

ANALISIS TES PENGEMBANGAN DAN KECAKAPAN BERMAIN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB  
MAHESA DHARMA KU 14-15 KEDIRI

ANALISIS TES PENGEMBANGAN DAN KECAKAPAN BERMAIN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB  
MAHESA DHARMA KU 14-15 KEDIRI

**YAYANG VIRGONANDA AMPUTRA**

Mahasiswa S-1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya  
e-mail : [yayangvirgond7@gmail.com](mailto:yayangvirgond7@gmail.com)

**Dr. AMROZI KHAMIDI, M.Pd**

Dosen S-1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya  
e-mail : [amrozik110@gmail.com](mailto:amrozik110@gmail.com)

**ABSTRAK**

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang paling populer di dunia yang memiliki beberapa teknik dasar, salah satunya adalah Menggiring (*Dribbling*), Mengumpan (*Passing*), Menendang (*Shooting*). Dalam permainan sepak bola, teknik dasar ini paling dominan dilakukan oleh seorang pemain di atas lapangan hijau. Karena tujuan akhir menguasai keterampilan teknik dasar pada sepak bola adalah bisa bermain sepak bola dengan baik dan dapat mencetak gol ke gawang lawan sehingga tim dapat memenangkan sebuah pertandingan.

Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis kecakapan bermain sepak bola, terutama teknik dasar sepak bola (*dribbling, passing, shooting*) oleh siswa SSB Mahesa Dharma KU 14-15 Kediri dengan jumlah siswa sebanyak 30 siswa. Penelitian ini menggunakan teknik penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran.

Rata-rata dari hasil yang dapat dilihat bahwa siswa SSB Mahesa Dharma KU 14-15 adalah 0 siswa (0%) yang memperoleh kategori nilai Sangat Baik, 8 siswa (26,7%) yang memperoleh kategori nilai Baik, 13 siswa (43,3%) yang memperoleh kategori nilai Cukup, 5 siswa (16,7%) yang memperoleh kategori nilai Kurang, 4 siswa (13,3%) yang memperoleh kategori nilai Kurang Sekali. Dengan rata-rata waktu 24,03 detik pada interval 22,38 - 24,82 detik.

Dengan demikian kesimpulan yang dapat diambil adalah rata-rata kemampuan teknik dasar sepak bola siswa SSB Mahesa Dharma KU 14-15 masuk dalam kategori "Cukup".

