



**ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BERMAIN SEPAK
BOLA ATELIT SEPAK BOLA KAUR PERCIAGUNA FC
(GUNUNG AGUNG KAUR UTARA)**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Oleh:

**NENDI ATIZEN
NPM. A1H010066**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU
2014**

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Nendi Etizen

Nomor Pokok Mahasiswa : A1H010066

Progeram Studi : Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan

Fakultas : KIP UNIB

Judul Penelitian : Analisis Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepak Bola Atlit Sepak Bola Kaur Perciaguna Fc. (Gunung Agung, Kaur Utara)

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisi materi yang telah dipublikasikan atau ditulis orang lain atau telah dipergunakan dan diterima sebagai perasarat penyelesaian studi pada Universitas atau institut lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang telah di nyatakan dalam teks.

Bengkulu, juni 2014

Nendi Etizen

Npm. A1H010066

ABSTRAK

Nendi Etizen 2014. Analisis Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepak Bola Atlit Sepak Bola kaur Perciaguna Fc, Gunung Agung, Kaur Utara. Skripsi. Bengkulu: Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan, Universitas Bengkulu, Tahun 2014

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar atlit sepak bola Perciaguna Fc, Kaur. Jenis penelitian ini adalah analisis, menganalisa kemampuan teknik *passing, shooting, dribbling, dan controlling*. Populasi dan sampel penelitian ini adalah seluruh atlit pemain Perciaguna Fc, Kaur yang berjumlah 32 orang atlit. Instrumen penelitian berupa tes kemampuan teknik *passing, shooting, dribbling, dan control*, pada atlit pemain sepak bola Perciaguna Fc, Gunung Agung. Dengan menggunakan rumus setatistik (mean). Hasil penelitian menunjukkan bahwa atlit sepak bola Perciaguna Fc Kaur ini yang teknik dasar *passing* tergolong kategori kurang dengan persentase 37,38% (12 orang) teknik dasar *shooting* dominan tergolong kategori cukup dengan persentase 62,50% (12 orang) teknik dasar *drebbling* dominan tergolong kategori kurang dengan persentase 37,50% (13 orang) teknik dasar *control* dominan tergolong kategori kurang dengan persentase 40,62% (13 orang). Dapat di simpulkan bahwa kemampuan teknik dasar bermain atlit sepak bola Perciaguna Fc kaur harus lebih di tingkatkan lagi.

Kata Kunci : Kemampuan Dan Teknik.

ABSTRACT

Nendi Etizen 2014. *Capability Analysis Basic Techniques Play Soccer Athletes Football kaur Perciaguna Fc, Gunung Agung, Kaur Utara. Skripsi. Bengkulu: Program of Physical Education and Health, University of Bengkulu, 2014*

This study aims to determine the level of basic technical ability Perciaguna Fc football athletes , Kaur . This research is an analysis technique to analyze Traffic passing , shooting , dribbling , and control , . Population and sampel this study are all players atelit Perciaguna Fc , Kaur atelit totaling 32 people . The research instrument is testing the ability of the technique of passing , shoting , dribbling , and control , the athlete football players Perciaguna Fc , Mount Agung . By using the formula setatistik (mean) . The results showed that athletes soccer Fc Kaur Perciaguna these basic techniques of passing classified categories with percentages less 37.38 % (12 people) basic shooting technique sufficiently dominant categories classified by the percentage of 62.50% (12 people) belong to the basic techniques of the dominant drebbling category less the percentage of 37.50 % (13 people) belong to the basic techniques of the dominant controls categories with a percentage of 40.62 % less (13 people) . Can be concluded that the ability of the basic techniques of playing soccer athlete Perciaguna Fc kaur should be improved again .

Keywords : Ability And Technique .

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirahim

Ketahuiilah...

“bahwa pertolongan itu ada bersama dengan kesabaran’

Dan jalan keluar itu selalu beriring dengan cobaan”

Q,S,AL-A’Raf:5

MOTTO :

- ❖ Selama aku bernapas maka aku tak kan pernah berhenti berharap tuk jadi yang terbaik.
- ❖ Kejujuran dan keyakinan pada kemampuan sendiri, serta kerja keras dan niat yang baik adalah kunci meniti sukses kejar keringat dan impianmu, berikan yang terbaik untuk dirimu.
- ❖ Allah taak akan merubah nasib suatu kaum (golongan) kecuali dia sendiri yang akan merubahnya (qs.sr’ad:11).
- ❖ Kulia itu bukan urusan kaya Atau miskin, atau galau dan keren, Tapi Lulus Dan Segera Berpikir Yang Membanggakan Orang Tua ITU...!

PERSEMBAHAN

- Ibu ku tersayang Suaya dan Ayah ku tercinta Ruman, yang telah mendo’akan dan bersusah paya banting tulang, bercucur keringat untuk mencari dan memenuhi kebutuhan sekolahku dari SD sampai dengan kuliah ku.
- Kakaku Sipran, Mislan, Misi, yang senantiasa memberikan semangat dan mendo’akan ku untuk dapat menyelesaikan kuliah ku.
- Oon zakri yang telah bersusah payah memberikan arahan dalam proses pembuatan skripsi ini.
- Kepada temanku, Rahmat dan Ani yang telah memberikan arahan terhadap pembuatan sekripsi ini.
- Dosen Bapak Dian Pujiyanto yang telah banyak membantu perkuliahanku sekaligus pembimbing dalam pembuatan sekripsi ini, dan Bapak Arwin yang senantiasa membimbingku dalam penulisan dan penyelesaian skripsi ini. Dan seluruh dosen penjaskes yang telah memberikan ilmunya kepada ku Trimakasih.

KATA PENGANTAR

Asalamu'alaikum Wr. Wb

Puji dan syukur peneliti panjatkan Tuhan yang maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat, taufik, serta hidayahnya, sehingga penelitiannya ini dapat berjalan sesuai dengan rencana. Peneliti yang berjudul **“Analisis kemampuan Tehnik Dasar Bermain Sepak Bola Atlit Sepak Bola ferciaguna Fc, Kaur”** Merupakan sala satu syarat untuk memenuhi sebagian persahranat guna memperoleh gelar sarjana kependidikan.

