

## ANALISIS TINGKAT KETERAMPILAN DASAR SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 1 PANTE CEUREUMEN

Amar Fajir<sup>\*1</sup>, Salman Al Farisi<sup>2</sup>, M Nasrullah<sup>3</sup>, Muhammad Aswah<sup>4</sup>, Satria Fitrah<sup>5</sup>,  
Farhan Tarwiansyah<sup>6</sup>, Nadiyul Kaffi<sup>7</sup>, Muzzamil<sup>8</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup>Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Bina Bangsa  
Getsempena, Indonesia

\* Corresponding Author: [amar@mahasiswa.bbg.ac.id](mailto:amar@mahasiswa.bbg.ac.id)

| ARTICLE INFO                                                                                                                                                                                                                                          | ABSTRAK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Article history:</b><br/>Received : Sep 17, 2024<br/>Revised : Nov 30, 2024<br/>Accepted : Dec 18, 2024<br/>Available online : Dec 31, 2024</p>                                                                                                 | <p>Keterampilan dasar merupakan salah satu komponen penting dalam permainan sepakbola karena menjadi landasan bagi siswa untuk melakukan permainan secara efektif dan mendukung pencapaian prestasi. Namun, pada kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen, evaluasi terhadap tingkat keterampilan dasar peserta belum dilakukan secara optimal, sehingga diperlukan pemetaan kemampuan sebagai dasar pembinaan dan penyusunan program latihan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode survei. Populasi sekaligus sampel penelitian berjumlah 20 siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola yang ditentukan menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan dasar sepakbola yang meliputi passing dan stopping, heading, dribbling, serta shooting. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif melalui frekuensi, persentase, dan pengategorian tingkat keterampilan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat siswa dalam kategori baik sekali, sebanyak 8 siswa berada pada kategori baik, 6 siswa kategori sedang, 4 siswa kategori kurang, dan 2 siswa kategori sangat kurang. Secara keseluruhan, hasil penggabungan keempat jenis tes menunjukkan nilai rata-rata 200,00 yang termasuk dalam kategori sedang. Dengan demikian, tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen berada pada kategori sedang, sehingga diperlukan evaluasi dan program latihan yang lebih sistematis untuk meningkatkan penguasaan keterampilan dasar sepakbola.</p> |
| <p><b>Kata Kunci:</b><br/>keterampilan dasar sepakbola;<br/>ekstrakurikuler; siswa sekolah<br/>menengah; pembinaan sepakbola.</p> <p><b>Keywords:</b><br/><i>basic soccer skills; extracurricular; high<br/>school students; soccer training.</i></p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

### ABSTRACT

Basic skills are one of the important components in football because they serve as a foundation for students to play effectively and support achievement. However, in the football extracurricular activities at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen, the evaluation of participants' basic skill levels has not been done optimally, so it is necessary to map abilities as a basis for coaching and developing training programs. This study aims to analyze the basic football skill levels of students participating in the football extracurricular activities at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. The study uses a descriptive quantitative approach with a survey method. The population, which also serves as the study sample, consists of 20 students from the football extracurricular activities, determined using

*a total sampling technique. Data collection was done through basic football skill tests, including passing and stopping, heading, dribbling, and shooting. The data was analyzed using descriptive statistics through frequency, percentage, and categorization of skill levels. The study results showed that there were no students in the very good category, 8 students were in the good category, 6 students in the average category, 4 students in the low category, and 2 students in the very low category. Overall, the combined results of the four types of tests showed an average score of 200.00, which falls into the average category. Therefore, the basic soccer skill level of extracurricular students at SMA Negeri 1 Pante Ceureumen is in the average category, so a more systematic evaluation and training program is needed to improve their mastery of basic soccer skills.*

---

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.

Copyright © 2024 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa Getsempena



## PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang membutuhkan penguasaan keterampilan teknik dasar sebagai fondasi dalam melaksanakan permainan secara efektif. Keterampilan *passing*, *stopping*, *dribbling*, *heading*, dan *shooting* memiliki fungsi yang saling berkaitan dalam mendukung kemampuan pemain menguasai bola, mempertahankan penguasaan, membangun serangan, dan menyelesaikan peluang. Penguasaan teknik dasar yang baik perlu dikembangkan sejak usia sekolah karena kemampuan tersebut menjadi dasar bagi pemain untuk memahami dan menjalankan permainan secara lebih efektif. Oleh karena itu, pembinaan keterampilan teknik dasar menjadi salah satu aspek penting dalam pengembangan kemampuan bermain sepakbola siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di sekolah merupakan salah satu wadah yang dapat digunakan untuk mengembangkan minat, bakat, dan keterampilan siswa dalam olahraga sepakbola. Melalui kegiatan tersebut, siswa memperoleh kesempatan untuk melakukan latihan secara lebih intensif dibandingkan pembelajaran pendidikan jasmani di kelas. Pelaksanaan program latihan perlu disesuaikan dengan tingkat kemampuan peserta agar materi yang diberikan mampu menjawab kebutuhan perkembangan keterampilan siswa. Evaluasi keterampilan dasar menjadi penting karena dapat memberikan gambaran objektif mengenai kemampuan peserta sekaligus menjadi bahan pertimbangan dalam menentukan materi dan intensitas latihan. Penelitian mengenai keterampilan teknik dasar peserta ekstrakurikuler menunjukkan bahwa kemampuan siswa dapat berada pada tingkat yang berbeda-beda sehingga diperlukan pembinaan yang dilakukan secara terarah dan berkelanjutan (Irawan et al., 2022).

Kemampuan teknik dasar yang berbeda pada setiap peserta menjadi salah satu permasalahan yang perlu diperhatikan dalam pembinaan sepakbola di sekolah. Siswa yang

mengikuti ekstrakurikuler tidak selalu memiliki pengalaman latihan, kemampuan motorik, dan penguasaan teknik yang sama. Perbedaan tersebut dapat memengaruhi kemampuan siswa dalam melakukan berbagai keterampilan dasar sepakbola. Oleh sebab itu, pelatih perlu memperoleh informasi mengenai kondisi keterampilan peserta sebelum menentukan prioritas latihan. Penilaian keterampilan passing, misalnya, dapat memberikan informasi mengenai kemampuan pemain dalam melakukan salah satu teknik fundamental yang banyak digunakan selama permainan (Rahail & Dwi Kuswoyo, 2022).

Pengukuran keterampilan dasar juga perlu dilakukan secara lebih komprehensif karena permainan sepakbola tidak hanya bergantung pada satu jenis teknik. Pemain dituntut mampu menguasai beberapa keterampilan sekaligus agar dapat menjalankan berbagai situasi permainan. Penelitian pada siswa sekolah menengah menunjukkan bahwa kemampuan *dribbling*, *shooting*, *passing-control*, dan *heading* dapat menunjukkan tingkat penguasaan yang berbeda pada setiap komponen keterampilan (Hasyim & Haris, 2022). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengukuran beberapa komponen teknik secara bersamaan dapat memberikan gambaran kemampuan pemain yang lebih menyeluruh dibandingkan hanya mengukur satu keterampilan.

Selain penguasaan teknik, proses pembinaan sepakbola pada usia sekolah juga membutuhkan evaluasi yang dapat digunakan untuk mengetahui perkembangan kemampuan peserta. Evaluasi yang dilakukan secara berkala dapat membantu pelatih mengetahui aspek keterampilan yang telah dikuasai maupun aspek yang masih memerlukan peningkatan. Data hasil pengukuran juga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menentukan bentuk latihan yang sesuai dengan karakteristik peserta. Penelitian mengenai kemampuan teknik dasar sepakbola pada peserta ekstrakurikuler menunjukkan bahwa keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting* masih dapat berada pada tingkat kemampuan yang beragam sehingga diperlukan evaluasi sebagai bagian dari proses pembinaan (Ajad Sudrajat et al., 2023).

Meskipun penelitian mengenai keterampilan dasar sepakbola siswa telah banyak dilakukan, masih terdapat *research gap* yang perlu dikaji lebih lanjut. Penelitian terdahulu umumnya dilakukan pada sekolah, jenjang pendidikan, dan karakteristik peserta yang berbeda sehingga hasilnya belum dapat menggambarkan kondisi keterampilan dasar siswa pada setiap lingkungan sekolah secara spesifik. Perbedaan pengalaman latihan, fasilitas, program pembinaan, karakteristik peserta, dan lingkungan sekolah dapat menghasilkan kondisi keterampilan yang berbeda. Dengan demikian, data mengenai keterampilan dasar

peserta ekstrakurikuler perlu diperoleh pada konteks sekolah tertentu agar informasi yang dihasilkan benar-benar sesuai dengan kondisi peserta yang sedang dibina.