**Kata Kunci : Analisis, Kecakapan, Sepak Bola, SSB Mahesa Dharma**



**ABSTRACT**

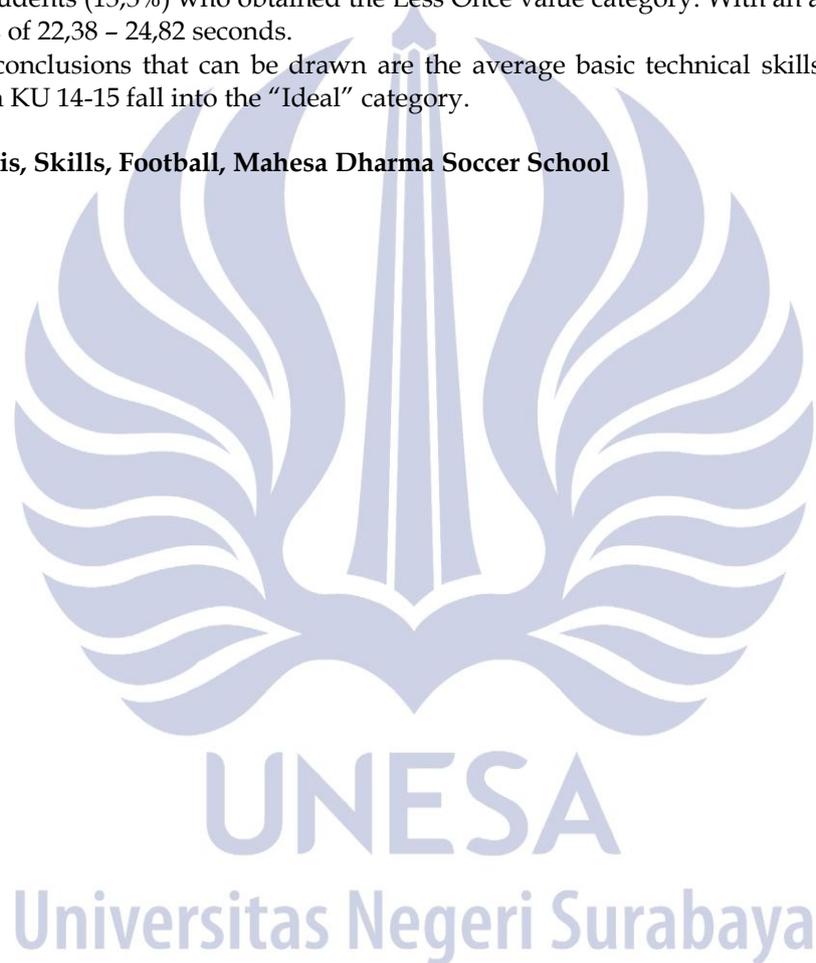
Football is one of the most popular team sport in the world that has several basic techniques, one of which is Dribbling, Passing, Shooting. In the game of soccer, this basic technique is most dominantly carried out by a player on a green field. Because the ultimate goal of mastering basic football techniques is to be able to play soccer well and be able to score goals againts opponents so that the team can win a match.

The purpose of this research is to analyze football playing skills, especially the basic techniques of football (dribbling, passing, shooting) by students of Mahesa Dharma KU 14-15 Kediri with a total of 30 students. This study uses descriptive quantitative research techniques with survey methods and data collection techniques using tests and measurements.

The average results that can be seen that Mahesa Dharma KU 14-15 soccer school students are 0 students (0%) who get the Very Good value category, 8 students (26,7%) who get the Good value category, 13 students (43,3%) who obtained the Enough value category, 5 students (16,7%) who obtained the Less value category, 4 students (13,3%) who obtained the Less Once value category. With an average time of 24,03 seconds at intervals of 22,38 - 24,82 seconds.

Those the conclusions that can be drawn are the average basic technical skills of football Mahesa Dharma students in KU 14-15 fall into the "Ideal" category.

**Keywords : Analysis, Skills, Football, Mahesa Dharma Soccer School**



## PENDAHULUAN

Sepak bola adalah salah satu olahraga yang paling digemari di Indonesia baik oleh kaum tua maupun muda karena di samping mudah dilakukan dan juga murah, dalam cabang olahraga sepak bola kita dapat melihat dan menemukan ciri-ciri kehidupan masyarakat dalam bentuk kecil dengan tata laku hidup sehari-hari yang kita temui. Sepak bola merupakan suatu bentuk permainan yang dilakukan oleh dua kelompok tim yang tiap-tiap tim terdiri dari sebelas orang pemain dan menggunakan bola sepak. Permainan ini didasarkan atas teknik, pengolahan data dan pergantian pemain di dalam pertandingan. Prinsip dalam permainan sepak bola sederhana sekali, yaitu membuat atau menciptakan gol dan mencegah jangan sampai lawan mencetak gol ke gawang kita sendiri. Tim yang berhasil mencetak gol terbanyak ke gawang lawan maka tim tersebut yang memenangkan pertandingan. Untuk dapat gol, kita harus mengubah keadaan dari penjaga bola menjadi penguasa bola Jef Sneyers (1983: 83).

Penilaian teknik dasar sepak bola pada siswa SSB, haruslah dengan baku bukan hanya sekedar subjektif di lapangan. Jadi dapat diketahui bukan hanya dari ucapan pelatih saat di lapangan atau subjektifitas saja. Sebagai pertimbangan agar proses evaluasi berjalan dengan baik perlu dibuat atau adanya suatu alat yang efektif. Sehingga dengan adanya alat tersebut bukti akurat dari keberhasilan tes dapat dipertanggung jawabkan. Dengan demikian, tujuan akhir dari program latihan yang diberikan pelatih bermanfaat dan mengena tepat sasaran.

Sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma di Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri merupakan salah satu sekolah sepak bola (SSB) yang ada di Kabupaten Kediri. Banyak jajaran pelatih di dalamnya salah satunya yang melatih KU 14-15 adalah bapak Yayan dan bapak Supriyono selaku ketua jajaran pengurus sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma. Sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma merupakan salah satu sekolah sepak bola (SSB) yang ada di Kabupaten Kediri dan telah melalang buana mengikuti turnamen atau kompetisi sepak bola usia dini baik dalam kompetisi lokal maupun nasional. Sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma berlatih di lapangan sepak bola Desa Katang, Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri. Dasar-dasar yang penting dan harus dimiliki oleh setiap pemain sepak bola khususnya yaitu keterampilan dasar bermain sepak bola yang baik, sehingga kecakapan bermain sepak bola wajib hukumnya untuk dikuasai oleh setiap pemain sepak bola. Pelatih di sekolah sepak bola

(SSB) Mahesa Dharma dalam memberikan analisisnya masih dilakukan dengan cara pengamatan di lapangan terutama untuk keterampilan dasar dan kecakapan bermain sepak bola anak didiknya. Dari situlah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap kecakapan dan keterampilan bermain sepak bola di sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma di Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri untuk pemain KU 14-15 tahun.

Pada umumnya yang sering digunakan teknik dasar sepak bola dapat dikelompokkan menjadi lima, yaitu menggiring bola (*dribbling*), mengumpan bola (*passing*), menendang bola (*shooting*), menghentikan bola (*control/receiveing*), menyundul bola (*heading*). Menurut Remy Muchtar (1992: 54), permainan sepak bola mencakup dua kemampuan dasar gerak dan teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh seorang pemain sepak bola, yaitu teknik badan dan teknik bola. Yang dimaksud dengan teknik badan disini adalah cara seorang pemain menguasai gerak tubuhnya dalam sebuah permainan, yaitu bagaimana cara berlari, cara melompat dan gerak tipu badan. Sedangkan teknik dengan bola adalah cara penguasaan bola dengan menggunakan berbagai bagian tubuh, seperti teknik menendang, menerima, menggiring bola, gerak tipu dengan bola, menyundul bola, merebut bola, lemparan ke dalam dan teknik penjaga gawang.

Sekolah sepak bola (SSB) merupakan sebuah wadah olahraga khususnya cabang olahraga sepak bola. Bagi anak-anak, usia pemula atau usia dini yang memiliki format aturan seperti sekolah umum pada umumnya yang dapat dibedakan ada dari hal-hal yang mendasar dari segi peraturan sepak bola untuk dapat mengembangkan potensi diri dari siswa yang memiliki kemampuan baik dan sikap *respect* terhadap kawan maupun lawan di dalam cabang olahraga sepak bola. Sekolah sepak bola (SSB) pada era sekarang sudah banyak sekali di temui, mulai dari pedesaan maupun perkotaan. Baik sekolah sepak bola (SSB) yang terdaftar resmi pada asosiasi kabupaten/kota atau yang tidak terdaftar resmi.

Pada dasarnya sekolah sepak bola (SSB) memiliki tujuan untuk dapat menampung serta mengembangkan bakat-bakat alamiah bermain sepak bola serta memberikan berbagai pembelajaran mengenai dasar-dasar sepak bola yang baik dan benar. Tujuan utama sekolah sepak bola (SSB) adalah memberikan pemahaman tentang ilmu dasar dalam sepak bola serta memberi kesempatan siswanya untuk mengembangkan dan menonjolkan bakatnya, juga memberikan pelajaran tentang arti bermain sepak bola dengan baik dan



### C. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kali ini, teknik pengumpulan datanya adalah dengan siswa sebagai sampel melakukan tes pengembangan dan tes kecakapan bermain sepak bola "David Lee" pada siswa SSB Mahesa Dharma KU 14-15 tahun yang berjumlah 30 siswa. Tes ini telah dinyatakan cukup (valid), handal dan objektif.

