

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR SEPAKBOLA SEKOLAH SEPAKBOLA (SSB) PSDM USIA 10-12 TAHUN KECAMATAN PONGGOK KABUPATEN BLITAR TAHUN 2019

Boy Fajar Eko Cahyono

S1 Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
e-mail : boyfajar97@gmail.com

Dr. Imam Syafii, M.Kes

Dosen Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
e-mail : Imamsyafii@unesa.ac.id

ABSTRAK

Sepakbola adalah salah satu olahraga yang dimainkan dengan jumlah 11 pemain dengan tim yang saling berhadapan menggunakan sebuah lapangan berumput dengan menggunakan alat berupa bola sepak, dalam permainan sepakbola teknik dasar menjadi suatu hal yang sangat mendasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain, adapun teknik dasar tersebut meliputi *passing*, *dribble*, *control*, *heading*, *juggling*, *throw in* dan *shooting*. Pembinaan pada teknik dasar ini juga harus dilakukan sejak dini dan tentunya juga harus melewati latihan yang benar dan terancang.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa sekolah sepakbola (SSB) PSDM usia 10-12 tahun. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dan disajikan dalam bentuk deskriptif. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSB PSDM Ponggok Blitar usia 10-12 tahun 22 anak. Teknik analisis data yang digunakan adalah presentase dan frekuensi.

Adapun hasil masing masing tes keterampilan dasar sepakbola SSB PSDM yaitu: 1. *Dribble* Terdapat 1 siswa dengan kategori "baik sekali" dengan penilaian > 66, kemudian 21 siswa masuk kategori "baik" dengan penilaian 53-65. 2. *Short Pass* Terdapat 1 siswa dengan kategori "baik sekali" dengan penilaian > 124, kemudian 16 siswa dengan kategori "baik" dengan penilaian 104-123, kemudian 5 siswa masuk kategori "sedang" dengan penilaian 85-103. 3. *Throw In* Terdapat 3 siswa dengan kategori "baik" dengan penilaian 59-69, kemudian 13 siswa dengan kategori "sedang" dengan penilaian 47-58, kemudian 5 siswa dengan kategori "kurang" dengan penilaian 36-46 yang terakhir 1 orang dengan kategori "kurang sekali" dengan penilaian < 35. 4. *Running With the ball* Terdapat 15 siswa dengan kategori "baik sekali" dengan penilaian > 57, kemudian 7 siswa dengan kategori "baik" dengan penilaian 48-56. 5. *Heading* Terdapat 1 siswa dengan kategori "baik" dengan penilaian 67-81, kemudian 12 siswa dengan kategori "sedang" dengan penilaian 52-66, kemudian 9 siswa dengan kategori "kurang" dengan penilaian 37-51. 6. *Shooting At the ball* Terdapat 3 siswa dengan kategori "sedang" dengan penilaian 44-54, kemudian 10 siswa dengan kategori "kurang" dengan penilaian 32-43, kemudian 9 siswa dengan kategori "kurang sekali" dengan penilaian < 31.

Hasil dari penelitian ini adalah tingkat Seluruh Keterampilan Dasar Sepakbola menunjukkan bahwa dalam kategori "sedang" dengan persentase 77,27%, keterampilan dasar *dribbling* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori "baik" dengan persentase 95,46%, keterampilan dasar *short pass* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori "baik" dengan persentase 72,73%, keterampilan dasar *throw in* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori "sedang" dengan persentase 59,10%, keterampilan dasar *running with the ball* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori "baik sekali" dengan persentase 68,18%, keterampilan dasar *heading* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori "sedang" dengan persentase 54,55%, keterampilan dasar *shooting* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori "kurang" dengan persentase 45,46%. Jadi dari penjelasan diatas dapat dapat disimpulkan bahwa siswa SSB PSDM usia 10-12 tahun sebanyak 22 siswa masih mendominasi dikategori "sedang" dengan jumlah 17 siswa dengan persentase 77,27%.

Kata kunci : Keterampilan, pembinaan, prestasi, sepakbola, usia dini.

ABSTRACT

Football is a sport that is played by 11 players with teams facing each other using a grassy field using a tool in the form of a ball, in a basic technique soccer game becomes a very basic thing that must be possessed by every player, while the basic technique includes passing, dribble, control, heading, juggling, throw in and shooting. Coaching on this basic technique must also be done from an early age and of course also must pass the correct and designed training.