Peneliti menyadari sepenuhnya, terselesaikan seripsi ini berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti pada kesempatan ini mengucapkan terima kasih yang setulusnya kepada :

1. Dr. Ridwan Nurazi, S.E.,Msi. Selaku rektor Universitas Bengkulu
2. Prof. Dr.H. Rambat Nur Sasongko,M.Pd selaku dekan FKIF Universitas Bengkulu, yang telah memberikan bantuan dan motifasi srta memberikan izin untuk melakukan penelitian.
3. Drs. Tono Sugihartono, M.Pd selaku Ketua Progeram Studi Penjaskes FKIF Universitas Bengkulu.
4. Dian Pujianto S.Pd, jas, M.Or selaku pembimbing I yang dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan dan petunjuk kepada peneliti dalam menyelesaikan sekripsi ini.
5. Drs. Arwin, M.Pd selaku pembimbing II yang penuh kesabaran memberikan bimbingan dan petunjuk kepada peneliti dalam menyelesaikan sekripsi ini.
6. Orang tua Suaya dan Ruman yang selalu memberikan Do'a yang tiada henti srta dukungan moril maupun materi sehingga bisa menyelesaikan kulia S-1
7. Kepada kakak-kakakku Sipran, Mislan, Misi, yang selalu memberikan support dan Do'a dalam menyelesaikan sekripsi ini.
8. Rekan-rekan Mahasiswa Progeram Studi Penjaskes Angkatan 2010 “Deflianto, Ana, Wida, Nadia, Edwin, Dan seluruh mahasiswa Penjaskes yang tidak bisa di sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa sekripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, keritik dan saran yang mendukung dari berbagai pihak sangat di harapkan guna menyempurnakan di masa akan datang. Semoga semua peneliti uraikan dalam skripsi ini dapat menjadi inspirasi dan ide untuk melakukan penelitian lebih lanjut ke arah kesempurnaan di masa yang akan datang dan

memberi manfaat terhadap perkembangan dan kemajuan pendidikan. Mudah-mudahan kita semua selalu mendapatkan perlindungan dan hidaya dari Allah SWT untuk menjelaskan aktifitas hidup di dunia ini, Amin....

Bengkulu, Juni 2014
Penulis

NENDI ETIZENi
Npm : A1H010066

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
MOTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5

BAB II. KAJIAN PUSTAKA

A. Permainan Sepak Bola	6
1. Pengertian Permainan Sepak Bola	6
2. keterampilan bermain Sepak Bola	9
3. Gerak Dasar Sepak Bola	10
4. Teknik Dasar Sepak Bola	10
B. Keterampilan Bermain Sepak Bola	10
C. Gerak Dasar Sepak Bola	10
D. Teknik dasar Sepak Bola	10

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	22
B. Tempat dan waktu penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	23
D. Definisi Operasional	23
E. Teknik Dan Enstrumen Pengumpulan Data	26
F. Teknik Analisis Data	28

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. DESKRIPSI DATA	33
B. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	38

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN42

B. SARAN42

DAFTAR PUSTAKA43

LAMPIRAN.....44

DAFTAR TABEL

Tabel

Tabel 1 : Gambar kerangka berpikir	22
Tabel 2 : Nilai skor tes <i>shooting</i>	28
Tabel 3 : Nilai skor tes Mengiring bola	30
Tabel 4 : Nilai skor tes <i>passing</i>	31
Tabel 2 : Nilai skor	29
Tabel 3 : Distribusi frekuensi tes teknik <i>passing</i>	33
Tabel 4 : Distribusi frekuensi tes teknik <i>shooting</i>	35
Tabel 5 : Distribusi frekuensi tes teknik <i>dribbling</i>	36
Tabel 6 : Distribusi frekuensi tes teknik kontrol	37
Tabel 7 : Nama pemain	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar

Gambar 1 : Teknik menendang bola	12
Gambar 2 : Teknik menghentikan bola dengan dada.....	14
Gambar 3 : Teknik menggiring bola	15
Gambar 4 : Teknik merampas bola	16
Gambar 5 : Melempar bola ke dalam	18
Gambar 6 : Teknik mnyundul bola	19
Gambar 7 : Teknik penjaga gawang.....	21
Gambar 8 : Tes <i>shoting</i>	28
Gambar 9 : Tes menggiring bola.....	29
Gambar 10: Tes <i>control</i>	30
Gambar 11 : kegiatan tes.....	52
Gambar 12 : Tes <i>drebbiling</i>	53
Gambar 13 : Tes <i>control</i>	54
Gambar 14 : Tes <i>passing</i>	55
Gambar 15 : Tes <i>shooting</i>	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lampiran 1 : Daftar nama-nama pemain Perciaguna Fc kaur sampel penelitian	.47
Lampiran 2 : Uji tes mengiring bola	48
Lampiran 3 : Uji tes <i>shooting</i>	49
Lampiran 4 : Uji tes <i>control</i>	51
Lampiran 5 : Foto kegiatan tes	52
Lampiran 6 : Gambar tes <i>drebbeling</i>	53
Lampiran 7 : Gambar tes <i>control</i>	54
Lampiran 8 : Gambar tes <i>passing</i>	55
Lampiran 9 : Gambar tes <i>shooting</i>	56
Lampiran 10 : Tabulasi data antara <i>passing,shooting,controling,dribbling</i>	48
Lampiran 11 : Hasil data	49
Lampiran 12 : Dokomentasi penelitian	51
Lampiran 13 : Surat penelitian	59

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian yang integral dari warisan budaya manusia. Olahraga digemari oleh banyak orang sebagai pelaku maupun sebagai penggemar saja. Dengan berolahraga dapat membantu pertumbuhan badan dan perkembangan pembawaan pribadi, untuk mengatasi ketegangan yang dialami serta dengan olahraga dapat memberikan nilai – nilai manusia yang sangat berharga untuk sesamanya berkaitan dengan hal ini pemerintah menggariskan dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 3 pasal 4 (2005:8) tentang Sistem Keolahragaan Nasional sebagai berikut :

Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesejahteraan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai mental dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempercepat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional serta mengangkat harkat dan martabat bangsa.

Sepak bola merupakan salah satu olahraga permainan yang saat ini sangat populer dilingkungan masyarakat Indonesia khususnya Kelam tengah, tepatnya di Kaur. Perkembangan ini ditandai dengan banyaknya klub-klub sepak bola di Kaur melakukan pembinaan secara teratur, terarah, dan kontinu, diantaranya Persatuan Sepak bola Perciaguna Fc, Persatuan Sepa kbola Sri Kandi, Persatuan Sepa kbola Pemda, Persatuan Sepak bola Surya Kencana, Persatuan Sepa kbola Kaur dan lain sebagainya. Perciaguna Fc merupakan salah satu kesebelasan yang ada di Kaur. Perciaguna Fc berdiri sejak Tahun 2010 melakukan pembinaan pemain-pemain muda yang potensial khususnya

pemuda yang berada dilingkungan Kaur Utara, pada tahun 2010 pemain klub Perciaguna Fc ini pernah beberapa kali mendapatkan trofi pada turnamen-turnamen di kaur, salah satunya yaitu: Nagarantai cup, kecamatan cap. Dimana pemain perci guna mendapatkan kejuaraan yaitu juara ke 2 pada tahun 2010. yang mana pemain tersebut juga merupakan pemain-pemain yang cukup diandalkan di Perciaguna Fc Kaur Utara, sedangkan di tahun 2012 ini Perciaguna Fc banyak sekali mengalami kegagalan di setiap kejuaraan yang ada di Kabupaten Kaur. Mulai tahun 2012 sampai sekarang Perciaguna Fc tidak lagi melahirkan pemain yang berkualitas seperti yang diharapkan. Untuk meraih prestasi sepak bola yang baik disamping usaha pembinaan yang teratur, terarah dan kontinue hendaknya pembinaannya tersebut diarahkan pada kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental sebab keempat faktor inilah modal dalam meraih prestasi.

