
TEKNIK DASAR SEPAKBOLA UNTUK ANAK USIA 11-12 TAHUN**Bayu Dwi Febrianto, Yucky Putri Erdiyanti**

Universitas Majalengka

yuckyerdiyanti@unma.ac.id

ABSTRACT

The problem of this research is the low level of basic technical skills in playing football at SSB Mandala Majalengka. The purpose of this study was to determine the level of basic technical skills in playing football of students at SSB Mandala Majalengka. This research is a Research and Development research or development research. The test subjects were students of SSB Mandala Majalengka which consisted of small group trials of 15 students and large group trials of 30 students. The instrument used to collect data in research and development is in the form of a questionnaire or questionnaire. Data analysis techniques using descriptive statistical analysis. The results showed that the basic technique of football for children aged 11-12 years was suitable for use as a learning resource for students. This is indicated by several assessments that have been made by media experts, material experts and field trials. The final result of the assessment from the media expert shows that the basic soccer technique is declared "Good" with a percentage of 84% and the results of the assessment from the material expert show the category of "Good" with a percentage of 90%. The results of the small group trial got the "Good" category with a percentage of 89% and the results of the large group trial got the good category with a percentage of 92%.

Keywords: Basic Engineering, Soccer, 11-12 Year Olds

ABSTRAK

Permasalahan penelitian ini tentang rendahnya tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola di SSB Mandala Majalengka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola peserta didik di SSB Mandala Majalengka. Penelitian ini merupakan penelitian *Research and Development* atau penelitian pengembangan. Subjek uji coba adalah peserta didik SSB Mandala Majalengka yang terdiri dari uji coba kelompok kecil sejumlah 15 peserta didik dan uji coba kelompok besar sejumlah 30 peserta didik. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian dan pengembangan ini berupa angket atau kuisioner. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan teknik dasar sepak bola untuk anak usia 11 -12 tahun layak digunakan sebagai sumber belajar peserta didik. Hal ini ditunjukkan dari beberapa penilaian yang telah dilakukan oleh ahli media, ahli materi dan uji coba lapangan. Hasil akhir penilaian dari ahli media menunjukkan bahwa teknik dasar sepak bola dinyatakan "Baik" dengan presentase 84% dan hasil penilaian dari ahli materi menunjukkan kategori "Baik" dengan presentase 90%. Hasil uji coba kelompok kecil mendapat kategori "Baik" dengan presentase 89% dan hasil uji coba kelompok besar mendapat kategori baik dengan presentase 92%.

.Kata Kunci: Teknik Dasar, Sepakbola, Anak Usia 11-12 Tahun

Submitted 2020-09-15 | Revised 2020-10-13 | Accepted 2020-10-20

Pendahuluan

Sepakbola adalah cabang olahraga yang paling banyak digemari dan menarik perhatian masyarakat dunia saat ini. Banyaknya informasi tentang sepakbola yang disajikan oleh media elektronik dan media cetak adalah salah satu indikasi paling nyata dari pernyataan bahwa sepakbola adalah olahraga paling populer. Rekaman dan ulasan jalannya pertandingan di lapangan, profil pemain dan pelatih hingga stadion tempat berlangsungnya pertandingan merupakan cerita menarik yang terjilid dalam ribuan media cetak, tersebar di seluruh negara, dibaca jutaan orang. Oleh karena itu, sepakbola kini merupakan cabang olahraga paling populer dan diminati di dunia.

Dalam upaya menggapai prestasi yang baik maka pembinaan harus dimulai dari pembinaan usia dini dan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepakbola. Bibit atlet yang unggul perlu pengolahan dan proses kepelatihan secara ilmiah, barulah muncul prestasi atlet semaksimal mungkin pada umur-umur tertentu. Dalam usaha

pembinaan prestasi olahraga sepakbola, diperlukan unsur pendukung yang sangat vital. Salah satu unsur tersebut adalah pelatih yang berpendidikan. Pelatih yang berpendidikan adalah pelatih yang memahami dengan baik masalah- masalah yang menyangkut kepelatihan, sebuah klub akan mempunyai peluang yang jauh lebih besar untuk berhasil dan berprestasi daripada klub yang tidak menggunakan pelatih yang tidak mempunyai dasar dalam ilmu kepelatihan.

