan yaitu tentang teknik dasar bermain sepakbola, dimana sering di temukannya saat pemain berusaha untuk melakukan teknik dasar bermain sepakbola sering mengalami kegagalan, sehingga dengan mudahnya bola direbut oleh pemain lawan. Selain teknik dasar pemain tentunya kemampuan fisik pemain juga sangat dibutuhkan dalam mendukung teknik dasar pemain tersebut.

Permasalahan yang timbul tentu saja tidak datang begitu saja, pasti ada faktor-faktor yang mengakibatkan rendahnya prestasi yang dialami oleh suatu *Team*. Faktor tersebut dibagi ke dalam dua kelompok besar yaitu internal dan

eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri pemain tersebut diantaranya kondisi fisik pemain, jadwal Latihan terbentur dengan jadwal yang lain serta pekerjaan mereka, kurangnya motivasi diri, timbulnya rasa malas untuk latihan, dan lain sebagainya. Karakteristik dalam bermain sepakbola yang diamati penulis permainan yang membutuhkan berfikir secara cepat dalam mengambil keputusan dari awal bermain hingga akhir, maka dibutuhkan pemain yang yang memiliki akurasi dalam melakukan *passing* sehingga bola dapat diterima dengan baik oleh teman satelit, dan mampu memberi akurasi tendangan ke gawang lawan untuk menghasilkan Gol.

Salah satu teknik dasar yang harus dimiliki pemain ialah teknik *passing* menggunakan kaki bagian luar, teknik menendang ( *Passing* ) merupakan teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola. *Passing* adalah senimemindah momentum bola dari satu pemain ke pemain lain, *passing* lebih baik menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa melakukannya, Kamu bisa menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang besar dan berpeluang melakukan tendangan shooting yang lebih banyak jika dapat melakukan *passing* dengan keterampilan dan ketepatan yang tinggi Menurut Danny Mielke (2007:19) “Menendang bola (*Passing* dan *Shooting*) adalah keterampilan dasar dalam permainan sepakbola karena semua harus mampu menguasai Teknik menendang bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”.

Ketika pemain telah menguasai keterampilan *passing* bola secara efektif, sumbangan mereka di dalam permainan akan sangat besar. Dalam arti lain dapat dikatakan *passing* bola adalah dengan kaki menggunakan kaki mengoper bola agar bergulir terus-menerus, dengan suatu gerakan pemain bola yang menggunakan kaki sehingga bola berpindah dari suatu tempat ke tempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tetap dalam penguasaan. Meskipun kondisi fisik yang prima, tetapi teknik yang dimiliki masih rendah, hal ini akan menyulitkan dalam memenangkan suatu pertandingan. Oleh karena itu perlunya suatu analisis terhadap Tingkat keterampilan *passing* Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan dikarenakan selama ini SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan minim prestasi dicabang olahraga Sepak bola.

Dari uraian di atas, maka penulis sangat tertarik untuk mengangkat suatu permasalahan ke dalam penelitian tentang Analisis Tingkat Keterampilan Passing Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih lemahnya keterampilan *Passing* bola pada siswa SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan
2. Masih kurangnya sarana dan prasarana latihan di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan.

3. Masih kurangnya tingkat penguasaan teknik *passing* bola pada Siswa SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan.
4. Masih kurangnya pemahaman dan motivasi meningkatkan keterampilan *passing* bola dalam permainan sepak bola.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan indentifikasi masalah yang sangat luas dan rumit maka pada penelitian dibatasi pada bagaimana Tingkat Keterampilan *Passing* Bola Pada Kegiatan *Ekstrakurikuler* Sepakbola di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis merumuskan Bagaimana Tingkat Keterampilan *passing* Pada Kegiatan *Ekstrakurikuler* Sepakbola di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan peneliti melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimana Tingkat Keterampilan *Passing* Bola Pada Kegiatan *Ekstrakurikuler* Sepakbola Di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan.

### **F. Manfaat Penelitian**

Dengan melakukan penelitian ini maka diharapkan bermanfaat diantaranya:

1. Untuk peneliti secara pribadi dapat menjadi motivasi berprestasi yang lebih baik.
2. Bagi guru pendidikan jasmani dapat dijadikan sebagai bahan atau sumber untuk menyusun program latihan.