Syafruddin (1999:24) mengatakan bahwa dalam pembinaan prestasi ada empat faktor utama yang menentukan kemampuan atlet, antara lain : 1).Kondisi Fisik, 2).Teknik, 3). Taktik, 4). Strategi, dan 5). Mental (psikis).

Hubungan keempat komponen tersebut merupakan satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Dalam permainan sepak bola kemampuan teknik sangat penting untuk mempelajari dasar keterampilan bermain sepak bola pada pemain. Robert kogger (2005:13) mengungkapkan :

Keterampilan-keterampilan bersepak bola yang sesungguhnya, yang di perlukan di setiap pemain sebelum mereka benar-benar betanding melawan tim lain. Teknik-teknik permainan ini menunjukan cara membawakan diri di dalam pertandingan yang sesungguhnya.

Penguasaan teknik sepak bola merupakan salah satu modal memenangkan pertandingan. Dengan kata lain tanpa menguasai teknik terutama teknik dasar tak mungkin seseorang mencapai prestasi yang baik. Danny mielke (2007) mengemukakan bahwa “teknik dasar dalam sepak bola terdiri dari menendang, menggiring, menyundul, melempar bola dan teknik penjaga gawang, sedangkan teknik tanpa bola yaitu lari, lompat, takling, teknik penjaga gawang”.

Berdasarkan hal diatas jelas teknik sangat dibutuhkan dalam suatu permainan sepak bola, maka dari itu teknik harus dilatih agar dapat mencapai prestasi yang tinggi. Hal ini sangat bertolak belakang dari pemain Persatuan Sepakbola Perciaguna Fc Kaur Utara (Gunung Agung). Berdasarkan pemantauan peneliti selaku pemain Perciaguna Fc dan juga dibenarkan oleh Bapak Aprin Toni, selaku pelatih Perciaguna Fc bahwa perkembangan permainan sepakbola Perciaguna Fc dalam tiap-tiap even pertandingan banyak sekali mengalami kegagalan, diantaranya kegagalan itu diduga berupa kesalahan-kesalahan teknik yang mendasar seperti *passing* yang tidak akurat, *controlling* bola yang sering lepas, *shooting* yang tidak tepat pada sasaran dan lepasnya bola dari *dribbling* bola yang dilakukan. Semua itu diduga diakibatkan tingkat kemampuan kondisi teknik yang kurang bagus.

Bertolak dari uraian di atas, maka tampaklah permasalahan yang akan diteliti bahwa untuk mencapai prestasi yang tinggi dalam olahraga sepakbola tingkat kemampuan teknik diduga sangat mempengaruhi aktifitas bermain sepak bola, namun hal ini belum terbukti secara ilmiah. Oleh sebab itu

peneliti tertarik untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar bermain sepak bola dari pemain Perciaguna Fc melalui penelitian secara ilmiah.

B. Identifikasi Masalah

Dari masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Banyaknya kegagalan dalam mengikuti kejuaraan.
2. Perciaguna Fc dalam tiap-tiap even pertandingan banyak sekali mengalami kegagalan.
3. Kegagalan itu diduga berupa kesalahan-kesalahan teknik yang mendasar seperti *passing* yang tidak akurat.
4. *Controlling* bola yang sering lepas.
5. *Shooting* yang tidak tepat pada sasaran.
6. Lepasnya bola dari *dribbling* yang dilakukan.
7. Kurangnya mental dalam pembawaan bola ke arah gawang lawan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan dalam kemampuan bermain sepak bola Perciaguna Fc Kaur Utara, serta keterbatasan waktu, dana, dan tenaga yang tersedia dalam penelitian, maka tidak semua permasalahan yang dapat dikemukakan, oleh sebab itu dalam penelitian dibatasi “analisis kemampuan teknik dasar bermain sepakbola atlet sepak bola Perciaguna Fc Kaur Utara.

D. Rumusan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik maka terlebih dahulu dirumuskan masalah yang akan diteliti yaitu : "Bagaimanakah tingkat kemampuan teknik dasar bermain sepak bola Perciaguna Fc Kaur Utara berkenaan dengan *passing*, *controlling*, *shooting*, dan *dribbling*"

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu : Untuk mengetahui sejauh mana tingkat penguasaan teknik dasar bermain sepakbola Perciaguna Fc Kaur utara, yang berkenaan dengan *passing*, *controlling*, *shooting*, dan *dribbling*

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan yang telah dikemukakan terdahulu dan memperhatikan masalah-masalah penelitian maka diharapkan hasilnya bermanfaat sebagai berikut:

1. Salah satu syarat bagi penulis untuk menyelesaikan program S.1 Penjaskes Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu.
2. Sebagai masukan dalam proses pengajaran bagi Pelatih, Guru Olahraga dan Dosen Sepakbola.
3. Bagi mahasiswa FKIP Universitas Bengkulu sebagai bahan perpustakaan dalam penulisan tugas-tugas terutama tugas mata kuliah sepakbola di penjaskes.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengertian Permainan Sepak Bola

Eric C Batty (1991:4) mengemukakan : ” Sepak bola adalah: sebuah permainan sederhana, dan rahasia dari permainan sepak bola yang baik adalah melakukan hal-hal yang sederhana sebaik-baiknya ”. Dimainkan di lapangan yang rata berbentuk persegi panjang ukuran panjangnya adalah 110 meter dan lebar 70 meter, yang dibatasi garis selebar 12 cm serta dilengkapi oleh dua buah gawang yang tingginya 2,44 meter dengan lebar 7,32 meter. Hal ini sesuai dengan peraturan PSSI yang telah resmi dipakai dalam induk organisasi sepak bola internasional (*FIFA*). Permainan sepak bola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Hampir seluruh permainan dilakukan dengan ketrampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, dengan kaki maupun tangannya.

Tujuan dalam permainan sepak bola adalah memasukan bola ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukan bola dari pemain lawan. Suatu regu dapat dinyatakan menang

apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke gang laannya, dan apabila sama maka permainan dinyatakan seri atau *draw*.

Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain dan salah satunya adalah seorang penjaga gawang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba memasukkan bola ke gawang lawan, (Andra Akbar, 2013: 1).

Sepak bola merupakan olahraga yang memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai keterampilan, teknik dan taktik disamping kondisi yang prima bagi pelakunya. Disamping itu sepak bola menuntut kreativitas teknik, keberanian untuk berbuat sesuatu, dan kepercayaan akan kemampuan sendiri. Menurut Deni Haryadi (2013:1) “Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga beregu yang dimainkan 2 tim, setiap tim diisi oleh 11 orang, dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan, lama permainan ditentukan oleh waktu.”.

Dari kutipan-kutipan di atas, dapat disimpulkan bahwa olahraga sepakbola merupakan kemampuan individu atau tim yang memiliki aktivitas gerak dan teknik (keterampilan) serta didukung oleh kondisi fisik yang prima bagi pelakunya dalam menampilkan permainan dan dengan berbagai unsur lainnya seperti taktik yang sudah direncanakan melalui program latihan yang telah dibuat dan disesuaikan dengan usia atlit sepak bola itu sendiri.

Permainan sepak bola dimainkan dalam 2 (dua) babak. Lama waktu pada setiap babak adalah 45 menit, dengan waktu istirahat 15 menit. Pada pertandingan yang menentukan misalnya pada pertandingan final, apabila terjadi nilai yang sama, maka untuk menentukan kemenangan diberikan babak tambahan waktu selama 2 x 15 menit tanpa ada waktu istirahat. Jika dalam waktu tambahan 2 x 15 menit nilai masih sama, maka akan dilanjutkan dengan tendangan pinalti untuk menentukan tim mana yang menang. “Tujuan dari olahraga sepak bola adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri, agar tidak kemasukkan.” (Sucipto, 2000:7).

Sepak bola adalah olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain dan salah satunya adalah seorang penjaga gawang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba memasukkan bola ke gawang lawan (Sarumpaet, 1992: 5). Sepak bola merupakan permainan yang memakan waktu selama 2 x 45 menit. Selama waktu satu setengah jam itu, pemain dituntut untuk senantiasa bergerak dan bukan hanya sekedar bergerak, namun dalam bergerak tersebut masih melakukan berbagai gerak fisik lainnya seperti berlari sambil menggiring bola, berlari kemudian harus berhenti tiba-tiba, berlari sambil berbelok 90 derajat, bahkan terkadang 180 derajat. Melompat, meluncur, beradu badan, bahkan terkadang berlanggar dengan pemain lawan dalam kecepatan yang tinggi.

Permainan sepak bola sendiri merupakan cabang olahraga yang menuntut banyak kreatifitas teknik serta menuntut keberanian berbuat dan kepercayaan diri seorang pemain. Dalam hal ini penguasaan tehnik dasar serta kemampuan menerapkannya dalam permainan yang lebih diutamakan. Semakin sempurna tehnik dasar seorang, maka dia semakin dapat mengatasi persoalan yang terjadi di lapangan, seperti menghindari serangan lawan. Lebih penting lagi pemain dapat mengangkat kualitas tim (Syafi'i, 1996: 23).

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang bersifat permainan yang menuntut penguasaan beberapa unsur penunjangnya. Unsur-unsur tersebut adalah unsur teknik, fisik, taktik dan mental yang baik. Tentang pentingnya unsur tersebut, Luxbacher (1997: 1) mengemukakan bahwa gerakan pemain yang lancar dan terkontrol mengekspresikan individualitasnya dalam permainan beregu. Kecepatan, kekuatan, stamina, keterampilan dan pengetahuan mengenai taktik, semuanya merupakan aspek yang penting dari penampilan. Berbagai tantangan yang dihadapi oleh pemain mungkin menjadi daya tarik utama dalam permainan ini.

Dengan demikian sepak bola adalah permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental, dilakukan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh pemain dari kedua tim dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan

mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan-peraturan yang telah ditentukan.

2. Keterampilan Bermain Sepak Bola

Keterampilan bermain sepak bola adalah menguasai teknik-teknik dasar bermain sepak bola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan dengan efektif dan efisien. Teknik-teknik dalam bermain sepak bola merupakan gerakan yang sangat kompleks. “Kompleksitas keterampilan sepak bola meliputi menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, melempar, dan menangkap bola,” (Sucipto, 2000: 12). Sehingga membutuhkan proses latihan yang lama dan intensif agar seseorang dapat mahir dalam menguasai teknik-teknik tersebut.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain sepak bola adalah kemampuan serta kesanggupan seorang pemain dalam menguasai teknik-teknik dasar sepak bola dan mengaplikasikannya ke dalam permainan sepak bola dengan efektif dan efisien. Oleh sebab itu pemain sepak bola wajib menguasai keterampilan bermain sepak bola, karena hal ini akan sangat mendukung performa pemain di lapangan.

3. Gerak Dasar Sepak Bola

Sucipto (2000:8 - 9) mengatakan : “ gerak lokomotor dalam permainan sepak bola tergambar pada gerakan melompat/meloncat, dan meluncur. Gerak non lokomotor tercermin pada gerakan seperti menjangkau, melenting, membungkuk, meliuk. Sedangkan gerak

manipulatif tercermin pada gerakan-gerakan seperti menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, menangkap bola bagi penjaga gawang, atau lemparan ke dalam”.

Dalam upaya peningkatan keterampilan bermain sepak bola, keterampilan dasar sepak bola erat sekali hubungannya dengan kemampuan koordinasi gerak selain fisik, teknik, taktik dan mental tentunya. Banyak gerakan-gerakan yang terjadi selama permainan sepak bola berlangsung baik gerakan yang tanpa bola maupun gerakan dengan bola, misalnya gerakan berlari, gerakan memutar badan, gerakan melompat, gerakan meloncat, gerakan menendang bola, gerakan menyundul bola, dan gerakan menangkap bola bagi penjaga gawang.

Dengan demikian dalam sepak bola, keterampilan gerak erat kaitannya dengan keterampilan bermain sepak bola. Gerak lokomotor, gerak nonlokomotor, dan gerak manipulatif, merupakan gerakan yang paling dominan dalam sepakbola.

4. Teknik Dasar Sepakbola

Menurut Danny Mielke (2007: 17), teknik-teknik yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*).

