

**SURVEI KETERAMPILAN DASAR SEPAKBOLA PADA
ATLET U 10 – 12 TAHUN DI TALENTA FOOTBALL
ACADEMY TAHUN 2022**

SKRIPSI

diajukan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh
Adly Azahary
1811040119



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKA
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2022**

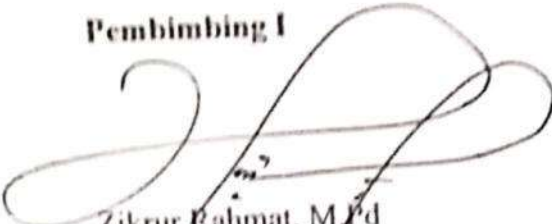
LEMBAR PERSETUJUAN

SURVEI KETERAMPILAN DASAR SEPAKBOLA PADA
ATLET U 10 – 12 TAHUN DI TALENTA FOOTBALL
ACADEMY TAHUN 2022

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim penguji skripsi program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

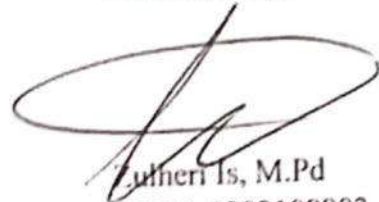
Banda Aceh, 11 Agustus 2022

Pembimbing I



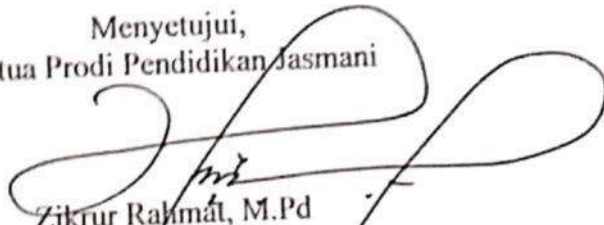
Zikrur Rahmat, M.Pd
NIDN. 0131078402

Pembimbing II



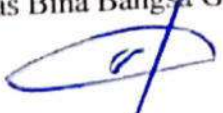
Zulheri Is, M.Pd
NIDN. 1302108903

Menyetujui,
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani



Zikrur Rahmat, M.Pd
NIDN. 0131078402

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Dr. Mardhatillah, S.Pd.I., M.Pd., CIQnR.
NIDN. 1312049101

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATAPENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	7
2.1 Survey.....	7
2.2 Hakikat Sepakbola.....	8
2.2.1 Pengertian Sepakbola	8
2.2.2 Teknik-teknik Dasar Sepakbola	10
2.2.3 Keterampilan Sepakbola.....	12
2.3 Pengertian Kondisi Fisik	20
2.3.1 Latihan Kondisi Fisik	23
2.3.2 Komponen-komponen kondisi fisik	25
2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kondisi Fisik.....	28
2.4 Penelitian yang Relevan	31
2.5 Kerangka Berpikir	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Pendekatan Penelitian.....	35
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
3.3 Variabel Penelitian	36
3.4 Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	37
3.5 Teknik Analisa Data	43
3.6 Jadwal dan tempat penelitian.....	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	50
4.2 Pembahasan.....	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	64
5.1 Kesimpulan	64
5.2 Saran-Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	66

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/ pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila (dalam Septianto, S. W.2016:02). Olahraga juga dapat dijadikan sebagai alat pemersatu, mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia yang berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh semua kalangan masyarakat.

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di luar lapangan (*outdoor*) dan di dalam ruangan tertutup (*indoor*). Sepakbola berkembang dengan pesat di kalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orang tua (Sucipto, dkk.2000).

Dalam sepakbola terdapat berbagai pemain yang di antaranya ada penyerang (*striker*) atau pemain depan, gelandang (*midfielder*) atau pemain tengah, pemain belakang (*defender*), dan penjaga gawang (*goal keeper*). Kemudian dari berbagai macam pemain penyerang terdiri atas penyerang kanan dan penyerang kiri, gelandang terdiri atas gelandang gelandang kanan, gelandang kiri dan gelandang tengah. Selain pemain penyerang dan pemain gelandang ada juga pemain belakang (*defender*) yang biasa disebut pemain *bek* (pertahanan) yang terdiri atas bek kanan, bek kiri dan bek tengah serta seorang penjaga gawang (*goal keeper*).

Dalam upaya untuk membina prestasi yang baik, maka pembinaan harus dimulai dari pembinaan usia muda dan pembinaan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepakbola. Atlet berbakat yang umurnya muda dapat ditemukan di sekolah - sekolah, bola, organisasi pemuda dan kampung-kampung. Dalam Septianto, S. W. (2016:06) dalam pembelajaran sepakbola, mengenal aspek-aspek yang perlu dikembangkan yaitu: (1) Pembinaan Teknik (keterampilan), (2) Pembinaan fisik (kesegaran jasmani), (3) Pembinaan taktik, (4) Kematangan juara. Bukan hanya sekedar fisik, teknik, taktik, dan mental tetapi keterampilan dasar bermain sepakbola juga diperhatikan dalam bermain sepakbola. Keterampilan dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal karena salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Untuk meningkatkan prestasi sepakbola banyak faktor yang harus diperhatikan seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadai. Karena dengan beberapa

faktor diatas sangat diperlukan untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepakbola seperti latihan *dribble*, *passing*, *control*, *shooting*, dan *heading*.