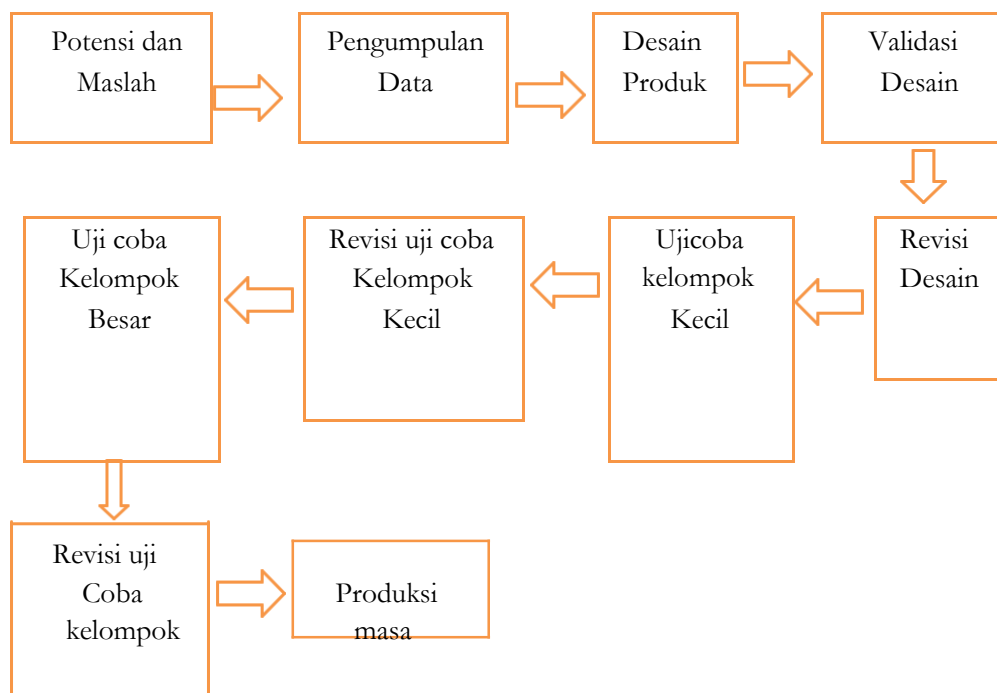
Selain latihan kemampuan dasar, yang perlu diperhatikan juga adalah latihan fisik. Latihan dapat dilakukan sendiri atau terkoordinasi dalam sebuah klub atau pusat pelatihan. Kondisi fisik adalah satu kesatuan untuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisah - pisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya, artinya dalam usaha peningkatan kondisi fisik harus mengembangkan semua komponen tersebut. Di kabupaten Majalengka sangat memperhatikan pemain-pemain sepakbola yang handal terutama dalam pembinaan usia 11-12 tahun, tepatnya pada pembinaan kemampuan dasar sepakbola. Menurut Sucipto (2000: 7), sepakbola merupakan permainan bola besar, masing-masing regu terdiri atas sebelas pemain, dan salah satunya adalah penjaga gawang. Tujuan permainan sepakbola adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawannya dan berusaha menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukan. Modal utama dalam bermain sepakbola antara lain fisik, teknik, taktik, dan mental. Menurut Suharno dalam Djoko Pekik Irianto (2002), teknik adalah suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga. Salah satu hal yang juga harus diperhatikan dalam bermain sepakbola adalah keterampilan teknik dasar bermain sepakbola. Keterampilan dasar sepakbola adalah kecakapan yang dimiliki seseorang sejak lahir yang dapat diasah dan dikembangkan sesuai dengan pertumbuhan dan minat anak tersebut terhadap sepakbola. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17), teknik dasar sepakbola meliputi *passing*, *dribbling*, *shooting*, *stopping*, dan *heading*. Teknik dasar sepakbola sangat penting untuk diberikan kepada peserta didik agar peserta didik tersebut mempunyai pengetahuan tentang sepakbola. Pengetahuan akan sepakbola juga sangat berpengaruh dalam mengembangkan bakat yang dimilikinya, dari sinilah watak, sifat, dan karakter bermain seorang akan terlihat saat permainan berlangsung.