This study aims to determine the level of basic skills of PSDM football school students (SSB) aged 10-12 years. The method used is quantitative and presented in descriptive form. The subjects in this study were all students of SSB PSB Ponggok Blitar, aged 10-12 years, 22 children. Data analysis techniques used are the percentage and frequency.

The results of each of the basic skills tests for SSB PSDM football are: 1. Dribble There is 1 student in the "very good" category with an assessment of > 66, then 21 students are in the "good" category with an assessment of 53-65. 2. Short Pass There are 1 students in the "very good" category with an assessment > 124, then 16 students in the "good" category with grades 104-123, then 5 students enter the "medium" category with an assessment of 85-103. 3. Throw In There are 3 students in the category of "good" with an assessment of 59-69, then 13 students in the category of "moderate" with a rating of 47-58, then 5 students in the category of "less" with an assessment of 36-46 the last 1 person with the category of "very less" with an assessment < 35. 4. Running With the ball There are 15 students in the category of "very good" with an assessment of > 57, then 7 students with the category of "good" with an assessment of 48-56. 5. Heading There are 1 students in the category of "good" with a rating of 67-81, then 12 students in the category of "medium" with a rating of 52-66, then 9 students in the category of "less" with an assessment of 37-51. 6. Shooting At the ball There are 3 students in the category of "medium" with a rating of 44-54, then 10 students in the category of "less" with a rating of 32-43, then 9 students in the category of "very less" with an assessment < 31.

The results of this study are the level of All shows that in the category of "moderate" with a percentage of 77.27%, the basic skills of dribbling students (SSB) PSDM included in the category of "good" with a percentage of 95.46%, basic skills of short pass students (SSB) PSDM is included in the "good" category with a percentage of 72.73%, the basic skills of students' throw in (SSB) PSDM is included in the "medium" category with a percentage of 59.10%, the basic skills of running with the ball students (SSB) PSDM are included in the category of "very good" with a percentage of 68.18%, the basic skills of students heading (SSB) PSDM included in the category of "moderate" with a percentage of 54.55%, the basic shooting skills of students (SSB) PSDM included in the category of "less" with a percentage of 45, 46%. So from the above explanation it can be concluded that SSB PSDM students aged 10-12 years as many as 22 students dominated in the "medium" category with 17 students with a percentage of 77.27%.

Keywords : Skills, coaching, achievement, soccer, early age.

PENDAHULUAN

Sepakbola adalah sebuah olahraga yang paling digemari di dunia dan yang paling banyak diminati. Siapa yang tak mengenal olahraga yang satu ini. Permainan beregu yang menggunakan bola sepak dengan masing-masing tim berjumlah sebelas pemain dengan menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali tangan. Adapun tujuan dari permainan sepakbola ini adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dengan menggunakan cara-cara teknik dasar yang ada dalam sepakbola diantaranya menggiring, mengoper, menendang, *heading*, *throw in*, *controlling*. Suatu tim dikatakan baik dan bagus apabila mampu bekerja sama dengan tim secara kompak dari pemain belakang sampai pemain depan dan melakukan peraturan teknik dasar sepakbola yang benar, artinya dapat menguasai permainan disituasi apapun.

Pembinaan sepakbola sangat penting dimulai di usia dini proses pembinaan yang serius dan terprogram dengan didukung pelatih yang benar akan mampu membentuk pemain pesepakbola yang handal dan berkualitas. Di Indonesia sendiri sudah banyak juga pembinaan semacam sekolah sepakbola (SSB) di setiap daerah, keberadaan SSB ini sebenarnya juga sangat membantu pengurus cabang (Pencab) PSSI dalam mencari bibit-bibit unggul.

Adapun cara untuk menjadi pemain sepakbola yang bagus adalah selalu belajar dan memperbaiki teknik dasar sepakbola yang meliputi teknik dasar *Passing*, *Controlling*, *Heading*, *Throw in*, *juggling* dan *shooting*, ketika teknik-teknik dasar tersebut bisa dilakukan dengan baik dan benar maka bisa dikatakan seorang pemain sepakbola sudah sukses melalui proses untuk menjadi pemain yang handal dan berkualitas. Tentunya pelatih juga harus memperhatikan beban

latihan setiap kelompok umur, di SSB anak-anak dibina kualitas fisik, taktik, mental dan keterampilan teknik dasar bermain sepakbola secara benar, cermat, tepat dan sistematis sesuai dengan prinsip-prinsip latihan yang berlaku.