### D. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan sebuah penelitian deskriptif yang memiliki tujuan memberikan gambaran terkait situasi atau realita yang ada tentang tingkat kecakapan dan keterampilan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 tahun di Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri.

Berikut ini adalah urutan untuk menganalisis data tersebut :

1. Siswa melaksanakan tes pengembangan dan tes kecakapan "David Lee" (Subagyo Irianto, 2010: 10).
2. Menggunakan tabel tes untuk dimasukkan hasilnya dengan data 2 sesi tes. Kemudian hasil tes tersebut diambil waktu terbaik, setelah itu, hasil terbaik dimasukkan ke dalam norma skala penilaian tes pengembangan dan tes kecakapan bermain sepak bola "David Lee".
3. Setelah skala penilaian diperoleh, kemudian dikategorikan dari segi norma tes dan dibuatkan diagram batang.
4. Menghitung Nilai Rata-Rata (*Mean*) dan Presentase.
  - a. *Mean* menghitung nilai rata-rata dengan menggunakan rumus yang telah dikemukakan oleh Sudjana (2005: 94) adalah sebagai berikut :
 
$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :  
 X = Nilai rata-rata yang dihitung  
 $\sum X$  = Jumlah skor X  
 N = Jumlah sampel penelitian
  - b. Menghitung presentase menggunakan rumus Hadi (1992: 67) adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

F = Frekuensi (jumlah siswa)

N = Jumlah sampel penelitian

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis yang di dapatkan tingkat keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 tahun Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri dengan nilai tercepat = 20,48 detik, nilai terendah = 30,29 detik dan rata-rata = 24,03 detik. Setelah data dikumpulkan, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada diagram batang dibawah ini.

Dalam diagram tersebut maka dapat diketahui bahwa hasil tes keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 tahun Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri dari 30 siswa yang telah melakukan tes terdapat 0 anak didik yang memperoleh kategori nilai sangat baik, 8 anak didik yang memperoleh kategori nilai baik, 13 anak didik yang memperoleh kategori nilai cukup, 5 anak didik yang memperoleh kategori nilai kurang dan 4 anak didik yang memperoleh kategori nilai kurang sekali.

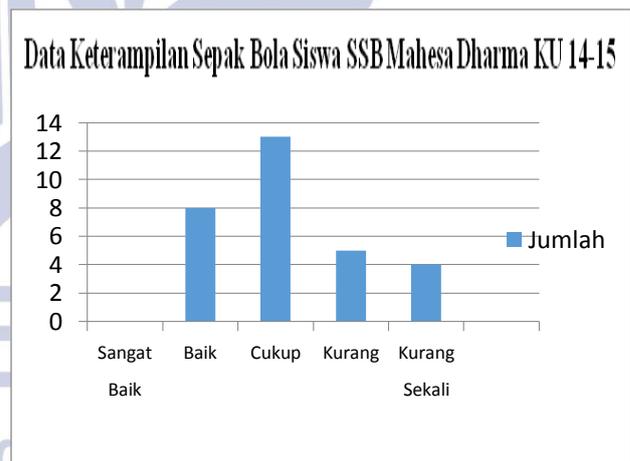


Diagram Pelaksanaan Tes

Untuk norma dalam skala penilaian interval tes dapat dilihat pada tabel di bawah ini. Berikut tabel norma penilaian interval tes:

KRITERIA	INTERVAL
Sangat Baik	< 19,46
Baik	22,37 – 19,46
Cukup	22,38 – 24,82
Kurang	24,83 – 27,24
Kurang Sekali	> 27,24

Norma Skala Penilaian Tes Pengembangan dan Tes Kecakapan "David Lee" (Subagyo Irianto, 2010: 10)

ANALISIS TES PENGEMBANGAN DAN KECAKAPAN BERMAIN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB  
MAHESA DHARMA KU 14-15 KEDIRI

Jika dilihat dari nilai rata-rata yang diperoleh yaitu 24,03 detik. Dan dilihat dari skala penilaian tes diatas hasil yang diperoleh berada pada interval 22,38 - 24,82 detik. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 Tahun adalah Cukup.