3. Bagi pelatih sebagai masukan dalam meningkatkan kemampuan pemain dalam permainan sepak bola, khususnya kemampuan menendang bola dan juga sebagai bahan pertimbangan dalam membuat dan memberikan program latihan.
4. Untuk khasana ilmu pengetahuan semoga dapat menambah referensi untuk peneliti selanjutnya.
5. Bagi pemain dapat memberi pengetahuan langsung dari latihan tendangan menggunakan kaki bagian luar

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Hakikat Sepak Bola**

##### **1. Sejarah Sepak Bola**

Sepakbola sudah dimainkan sejak ribuan tahun yang lalu, ada dokumen yang membuktikan bahwa sebuah permainan yang dimainkan dengan cara menendang ke dalam jala kecil dipakai oleh tentara Dinasti Han di Cina, pada abad 2 dan 3 SM. Permainan bola sepaktersebut dianggap berguna untuk melatih ketangkasan dan kekuatan tentara Dinasti Han. Bahkan kini sejarah wan beranggapan bahwa permainan sepakbola juga telah dimainkan di Kyoto, Jepang, jauh sebelum abad ke 2M. Di bagian belahan bumi Eropa orang-orang Yunani dan Romawi Kuno juga mengenal permainan bola sepak yang cara bermainnya mirip dengan sepakbola moderen hanya saja sebuah tim saat itu masih berjumlah 27 pemain Joseph A. Luxbacher, (2001:2)

Permainan sepakbola moderen berasal dari Inggris yang ditandai dengan berdirinya Football Association pada Tanggal 26 Oktober 1863 dan Menyusun beberapa peraturan permainan pada Tanggal 6 Desember 1863. Pada Tanggal 21 Mei 1904 terbentuklah federasi sepakbola dunia yang disebut *Federation International de Football Association* (FIFA) atas inisiatif Robert Guerin dari Perancis. Di Indonesia, sepakbola berkembang atas Kerjasama perkumpulan sepakbola di daerah-daerah dan sepakat membentuk satu perserikatan yang dinamakan Persatuan

Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) pada Tanggal 19 April 1930 sebagai ketuanya yang pertama adalah Ir. Soeratin Sosrosoegondo. Sepakbola saat ini adalah olahraga yang paling populer di dunia, jauh lebih populer dibandingkan olahraga lainnya, Joseph A. Luxbacher, (2001:2).

Permainan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang sudah termasuk 1 penjaga gawang atau kiper. Masing-masing tim mempertahankan gawangnya dan mencoba mencetak gol ke gawang lawan. Kiper diperbolehkan untuk menguasai bola dengan kekuatannya di dalam daerah penalti yang berukuran 16,5 x 16,5 meter. Pemain lain tidak diperbolehkan menggunakan tangan atau lengan mereka untuk mengontrol bola, tapi mereka dapat menggunakan kaki, tungkai, atau kepala. “Gol diciptakan dengan menendang atau menyundul bola ke dalam gawang lawan, setiap gol dihitung skor satu dan tim yang paling banyak menciptakan gol yang dinyatakan memenangkan permainan”, Joseph A. Luxbacher, (2001:2).

Lapangan permainan sepakbola harus berbentuk empat persegi Panjang dan garis samping (*touch line*) harus lebih Panjang dari garis gawang (*goal line*). Panjang minimal 90 meter dan maksimal 120 meter, lebar minimal 45 meter dan maksimal 90 meter. “Untuk standar lapangan sepakbola Internasional panjang minimal 100 meter dan maksimal 110 meter sedangkan lebar minimal 64 meter dan maksimal 75 meter”, PSSI, (2010:4)

Daerah gawangterdapat pada masing-masing ujunglapangansebagai berikut: Duabua garis tegak lurus dengan garis gawang dibuat pada sisikiri dan kanangawang, dengan jarak 5,5 meter diukur dari bagian sebelah dalam tiang gawang. Kedua garis ini ditarik ke dalam lapangan permainan dengan Panjang gawang 5,5 meter dan dihubungkan dengan garis sejajar dengan garis gawang. Daerah yang dibatasi oleh garis-garis ini dan garis gawang adalah daerah gawang.

Daerah penalty dibuat pada masing-masing ujung lapangan permainan sebagai berikut: Duabua garis tegak lurus dengan garis gawang dibuat pada sisikiri dan kanangawang, dengan jarak 16,5 meter diukur dari bagian sebelah dalam tiang gawang. Kedua garis ini ditarik ke dalam lapangan permainan dengan Panjang 16,5 meter dan dihubungkan dengan garis yang sejajar dengan garis gawang. Daerah yang dibatasi oleh garis-garis ini dan garis gawang adalah daerah penalti. Pada setiap daerah penalti dibuat sebuah titik penalti yang berjarak 11 meter dari titik tengah antar kedua tiang gawang dan sama jaraknya dengan tiang gawang tersebut. Diluar daerah penalti dibuat sebuah garis busur/lingkar dengan radius 9,15 meter dari masing-masing titik penalti.