*Research gap* lainnya terletak pada kebutuhan pemetaan keterampilan dasar peserta ekstrakurikuler pada jenjang sekolah menengah atas dengan mengintegrasikan beberapa komponen teknik dalam satu pengukuran. Penelitian sebelumnya telah mengkaji keterampilan tertentu secara terpisah maupun beberapa teknik dasar, tetapi masih terbatas penelitian yang secara khusus memberikan gambaran komprehensif mengenai *passing* dan *stopping*, *heading*, *dribbling*, serta *shooting* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan penelitian yang mampu menghasilkan profil keterampilan dasar berdasarkan karakteristik peserta dan lingkungan pembinaan di sekolah tersebut.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, *novelty* penelitian ini terletak pada pemetaan tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen melalui pengukuran beberapa komponen teknik dasar secara terpadu, yaitu *passing* dan *stopping*, *heading*, *dribbling*, serta *shooting*. Pemetaan tersebut diarahkan untuk menghasilkan gambaran tingkat keterampilan peserta berdasarkan kategori kemampuan sehingga dapat memberikan informasi yang lebih spesifik mengenai kondisi keterampilan dasar dalam satu kelompok ekstrakurikuler. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkaya data empiris mengenai keterampilan dasar sepakbola pada siswa sekolah menengah atas, tetapi juga memberikan informasi kontekstual yang dapat digunakan sebagai dasar evaluasi pembinaan sepakbola di sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk memperoleh gambaran objektif mengenai tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. Informasi yang diperoleh diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dan sekolah dalam memahami kondisi keterampilan peserta serta menentukan arah pembinaan yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pante Ceureumen.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis dan pendekatan penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif dan metode survei. Pendekatan ini digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di sma

negeri 1 pante ceureumen berdasarkan hasil pengukuran keterampilan teknik dasar. Penelitian deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi keterampilan peserta berdasarkan data yang diperoleh melalui serangkaian tes keterampilan dasar sepakbola.

### **Populasi dan sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di sma negeri 1 pante ceureumen yang berjumlah 20 siswa. Karena jumlah populasi relatif terbatas, seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian dengan menggunakan teknik total sampling. Dengan demikian, sampel penelitian berjumlah 20 siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola.

### **Teknik pengumpulan data**

Pengumpulan data dilakukan menggunakan tes keterampilan dasar bermain sepakbola. Instrumen yang digunakan mengacu pada tes keterampilan dasar bermain sepakbola menurut nurhasan yang terdiri atas empat jenis tes, yaitu tes sepak dan tahan bola atau passing dan stopping, tes memainkan bola dengan kepala atau heading, tes menggiring bola atau dribbling, serta tes menembak atau menendang bola ke sasaran atau shooting. Keempat tes tersebut digunakan untuk memperoleh gambaran keterampilan dasar sepakbola peserta secara menyeluruh.

Pelaksanaan tes dilakukan terhadap seluruh sampel penelitian dengan prosedur yang sama. Setiap peserta mengikuti seluruh rangkaian tes keterampilan dasar yang telah ditentukan. Hasil setiap tes dicatat sebagai data penelitian, kemudian digunakan untuk menentukan tingkat keterampilan masing-masing peserta dan tingkat keterampilan dasar sepakbola secara keseluruhan. Data hasil pengukuran terdiri atas skor passing dan stopping, heading, dribbling, dan shooting.

### **Teknik analisis data**

Data penelitian dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif. Analisis dilakukan dengan menyajikan frekuensi dan persentase hasil tes keterampilan dasar sepakbola melalui pengategorian tingkat kemampuan peserta. Persentase digunakan untuk mengetahui proporsi peserta pada setiap kategori keterampilan. Perhitungan

persentase dilakukan dengan membandingkan frekuensi peserta pada setiap kategori dengan jumlah keseluruhan peserta, kemudian dikalikan seratus persen.

Hasil dari masing-masing tes selanjutnya digabungkan untuk memperoleh gambaran tingkat keterampilan dasar sepakbola secara keseluruhan. Pengategorian tingkat keterampilan terdiri atas lima kategori, yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang. Kriteria pengategorian digunakan untuk menentukan posisi kemampuan setiap peserta berdasarkan hasil pengukuran yang diperoleh. Dalam penelitian ini, hasil penggabungan keempat tes digunakan sebagai dasar untuk menentukan tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler di sma negeri 1 pante ceureumen.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 20 siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di sma negeri 1 pante ceureumen. Tingkat keterampilan dasar sepakbola diukur melalui empat komponen keterampilan, yaitu passing dan stopping, heading, dribbling, dan shooting. Data setiap komponen selanjutnya dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan diklasifikasikan ke dalam lima kategori, yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang.

### 1. Statistik deskriptif keterampilan dasar sepakbola

Hasil pengukuran menunjukkan adanya variasi kemampuan pada keempat komponen keterampilan dasar sepakbola. Ringkasan statistik deskriptif masing-masing komponen disajikan pada tabel 1.