Untuk mengetahui presentase dari hasil tes tersebut, maka menghitung presentase dengan rumus yang dikemukakan Hadi (1992: 67) adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentas

F = Frekuensi (jumlah siswa)

N = Jumlah sampel penelitian

Berdasarkan tabel diatas yang telah dimasukkan datanya, dapat diketahui bahwa hasil tes keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 tahun dari 30 siswa adalah sebagai berikut :

1. 0 anak didik : 0% mendapat kategori nilai Sangat Baik.
2. 8 anak didik : 26,7% mendapat kategori nilai Baik.
3. 13 anak didik : 43,3% mendapat kategori nilai Cukup.
4. 5 anak didik : 16,7% mendapat kategori nilai Kurang.
5. 4 anak didik : 13,3% mendapat kategori nilai Kurang Sekali.

Jika di rata-rata secara keseluruhan dari hasil diatas dituliskan bahwa tingkat keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 Tahun Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri diperoleh hasil yaitu 24,03 detik dan berada pada interval 22,38 - 24,82 detik yang menjelaskan bahwa tingkat keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 Tahun Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri termasuk dalam kategori Cukup.

#### PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data dari hasil tes keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 Tahun Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri diketahui, kemudian dicari

presentase dan dicari nilai rata-ratanya. Untuk menghitung presentasenya dengan menggunakan rumus yang telah dikemukakan oleh Hadi (1992: 67) adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

F = Frekuensi (jumlah siswa)

N = Jumlah sampel penelitian

1. Kategori Sangat Baik :  $\frac{0}{30} \times 100\% = 0\%$ .
2. Kategori Baik :  $\frac{8}{30} \times 100\% = 26,7\%$ .
3. Kategori Cukup :  $\frac{13}{30} \times 100\% = 43,3\%$ .
4. Kategori Kurang :  $\frac{5}{30} \times 100\% = 16,7\%$ .
5. Kategori Kurang Sekali :  $\frac{4}{30} \times 100\% = 13,3\%$ .

Dan mencari nilai rata-rata yang diperoleh dengan menggunakan rumus yang telah dikemukakan oleh Sudjana (2005: 94) adalah sebagai berikut :

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

X = Nilai rata-rata yang dihitung

$\sum X$  = Jumlah skor X

N = Jumlah sampel penelitian

Berikut hasil tes siswa SSB Mahesa Dharma KU 14-15 Kediri :

No.	Subjek	Tes I	Tes II	Terbaik
1.	Rayhan Albar Y.I	31,61	<b>27,48</b>	<b>27,48</b>
2.	M. Hasan Fikri Y.	28,90	<b>21,86</b>	<b>21,86</b>
3.	Kafin Rizqi Putra	27,90	<b>24,64</b>	<b>24,64</b>
4.	Bayu Sugiantoro	28,91	<b>22,57</b>	<b>22,57</b>
5.	M. Amar Safaat	30,00	<b>26,08</b>	<b>26,08</b>
6.	Cester Reza R.	31,77	<b>27,98</b>	<b>27,98</b>
7.	M. Asep Prasetiyo	29,65	<b>25,44</b>	<b>25,44</b>
8.	Mochamad Dani F.	32,98	<b>29,02</b>	<b>29,02</b>
9.	Rio Febrian	26,17	<b>20,84</b>	<b>20,84</b>

ANALISIS TES PENGEMBANGAN DAN KECAKAPAN BERMAIN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB  
MAHESA DHARMA KU 14-15 KEDIRI