Gawang harus ditempatkan pada bagian tengah masing-masing garis gawang. “Gawang terdiri dari dua tiang tegak lurus yang sama jaraknya dari tiang bendera sudut dan dihubungkan secara horizontal oleh sebuah mistar/palang gawang. Lebar gawang adalah 7,32 meter dan jarak dari bagian paling bawah mistar/palang gawang ke tanah adalah 2,44 meter”, PSSI, (2010:8). “Bola

terbuat dari kulit atau bahan lain yang sesuai, lingkar tidak lebih dari 70 cm dan tidak kurang dari 68 cm. Berat tidak lebih dari 450 gram dan tidak kurang dari 410 gram pada saat dimula pertandingan. Tekanan udara dengan 0,6 – 1,1 atm pada permukaan laut”, PSSI, (2010:14)

Menurut ukuran standar FIFA ukuran bola nomor 4 adalah bola yang tepat digunakan untuk anak-anak usia 8-12 tahun, berat bola 12-13 gram, lingkaran bola 25-26 inci. Bola harus terbuat dari kulit atau bahan lain yang cocok. Pada awal permainan berat bola tidak boleh lebih dari 15 ons tetapi tidak kurang dari 13 ons dan tekanan 0,4-0,6 atm pada permukaan laut. Permainan sepakbola pada dasarnya membutuhkan teknik-teknik dasar. Teknik-teknik tersebut digunakan berdasarkan prinsip menyerang, dan prinsip bertahan. Kemampuan dan penguasaan Teknik dasar merupakan persyaratan untuk mampu melaksanakan penyerangan dan pertahanan.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa sepakbola merupakan permainan yang dilakukan oleh 2 tim yang terdiri dari 11 orang dalam satu timnya dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan daerah gawang.

## **B. Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola**

### **a. Pengertian Teknik Dasar**

Untuk memulai dalam proses latihan sepakbola sebaiknya dimulai dengan mengajari setiap atlet berbagai teknik atau keterampilan dasar yang diperlukan untuk menghadapi kondisi yang muncul di dalam pertandingan sebenarnya. Teknik dasar

merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola. Syafruddin, (2004:13) teknik dasar adalah “cara khusus yang dapat direalisasikan untuk memecahkan suatu tugas gerakan olahraga dalam praktek berdasarkan kondisi manusia secara utuh”. Berdasarkan kutipan di atas maka dapat diketahui bahwa teknik harus mampu memecahkan suatu gerakan dimana kondisi merupakan dasar yang utama.

Selanjutnya teknik dalam olahraga menurut Rothig dalam Syafruddin (2004:15) adalah ”model tertentu dari gerakan, karena model tersebut didasari oleh keadaan morphologis, fisiologis dan biomekanis serta pemecahan-pemecahan tugas gerakan yang dikembangkan dan diterapkan secara rasional”. Dalam hal ini teknik adalah model dimana keadaan morphologis, fisiologis dan biomekanis dalam pelaksanaannya akan menjadi hal utama dan saling berkaitan agar gerakan dapat dikembangkan secara rasional.

Selanjutnya menurut Koger (2005:138) “teknik dalam sepakbola adalah aksi yang digunakan agar pemain paham dan dapat berpartisipasi secara penuh di dalam pertandingan”. Untuk memulai dalam proses latihan sepakbola sebaiknya dimulai dengan mengajari pemain berbagai keterampilan teknik dasar yang diperlukan untuk menghadapi kondisi yang muncul di dalam pertandingan yang sebenarnya. Penguasaan keterampilan teknik bagi seorang atlet sangat perlu, karena mampu mempengaruhi prestasi maksimal tentunya dalam suatu pertandingan. Sehingga proses latihan mengenai teknik dasar adalah hal yang penting agar tujuan dapat tercapai.

## C. Teknik Dasar Sepak Bola

### 1) *Passing*

Keterampilan untuk *passing* adalah hal yang penting untuk menghubungkan pemain dengan pemain yang lainnya di dalam lapangan, yang berfungsi lebih baik dari pada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. Menurut Mielke (2003:19) *passing* adalah “seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain”. Pemain dapat menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang lebih besar dan berpeluang melakukan tendangan *shooting* yang lebih banyak jika dapat melakukan *passing* dengan keterampilan dan ketepatan yang tinggi.

*Passing* yang baik dimulai ketika tim yang sedang berada pada lokasi yang lebih mengausai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang disekeliling pemain. *Passing* yang efektif juga memberi peluang yang lebih baik untuk mencetak gol karena pemain yang menerima *passing* berada pada lokasi yang lebih menguntungkan jika dibandingkan dengan *passing* yang dilakukan dengan lemah atau tidak terarah. *Passing* harus diberikan kepada teman tepat berada di depan telapak kakinya sehingga dia dapat melakukan kontrol satu langkah yang lebih cepat dan dapat segera melakukan *passing* ke pemain lain.