Sedangkan menurut Sucipto (2000: 17), teknik-teknik yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola adalah menendang (*kicking*),

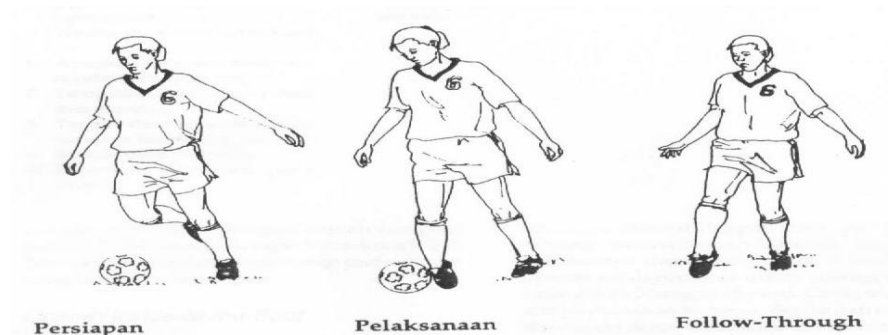
menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goal keeping*).

5. Menendang bola (*kicking*)

Menendang bola adalah gerakan kaki untuk menyentuh, mendorong atau menyepak bola, menendang merupakan cirri khas yang paling dominan dalam permainan sepak bola. Agar dapat menjadi pemain sepak bola yang baik, seorang pemain perlu mengembangkan kemahirannya dalam menendang bola. Dilihat dari perkenaan bola dengan bagian kaki, menendang dapat dibedakan menjadi beberapa macam antara lain menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan punggung kaki bagian luar maupun dalam. Ada yang harus diperhatikan dalam teknik menendang adalah kaki tumpu dan kaki ayun (*steady leg position*), bagian bola, perkenaan kaki dengan bola (*impact*), dan akhir gerakan (*follow-through*).

Gambar 1

Salah Satu Teknik Menendang Bola,yaitu Menggunakan Punggung Kaki



Sumber : Fajar, (2013)

6. Menghentikan

Menghentikan bola atau yang sering disebut mengontrol bola terjadi ketika seorang pemain menerima *passing* atau menyambut bola dan mengontrolnya sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*, *passing* atau *shooting*. Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dalam permainan sepak bola yang penggunaannya dapat bersamaan dengan teknik menendang bola.

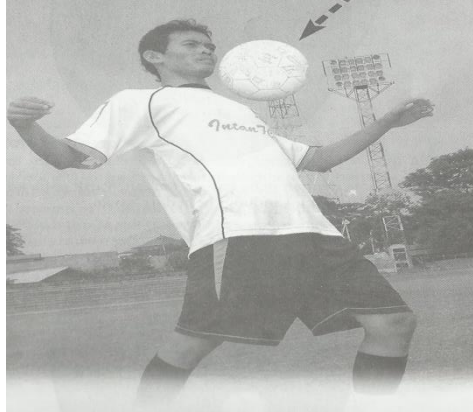
Tujuan menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola, yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan atau mengubah arah permainan, dan memudahkan untuk melakukan *passing*. Dilihat dari perkenaan bagian badan yang pada umumnya digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki, paha, dan dada. Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki.

Menurut Subardi dan Andri Setyawan (2007 : 29), pengontrolan bola dapat di bagi menjadi 3 kategori:

- a. Mengontrol bola dengan kaki bagian dalam.
- b. Mengontrol bola dengan dada.
- c. Mengontrol bola dengan paha.

Dari uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa menghentikan bola merupakan suatu teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola agar dapat melakukan pengontrolan bola.

Gambar 2
Teknik Menghentikan Bola dengan dada



Sumber : Subardi dan Andri Setyawan (2007:31)

7. Menggiring bola (*dribbling*)

Zidane Muhdhor Al-Hadiqie (2013:37) mengemukakan Menggiring bola adalah salah satu keterampilan sepak bola yang paling penting yang anda butuhkan untuk dikuasai. Ketika pemain menguasai kemampuan dribeling secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar. Sedangkan menurut Danny Mielke (2007:1) *dribbeling* adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Banyak pemain hebat dunia yang memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, seperti Cristiano Ronaldo dan Lionel Messi. Oleh karenanya, latihan menggiring bola perlu mendapat porsi latihan yang lebih untuk diberikan kepada para pemain, terutama para pemain usia dini. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat

permainan. Langkah - langkah melakukan *dribbling* yang dikutip dari Zidane Muhdor Al-Hadiqie (2013 : 39) adalah sebagai berikut:

- a. Buat ruang antara kaki anda.
- b. Condongkan ke depan tubuh anda sedikit
- c. Kedua kaki harus lentur.
- d. Letakan paha anda kebawah.
- e. Kedua lengan anda haru santai dan tidak bergerak

Hal-hal yang perlu diperhatikan pada saat menggiring bola di antaranya:

- a. Bola harus selalu terkontrol, dekat dengan kaki,
- b. Bola harus dalam perlindungan (dengan kaki yang tepat sesuai keadaan dan posisi lawan),
- c. Pandangan luas, artinya mata tidak hanya terpaku pada bola dan
- d. Dibiasakan dengan kaki kanan dan kiri.

Gambar 3
Salah Satu Teknik Menggiring Bola



Sumber : Danny Mielke, (2007: 6)

Dari paparan di atas, maka penulis simpulkan bahwa menggiring bola merupakan kemampuan dasar yang harus di miliki oleh seorang pemain dikarenakan kemampuan menggiring bola menentukan pola permainan suatu tim dalam melakukan permainan.

8. Merampas bola (*tackling*)

Subardi dan Andri Setyawan (2007:33) menyatakan *trackling* adalah keterampilan individu untuk bertahan yang digunakan untuk merebut bola. Semua pemain harus mampu melakukan keterampilan ini dengan baik karena semuanya memiliki tanggung jawab untuk bertahan jika lawan melakukan serangan.

Subardi dan Andri Setyawan (2007:33) menyatakan bahwa salah satu cara untuk merebut bola dari lawan adalah dengan melakukan *trackling*. *Trackling* dibagi atas tiga kategori yaitu, *trackling* membelok, *trackling* menyodok dan *trackling* meluncur.

Gambar 4

Salah Satu Contoh Teknik Merampas Bola yaitu, sambil Meluncur



Sumber : Subardi dan Andri Setyawan (2007:34)

Dari penjelasan diatas, maka penulis tarik kesimpulan, yaitu merampas bola merupakan suatu teknik dasar dalam bermain sepak bola agar menghentikan pola permainan dari tim lawan dan dapat menghambat pola penyerangan lawan yang mana dalam teknik ini memiliki bermacam pola yang dapat diterapkan dalam suatu tim.