Teknik dasar dengan bola

1. a. Menendang Bola (*kicking*)

Teknik dasar menendang bola yaitu suatu cara setiap pemain untuk mencetak suatu gol atau bisa juga untuk memindahkan bola tempat ke tempat lain dengan tujuan tertentu menggunakan bagian kaki, menendang bola ke arah gawang adalah salah satu cara untuk menciptakan gol. Dalam menendang kekuatan merupakan faktor penting (semakin keras bola ditendang akan semakin sulit bola ditangkap) Bulqini,dkk.(2016:38).

b. Menerima Bola (*controlling*)

Mengontrol atau menerima bola merupakan teknik yang sangat penting dalam permainan sepakbola, setiap pemain diharap mampu mengontrol bola yang datang dalam keadaan apapun baik bola tersebut datang dari atas, bawah baik beraturan maupun tidak. Apabila pemain tidak dapat mengontrol bola dengan baik kemungkinan besar tidak akan sempurna sebuah tim dalam penyerangan. Bulqini,dkk.(2016:24).

c) Menyundul Bola (*heading*)

Melakukan heading dalam sepakbola merupakan senjata yang sangat ampuh saat melakukan serangan terutama saat-saat bola di udara untuk bisa mencetak gol. Mielke, (2007:53). Adapun tujuan dari menyundul bola pada dasarnya sama dengan tujuan menendang bola, yaitu: 1) untuk memasukkan bola ke gawang lawan, 2) untuk mengoper bola kepada teman, 3) untuk membuang bola atau menjauhkan bola dari daerah pertahanan sendiri .

d. Menggiring bola (*Dribbling*)

Dribbling bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Dengan kemampuan *dribbling* yang baik seorang pemain dapat menguasai bola dengan baik dan selalu dekat dengan badan, juga mudah untuk melewati lawan. Teknik membawa atau menggiring bola (*dribbling*) terdiri dari : 1) Menggiring bola dengan punggung kaki, 2) menggiring bola dengan kaki bagian dalam dari kura-kura kaki, dan 3) Menggiring bola dengan kaki bagian luar, Irawadi (2016:6).

e. Lemparan ke Dalam (*throw in*)

Menurut Gifford (2007: 46), “lemparan ke dalam adalah melempar bola dari luar lapangan yang kembali ke permainan setelah bola keluar melewati garis samping kiri kanan lapangan”. Itu berarti bahwa lemparan ke dalam dilakukan apabila bola mengenai badan lawan (kecuali tangan) dan bola melewati garis samping lapangan.

f. Merampas bola (*Tackling*)

Tackling merupakan salah satu teknik sepakbola yang bertujuan untuk merampas bola dari penguasaan lawan, tidak hanya pemain bertahan yang harus menguasai teknik ini akan tetapi semua pemain harus dapat melakukan teknik ini. Melakukan *tackling* memerlukan penentuan waktu yang sempurna dan juga ketegasan dalam mengambil keputusan, jangan sesekali mengalihkan pandangan dari bola, Gifford (2007:26).

g. Menimang bola (*Juggling*)

Menurut Mielke (2007:9) teknik dasar yang satu ini sangat jarang diberikan dan dilakukan , teknik *juggling* tidak akan diberikan terlalu dini dalam pengembangan keterampilan, kemampuan melakukan *juggling* secara baik dan konsisten menunjukkan penguasaan bola yang baik. Tidak akan ada

seorang pun yang bisa menjadi seorang penimang bola yang yang handal tanpa meluangkan waktu untuk melatih keterampilan ini.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah menggunakan penelitian Deskriptif. Penelitian Deskriptif adalah suatu penelitian yang berusaha menggambarkan obyek penelitian secara sistematis sesuai dengan fakta yang akurat dan apa adanya. Mahardika (2015:90). Dengan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran, menurut Sukardi (2008: 157), dengan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran pengumpulan data dengan metode survei merupakan kegiatan penelitian untuk pengumpulan data pada saat tertentu bertujuan mengetahui keadaan alami saat itu dan mengidentifikasi keadaan saat itu secara terukur, Sukardi (2008: 193).