No.	Subjek	Tes I	Tes II	Terbaik
10.	Andreas Danu K.	23,45	<b>21,73</b>	<b>21,73</b>
11.	Bismaka Agata S.	<b>24,06</b>	26,65	<b>24,06</b>
12.	Zhenydane W.C.V	23,42	<b>22,02</b>	<b>22,02</b>
13.	M. Risky Mubaroq	28,32	<b>23,11</b>	<b>23,11</b>
14.	Ravie Nabil Fafaza	28,91	<b>22,71</b>	<b>22,71</b>
15.	Elang Cakra Buana	30,05	<b>25,33</b>	<b>25,33</b>
16.	Muhammad Farrel	24,65	<b>21,92</b>	<b>21,92</b>
17.	M. Naufal D.S	29,56	<b>23,74</b>	<b>23,74</b>
18.	Abu Nidzar Zaki F.	23,71	<b>20,81</b>	<b>20,81</b>
19.	Nicky Ade Yoga B.	26,13	<b>24,32</b>	<b>24,32</b>
20.	Dhiotama Imanuel	<b>30,29</b>	35,73	<b>30,29</b>
21.	Teddy Syahputra	25,81	<b>23,38</b>	<b>23,38</b>
22.	Rama Rasya	<b>25,77</b>	26,15	<b>25,77</b>
23.	Erlang Dwi H.	26,70	<b>20,79</b>	20,79
24.	Ferdinand	26,26	<b>24,60</b>	<b>24,60</b>
25.	M. Aulya Al Farishi	26,19	<b>20,48</b>	<b>20,48</b>
26.	Febri Antos	24,69	<b>23,02</b>	<b>23,02</b>
27.	Rizqi Dwi F.	29,93	<b>23,63</b>	<b>23,63</b>
28.	Shetta Gerradyo P.	26,87	<b>23,53</b>	<b>23,53</b>
29.	Ferdindho Dwi S.	27,38	<b>25,39</b>	<b>25,39</b>
30.	Muh. Abdul Aziz	<b>23,92</b>	24,37	<b>23,92</b>
<b>Jumlah Nilai</b>				<b>720,91</b>

**Tabel 4.5**  
**Hasil Keseluruhan Tes**

$$\begin{aligned}
 X &= \frac{\sum X}{N} \\
 &= \frac{720,91}{30} \\
 &= \mathbf{24,03 \text{ detik.}}
 \end{aligned}$$

Nilai 24,03 detik berada pada interval 22,38 - 24,82 detik. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 tahun adalah Cukup. Untuk data lengkap hasil tes disajikan pada Lampiran 4.

Dari Hasil penelitian dan pengolahan data tes keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Mahesa Dharma diperoleh hasil Cukup seperti yang telah diuraikan diatas. Hasil ini merupakan salah satu bukti bahwa siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Mahesa Dharma memiliki kemampuan dasar yang lumayan baik. Dalam rangka pencapaian prestasi sepak bola sangat dipengaruhi oleh keterampilan teknik dasar yang dimiliki, baru kemudian fisik pemain.

Berdasarkan hasil pelaksanaan tes pengukuran keterampilan dasar bermain sepak bola dengan menggunakan tes keterampilan dan tes kecakapan "David Lee" telah diperoleh data pada siswa KU 14-15 tahun. Setiap masing-masing pemain dengan berkonsentrasi tinggi, memiliki motivasi, semangat bermain dan juga kebugaran tubuh yang prima dapat menyelesaikan pelaksanaan tes pengembangan dan kecakapan bermain sepak bola "David Lee" secara baik dan benar. Pemain yang memiliki kebugaran baik biasanya dapat dipengaruhi dengan waktu istirahat tidur yang tepat. Waktu tidur yang benar adalah kurang lebih 8 jam sehari. Dalam uji coba maupun pertandingan resmi seperti turnamen atau kompetisi. Para siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma sering kali memenangkan pertandingan tersebut dan memperoleh juara, baik juara 1, juara 2 atau juara 3. Baru-baru ini dalam Festival Sepak Bola U-15 AG Selection pemain-pemain SSB Mahesa Dharma KU 14-15 menjadi *runner up* dalam pertandingan yang di helat pada hari minggu tanggal 31 Maret 2019 yang bertempat di Lapangan Bloran, Desa Canggung Pare. Pertandingan sebagai tolak ukur pemain ini mendapatkan hasil yang lumayan memuaskan sebagai *runner up* yang mana selangkah lagi menjadi juara. Tetapi untuk kategori usia mereka juara bukanlah yang utama tetapi kemampuan yang semakin hari semakin baik sebagai tolak ukur menjadi pemain bintang di usia emas mereka kelak. Seperti *motto* SSB Mahesa Dharma yaitu *Players First, Winning Second*.