9. Lemparan ke dalam (*throw-in*)

Danny Mielke (2007 : 40) menyatakan lemparan ke dalam (*throw-in*) adalah salah satu keterampilan yang sering diabaikan dalam sepakbola. Penggunaan *throw-in* yang benar dapat menciptakan banyak peluang untuk menontrol bola dan mencetak gol selama pertandingan. Pelempar dan penerima bola harus mengetahui apa yang akan dilakukan masing-masing sebelum lemparan dilakukan. Arah dan kecepatan penerima bola menentukan bagaimana pelempar bola melemparkan bolanya. Cara melakukan lemparan ke dalam sebagai berikut: (1) Melakukan lemparan ke dalam menggunakan kedua tangan memegang bola. (2) Kedua siku menghadap ke depan. (3) Kedua ibu jari saling bertemu. (4) Bola berada di belakang kepala. (5) Kedua kaki sejajar atau depan belakang dengan keduanya menapak pada tanah dan berada diluar garis samping saat akan melakukan maupun selama melakukan lemparan. (6) Mata tetap dalam keadaan terbuka, dengan arah tubuh searah dengan sasaran yang akan dituju.

Gambar 5
Melempar bola ke dalam



Sumber : Danny Mielke (2007: 40)

Dengan kata lain bahwa keterampilan lemparan ke dalam merupakan teknik dasar yang harus di pelajari, dimengerti dan miliki oleh setiap pemain sepak bola, guna menciptakan peluang untuk menciptakan gol ke gawang lawan.

10. Menyundul bola (*heading*)

Sepak bola adalah permainan yang memungkinkan pemainnya menggunakan kepala untuk menanduk bola. Pemain meloncat ke atas untuk menanduk bola untuk mengoper bola kepada rekannya, untuk mencetak gol dengan mengarahkan bola ke gawang lawan, atau untuk membuang bola yang mengarah ke gawangnya sendiri. Apabila dilakukan dengan benar, kemampuan pemain dalam menyundul bola akan membantu sebuah tim untuk melakukan serangan-serangan yang variatif (Subardi dan Andri Setyawan, 2007 : 27).

Menurut Subardi dan Andri Setyawan (2007 : 27), teknik menyundul bola bisa dijabarkan sebagai berikut ini :

1. Bagian kepala yang dipakai untuk menyundul adalah dahi bagian tengah.
Jangan menutup mata saat menyundul bola untuk memastikan bagian kepala yang benar yang membentur bola. Hindari pemakaian bagian kepala lainnya untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan.
2. Saat menyundul, kakukan leher dan pundak kemudian ayunkan leher, kepala dan pundak secara bersamaan dari belakang ke depan sehingga sundulannya bertenaga.
3. Posisi kedua kaki direntangkan agar dapat menjaga keseimbangan badan
4. Posisi kedua tangan tetap terbuka dan kuatkan otot leher
5. Untuk sundulan yng bersifat menghalau bola dari daerah pertahanan, sebisa mungkin sundulan bola dari bawah ke atas dan ke samping kanan atau kiri
6. Untuk sundulan yang bertujuan untuk mencetak gol, sebisa mungkin sundullah bola dari atas ke bawah.

Gambar 6.
Salah Satu Teknik Menyundul Bola



Sumber : Subardi dan Andri Setyawan (2007:28)

Menyundul bola merupakan teknik dasar dalam bermain sepak bola. Menyundul dapat menciptakan peluang dalam mencetak gol dan menambah skor suatu tim. Akan tetapi, dalam teknik ini memiliki resiko yang cukup tinggi sehingga dalam melakukan teknik ini harus tepat.

11. **Menjaga gawang (*goal keeping*)**

Penjaga gawang merupakan pemain terpenting dalam tim sepak bola tanpa mengesampingkan pemain lainnya (Subardi dan Andri Setyawan, 2007 : 38).

Menurut Subardi dan Andri Setyawan (2007 : 38) penjaga gawang harus menguasai teknik dasar. Adapun teknik dasarnya yang harus diketahui oleh penjaga gawang adalah sebagai berikut :

- a. Mengetahui posisi berdiri dengan benar saat bersiap menghadapi serangan
- b. Mengetahui cara menerima bola yang menggelinding langsung ke arah penjaga gawang
- c. Mengetahui cara menerima bola yang ditembak rendah langsung ke arah penjaga gawang
- d. Mengetahui cara menerima bola yang menggelinding kesamping penjaga gawang
- e. Mengetahui cara menerima bola setinggi dada yang mengarah ke penjaga gawang
- f. Mengetahui cara menerima bola tinggi

Gambar 7.
Salah Satu Teknik Penjaga Gawang



Sumber : Subardi dan Andri Setyawan (2007:42)

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik menjaga gawang merupakan suatu teknik yang penting yang harus dimiliki oleh seorang penjaga gawang, dikarenakan ini merupakan penentuan dalam skor di dalam tim tersebut.

B. Kajian Penelitian Yang Relevan

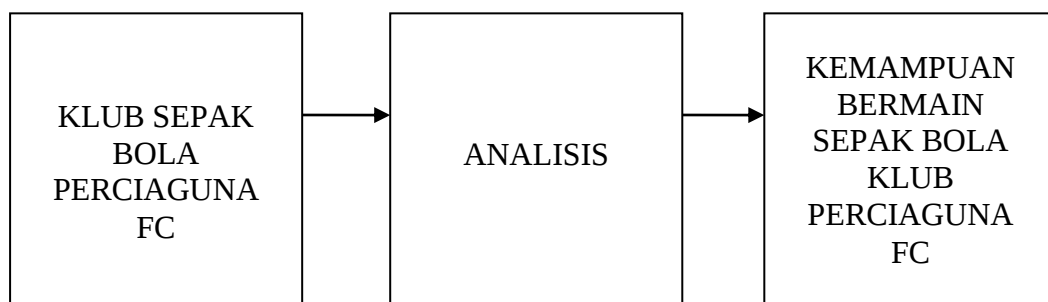
Penelitian yang relevan dengan penelitian yaitu KG RAY JUNIANSYAH (2013). Dalam penelitiannya tentang "ANALISIS KEMAMPUAN FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR ATELIT SEPAK BOLA PS. BENGKULU". Diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara. Hasil penelitian menunjukan bahwa atlet sepak bola Ps.BENGKULU pada daya tahan umum *cardiovaskuler*. Dominan tergolong kategori sedang dengan presentase 60% (15 orang), kecepatan dominan tergolong kurang dengan presentase 76% (19 orang), kelincahan dominan tergolong kategori 64% (16 orang) kekuatan dominan tergolong kategori sedang dengan presentase 68 (17 orang) daya ledak *skspiosive power* dominan tergolong

kategori cukup dengan presentase 44% (11 orang), teknik dasar *passing* dominan tergolong kategori kurang dengan presentase 64% (16 orang) teknik dasar *shooting* dominan tergolong kategori kurang dengan presentase 48% (12 orang) teknik dasar *drebbeling* dominan tergolong kategori sedang dengan presentase 68% (17 orang) teknik dasar *juggling* dominan tergolong kategori baik dengan presentase 64% (16 orang) dapat di simpulkan bahwa kemampuan fisik dan keterampilan teknik dasar atletik sepak bola Ps. Bengkulu harus lebih di tingkatkan lagi.