Pada Penelitian kali ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar sepakbola pada siswa (SSB) PSDM Pongkok Blitar usia 10-12 tahun Kecamatan Pongkok Kabupaten Blitar tahun 2019. Tes yang digunakan dalam penelitian kali ini adalah tes keterampilan sepakbola usia 10-12 tahun yang disusun oleh (Fauzi,2009) dalam yang terdiri dari 6 butir tes yaitu: (1) *dribble*, (2) *short passed*, (3) *throw in*, (4) *running with the ball* (5) *heading the ball* (6) *shooting at the ball*.

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSB PSDM Pongkok Blitar usia 10-12 tahun Kecamatan Pongkok Kabupaten Blitar yang berjumlah 24 anak. Dan teknik sampling yang digunakan peneliti adalah teknik sampling populasi, menurut Mahardika (2015:204). Dimana yang diteliti adalah seluruh subjek penelitian yang ditetapkan peneliti.

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan seluruh data penelitian (Arikunto,2013:203). Instrumen yang bagus adalah instrumen yang bisa dipertanggung

jawabkan hasil pengukurannya, keasliannya dan telah memenuhi syarat validitas dan reliabilitas tes. Dalam penelitian ini tes yang digunakan oleh peneliti adalah tes keterampilan dasar sepakbola usia 10-12 tahun dari (Fauzi,2009) dalam (Nugraha:2015) yang terdiri dari 6 butir tes yaitu: (1) *dribble*, (2) *short passe*, (3) *throw in*, (4) *running with the ball* (5) *heading the ball* (6) *shooting at the ball*.

Tabel 3.1 Norma penilaian tes keterampilan sepakbola

| No | Klasifikasi | T-Skor |
|----|---------------|-----------|
| 1 | Baik sekali | 479 > X |
| 2 | Baik | 401 - 478 |
| 3 | Sedang | 323 - 400 |
| 4 | Kurang | 246 - 322 |
| 5 | Kurang sekali | X < 245 |

Sumber: (Fauzi,2009) Tes keterampilan sepakbola Usia 10-12 tahun.

Setelah data dimasukan dengan norma penilaian tes keterampilan bermain sepakbola yang disusun (Fauzi,2009), kemudian data hasil tes seluruh siswa dihitung besarnya presentase dari masing masing item tes keterampilan sepakbola, menurut Sudjono (2010:43). Rumus presentase adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = angka persentase

F = frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = jumlah siswa

Sumber. Pengantar Statistik Pendidikan (Sudjono, 2010:43).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Subjek pada penelitian ini berjumlah 22 siswa yang memiliki umur 10-12 tahun di tahun 2019. Variabel pada penelitian ini yaitu tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa sekolah sepakbola (SSB) PSDM usia 10-12 tahun Kecamatan pongkok Kabupaten Blitar di tahun 2019. Setelah data semuanya sudah terkumpul data yang diperoleh dari tes tersebut selanjutnya akan di bagi menjadi beberapa kategori menjadi lima kategori yaitukurang sekali, kurang, sedang, baik, dan baik

sekali, adapun cara untuk penilaian memasukan ke dalam kategori diatas dengan cara dihitung menggunakan norma dan T-skor keterampilan bermain sepakbola usia 10-12 tahun. Adapun data hasil tes yang sudah dilakukan sesuai norma dan prosedur item tes, yaitu:

1. Tingkat Keterampilan *Dribbling*

Dari data hasil keterampilan dasar *dribbling* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” 1 satu siswa dengan presentase 4,54%, kategori “baik” sebanyak 21 orang dengan presentase 95,46%, kategori “sedang” tidak ada dengan presentase 0%, kategori “kurang” tidak ada dengan presentase 0%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

2. Tingkat Keterampilan *Short pass*

Dari data hasil keterampilan dasar *short pass* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” 1 satu siswa dengan presentase 4,54%, kategori “baik” sebanyak 16 orang dengan presentase 72,73%, kategori “sedang” sebanyak 5 orang dengan presentase 23,73%, kategori “kurang” tidak ada dengan presentase 0%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

3. Tingkat Keterampilan *Throw in*

Dari data hasil keterampilan dasar *throw in* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa, dengan presentase 0%, kategori “baik” sebanyak 3 siswa dengan presentase 13,63%, kategori “sedang” sebanyak 13 siswa dengan presentase 59,10%, kategori “kurang” sebanyak 5 siswa dengan presentase 22,73%, kemudian ketegori “kurang sekali” sebanyak 1 siswa dengan presentase 4,54%.