**Tabel 1.** Statistik deskriptif keterampilan dasar sepakbola

| Komponen keterampilan | Jumlah skor | Rata-rata | Standar deviasi | Skor minimum | Skor maksimum | Kategori |
|-----------------------|-------------|-----------|-----------------|--------------|---------------|----------|
| Passing dan stopping  | 228,00      | 11,40     | 3,20            | 7,00         | 17,00         | Sedang   |
| Heading               | 584,00      | 29,20     | 4,73            | 19,00        | 37,00         | Sedang   |
| Dribbling             | 397,84      | 19,89     | 2,03            | 17,07        | 25,42         | Sedang   |
| Shooting              | 259,00      | 12,95     | 4,48            | 4,00         | 19,00         | Sedang   |

Sumber: data hasil penelitian.

Tabel 1 menunjukkan bahwa keempat komponen keterampilan dasar berada pada kategori sedang berdasarkan kriteria yang digunakan dalam penelitian. Komponen heading memiliki rata-rata skor tertinggi sebesar 29,20, sedangkan passing dan stopping memiliki rata-rata skor sebesar 11,40. Pada komponen dribbling, rata-rata skor yang diperoleh adalah 19,89, sementara shooting memiliki rata-rata sebesar 12,95. Variasi skor

paling besar terlihat pada heading dengan standar deviasi 4,73, sedangkan variasi paling kecil terdapat pada dribbling dengan standar deviasi 2,03.

## 2. Keterampilan passing dan stopping

Hasil pengukuran passing dan stopping menunjukkan jumlah skor sebesar 228 dengan rata-rata 11,40. Skor tertinggi yang diperoleh peserta adalah 17, sedangkan skor terendah adalah 7 dengan standar deviasi 3,20. Berdasarkan klasifikasi yang digunakan, kemampuan passing dan stopping secara keseluruhan berada pada kategori sedang.

**Tabel 2.** Distribusi frekuensi passing dan stopping

| No.    | Kategori      | Frekuensi | Persentase |
|--------|---------------|-----------|------------|
| 1      | Baik sekali   | 1         | 5%         |
| 2      | Baik          | 8         | 40%        |
| 3      | Sedang        | 3         | 15%        |
| 4      | Kurang        | 8         | 40%        |
| 5      | Sangat kurang | 0         | 0%         |
| Jumlah |               | 20        | 100%       |

Sumber: data hasil penelitian.

Distribusi tersebut menunjukkan bahwa kategori baik dan kurang memiliki proporsi yang sama, masing-masing sebanyak 8 siswa atau 40%. Sebanyak 3 siswa atau 15% berada pada kategori sedang dan 1 siswa atau 5% berada pada kategori baik sekali. Tidak terdapat peserta yang termasuk kategori sangat kurang. Dengan demikian, kemampuan passing dan stopping menunjukkan sebaran yang cukup lebar antara kategori baik dan kurang.

## 3. Keterampilan heading

Pada komponen heading, jumlah skor yang diperoleh seluruh peserta adalah 584 dengan rata-rata 29,20. Skor minimum yang diperoleh adalah 19 dan skor maksimum 37, sedangkan standar deviasi sebesar 4,73. Berdasarkan kriteria pengategorian, kemampuan heading peserta secara keseluruhan berada pada kategori sedang.

**Tabel 3.** Distribusi frekuensi heading

| No.    | Kategori      | Frekuensi | Persentase |
|--------|---------------|-----------|------------|
| 1      | Baik sekali   | 2         | 10%        |
| 2      | Baik          | 5         | 25%        |
| 3      | Sedang        | 7         | 35%        |
| 4      | Kurang        | 5         | 25%        |
| 5      | Sangat kurang | 1         | 5%         |
| Jumlah |               | 20        |            |

Sumber: data hasil penelitian.

Sebanyak 7 siswa atau 35% berada pada kategori sedang dan merupakan kelompok terbesar. Selanjutnya, masing-masing 5 siswa atau 25% berada pada kategori baik dan

kurang. Sebanyak 2 siswa atau 10% termasuk kategori baik sekali dan 1 siswa atau 5% berada pada kategori sangat kurang. Berdasarkan rata-rata 29,20, kemampuan heading peserta dikategorikan sedang.

#### 4. Keterampilan *dribbling*

Hasil pengukuran *dribbling* menunjukkan jumlah skor sebesar 397,84 dengan rata-rata 19,89. Skor minimum adalah 17,07 dan skor maksimum 25,42, sedangkan standar deviasi sebesar 2,03. Berdasarkan hasil pengategorian, kemampuan *dribbling* peserta berada pada kategori sedang.