C. Kerangka Pikir

Dalam suatu tim sepak bola, kemampuan dasar bermain sepak bola merupakan kunci awal dalam permainan suatu tim guna mengetahui kemampuan dari tim tersebut. Setelah dilakukan analisis kemampuan teknik dasar bermain sepak bola, maka diketahui kemampuan teknik dasar bermain sepak bola dari tim Perciaguna FC.

Gambar 8
Bagan Kerangka Berfikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Etta Mamang Sangadji dan Sopiah (2010:21) menyatakan bahwa penelitian studi kasus dan lapangan adalah penelitian dengan karakteristik masalah yang berkaitan dengan latar belakang dan kondisi saat ini dari subjek yang diteliti serta interaksinya dengan lingkungan.

Penelitian deskriptif yang menggambarkan permainan sepak bola Perciaguna Fc Kaur Utara, melalui observasi atau pengamatan langsung, maksudnya penelitian ini adalah melihat langsung hasilnya dan tidak melihat dari proses awal, selanjutnya mencari penyebab masalah tersebut Subana. Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi kasus. Sesuai dengan uraian di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan studi kasus teknik dasar sepak bola Perciaguna Fc Kaur Utara berkenaan dengan *passing*, *controlling*, *shotting* dan *dribbling*.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

- 1.Tempat : Penelitian ini dilaksanakan di lapangan sepak bola, lapangan gelora simpang tiga, Kecamatan Kabupaten Kaur Utara.
2. Waktu : Di laksanakan pada bulan April 2014 di lapangan gelora Simpang Tiga Kaur Utara

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian Arikunto, (2002:108).

Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah keseluruhan pemain Perciaguna Fc Kaur Utara tahun 2013 yang berjumlah 32 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti Arikunto, (2002:109). Berdasarkan populasi di atas, karena jumlah populasi relatif sedikit, maka yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan anggota Pemain Perciaguna Fc tahun 2013 sebanyak 32 orang yang semuanya putra dimana penarikan sample dilakukan dengan teknik bermain sepak bola.

D. Defenisi Operasional

Untuk menghindari kesalah pahaman dalam menginterpretasikan istilah yang dipakai maka istilah yang perlu dijelaskan sebagai berikut :

1. *Passing*

Passing adalah teknik memberikan bola kepada teman agar mudah diterima. *passing* dapat dilakukan dengan berbagai cara misalnya menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki. tetapi untuk kali ini kita membahas cara melakukan teknik dasar *passing* menggunakan kaki bagian dalam. cara melakukan *passing* bawah. Pengukuran kemampuan dalam melakukan *passing* di hitung berdasarkan kemampuan jumlah menyepak bola dari belakang garis

menuju sasaran sepanjang 10 meter. Norma untuk *passing* adalah : 1) kurang : 4, 2) cukup : 6 dan 3) baik : 8.

2. *Dribbling*

Sepakbola modern dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang sederhana disertai dengan kecepatan dan ketepatan. Aktivitas dalam permainan sepak bola tersebut dikenal dengan nama *dribbling* (menggiring bola). Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah. 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. Adapun norma dalam melakukan *dribbling* adalah : 1) kurang : 27 detik, 2) cukup : 24 detik dan 3) baik : 22 detik. Pengukuran kemampuan *dribbling* dihitung berdasarkan waktu yang di peroleh dalam melakukan *dribbling* dengan jarak tempuh 2 meter setiap pancang, adapun pancang yang dilewati sebanyak 10 pacang.

3. *Controlling*

Kontrol adalah menghentikan bola yang sedang bergerak agar berada dalam penguasaan kita. Salah satu faktor lancar dan tidaknya permainan sepak bola juga ditentukan oleh tehnik ini. Karena jika kita

tidak menguasai teknik ini, bola akan mudah lepas dari penguasaan kita dan itu berarti akan mempermudah lawan untuk merebut bola dari penguasaan kita. Kontrol bisa dilakukan dengan kaki, dada dan paha. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk melatih teknik ini adalah dengan cara membatasi pengontrol bola dengan lingkaran. Diameter lingkaran kira-kira 1 meter. Batas lingkaran bisa menggunakan bendera kecil atau benda lainnya. Kemudian, buat pemain berpasang-pasangan untuk melatih kontrol bola. Sebagai contoh pasangan pemain A dan B, serta pemain C dan D. Pemain A dan C bertugas melemparkan bola kepada pemain yang berada dalam lingkaran (B dan D). Pemain yang berada dalam lingkaran harus mengontrol bola dengan sebaik-baiknya dan bola tidak boleh keluar dari lingkaran. Usahakan kontrol dilakukan secara variatif dan harus sempurna. Pengontrol bisa menggunakan dada, paha atau kaki untuk mengontrol bola. Bagi pemain yang bertugas melempar bola juga harus variatif dalam melempar bola kearah yang berbeda-beda. Jika bola keluar dari lingkaran, maka harus berganti peran dengan pelempar. Latihan ini tampaknya sederhana, tapi akan sangat bermanfaat. Jika sudah semakin bagus, lemparan bola bisa dipercepat. Karena, dalam permainan sebenarnya, datangnya bola terkadang lambat, sering pula sangat cepat. Pengukuran kemampuan dalam mengkontrol bola di hitung berdasarkan kemampuan mengtrol bola dari garis start ke finish sepanjang 36 meter. Adapun norma dari *controlling* adalah 1) kurang : 16,5 meter, 2) cukup : 35 meter 3) baik : 50 meter.