4. Tingkat Keterampilan *Running with the ball*

Dari data hasil keterampilan dasar *running with the ball* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” 15 satu siswa dengan presentase 68,18%, kategori “baik” sebanyak 7 siswa dengan presentase 31,82%, kategori “sedang”

tidak ada dengan presentase 0%, kategori “kurang” tidak ada dengan presentase 0%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

5. Tingkat Keterampilan *Heading*

Dari data hasil keterampilan dasar *heading* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa, dengan presentase 4,54%, kategori “baik” sebanyak 1 siswa dengan presentase 4,54%, kategori “sedang” sebanyak 12 siswa dengan presentase 54,55%, kategori “kurang” sebanyak 9 siswa dengan presentase 40,91%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

6. Tingkat Keterampilan *Shooting*

Dari data hasil keterampilan dasar *shooting* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa dengan presentase 0%, kategori “baik” tidak ada dengan presentase 0%, kategori “sedang” sebanyak 3 siswa dengan presentase 13,63%, kategori “kurang” sebanyak 10 orang dengan presentase 45,46%, kemudian ketegori “kurang sekali” sebanyak 9 orang dengan presentase 40,91%.

7. Tingkat Seluruh Keterampilan Dasar Sepakbola (SSB) PSDM

Dari data hasil seluruh keterampilan dasar sepakbola (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa dengan presentase 0%, kategori “baik” sebanyak 2 siswa dengan presentase 9,10%, kategori “sedang” sebanyak 17 siswa dengan presentase 77,27%, kategori “kurang” sebanyak 3 siswa dengan presentase 13,63%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil data yang sudah diperoleh peneliti menggunakan tes keterampilan dasar sepakbola usia 10-12 tahun yang dibuat (fauzi,2009) menunjukkan bahwa keterampilan dasar sepakbola (SSB) PSDM usia 10-12 tahun yang berjumlah 22 siswa pada tahun 2019, diketahui masing masing setiap tes keterampilan dasar sepakbola siswa (SSB) PSDM sebagai berikut:

1. Tingkat Keterampilan *Dribbling*

Dari data hasil keterampilan dasar *dribbling* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” 1 satu siswa dengan presentase 4,54%, kategori “baik” sebanyak 21 orang dengan presentase 95,46%, kategori “sedang” tidak ada dengan presentase 0%, kategori “kurang” tidak ada dengan presentase 0%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

Menurut Irawadi (2016:6) *Dribbling* bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Karena dengan kemampuan ini seorang pemain dapat mendekati jarak sasaran, melewati lawan dengan bola.

2. Tingkat Keterampilan *Short pass*

Dari data hasil keterampilan dasar *short pass* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” 1 satu siswa dengan presentase 4,54%, kategori “baik” sebanyak 16 orang dengan presentase 72,73%, kategori “sedang” sebanyak 5 orang dengan presentase 23,73%, kategori “kurang” tidak ada dengan presentase 0%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

Passing sendiri memiliki pengertian mengoperkan bola kepada teman. Menurut Santoso (2013:43) *Passing* atau operan memiliki Pengertian mengoper bola kepada teman yang dioperkan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu atau satu tim bertujuan untuk memindahkn bola dari

pemain satu ke pemain lain bertujuan untuk menguasai jalanya suatu pertandingan

3. Tingkat Keterampilan *Throw in*

Dari data hasil keterampilan dasar *throw in* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa, dengan presentase 0%, kategori “baik” sebanyak 3 siswa dengan presentase 13,63%, kategori “sedang” sebanyak 13 siswa dengan presentase 59,10%, kategori “kurang” sebanyak 5 siswa dengan presentase 22,73%, kemudian ketegori “kurang sekali” sebanyak 1 siswa dengan presentase 4,54%.