**Tabel 4.** Distribusi frekuensi *dribbling*

| No.    | Kategori      | Frekuensi | Persentase |
|--------|---------------|-----------|------------|
| 1      | Baik sekali   | 0         | 0%         |
| 2      | Baik          | 7         | 35%        |
| 3      | Sedang        | 9         | 45%        |
| 4      | Kurang        | 2         | 10%        |
| 5      | Sangat kurang | 2         | 10%        |
| Jumlah |               | 20        | 100%       |

Sumber: data hasil penelitian.

Kategori sedang merupakan kelompok terbesar dengan 9 siswa atau 45%. Selanjutnya, 7 siswa atau 35% berada pada kategori baik, 2 siswa atau 10% berada pada kategori kurang, dan 2 siswa atau 10% berada pada kategori sangat kurang. Tidak terdapat peserta yang berada pada kategori baik sekali. Dengan demikian, sebagian besar peserta memiliki kemampuan *dribbling* pada kategori sedang.

#### 5. Keterampilan *shooting*

Hasil pengukuran *shooting* menunjukkan jumlah skor sebesar 259 dengan rata-rata 12,95. Skor tertinggi yang diperoleh adalah 19 dan skor terendah adalah 4, sedangkan standar deviasi sebesar 4,48. Berdasarkan klasifikasi yang digunakan, kemampuan *shooting* peserta berada pada kategori sedang.

**Tabel 5.** Distribusi frekuensi *shooting*

| N      | Kategori      | Frekue | Persent |
|--------|---------------|--------|---------|
| 1      | Baik sekali   | 0      | 0%      |
| 2      | Baik          | 7      | 35%     |
| 3      | Sedang        | 6      | 30%     |
| 4      | Kurang        | 6      | 30%     |
| 5      | Sangat kurang | 1      | 5%      |
| Jumlah |               | 20     | 100%    |

Sumber: data hasil penelitian.

Sebanyak 7 siswa atau 35% berada pada kategori baik, sedangkan masing-masing 6 siswa atau 30% berada pada kategori sedang dan kurang. Sebanyak 1 siswa atau 5% berada pada kategori sangat kurang dan tidak terdapat peserta yang berada pada kategori baik sekali. Data tersebut menunjukkan bahwa distribusi kemampuan shooting masih tersebar pada beberapa kategori.

## 6. Tingkat keterampilan dasar sepakbola secara keseluruhan

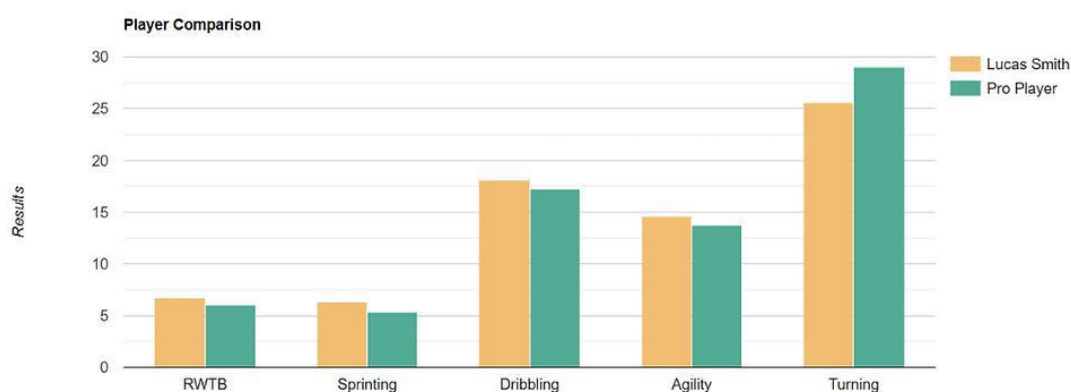
Keempat komponen keterampilan kemudian digabungkan untuk memperoleh tingkat keterampilan dasar sepakbola secara keseluruhan. Hasil pengategorian menunjukkan distribusi sebagai berikut.

**Tabel 6.** Distribusi tingkat keterampilan dasar sepakbola

| N      | Kategori      | Frekue | Persent |
|--------|---------------|--------|---------|
| 1      | Baik sekali   | 0      | 0%      |
| 2      | Baik          | 8      | 40%     |
| 3      | Sedang        | 6      | 30%     |
| 4      | Kurang        | 4      | 20%     |
| 5      | Sangat kurang | 2      | 10%     |
| Jumlah |               | 20     | 100%    |

Sumber: data hasil penelitian.