*Passing* yang tepat akan membantu penerima mengontrol bola dengan baik dan menentukan gerak permainan berikutnya. Dalam hal ini diharapkan kepada pemain agar mampu menggunakan ruang kosong, dan memanfaatkan *passing* dalam rangka

menyusun serangan, sehingga adanya kesempatan untuk eksekusi tendangan ke gawang lawan adalah hal yang memungkinkan dapat terjadi dalam waktu yang cepat.

*Pemain* harus mengetahui konsep dasar atau hal-hal yang harus diperhatikan agar dapat melakukan *passing* dengan baik dan benar. Mungkin kelihatannya relatif mudah untuk mengoper bola yang menggelinding namun pelaksanaannya tidaklah semudah itu jika lawan berusaha keras untuk mencuri bola dari pemain. Kebanyakan kesalahan dalam mengoper dan menerima bola dikarenakan teknik yang tidak sempurna, kurangnya konsentrasi, atau memilih teknik yang salah pada situasi tertentu. Agar dapat menjadi pengoper yang efektif pemain perlu mengembangkan keterampilan melalui latihan.

#### a. Teknik-teknik Gerak dengan Bola

##### 1. Menendang Bola (*Kicking*)

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Maka teknik dasar menendang bola merupakan dasar dalam permainan sepakbola. Menurut Sucipto, dkk (2000: 17), tujuan menendang bola adalah mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the goal*) dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*).

##### 2. Passing

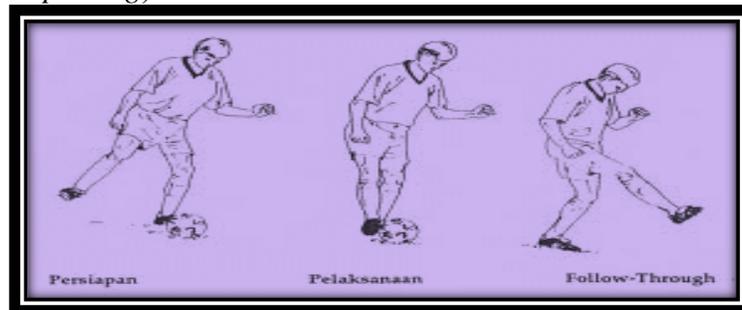
Keterampilan untuk *passing* adalah hal yang penting untuk menghubungkan pemain dengan pemain yang lainnya di dalam lapangan, yang berfungsi lebih baik dari pada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan

waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. Menurut Mielke (2003:19) *passing* adalah “seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain”.

Menurut Sucipto, dkk (2000: 17) Dilihat dari perkenaan kaki ke bola, menendang dibedakan beberapa macam, yaitu:

### 1. Menendang dengan Kaki Bagian Dalam

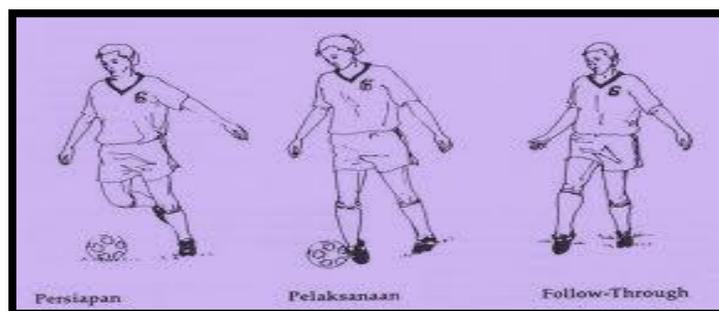
Menurut Sucipto, dkk (2000:18), “Menendang dengan kaki bagian dalam pada umumnya teknik menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*)”



Gambar 2. 1 Menendang dengan Kaki Bagian Dalam  
Sumber: Sucipto, dkk (2000: 18)

### 2. Menendang dengan Kaki Bagian Luar

Menurut Sucipto, dkk (2000:19), “Menendang dengan kaki bagian luar pada umumnya teknik menghentikan bola menendang dengan kaki bagian luar digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*)”.

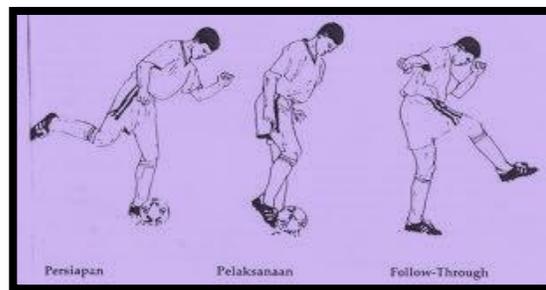


Gambar 2. 4Menendangdengan Kaki Bagian LuarSumber: Sucipto, dkk (2000:19)

### 3. MenendangdenganPunggungKaki

Menurut Sucipto, dkk (2000:20), “Menendangdenganpunggung kaki pada umumnyadigunakanuntukmenembakkegawang (*shootingatthegoal*)”.