Aspek latihan tersebut bertujuan mengetahui dan meningkatkan kondisi pemain, karena tanpa keterampilan dasar bermain sepakbola yang baik maka seseorang pemain tidak akan berkembang. Biasanya seorang pelatih akan memberikan latihan pada para pemainnya dan setelah itu akan memberikan evaluasi mengenai hasil latihan yang diberikan berhasil atau tidak di dalam meningkatkan kondisi fisik serta keterampilan dasar para pemainnya. Untuk dapat bermain sepakbola, penguasaan teknik merupakan suatu keharusan dan penguasaan teknik yang tinggi diperlukan latihan yang sungguh – sungguh dan direncanakan dengan baik (Dalam Septianto, S. W. 2016:07).

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat merakyat di lingkungan masyarakat, untuk mendapatkan pemain yang berkualitas tentu saja tidak instan. Dari usia dini sudah dibekali keterampilan dasar sepakbola. Dimulai dari sepakbola kampung, Sekolah Sepak Bola (SSB), lembaga formal atau ekstrakurikuler hingga ke jenjang yang lebih tinggi. Sekolah merupakan lembaga dan organisasi yang tersusun rapi. Segala kegiatan direncanakan dan diatur sesuai dengan kurikulum. Untuk menghadapi kemajuan jaman, kurikulum selalu diadakan perubahan, diperbaiki dan disempurnakan agar apa yang diberikan di sekolah terhadap anak didiknya dapat digunakan untuk menghadapi tantangan hidup di masa sekarang maupun yang akan datang, sehingga sekolah sebagai tempat untuk belajar agar tujuan hidup atau cita-citanya tercapai.

Melihat dari tim sepak bola SSB Talenta Aceh yang saya teliti, SSB ini adalah salah satu SSB di kota Banda Aceh yang pernah dinobatkan sebagai Tim Terbaik U-12 pada 2008. Serta tim penyumbang trophy terbanyak untuk club hingga saat ini. Serta pernah mengikuti kejuaraan danon dan juga meraih prestasi Juara 1 Sabang Youth Cup 2019, Juara 1 Festival HUT Lambhuk 2020, Juara 1 Batara Youth Cup 2020, Juara 1 GMJ Jantho festival 2020 Mewabahnya virus Covid-19 awal maret 2020 membuat beberapa event turnamen yang akan ikuti di tunda termasuk Piala Danone 2020, bahkan aktifitas latihan rutin sempat terhenti hingga 7 bulan lebih. Sehingga gelar juara 1 GMJ Jantho awal Desember lalu menjadi gelar penutup prestasi manis mereka di usia 12 tahun. Mewabahnya virus Covid-19 awal maret 2022 membuat beberapa event turnamen yang akan ikuti di tunda termasuk Piala Danone 2022, bahkan aktifitas latihan rutin sempat terhenti hingga 7 bulan lebih. Sehingga gelar juara 1 GMJ Jantho awal Desember lalu menjadi gelar penutup prestasi manis mereka di usia 12 tahun. Alasan mengapa penulis mengangkat permasalahan penelitian ini dari pengamatan penulis, dari hasil observasi pada 21 oktober 2022 pembinaan cabang olahraga sepak bola Talenta Academy Football memiliki 60 siswa SSB bahkan orang tua mulai antusias mendukung anaknya di bidang olahraga khususnya sepak bola. Pada bulan maret 2022 sampai dengan agustus 2021 Talenta Academy Football tidak melakukan aktifitas Latihan dikarenakan terjadinya *COVID-19* pada masa pademi ini siswa SSB hanya Latihan dirumah masing-masing. Dari permasalahan yang dihadapi saat pendemi *COVID 19* ini penulis tertarik ingin meneliti tentang “**Survei**

Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 10 – 12 Tahun Di Talenta Football Academy Tahun 2022”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

Kurangnya pemberian materi gerak dasar bermain sepakbola secara maksimal yang terjadi pada latihan saat ini di Atlet U 10 – 12 Tahun Di Talenta Football Academy Tahun 2022.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang menjadi identifikasi masalah di atas, serta agar permasalahan tidak terlalu meluas dan lebih membatasi masalah, maka permasalahan dibatasi pada Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 10 – 12 Tahun. Hal itu mengacu pada “Survei Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 10 – 12 Tahun Di Talenta Football Academy Tahun 2022”.

1.4 Rumusan Masalah

Sebuah penelitian tidak terlepas dari permasalahan sehingga perlu kiranya atas dasar permasalahan sebagai mana yang telah disebutkan diatas maka yang menjadi rumusan masalah adalah sebagai berikut. “bagai mana tingkat Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 10 – 12 Tahun Di Talenta Football Academy Tahun 2022”.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat Keterampilan dasar Sepak Bola Pada Atlet U 10 – 12 Tahun Di Talenta Football Academy Tahun 2022.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini dapat dirumuskan menjadi dua, pertama manfaat teoritis dan kedua manfaat praktik.

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoretis dapat dijadikan dukungan Bagi peneliti dalam menambah pengetahuan dan pengalaman dalam merancang serta melaksanakan penelitian ilmiah mengenai tingkat keterampilan gerak dasar sepakbola siswa SSB.

2. Manfaat Praktik

Secara praktik penelitian ini diharapkan dapat membantu menemukan gambaran dan Informasi tingkat keterampilan sepakbola U 10 – U 12.