Hasil pada tabel 6 menunjukkan bahwa kategori baik merupakan proporsi terbesar, yaitu 8 siswa atau 40%. Selanjutnya, 6 siswa atau 30% berada pada kategori sedang, 4 siswa atau 20% berada pada kategori kurang, dan 2 siswa atau 10% berada pada kategori sangat kurang. Tidak terdapat peserta yang berada pada kategori baik sekali. Berdasarkan penggabungan hasil keempat tes, diperoleh nilai rata-rata sebesar 200,00, sehingga tingkat keterampilan dasar sepakbola peserta secara keseluruhan termasuk dalam kategori sedang.



**Gambar 1.** Distribusi tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler

Secara deskriptif, hasil penelitian memperlihatkan bahwa seluruh komponen keterampilan yang diukur berada pada kategori sedang, meskipun distribusi peserta pada masing-masing kategori menunjukkan pola yang berbeda. Passing dan stopping memiliki distribusi yang sama antara kategori baik dan kurang, masing-masing 40%, sedangkan heading didominasi kategori sedang sebesar 35%. Dribbling memiliki proporsi kategori sedang paling tinggi, yaitu 45%, sementara shooting menunjukkan distribusi yang relatif berimbang antara kategori baik, sedang, dan kurang.

## **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pante Ceureumen secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Dari 20 peserta, sebanyak 8 siswa atau 40% berada pada kategori baik, 6 siswa atau 30% kategori sedang, 4 siswa atau 20% kategori kurang, dan 2 siswa atau 10% kategori sangat kurang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keterampilan dasar peserta belum sepenuhnya homogen karena terdapat perbedaan kemampuan yang cukup jelas antarpeserta. Kondisi tersebut penting diperhatikan dalam proses pembinaan karena keberadaan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler tidak selalu menunjukkan tingkat penguasaan teknik yang sama. Penilaian keterampilan dasar dapat menjadi informasi awal untuk mengetahui kemampuan aktual pemain dan menentukan kebutuhan pembinaan secara lebih spesifik.

Temuan penelitian ini dapat dikaitkan dengan penelitian (Putra et al., 2020) yang menjelaskan bahwa penguasaan keterampilan teknik dasar merupakan aspek fundamental dalam proses pengembangan pemain sepakbola. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa model latihan yang diberikan secara terstruktur dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan dribbling pemain usia muda. Hal tersebut memberikan gambaran bahwa kemampuan teknik dasar bukan merupakan kemampuan yang bersifat tetap, tetapi dapat dikembangkan melalui proses latihan yang sesuai. Dalam konteks penelitian ini, kategori sedang yang diperoleh peserta menunjukkan adanya peluang peningkatan kemampuan melalui pembinaan teknik yang dilakukan secara sistematis.

Pada komponen passing dan stopping, rata-rata kemampuan peserta sebesar 11,40 dan termasuk kategori sedang. Distribusi hasil menunjukkan bahwa 8 siswa atau 40% berada pada kategori baik dan 8 siswa atau 40% berada pada kategori kurang. Sementara itu, 3 siswa atau 15% berada pada kategori sedang dan 1 siswa atau 5% berada pada kategori baik sekali. Tidak terdapat peserta dalam kategori sangat kurang. Distribusi yang

relatif terbelah antara kategori baik dan kurang menunjukkan bahwa kemampuan passing dan stopping dalam kelompok penelitian belum merata. Kondisi tersebut mengindikasikan perlunya pemberian latihan yang mempertimbangkan perbedaan kemampuan individual, terutama bagi peserta yang masih berada pada kategori kurang.

Pada komponen heading, rata-rata kemampuan peserta sebesar 29,20 dan berada pada kategori sedang. Sebanyak 7 siswa atau 35% berada pada kategori sedang, masing-masing 5 siswa atau 25% berada pada kategori baik dan kurang, 2 siswa atau 10% berada pada kategori baik sekali, dan 1 siswa atau 5% berada pada kategori sangat kurang. Pola tersebut menunjukkan bahwa kemampuan heading sebagian besar peserta berada pada tingkat menengah. Variasi kemampuan heading dapat berkaitan dengan kebutuhan koordinasi gerak yang relatif kompleks, terutama dalam mengatur posisi tubuh, memperkirakan arah datangnya bola, dan melakukan kontak bola dengan tepat. Dengan demikian, latihan heading perlu dilakukan secara bertahap agar peserta memperoleh pengalaman gerak yang memadai.