### 4. MenendangdenganPunggungKakiBagianDalam



Gambar 2.  
7MenendangdenganPunggungKakiSumber: Sucipto,  
dkk (2000:20)

Menurut Sucipto, dkk (2000:21),“MenendangdenganPunggung kaki pada bagiandalam pada umumnyamenendangdenganpunggung kaki bagiandalamdigunakanuntukmengumpanjarakjauh(*long passing*)”.



Gambar 4 : Menendang dengan punggung kaki bagian dalam

*Gambar 2. 10 Menendang dengan Punggung Kaki Bagian Dalam*  
*Sumber: Sucipto, dkk (2000: 21)*

## 2) *Ball Control*

Salah satu Teknik dasar dalam sepak bola yang tidak luput dari perhatian pemain adalah keterampilan mengontrol bola. Pemain dapat mengontrol bola dengan berbagai cara. Seperti pada keterampilan lainnya, semua bagian tubuh dapat digunakan, kecuali lengan dan tangan. Cara yang paling sederhana dan efektif dilakukan untuk mengontrol bola adalah dengan menggunakan kaki.

Kontrol bola dilakukan saat pemain mendapatkan bola dari temannya yang lain. Dalam keadaan tertentu keterampilan ini sangat dibutuhkan, khususnya bola yang diberikan susah untuk dikontrol dan lawan mencoba untuk merebut bola. Keadaan yang seperti ini membutuhkan penguasaan kontrol bola yang baik. Dari berbagai bagian tubuh yang dapat digunakan untuk mengontrol bola, Mielke (2003:30) mengatakan bahwa “dikebanyakan situasi, lebih baik menggunakan kaki (bagian dalam) untuk menerima dan mengontrol bola”. Hal ini dikarenakan posisi dapat memberi peluang terbaik bagi pemain untuk memainkan bola dengan cepat dengan mengoperkan atau melakukan *dribbling* segera setelah menerima bola.

Pelaksanaan *ball control* menurut Danny Mielke (2003:30-31) adalah sebagai berikut:

- a) Perhatikan saat bola mendekat
- b) Sentuhlah bola menggunakan kaki bagian dalam
- c) Ambillah posisi untuk melakukan permainan selanjutnya.

Saat akan melakukan kontrol seorang pemain harus memperhatikan saat bola itu mendekat, kemudian sentuh dengan menggunakan kaki bagian dalam. Karena dengan menggunakan kaki bagian dalam supaya bola tetap berada di depan pemain. Jadi pemain perlu bergerak ke arah datangnya bola, membidangkan tubuh, dan menerima bola dengan tetap mempertahankannya berada di daerah terlindung di antara kedua kaki. Kontrol ini dapat dilakukan apabila bola yang didapat dari operan bola rendah.

Kontrol bola tidak hanya dilakukan dengan kaki bagian dalam saja, tapi bisa dilakukan dengan kepala, dada, dan paha. Semua itu dilakukan apabila bola datangnya tinggi (melayang di atas tanah). Bola tinggi kebanyakan dikontrol dengan dada. Pelaksanaan kontrol bola dengan dada tidaklah mudah, karena perlu keseimbangan tubuh saat mengontrol.

### **3) *Dribbling***

Bagian dari sepakbola yang mungkin paling disenangi pemain di Indonesia bahkan Dunia adalah menggiring bola. Menggiring bola memang penting, tetapi pemain hendaknya tidak lupa bahwa menggiring bola sangat menguras tenaga dan seringkali memperlambat tempo permainan, “Salah satu kunci terpenting dalam sepakbola adalah melakukan hal yang tepat pada saat yang tepat”.TimoScheunemann,(2012:47)

Keberhasilan sebuah tim dalam permainan ini diukur dengan keterampilan tim menggiring bola dengan kaki dan menendangnya ke dalam gawang lawan. Keterampilan mempunyai arti bakat, prestasi dan kapasitas. “Prestasi merupakan keterampilan aktual yang dapat diukur langsung dengan tes tertentu, serta keterampilan motorik merupakan salah satu Indikator yang esensial yang termasuk dalam faktor pribadi yang melekat pada individu yang erat kaitannya dengan percakapan kualitas hasil belajar keterampilan dan setiap keterampilan motorik individu pada umumnya tidak ada yang sama atau bervariasi”, Willian B. Michael dalam Mielke,(2003:12)

Saat memulai suatu pertandingan sepakbola, keterampilan yang pertama kali yang mampu memacu semangat dan kepuasan adalah dengan melakukan *dribbling*. *Dribbling* merupakan keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Jadi ketika pemain telah menguasai keterampilan *dribbling* secara efektif, maka sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar. *Dribbling* dalam permainan sepakbola merupakan penguasaan bola dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan. Dengan mengusahakan bola selalu dekat dengan badan dan terkontrol setiap saat.