Pada saat latihan berlangsung pelatih menekankan pada pembelajaran teknik dasar sepakbola, akan tetapi karakteristik peserta didik yang masih dalam usia SMP lebih cenderung menginginkan pada bermain sepakbola secara langsung tanpa mengetahui teknik dasar sepakbola. Hal tersebut membuat latihan menjadi kurang efektif dan materi tidak dapat diterima dengan baik oleh peserta didik. Masih kurangnya kesadaran peserta didik untuk belajar tentang teknik dasar bermain sepakbola ditandai dengan peserta didik yang kurang bersungguh-sungguh dan asal- asalan dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. Pada saat latihan berlangsung peserta didik hanya sebatas menendang bola sebisanya, dan bermain tanpa menggunakan teknik, dan taktik yang benar sehingga dapat berakibat pada terjadinya cedera. Hal ini ditandai dengan masih terbatasnya pengetahuan peserta didik tentang teknik dasar bermain sepakbola. Akibatnya pelatih kurang mengetahui seberapa besar tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola peserta didiknya.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian dengan metode *research and development*. *Research and development* adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi di masyarakat luas, maka diperlukan penelitian untuk menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2014: 297).

Prosedur pengembangan media pembelajaran ini mengadaptasi langkah yang ditulis (Sugiyono, 2014: 298). Berikut ini gambar alur desain penelitian:



Gambar 1. Langkah-langkah Penggunaan Metode *Research and Development*

Produk media pembelajaran yang dikembangkan peneliti berupa bahan ajar buku tentang teknik dasar sepakbola yang berisi materi, gambar, dan kuis. Media pembelajaran di kemas dengan menarik agar dapat membuat peserta didik tertarik untuk mempelajarinya. Produk penelitian ini akan menciptakan sebuah Media pembelajaran yang dapat digunakan oleh para peserta didik SSB untuk mempelajari teknik-teknik dasar dalam sepakbola

Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan dengan observasi, mencari buku sebagai referensi, mencari hasil relevan sebagai acuan peneliti, membuat rancangan untuk di buat aplikasi dalam produk yang akan dikembangkan. Dari penelitian pendahuluan, ditemukan beberapa hal sebagai berikut:

- Pemahaman anak tentang teknik-teknik dasar sepakbola masih sangat kurang.
- Media pembelajaran berbasis *Android* masih jarang digunakan dalam pelatihan atau pembinaan sepakbola.
- Ketergantungan anak usia dini untuk belajar dan berlatih teknik dasar sepakbola kepada pelatih di sekolah sepakbola (SSB)
- Beberapa pelatih masih kurang jelas atau kurang menarik dalam memberikan penjelasan, sehingga peserta didik sulit untuk memahami materi yang diberikan, oleh sebab itu, diperlukan suatu inovasi yang menarik dan dapat mempermudah pemahaman peserta didik.

Hasil uji angket peserta didik mengenai media pembelajaran teknik dasar sepakbola untuk anak usia 11-12 tahun menunjukkan penilaian tentang aspek kelayakan isi 93% yang dikategorikan baik/layak, segi kebahasaan sebesar 94% yang dikategorikan baik/layak, dan untuk segi tampilan aplikasi sebesar 91,6% yang dikategorikan baik/layak. Total penilaian uji kelayakan media pembelajaran teknik dasar sepak bola berbasis android untuk anak usia 11-12 tahun menurut responden sebesar 92,5% dikategorikan baik/layak.