Pada komponen dribbling, rata-rata kemampuan peserta sebesar 19,89 dan termasuk kategori sedang. Sebanyak 9 siswa atau 45% berada pada kategori sedang, 7 siswa atau 35% berada pada kategori baik, sedangkan masing-masing 2 siswa atau 10% berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori baik sekali. Temuan ini menunjukkan bahwa dribbling merupakan keterampilan yang telah dikuasai pada tingkat menengah oleh sebagian besar peserta, tetapi belum mencapai tingkat optimal. Penelitian (Wibowo & Yulianto, 2021) terhadap siswa peserta seleksi Gala Siswa Indonesia menunjukkan bahwa kemampuan dribbling dapat berada pada kategori baik dengan rata-rata 15,44, tetapi kemampuan tersebut juga dipengaruhi oleh latihan, kecepatan, kelincahan, kekuatan otot tungkai, koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan kondisi mental peserta. Perbedaan hasil dengan penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik pengalaman latihan dan kemampuan fisik peserta dapat menjadi faktor yang membedakan tingkat penguasaan dribbling antarkelompok siswa.

Pada komponen shooting, rata-rata kemampuan peserta sebesar 12,95 dan termasuk kategori sedang. Sebanyak 7 siswa atau 35% berada pada kategori baik, 6 siswa atau 30% kategori sedang, 6 siswa atau 30% kategori kurang, dan 1 siswa atau 5% kategori sangat kurang. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori baik sekali. Distribusi tersebut memperlihatkan bahwa kemampuan shooting peserta cukup beragam dan belum menunjukkan dominasi pada kategori kemampuan tinggi. Shooting merupakan

keterampilan yang membutuhkan koordinasi gerak dan ketepatan sasaran sehingga peningkatannya membutuhkan latihan yang dilakukan secara berulang dan terarah.

Temuan tersebut memiliki keterkaitan dengan penelitian (Pujianto et al., 2022) pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMAN 03 Bengkulu City. Penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh latihan dribbling terhadap kemampuan shooting, bahkan kontribusi latihan dribbling terhadap kemampuan shooting dilaporkan sebesar 96,04%. Temuan tersebut memberikan indikasi bahwa keterampilan shooting tidak hanya perlu dilatih melalui gerakan menendang ke sasaran, tetapi dapat dikembangkan melalui latihan yang mengintegrasikan kemampuan membawa bola dengan penyelesaian akhir. Dalam konteks penelitian ini, kemampuan shooting yang masih berada pada kategori sedang menunjukkan pentingnya latihan yang menghubungkan keterampilan teknik secara lebih terpadu.

Jika keempat komponen keterampilan dibandingkan, seluruh komponen dalam penelitian ini berada pada kategori sedang, tetapi memiliki karakteristik distribusi yang berbeda. Passing dan stopping menunjukkan perbedaan yang cukup besar antara peserta kategori baik dan kurang, heading paling banyak berada pada kategori sedang, dribbling didominasi kategori sedang sebesar 45%, sedangkan shooting memiliki distribusi yang relatif berimbang antara kategori baik, sedang, dan kurang. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa kemampuan teknik dasar sepakbola tidak berkembang secara seragam pada setiap peserta maupun pada setiap jenis keterampilan. Oleh karena itu, evaluasi keterampilan sebaiknya dilakukan dengan mengukur beberapa komponen teknik sekaligus sehingga profil kemampuan pemain dapat diketahui secara lebih komprehensif.

Hasil penelitian ini juga dapat dibandingkan dengan penelitian (Moh. Rizki et al., 2023) yang menganalisis kebugaran jasmani serta keterampilan dribbling dan shooting peserta ekstrakurikuler sepakbola. Penelitian tersebut menemukan bahwa keterampilan dribbling berada pada kriteria baik, sedangkan shooting berada pada kriteria kurang baik. Perbedaan capaian antara dribbling dan shooting menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar dalam satu kelompok peserta dapat memiliki tingkat penguasaan yang berbeda. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa setiap komponen keterampilan memiliki distribusi kemampuan tersendiri meskipun secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Ramadhan et al., 2021) yang menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain sepakbola atlet usia 9-11 tahun di Lambhuk Football Academy didominasi kategori sedang, yaitu sebesar 90%, sedangkan 10% berada pada kategori kurang. Kesamaan tersebut

menunjukkan bahwa pada kelompok pemain usia sekolah, tingkat keterampilan dasar sepakbola masih cenderung berada pada tingkat menengah sehingga diperlukan proses pembinaan dan latihan yang dilakukan secara terarah dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa 40% peserta berada pada kategori baik, tetapi masih terdapat 30% peserta pada kategori kurang dan sangat kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pembinaan ekstrakurikuler perlu memperhatikan heterogenitas kemampuan peserta. Peserta dengan kemampuan baik dapat diberikan latihan dengan tingkat kompleksitas yang lebih tinggi, sedangkan peserta yang berada pada kategori kurang dan sangat kurang membutuhkan penguatan teknik dasar secara lebih fundamental. Pendekatan latihan yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan peserta berpotensi membuat proses pembinaan lebih efektif karena materi latihan dapat diarahkan berdasarkan kebutuhan aktual pemain.