Penggunaan *dribbling* didalam suatu permainan tergantung pada bidang permainan, kedekatan dengan lawan dan teman satu tim, kondisi lapangan, tentu saja keterampilan serta rasa percaya diri. Beberapa pemain sering mencoba menendang bola secara langsung pada saat panik, padahal bola masih bisa dibawa dahulu. Prinsip

utama yang harus diingat adalah bahwa *dribbling* digunakan untuk menciptakan ruang. Ruang digunakan untuk mendapatkan posisi operan atau tembakan yang lebih baik atau memberikan waktu keteman satu tim untuk mencari posisi yang lebih baik. Jadi saat memutuskan untuk melakukan *dribbling*, pemain harus mempertahankan kontrol bola, sehingga pemain dapat mengoperkan, menembakkan, atau terus menggiring bola dengan baik.

Pemain harus tahu tata cara atau pelaksanaan *dribbling* itu sendiri agar bisa melakukan *dribbling* dengan baik. Karena teknik-teknik yang digunakan saat menggiring bola dengan kontrol yang rapat berbeda dengan saat menggiring bola dengan cepat, kesalahan yang terjadi dapat berbeda. Sedikit kesalahan dalam melakukan *dribbling* dapat mengakibatkan bola lepas dari penguasaan.

Sepakbola moderen dilakukan dengan keterampilan gerak lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang sederhana disertai dengan kecepatan dan ketepatan. Aktivitas dalam permainan sepakbola tersebut dikenal dengan nama menggiring bola. Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bola dapat bergulir terus menerus di atas tanah.

Menurut Danny Mielke (2003:11) “Menggiring (*Dribbling*) adalah keterampilan dasar gerak dalam permainan sepakbola karena semua harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Ketika pemain telah menguasai keterampilan menggiring secara efektif, sumbangan mereka di dalam permainan akan sangat besar.

Lawson & Placek dalam Mielke (2003:12) “Menggiring bola adalah membawa bola sambil berlari yang mana bola dalam penguasaan. Untuk bergerak dalam melakukan menggiring bola adalah gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah”. Dari batasan yang diberikan oleh para ahli tidak menunjukkan adanya perbedaan pengertian, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa menggiring bola adalah suatu keterampilan menguasai bola dengan kaki oleh pemain sambil berlari untuk melewati lawan atau membuka daerah pertahanan lawan. Kegunaan menggiring bola sangat besar untuk membantu penyerangan menembus pertahanan lawan. Menggiring bola berguna untuk mengontrol bola dan menguasainya sampai seorang rekan satu team bebas dan memberikannya dalam posisi yang lebih baik.

Menggiring bola sangat besar perannya dalam permainan atau pertandingan sepak bola, maka teknik menggiring bola harus benar-benar dapat dikuasai oleh seorang pemain sepak bola. Keterampilan menggiring bola yang baik dapat dilakukan atau direalisasikan untuk memecahkan suatu tujuan gerak olahragapermainan sepak bola itu sendiri. Menggiring bola sangat perlu dikuasai oleh seorang pemain bola, karena menggiring bola merupakan kelanjutan dari suatu penyerangan ke pihak lawan. Disamping itu menggiring bola juga berguna untuk mencetak gol ke gawang lawan dengan cara melewati penjaga gawang jika sudah berhadapan langsung dengan penjaga gawang tersebut.

Terdapat tiga unsur kondisi fisik yang cukup besar perannya dalam menggiring bola, yaitu; kecepatan, kelentukan, power dan kelincahan. Kecepatan hubungannya dengan kecepatan tidaknya seorang pemain membawa bola ke arah depan, sedangkan kelentukan hubungannya dengan bagaimana keluwesan seorang pemain dalam mengolah bola untuk melaluirintangan, serta kelincahan hubungannya dengan kecepatan mengubah arah untuk menghindari rintangan.

Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. “Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan”, Mielke, (2003:11).

Menggiring bola memiliki beberapa kegunaan yaitu sebagai berikut:

- a. Untuk melewati lawan.
- b. Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.
- c. Untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

Menggiring bola adalah suatu upaya yang dilakukan oleh seorang pemain sepakbola untuk membawa bola di daerah ruang gerak yang sempit, dimana pemain berada di antara para pemain lawan. Menggiring merupakan salah satu teknik dasar sepakbola yang sangat penting sekali untuk dimiliki oleh seorang pemain, karena menggiring itu sendiri sering kali dipergunakan oleh para pemain dalam melakukan serangan ke daerah gawang lawan.