Menurut Gifford (2007: 46), “lemparan ke dalam adalah melempar bola dari luar lapangan yang kembali ke permainan setelah bola keluar melewati garis samping kiri kanan lapangan”.

4. Tingkat Keterampilan *Running with the ball*

Dari data hasil keterampilan dasar *running with the ball* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” 15 satu siswa dengan presentase 68,18%, kategori “baik” sebanyak 7 siswa dengan presentase 31,82%, kategori “sedang” tidak ada dengan presentase 0%, kategori “kurang” tidak ada dengan presentase 0%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

Running with the ball yaitu salah satu teknik dasar yang pengertian dan tata cara melakukan sama dengan teknik dasar *dribble* akan tetapi pada *running with the ball* ini disertai dengan berlari atau bisa juga disebut dengan *dribble* panjang.

5. Tingkat Keterampilan *Heading*

Dari data hasil keterampilan dasar *heading* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa, dengan presentase 4,54%, kategori “baik” sebanyak 1 siswa dengan presentase 4,54%, kategori “sedang” sebanyak 12 siswa dengan presentase 54,55%, kategori “kurang” sebanyak 9 siswa dengan presentase 40,91%, kemudian ketegori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

Menurut Mielke (2007:53) *heading* dalam sepakbola merupakan senjata yang sangat ampuh saat melakukan serangan terutama saat bola di udara untuk bisa mencetak gol.

6. Tingkat Keterampilan *Shooting*

Dari data hasil keterampilan dasar *shooting* siswa (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa dengan presentase 0%, kategori “baik” tidak ada dengan presentase 0%, kategori “sedang” sebanyak 3 siswa dengan presentase 13,63%, kategori “kurang” sebanyak 10 orang dengan presentase 45,46%, kemudian kategori “kurang sekali” sebanyak 9 orang dengan presentase 40,91%.

Menurut Bulqini,dkk.(2016:38) Menendang bola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan tujuan tertentu menggunakan bagian kaki, menendang bola ke arah gawang adalah salah satu cara untuk menciptakan gol.

7. Tingkat Seluruh Keterampilan Dasar Sepakbola (SSB) PSDM

Dari data hasil seluruh keterampilan dasar sepakbola (SSB) PSDM masuk dalam kategori “baik sekali” tidak ada siswa dengan presentase 0%, kategori “baik” sebanyak 2 siswa dengan presentase 9,10%, kategori “sedang” sebanyak 17 siswa dengan presentase 77,27%, kategori “kurang” sebanyak 3 siswa dengan presentase 13,63%, kemudian kategori “kurang sekali” tidak ada dengan presentase 0%.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar

sepakbola (SSB) PSDM usia 10-12 tahun yang berjumlah 22 siswa pada tahun 2019, dapat diketahui masing masing setiap tes keterampilan dasar sepakbola siswa (SSB) PSDM sebagai berikut:

1. *Dribble*

Terdapat 1 siswa dengan kategori “baik sekali” dan 21 siswa masuk kategori “baik”.

2. *Short Pass*

Terdapat 1 siswa dengan kategori “baik sekali” kemudian 16 siswa dengan kategori “baik”, dan 5 siswa masuk kategori “sedang”.

3. *Throw In*

Terdapat 3 siswa dengan kategori “baik”, kemudian 13 siswa dengan kategori “sedang”, kemudian 5 siswa dengan kategori “kurang” dan 1 orang dengan kategori “kurang sekali”.

4. *Running With the ball*

Terdapat 15 siswa dengan kategori “baik sekali” dan 7 siswa dengan kategori “baik”.

5. *Heading*

Terdapat 1 siswa dengan kategori “baik”, kemudian 12 siswa dengan kategori “sedang”, kemudian 9 siswa dengan kategori “kurang”.

6. *Shooting At the ball*

Terdapat 3 siswa dengan kategori “sedang”, kemudian 10 siswa dengan kategori “kurang”, dan 9 siswa dengan kategori “kurang sekali”.