Temuan penelitian ini memberikan implikasi praktis bahwa hasil pengukuran keterampilan dasar dapat digunakan sebagai baseline dalam penyusunan program latihan ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Pante Ceureumen. Pelatih dapat menggunakan hasil tersebut untuk menentukan teknik yang perlu mendapatkan perhatian lebih besar dan melakukan evaluasi perkembangan keterampilan secara berkala. Dengan demikian, pengukuran keterampilan dasar tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan evaluasi, tetapi juga dapat menjadi dasar pengambilan keputusan dalam proses pembinaan pemain.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pante Ceureumen secara keseluruhan berada pada kategori sedang, dengan nilai rata-rata gabungan sebesar 200,00. Dari 20 siswa, sebanyak 8 siswa (40%) berada pada kategori baik, 6 siswa (30%) kategori sedang, 4 siswa (20%) kategori kurang, dan 2 siswa (10%) kategori sangat kurang, sedangkan tidak terdapat siswa yang berada pada kategori baik sekali. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keterampilan passing dan stopping, heading, dribbling, dan shooting peserta masih perlu dikembangkan secara lebih terarah dan berkelanjutan untuk mencapai tingkat keterampilan yang lebih optimal.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan kepada pelatih ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Pante Ceureumen untuk menggunakan hasil pemetaan keterampilan dasar

sebagai dasar dalam menyusun program latihan yang sistematis dan disesuaikan dengan tingkat kemampuan masing-masing peserta, terutama bagi siswa yang berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi pembinaan ekstrakurikuler, sedangkan bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan faktor lain seperti kondisi fisik, frekuensi latihan, pengalaman bermain, metode latihan, dan motivasi peserta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajad Sudrajat, Rury Rizhardi, H. K. (2023). Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMPN 4 Talang Ubi. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3(November), 67-78. <https://doi.org/https://doi.org/10.55081/jur dip.v4i1.1515>
- Hasyim, A. H., & Haris, I. N. (2022). Basic Soccer Skills: A Cross Sectional Study on Junior High School Students. *Ndonesian Journal of Sport Management*, 3(2), 224-229. <https://doi.org/https://doi.org/10.31949/ij sm.v3i1.7044>
- Irawan, Y. F. ., Setiaji, I. ., & Azman, W. K. (2022). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar pada Ekstrakurikuler Sepakbola di MTs Ma'arif Sempor. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 15694-15700. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v6i2.4872>
- Moh. Rizki Al Azizi, & Siti Nurrochmah. (2023). Tingkat Kebugaran Jasmani, Keterampilan Dribbling Dan Shooting Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Mts Mifatahulhuda Kabupaten Malang. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 8(2), 229-236. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v8i2.3087>
- Pujianto, D., Insanisty, B., Sugihartono, T., Restu Ilahi, B., & Kurniawan, W. (2022). Effect of Dribbling Training Method on Shooting Ability Football Games for Extracurricular Students at SMAN 03 Bengkulu City. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(2), 411-416. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/kinestetik/index>
- Putra, A. N., Tangkudung, J., & Hanif, S. (2020). The Effect of Game Analytical Game (Gag) Towards The Improvement of Soccer Dribbling Basic Technical Skill. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 9(2), 110-115. <https://doi.org/10.15294/active.v9i2.38378>
- Rahail, R. B., & Dwi Kuswoyo, D. (2022). Keterampilan Passing Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 2(2), 109-112. <https://doi.org/10.52188/ijpess.v2i2.277>
- Ramadhan, D., Pranata, D. Y., & Sarwita, T. (2021). Survei Keterampilan Dasar Sepak Bola Pada Atlet U 9-11 Tahun Di Lambhuk Football Academy Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*, 2(2), 1-15.
- Wibowo, W., & Yulianto, E. (2021). the Identification of the Students ' Dribbling Skill Participating in Gala. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 4, 1-9. <https://jope.ejournal.unri.ac.id/index.php/jope/article/view/7928/6814>