#### **4) *Shooting***

Sasaran utama dari setiap serangan dalam permainan sepakbola adalah untuk mencetak gol. Seorang pemain sepakbola harus menguasai keterampilan menembak (*shooting*) dan selanjutnya mengembangkan sederetan teknik menembak (*shooting*) yang memungkinkan untuk melakukan tendangan dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan. Seperti yang dikatakan oleh Luxbacher dalam Mielke (2003:66) bahwa untuk mencetak gol pemain sepakbola harus mampu melakukan keterampilan menembak (*shooting*) di bawah tekanan permainan akan waktu yang terbatas, ruang yang terikat, fisik yang lelah, dan lawan yang agresif.

Keterampilan *shooting* harus dilatih dengan sebaik mungkin, hal ini merupakan eksekusi terakhir dari proses penyerangan. Latihan *shooting* sebaiknya dimulai dari urutan yang paling sederhana sampai urutan yang rumit. Cara yang tepat untuk mengembangkan teknik *shooting* adalah melatih tendangan sebanyak mungkin dengan menggunakan teknik yang benar. Jadi bila ingin mendapatkan keterampilan *shooting* yang baik, pemain sepakbola harus diberikan kesempatan untuk menendang ke gawang sebanyak mungkin pada sesi latihan *shooting*. Hal ini dipertegas oleh

Mielke (2003:67) “Pemain akan semakin bisa menjalankan keterampilan *shooting* di dalam pertandingan dan memanfaatkan peluang *shooting* dengan baik jika semakin banyak berlatih menggunakan situasi yang berbeda”.

#### **D. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan**

Keterampilan teknik merupakan salah satu aspek penting dalam olahraga sepakbola. Seorang pemain tidak akan bisa memainkan olahraga sepakbola apabila tidak memiliki keterampilan teknik. Untuk bisa berlatih teknik seorang atlet atau siswa harus mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilannya. Menurut Rieder/Lehnertz dalam Syafruddin (2011:201) “keberhasilan seseorang atau atlet dalam belajar dan berlatih teknik ditentukan oleh beberapa teknik yang terdiri dari: 1) faktor kondisi fisik, 2) pengalaman gerakan, 3) bakat dan kemampuan belajar, 4) motivasi, 5) bentuk informasi dan instruksi yang diberikan, 6) lingkungan.

Kemampuan kondisi fisik sangat menentukan bagi seseorang untuk mengoptimalkan teknik-teknik yang dipelajari. Kondisi fisik yang baik merupakan prasyarat utama untuk menguasai dan mengembangkan suatu keterampilan teknik olahraga. Dalam sepakbola, beberapa bentuk teknik membutuhkan kondisi fisik saat melatihnya, seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Saat melakukan shooting seorang pemain membutuhkan daya ledak, keseimbangan dan koordinasi yang baik, jika tidak maka hasil yang diperoleh tidak maksimal.

Bakat dan kemampuan belajar juga mempengaruhi seorang pemain dalam mempelajari keterampilan teknik. Seorang atlet yang memiliki bakat dicabang olahraga tertentu diduga akan dengan mudah mempelajari keterampilan yang

diajarkannya. Selain itu motivasi juga salah satu faktor yang mempengaruhinya, seorang pemain yang memiliki motivasi yang bagus akan selalu memiliki semangat yang tinggi dalam latihan, sehingga keterampilan yang diajarkan diduga bisa dikuasai dengan baik. Sebaliknya pemain yang tidak memiliki motivasi diduga akan malas dalam latihan sehingga penguasaan keterampilannya susah dikuasai dengan baik.

Faktor lain yang ikut mempengaruhi adalah lingkungan sekitar. Menurut Syafruddin (2011:204) “yang dimaksud lingkungan disini adalah sarana dan prasarana, iklim, cuaca, temperatur dan lain-lain”. Sarana dan prasarana merupakan hal yang sangat penting dalam mempelajari keterampilan teknik. Jika sarana dan prasarana olahraga lengkap, cuaca yang baik dan temperatur udara yang sejuk tentu akan sangat membantu seorang atlet dalam menguasai keterampilan dasarbermainsepakbola.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sukmadinata (2015:54), penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, yang berlangsung saat ini atau saat yang lampau. Dalam penelitian deskriptif ini bermaksud untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran dan menemukan informasi tentang Keterampilan *Passing* Pada Kegiatan *Ekstrakurikuler* Sepakbola di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan menggunakan tes dan pengukuran.

#### **B. Tempat dan Waktu penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan, Provinsi Bengkulu.

##### **2. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal Maret 2023.

#### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **1. Populasi penelitian**

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian, Arikunto (2013:173). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012:80). Berdasarkan pendapat diatas, maka peneliti akan melaksanakan penelitian di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan yang berjumlah 20 orang.

**2. Sampel Penelitian** Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel digunakan total sampling. Menurut Sugiyono, (2015: 118) Sampel adalah bagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar representatif atau mewakili. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi dijadikan sampel yaitu berjumlah 20 orang. Dalam hal ini teknik sampling yang digunakan adalah keseluruhan populasi menjadi sampel yaitu "*Total Sampling*".