Adapun hasil pertandingan dalam Festival Sepak Bola U-15 AG Selection adalah sebagai berikut :

1. SSB Mahesa Dharma 2 vs 0 SSB Putra Perkanti Mojokerto
2. SSB Mahesa Dharma 3 vs 0 SSB Pesawat Jombang
3. SSB Mahesa Dharma 1 vs 0 SSB Kancil Mas Blitar
4. SSB Mahesa Dharma 0 vs 1 SSB Putra Brawijaya Kepung

Peserta berisi 8 tim terbagi menjadi 2 grup, dan masing-masing juara grup langsung bertemu di Final. SSB Mahesa Dharma menjadi juara grup dan bertemu SSB Putra Brawijaya di partai Final, tetapi

dalam pertandingan final tersebut SSB Mahesa Dharma kalah dengan skor tipis 1-0 dan cukup menjadi *runner up*.

Pertandingan seperti ini bukanlah ajang untuk mencari juara bagi anak-anak seusia mereka. Pertandingan seperti ini hanya sebagai tolak ukur bagaimana kemampuan mereka selama mengikuti pembinaan di sekolah sepak bola (SSB). Terutama tolak ukur kemampuan teknik-teknik dalam bermain sepak bola. Pelatih bisa memberikan opsi evaluasi dan analisis terhadap program latihan yang diberikan dengan hasil yang di dapat dari pertandingan uji coba atau turnamen-turnamen semacam ini.

Pemain sepak bola diatas usia 19 tahun, pemain yang bisa dikatakan usia emas dan mereka bisa di dorong mengikuti kompetisi sepak bola professional baik dari skala nasional maupun internasional.

### KESIMPULAN

Jika dilihat dari hasil penelitian kemudian dimasukkan dalam pembahasan, dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 tahun Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri adalah sebagai berikut :

1. 0 anak didik : 0% mendapat kategori nilai Sangat Baik.
2. 8 anak didik : 26,7% mendapat kategori nilai Baik.
3. 13 anak didik : 43,3% mendapat kategori nilai Cukup.
4. 5 anak didik : 16,7% mendapat kategori nilai Kurang.
5. 4 anak didik : 13,3% mendapat kategori nilai Kurang Sekali.

Dari hasil tes, dilihat dari nilai rata-rata yang didapatkan yaitu 24,03 detik. Dan dilihat dari skala penilaian tes diatas hasil yang diperoleh berada pada interval 22,38 – 24,82 detik. Jadi bisa ditarik kesimpulan bahwa kecakapan dan keterampilan bermain sepak bola pada siswa sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 Tahun adalah Cukup.

### SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas, beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan antara lain :

1. Bagi siswa SSB Mahesa Dharma KU 14-15 Tahun agar terus giat berlatih untuk meningkatkan keterampilan dan kecakapan bermain sepak bola mereka.