4. *Shooting*

Shooting adalah tendangan kearah gawang. Teknik ini kelihatannya gampang, tapi sebenarnya dibutuhkan konsentrasi dan waktu yang tepat agar shooting yang kita lakukan mengarah ke gawang atau menjadi sebuah gol. Latihan ini bisa dilakukan dengan mengharuskan penendang berlari mengejar bola sebelum melakukan shooting. Sebagai contoh : pemain A dan B berhadap-hadapan, pemain A mengumpan bola kepada pemain B, setelah mengumpan pemain A berlari 90 derajat kearah belakang pemain B, setelah pemain A berlari. pemain B segera berputar 90 derajat dan memberi umpan pada pemain A untuk kemudian di shooting oleh pemain A. Umpan yang diberikan pemain B harus pada waktu yang tepat agar pemain A dapat melakukan shooting dengan sempurna. Jika sudah semakin bagus, peran pemain A bisa digantikan pemain B. Dengan cara ini berarti kita sudah melakukan 2 latihan teknik sekaligus, yaitu teknik passing (oleh pemain B) dan teknik shooting (oleh pemain A). Pengukuran kemampuan *shooting* dihitung berdasarkan waktu yang di peroleh dalam melakukan *shooting* dengan jumlah bola yang telah ditentukan. Sedangkan norma untuk shooting adalah : 1) kurang : 4, 2) cukup : 6, 3) baik : 8

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

a. Teknik Pengumpulan Data

Teknik untuk memperoleh data di lapangan melalui tes terhadap sample studi kasus kesalahan teknik dasar sepak bola adalah tes langsung, dengan kata lain data diperoleh melalui tes.

b. Instrumen Pengumpulan Data

1. Tes untuk mengukur kemampuan *shooting*

Tes yang dapat digunakan untuk mengukur kemampuan menendang bola yaitu tes tendangan pinalty

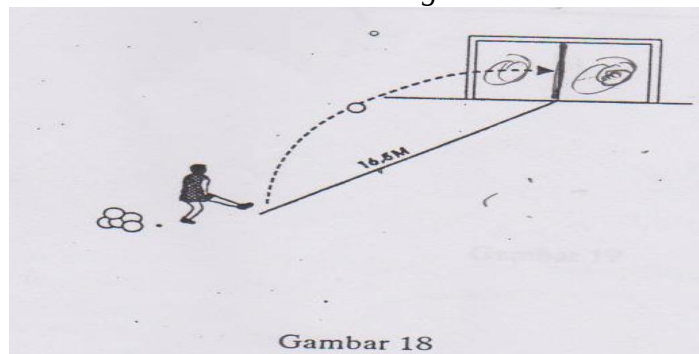
Tujuan : Tes ini untuk mengukur kemampuan *shooting* dalam olahraga sepak bola.

Prosedur Tes : 1) Alat dan fasilitas, 2) Alat-alat tulis, 3) Bola sepak (berjarak 18 m dari gawang), dan 4) Tali rafia. 5) Sasaran : Gawang dan

2. Pelaksanaan tes.

Bola di letakkan 10 meter di garis hukuman, di tengah-tengah depan gawang pemain mengambil bola dan mengiringnya ke depan garis batas hukuman tengah-tengah depan gawang selanjutnya boleh di tendang dengan kura-kura kaki penuh ke arah sasaran separuh hulu gawang. Kaki kiri 5 kali dan kaki kanan 5 kali. Gawang di bagi menjadi 2 sama luasnya di beri batas tali.

Gambar 8
tes shooting



Tabel 3.1
Nilai skor

Papan skor	
Skor	Nilai
>8	B
6-7	C
<5	k

2. Tes untuk mengukur kemampuan menggiring bola/dribbling.

Tes yang dapat dilakukan untuk mengukur kemampuan menggiring bola/dribbling yaitu : Tes *dribbling* zig-zag

Tujuan : Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan menggiring bola/dribbling.

- a. Alat dan fasilitas : 1. *Cone* (ditaruh sebanyak 8 coon pada jarak 1 m antara (cone), 2.Bola sepak, 3. *Stopwatch*, 4. Lapangan sepakbola
- b. Sasaran
- c. *Cone* yang akan dilewati

d. Pelaksanaan tes

Mrngiring bola berliku-liku melalui 10 tiang pancang dengan jarak antara masing-masing 2 meter. Garis star sama dengan garis pinisnya pada jarak 2 merter pada pancangnya dari tiang pertama.

Gambar 10
tes menggiring bola/zig-zag



Tabel 3.4
Nilai skor

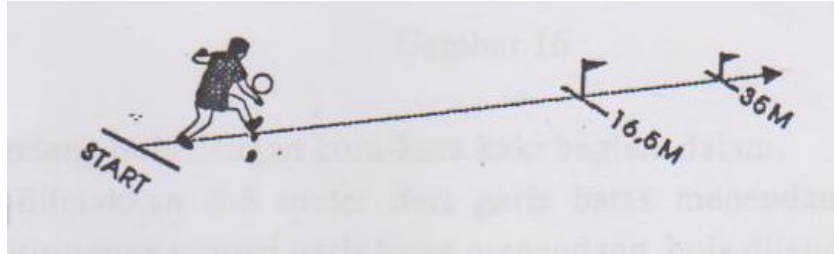
Skor	
Detik	Sekor
<19	A
21-24	B
>25	K

3. Tes menyepak dan kontrol bola (*Passing and kontrol*)

Tujuan : Tes ini bertujuan untuk menguku keterampilan menyepak dan menghentikan bola.

Pelaksanaan tes : Atlit (*testee*) berdiri dibelakang garis batas, bola diletakkan di depan kakinya, dalam keadaan siap menyepak bola. Dengan ketentuan jarak untuk *passing* 16 meter dan *controlling* sepanjang 36 meter.

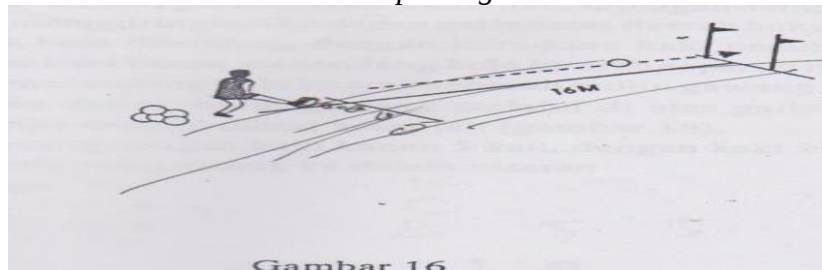
Gambar 11
tes passing/control



Tabel 3.4
Nilai skor

Skor	
Jumlah	Sekor
>36	B
16.7-35	C
< 16,7	K

Gambar 12
Tes passing



Tabel 3.4
Nilai skor

Skor	
Jumlah	Sekor
>8	B
6-7	C
<5	K

e. Teknik Analisis Data

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian studi kasus, maka data yang diperoleh akan disajikan dengan apa adanya yang

berkenaan dengan factor keadaan variabel dan fenomena yang terjadi saat penilaian berlangsung di lapangan.

Peneliti menggunakan teknik analisis dalam mengolah data dengan menggunakan rumus mean (rata-rata) dan standar devisi(SD).

Selanjutnya untuk panduan perhitungan mean (rata-rata) dan standar devisi (SD) jawaban dari penilaian ini menggunakan rumus.

1. Mean

$$\bar{x} = \frac{\sum fx}{N}$$

Keterangan :

$\bar{x}$ = Rata-rata

N = Jumlah sampel

FX = Nilai/Skore