#### **D. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian, yang ditetapkan dalam suatu kegiatan penelitian, yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif Arikunto, (2013:17). Berdasarkan rumusan masalah dan Batasan masalah yang telah ditetapkan, maka variabel pada penelitian ini merupakan variable tunggal yaitu tingkat keterampilan menendang bola tersebut dituangkan dalam bentuk penilaian yang berwujud tes dan pengukuran untuk mengetahui seberapa besar tingkat Keterampilan *Passing* Pada Kegiatan *Ekstrakurikuler* Sepakbola Di SMP Negeri 22 Bengkulu Selatan.

#### **E. Instrumen Penelitian**

Instrument penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam mau pun sosial yang diamati Sugiyono, (2015:120). Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes dan pengukuran Keterampilan *Passing* sepak bola menurut Norma *Jhonson Soccer Test* (2015:202).

##### a. Definisi Konseptual

Tendangan *(Passing)* bola adalah keterampilan seseorang untuk dapat memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain dengan menggunakan kaki, bisa dengan sisi kaki bagian dalam, luar, sertadepan yang dilakukan dengan cara menendang bola dan bola bergulir secara terusan-menerus di atas permukaan tanah dan juga melambung di udara,

### b. Definisi Operasional

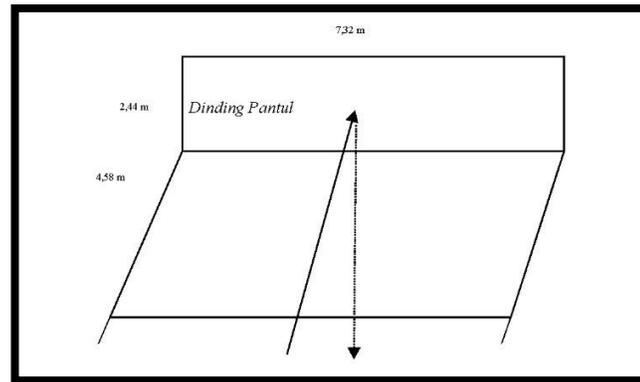
Tendangan (*Passing*) bola adalah keterampilan seseorang untuk dapat memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain dengan menggunakan kaki yang diukur dengan menggunakan akurasi atau ketepatan.

### c. Tes *Passing* bola

Tes ini berupates bertujuan untuk mengukur keterampilan umum dalam sepakbola, ketepatan dan kekuatan kaki dalam melakukan *passing* bola. Alat yang digunakan: lapangan datar, pandangan permukaan rata sebagai sasaran gawang, meteran, stopwatch, bola, formulir tes dan alat tulis. Pelaksanaannya: Testi menunggu dibelakang garis batas sambil memegang bola, setelah ada aba-aba "ya" testi menendang bola ke papan dan memantul Kembali ke arahnya atau bola tidak, testi melakukan gerakan tersebut sebanyak mungkin selama 30 detik, bola harus ditendang dari belakang garis batas menggunakan beberapa teknik menendang bola yang diperbolehkan dalam permainan sepakbola, ketika bola tidak dapat dikuasai (tidak terkontrol) maka testi mengambil bola dari keranjang yang telah disiapkan, dari pada mengejar bola yang tidak terkontrol tadi.

Penilaian: jenis tes adalah *passing* menggunakan kaki secara bergantian, pencatat skor akhirnya setelah jumlah tendangannya yang terbanyak yang

berhasil dilakukan selama 3 kali kesempatan, dicatat sebagai skor akhir testi Norma *Jhonson Soccer Test* (2015;202).



Gambar 3. 1 Lapangan Johnson Soccer Test (winarno 2016:

Tabel 3.1 Norma Penilaian Tes Passing

NILAI KETERAMPILAN	GOLONGAN
61 – Ke Atas	Baik (B)
53 – 60	Cukup (C)
46 – 52	Sedang (S)
37 – 45	Kurang (K)
≤ – 36	Kurang Sekali (KS)

## F. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini digunakan Teknik pengumpulan data dengan cara tes dan pengukuran langsung terhadap sampel. Pengumpulan data merupakan tindakan lanjut untuk mengumpulkan data yang akan digunakan untuk memperoleh bahanda dalam melaksanakan penelitian. Kualitas dari data akan ditentukan oleh olah data tersebut atau alat pengukurannya. Dengan

alat pengukur kita akan mendapatkan data penelitian yang merupakan hasil dari pengukuran.

### **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Teknik statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2015:147).

Penelitian ini menggunakan Teknik statistik deskriptif kuantitatif dengan rumus presentase:

$$P = \frac{F}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Subjek

*Sumber: Sudjana (2001:129)*