Permainan sepakbola mempunyai banyak teknik yang harus dikuasai agar mewujudkan hasil terbaik, oleh karena itu pemain sepakbola harus menguasai semua teknik dasar sepakbola. Teknik dasar sepakbola yang harus dikuasai oleh pemain antara lain adalah *juggling*, *dribbling*, *keeping*,

kontrol bola bawah, kontrol bola atas, *passing* bawah, *passing* atas dan cara menggulirkan bola. Semua unsur teknik dasar sepakbola tersebut harus dikuasai dan dapat dilakukan dengan cepat dan tepat.

Faktor-faktor yang dapat mendukung kegiatan latihan di SSB Mandala tersebut perlu ditingkatkan, antara lain adalah:

1. Peserta didik harus menyadari akan pentingnya teknik dasar bermain sepakbola.
2. Pelatih kegiatan ekstrakurikuler sepakbola harus member pengetahuan tentang pentingnya teknik dasar sepakbola.
3. Sarana dan prasarana yang mendukung seperti jumlah bola, *cone*, pancang diperbanyak dan lapangan sepakbola yang baik.
4. Peserta didik dilatih untuk meningkatkan kekuatan fisik dan teknik-teknik dasar bermain sepakbola dengan harapan peserta didik lebih menguasai teknik-teknik dasar bermain sepakbola.

Dengan adanya peningkatan faktor-faktor yang mendukung dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola tersebut di atas, diharapkan dapat meningkatkan teknik dasar sepak bola peserta didik di SSB Mandala Majalengka.

Hasil data yang diperoleh diintegrasikan menurut kategori yang telah ditentukan. Kategori yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu untuk presentase <40% dikategorikan tidak baik/tidak layak, 40%-55% dikategorikan kurang baik/kurang layak, 56%-75% dikategorikan cukup baik/cukup layak, dan 76%-100% dikategorikan baik/layak.

Proses validasi ahli media memberikan saran untuk membuat pedoman penggunaan aplikasi, dan memperbaiki audio pada bagian video. Setelah selesai validasi ahli media, maka dengan segera validasi ke ahli materi. Dalam proses validasi ahli materi memberikan saran untuk mengganti kata menghentikan bola dengan mengontrol bola, memperjelas definisi *shotting* dan *goalkeeper*. Setelah selesai validasi ahli media dan ahli materi dan dinyatakan layak untuk diuji cobakan. Uji coba dilakukan dengan dua tahap, yaitu tahap uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Setelah revisi akhir maka didapat produk akhir yang siap digunakan peserta didik sebagai media pembelajaran.

Setelah melalui uji coba produk (kelompok kecil dan kelompok besar) maka dapat dijabarkan kelebihan dan kekurangan media pembelajaran teknik dasar sepakbola untuk anak usia 11-12 tahun.

Dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bermain sepakbola peserta didik SSB Mandala Majalengka sebagian besar adalah cukup layak.

1. Penguasaan bola udara/atas (*Juggling*)

Dalam melakukan *juggling* kebanyakan peserta didik tidak dapat mengontrol bola sehingga belum mencapai ke 5 kali bola sudah jatuh ke tanah, sehingga harus mengulang *juggling* lagi sampai 5 kali tanpa kesalahan. Hal ini menyebabkan waktu yang diperlukan semakin lama, semakin lama waktu yang digunakan semakin rendah kemampuan teknik dasar sepakbolanya. Adapun tujuan pada tahap ini adalah untuk mengukur keterampilan peserta didik dalam penguasaan bola atas.

2. *Dribble zig-zag*

Dalam melakukan *dribble zig-zag* dengan melewati pancang kebanyakan peserta didik sudah dapat melakukan dengan cukup baik, terlihat ketika melakukan *dribble* dengan melewati pancang kebanyakan peserta didik tidak banyak melakukan kesalahan yang bisa menyita waktu, sehingga dapat mempersingkat waktu yang digunakan. Walaupun masih ada beberapa peserta didik yang melakukan kesalahan pada saat melewati pancang. Pada tahap ini sangat mendukung peserta didik dalam melatih gerak tipu yang akan mempersulit lawan dalam merebut bola.