7. Tingkat Seluruh Teknik Dasar Sepakbola SSB PSDM

Hasil dari keterampilan dasar sepakbola sekolah sepakbola (SSB) PSDM Usia 10-12 tahun Kecamatan

Ponggok Kabupaten Blitar tahun 2019 masuk dalam kategori “baik” sebanyak 2 orang, kategori “sedang” sebanyak 17 orang, kategori “kurang” sebanyak 3 orang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti hanya sedikit memberikan saran-saran yang ditujukan kepada siswa dan pelatih, adapun saran-saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagi siswa

Diharapkan siswa lebih meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola terutama di teknik dasar *throw in*, *heading* dan *shooting* menggunakan kaki kiri, karena pada 3 teknik dasar ini banyak sekali siswa yang belum mampu melakukan dengan baik dan masih mendominasi di kategori “sedang” jika ketiga teknik dasar tersebut sering dilakukan bukan tidak mungkin nanti atlet yang pada saat ini masih masuk kategori “sedang” atau “kurang” bisa berubah ke kategori “baik” bahkan bisa “baik sekali” jika terus menerus dilakukan dan diharapkan juga setiap siswa mampu meningkatkan motivasi dalam dirinya guna untuk mencapai cita-cita menjadi atlet pesepakbola yang profesional.

2. Bagi pelatih

Lebih memberikan apa yang sedang dibutuhkan oleh siswa, seperti latihan *throw in*, *heading* dan *shooting* dengan kaki kiri, dikarenakan banyak sekali siswa yang masih belum menguasai teknik dasar tersebut jadi diharapkan ini menjadi tugas penting bagi pelatih untuk kelangsungan peningkatan teknik dasar pada atlet agar ketiga teknik dasar atlet tersebut bisa meningkat yang tadinya kurang bisa berubah menjadi baik. Untuk mewujudkan pemain pesepakbola yang baik dan berbakat yang dicetak dari dalam SSB atau daerah sendiri

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, K. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 78-88.
- Charlim, d. (2011). *Mengenal Lebih Jauh Tentang Sepakbola*. Jakarta: PT multi kreasi satu delapan.
- Desminta. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fauzi, D. (2009). *Petunjuk Pelaksanaan Tes Keterampilan Sepakbola Usia 10-12 Tahun*. Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Sekretariat Jenderal Departemen Pendidikan Nasional.
- Gifford, C. (2007). *Keterampilan Sepak Bola*. Klaten: PT Citra Aji Parama.
- Hartono. (2004). *Statistik untuk Penelitian*. Yogyakarta: Lembaga Studi Filsafat, Kemasyarakatan, Kependidikan dan Perempuan.
- Syafii, Imam dkk. (2016). *Sepakbola*. Surabaya: Unesa University Press.
- Irawadi. (2016). *Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Sepakbola Pada tim Smpn 1 Logas Tanah Darat Kecamatan Logas Tanah Darat*. *Jurnal pendidikan jasmani dan rekreasi*, 1-11
- Irianto, d. (1995). *Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Bagi Siswa Sekolah Sepakbola PUSPOR IKIP Yogyakarta*. Yogyakarta: FPOK Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
- Irianto, S. (1995). *Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Bagi Siswa Sekolah Sepakbola Uspor IKIP Yogyakarta*. Yogyakarta: FPOK Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

- Koger, R. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi.
- Mahardika, I. M. (2015). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: PT Intan Sejati.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nurchahyo. (2012, Desember 2). Pengaruh Latihan Kicking Motion terhadap Jauhnya Tendangan Bola dalam Permainan Sepakbola Siswa Ku 15 Tahun di SSB Selabora FIK UNY Pada Tahun 2010. *Pengaruh Latihan Kicking Motion terhadap Jauhnya Tendangan Bola dalam Permainan Sepakbola Siswa Ku 15 Tahun di SSB Selabora FIK UNY Pada Tahun 2010*, pp. 75-81.
- Rachman, A. (2013). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepakbola Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Sawunggaling Usia 10-12 tahun Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen*. 33.
- Rohim, A. (2008). *Bermain Sepakbola*. Semarang: CV Aneka Ilmu.
- Santoso. (2014, November 2). *Tingkat keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa PJKR B Angkatan 2013*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indoneisa*, pp. 40-48.
- . *Jurnal Pendidikan Jasmani Indoneisa*, pp. 40-48.
- Suci, E. W. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas VI*. Jakarta: PT masbuana media pustaka.
- Sudijono, A. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali.
- Sukardi. (2008). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sukatamsi. (1985). *Teknik dasar bermain sepakbola*. Surakarta: Tiga serangkai.