2. Sebagai bahan pertimbangan bagi sekolah sepak bola (SSB) untuk melakukan evaluasi latihan dari program latihan yang telah diberikan dan analisis kemampuan anak-anak didik secara baku dengan menggunakan tes pengembangan dan kecakapan bermain sepak bola "David Lee" KU 14-15 tahun.
3. Para pelatih sekolah sepak bola (SSB) Mahesa Dharma KU 14-15 harus lebih meningkatkan pengembangan program latihan sepak bolanya lagi dan memberikan porsi latihan guna dapat meningkatkan kembali beberapa teknik dasar yang dirasa masih kurang dikuasai, antara lain *dribbling* disertai *speed*. Teknik *dribbling* ini masih menjadi kemampuan yang dominan dan harus dikuasai dalam bermain sepak bola dan menjadi salah satu kelemahan anak didiknya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan*, Cetakan Kelima. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Hadi, Sutrisno. 1992. *Methodology Research II*, Yogyakarta: Andi Offset 1991.
- Hakim, Lukman. 2007. *Hubungan Antara Kekuatan Otot Kaki dengan Kecepatan Mendribel Bola dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Kelas VII MTSN Tanjunganom Tahun Pelajaran 2006-2007*. Skripsi tidak diterbitkan. Kediri: PPs Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Irianto, Subagyo. 2010. *Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk Sekolah Sepak Bola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*, Buku Pedoman Pelaksanaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Irianto, Subagyo. 2010. *Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk Sekolah Sepak Bola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Tesis tidak diterbitkan. Yogyakarta: PPs Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kurdi. 2004. *Model Pembelajaran Motorik dengan Pendekatan Bermain Menggunakan Agility Ladder untuk Anak Sekolah Menengah*, (Online), (<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=438896&val=9304&title=MODEL%20PEMBELAJARAN%20MOTORIK%20DENGAN%20PENDEKATAN%20BERMAIN%20MENGUNAKAN%20AGILITY%20LADDER%20UNTUK%20ANAK%20SEKOLAH%20MENENGAH>), diunduh 1 Februari 2019).
- Ma'mun, Amung dan Yudha. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Mahardika, I Made Sriundy. 2015. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Muchtar, Remmy. 1992. *Olahraga Pilihan Sepak Bola*. Jakarta: Depdikbud.
- Saputra, Yudha .M. 2000. *Perkembangan Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Scheunemann, Timo. 2014. *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sneyers, Jef. 1988. *Sepak Bola Latihan dan Strategi Bermain*. Jakarta: PT. Rosda Jaya Putra.
- Sucipto dkk,. 2000. *Sepak Bola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran.
- Sucipto. 2000. *Sepak Bola Latihan dan Strategi*. Jakarta: Jaya Putra.
- Sugiyanto dan Sudjarwo. 1991. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika Edisi ke-6*. Bandung: Tarsito.
- Suja'I. 2008. *Inovasi Pembelajaran Bahasa*. "Jurnal Pembelajaran Bahasa". Hal 14-15 (online), (<http://digilib.uinsby.ac.id/15842/5/Bab%202.pdf> diunduh 3 April 2019).
- Sukamti, Rini .E. 2007. *Pengembangan Motorik, Diktat*, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Soendoro. 1988. *Teknik Dasar Sepak Bola*. Surabaya: Yayasan Penerbit FPOK IKIP Surabaya.
- Utomo, Eko Zanuarsyah. 2017. *Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola pada Siswa Sekolah Sepak Bola(SSB) Fita Perol KU 14-15 Tahun Kecamatan Gantung Kabupaten Belitung Timur*. Skripsi, (online), ([http://eprints.uny.ac.id/49299/1/EKO\\_ZANUARSYAH\\_U\\_12602241075.pdf](http://eprints.uny.ac.id/49299/1/EKO_ZANUARSYAH_U_12602241075.pdf) diunduh 28 Januari 2019).
- Zikrurrahmat. 2016. *Evaluasi Keterampilan Dasar Bermain Sepak Bola Usia 10-12 Tahun pada SSB Bintang Muda Banda Aceh 2014*. "Jurnal Evaluasi Keterampilan Dasar Sepak Bola". Vol.III (1): hal. 33-42 (online), (<https://anzdoc.com/download/evaluasi-keterampilan-dasar-bermain-sepakbola-usia-tahun-pad.html> diunduh 11 Desember 2018).