3. *Keeping* (penguasaan bola)

Dalam melakukan *keeping* (penguasaan bola) pada saat *dribble zig-zag* kebanyakan peserta didik cukup baik dalam menguasai bola dan tidak banyak melakukan kesalahan atau lepas *control*, sehingga

bola tidak lepas dari penguasaan. Teknik *keeping* ini sangat diperlukan untuk mempermudah pemain dalam menembus pertahanan lawan dan mengacaukan perhatian lawan.

4. Kontrol bola rendah

Dalam melakukan kontrol bola rendah atau ketika menghentikan bola pada kotak yang telah ditentukan peserta didik sudah cukup baik, bola dihentikan pas pada kotak walaupun ada beberapa yang masih melebihi kotak, sehingga harus membenarkan pas pada kotak. Sepakbola merupakan permainan yang memerlukan kecepatan yang tinggi, sehingga kemampuan kontrol bola rendah sangat diperlukan oleh pemain untuk menguasai bola terutama untuk menghentikan bola sebelum merubah arah.

5. Menggulirkan bola

Dalam teknik ini peserta didik dapat melakukan dengan cukup baik, ketika menggulirkan bola sebelum melakukan *passing* bola tidak melebihi batas garis yang ditentukan. Tujuan teknik ini adalah untuk mengetahui peserta didik dalam mengantisipasi bola hidup. Pada permainan sesungguhnya, *passing* mendatar atau *passing* melambung selalu diawali dengan bola bergerak/bergulir kecuali pada tendangan bebas, tendangan penjur, tendangan gawang dan tendangan penalti. Untuk itu peserta didik harus dapat menguasai teknik ini.

6. *Passing* bawah

Dalam melakukan *passing* bawah kebanyakan peserta didik kurang konsentrasi, ketika melakukan *passing* bawah bola tidak tepat pada gawang dan meleset jauh, kebanyakan peserta didik melakukan kesalahan ketika *passing* bawah menggunakan kaki kiri bola meleset dan tidak tepat pada gawang sampai berulang kali sehingga harus mengulangi sampai tepat pada sasaran. Hal ini sangat menyita waktu sehingga waktu yang digunakan semakin lama. Pada teknik ini sangat diperlukan dan memegang peranan yang sangat penting karena persentase penggunaan *passing* bawah sangat tinggi. Teknik ini harus dikuasai para pemain dan harus dilatih dengan sungguh-sungguh. Teknik ini digunakan untuk memberikan umpan jarak pendek, untuk memberikan umpan terobosan dan untuk membangun serangan.

7. *Passing* atas

Dalam melakukan *passing atas* kebanyakan peserta didik kurang konsentrasi, ketika melakukan *passing atas* bola tidak tepat pada gawang dan meleset jauh sampai berulang kali sehingga harus mengulangi sampai tepat pada sasaran. Hal ini sangat menyita waktu sehingga waktu yang digunakan semakin lama. Penggunaan teknik ini sangat diperlukan ketika memberi umpan jarak jauh, umpan silang dari posisi sayap, untuk melakukan serangan balik, melakukan tendangan penjur dan melakukan tendangan bebas. Untuk itu teknik ini harus benar-benar dikuasai dan harus dilatih dengan benar.

Tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola berhubungan dengan proses kegiatan latihan, waktu latihan, guru atau pelatih, sarana dan prasarana ekstrakurikuler sepakbola. Banyak faktor yang mempengaruhi kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. Faktor-faktor yang mendukung dalam pelaksanaan kegiatan latihan adalah sebagai berikut:

1. Faktor Peserta didik

Motivasi dan minat peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola mempengaruhi keterampilan dasar bermain sepakbola. Kesungguhan dalam mengikuti proses kegiatan ekstrakurikuler merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap penampilan peserta didik ketika mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

2. Faktor Pelatih

Tugas pelatih yang utama adalah menyampaikan materi latihan yang sesuai dengan kemampuan masing-masing peserta didiknya. Dalam memberikan materi latihan, hendaknya pelatih menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi agar peserta didik tidak merasa bosan, sehingga minat peserta didik untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan semakin meningkat.

3. Faktor Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor terpenting dari keberhasilan suatu pembelajaran. Semakin lengkap sarana penunjang semakin efektif pula suatu proses kegiatan ekstrakurikuler.

4. Faktor Lingkungan

Dukungan dari lingkungan sekitar juga mendorong keberhasilan pembelajaran. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola akan tercipta suasana kondusif apabila lingkungan sekitar ikut menjaga suasana kenyamanan sehingga proses pembelajaran dapat terlaksana dengan baik.

Kurang mendukungnya faktor-faktor yang berhubungan dengan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola tersebut menyebabkan tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepakbola peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola belum memuaskan. Hal ini terlihat dari dominasi peserta didik yang masuk dalam kategori cukup dan kategori kurang.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap teknik dasar sepak bolamendapat presentase skor akhir 84% yang dikategorikan baik. Hasil uji ahli materi terhadap media pembelajaran yang dikembangkan mendapatkan presentase skor akhir 90% yang dikategorikan baik. Pada uji coba lapangan, dilakukan dengan 2 tahap yaitu, uji coba kelompok kecil mendapat hasil uji coba 807 dengan presentase 89% yang dikategorikan layak, uji coba kelompok besar mendapatkan hasil uji coba 1666 dengan presentase 92% yang dikategorikan layak.

Daftar Pustaka

- Adib Febrianta. (2014). *Penyusunan Video Tutorial Teknik Dasar Sepakbola untuk Usia Dini*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Akhmad Sudrajat. (2008). *Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik dan Model Pembelajaran*. Bandung : Sinar Baru Algensindo.
- Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak*. Depdiknas.
- Azhar Arsyad. (2006). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- C. Asri Budiningsih. (2003). *Desain Pesan Pembelajaran*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta..
- Cintha, Indrastyawati. (2016). *Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Android pada Materi Sistem Indera untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Peserta didik Kelas Xi SMA Negeri 2 Bantul*. Yogyakarta: Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam. Universitas Negeri Yogyakarta
- Dadang Supriatna. (2009). *Pengenalan Media Pembelajaran*. Diakses dari http://www.tkplb.org/documents/etrainingmedia%20pembelajaran/2.Pengenalan_Media_Pembelajaran.pdf, pada tanggal 17 Februari 2017, jam 11.07 WIB
- Dwi Wahyu Utomo. (2011). *Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Peserta didik SSB Putra Grabag Usia 10-12 Tahun*. UNY. Skripsi.
- Endang Rini Sukamti, dkk. (2011). *Diklat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fathan Nurcahyo. (2011). *Survei Kondisi Pemain Sepakbola PORPROV Kabupaten Sleman tahun 2011*. POR-PJKR FIK UNY.
- Fitri Hermawan Nurdiah. (2010). *Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Peserta didik Kelas 2 SMP Negeri 2 Pandak*. UNY: Skripsi.

- Komarudin. (2011). *Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Nurseto. (2011). "Membuat Media Pembelajaran Yang Menarik" *Jurnal Ekonomi & Pendidikan*. 8 (1). Hlm. 19-35.
- PSSI. (2016). *LogBook Lisensi D*. Yogyakarta: Diperoleh dari Mengielkuti Kursus Lisensi Pelatih Level D Nasional
- Pujiriyanto. (2012). *Teknologi untuk Pengembangan dan Pembelajaran*. Yogyakarta: UNY Press
- Peserta didikntoyo dan Ali Saya Graha. (2016). Pengembangan Coloring Book and Puzzle Teknik Dasar Pencak Silat. *Jurnal Olahraga Prestasi*. ISSN. 0216-4493. Vol. 12. No. 1. Hlm. 2
- Sucipto. dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukatamsi. (2001). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo: Tiga Serangkai
- Teguh Arifianto. (2011). *Membuat Interface Aplikasi Andrioid Lebih Keren Dengan LWT*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta : Dirjendikti.