

TINGKAT PERBEDAAN PENGUASAAN ANTARA TEORI DAN PRAKTIK PELAJARAN BULUTANGKIS PADA SISWA SMP NEGERI 1 MANE

Irfan⁽¹⁾, Muhammad Yahya⁽²⁾, Nurmasyitah⁽²⁾

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Jabal Ghafur, Sigli
e-mail: irfanibra4433@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul: Penilaian Keterampilan Dasar Sepak Bola di Kalangan Siswa MTsN 4 Pidie. Pertanyaan utama yang diajukan dalam studi ini adalah seberapa baik siswa MTsN 4 Pidie menguasai teknik dasar dalam sepak bola? Tujuan dari studi ini adalah untuk menilai seberapa jauh siswa mampu menguasai keterampilan dasar sepak bola, seperti passing, dribbling, heading, menghentikan bola, dan shooting. Untuk penelitian ini, digunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Teknik yang digunakan adalah survei dengan pengumpulan data melalui tes keterampilan dasar sepak bola. Subjek yang diteliti meliputi semua siswa yang tergabung dalam tim sepak bola MTsN 4 Pidie yang terdiri dari 18 orang. Dalam analisis data, digunakan metode deskriptif kuantitatif dengan menggunakan persentase. Temuan penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan, keterampilan dasar sepak bola siswa MTsN 4 Pidie berada dalam kategori sedang hingga baik. Hasil tes mengindikasikan bahwa 50% siswa termasuk dalam kategori baik, 50% lainnya berada pada kategori sedang, dan tidak ada siswa yang tergolong dalam kategori kurang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar sepak bola siswa MTsN 4 Pidie tergolong baik dan masih berpotensi untuk ditingkatkan melalui latihan yang lebih terstruktur.

Kata Kunci: Teknik Dasar, Sepak Bola, Siswa MTsN 4 Pidie

PENDAHULUAN

Sepak bola adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh sekelompok pemain dengan menggunakan bola besar, di mana setiap kelompok terdiri dari sebelas orang. Pertandingan berlangsung di lapangan yang ditumbuhi rumput, dilengkapi dengan dua gawang yang diawasi oleh seorang kiper di masing-masing sisi. Dua tim akan saling berusaha untuk menguasai bola dengan maksud mencetak gol ke gawang lawan sembari melindungi gawang mereka dari kebobolan. Menurut Sukatamsi (2013:3), “sepak bola adalah cabang olahraga tim yang dimainkan oleh dua kelompok, yang masing-masing terdiri dari sebelas pemain, termasuk seorang kiper.”

Sepak bola juga terkenal sebagai salah satu jenis olahraga yang sudah ada sejak lama di seluruh dunia, meskipun nama yang digunakan dapat bervariasi.

Meski begitu, semua variasi permainan memiliki tujuan yang sama, yaitu dua tim bersaing untuk menguasai bola dan berusaha mendapatkan poin dengan memasukkan bola ke gawang lawan, sambil berusaha menjaga agar bola tidak direbut oleh pihak lawan.

Keterampilan mendasar yang perlu dikuasai oleh setiap pemain dalam sepak bola meliputi teknik mengoper bola, menggiring bola, menghentikan bola, menyundul bola, melempar bola, dan mengambil bola dari lawan. Dribbling adalah salah satu keterampilan individu yang sangat crucial untuk setiap pemain sepak bola. Kemampuan seorang pemain dalam menggiring bola sangat mempengaruhi penguasaan bola di lapangan. Untuk mencapai kemenangan dalam pertandingan sepak bola, bola harus selalu dalam kendali tim kita.

Tujuan utama permainan sepak bola adalah agar para pemain dapat mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan, serta menjaga agar gawang tidak kebobolan. Hal ini memerlukan keterampilan dan kemampuan tertentu dalam permainan sepak bola. Keterampilan tersebut mencakup dribbling, passing, kontrol bola, shooting, heading, dan penjagaan gawang. Misalnya, dribbling adalah teknik membawa bola dari satu titik ke titik lain di lapangan menggunakan kaki (Koger, 2017:61). Semua keterampilan dalam sepak bola seperti dribbling, passing, kontrol, shooting, heading, dan penjagaan gawang harus dapat dilakukan baik saat berhadapan langsung dengan lawan maupun dalam situasi tanpa tekanan dari pihak lawan.

Dengan kemajuan dalam olahraga sepak bola, tuntutan akan kualitas dan kemampuan pemain semakin meningkat. Untuk memperoleh hasil terbaik, setiap pemain harus memiliki kebugaran fisik yang baik dan memahami teknik dasar permainan secara komprehensif. Ini juga berlaku bagi para siswa di MTsN 4 Pidie, yang menunjukkan minat yang tinggi terhadap sepak bola. Sejak MTsN 4 Pidie didirikan, sepak bola telah menjadi bagian dari kegiatan ekstrakurikuler, dan hingga kini, cabang olahraga ini tetap menjadi yang paling diminati di kalangan siswa, khususnya untuk siswa laki-laki.

Observasi dari peneliti menunjukkan bahwa siswa MTsN 4 Pidie tidak hanya aktif bermain sepak bola di lingkungan sekolah, tetapi juga terlibat dalam kompetisi dari level kecamatan hingga kabupaten Pidie. Kemampuan teknik dasar dalam bermain sepak bola di kalangan siswa MTsN 4 Pidie bervariasi; beberapa sudah menunjukkan kemahiran dalam teknik-teknik dasar seperti dribbling, passing, kontrol, shooting, heading, dan penjagaan gawang. Namun, ada juga sebagian siswa yang masih belum menguasai keterampilan bermain sepak bola, terlihat dari kesulitan mereka dalam

melakukan dribbling, passing, kontrol, dan shooting ketika bertanding.

Berdasarkan pengamatan terhadap kompetisi yang diikuti oleh siswa di MTsN 4 Pidie dan informasi yang diberikan oleh guru olahraga, terlihat bahwa beberapa pemain masih kurang terampil dalam menerapkan teknik permainan bola. Contohnya, saat menggiring bola, seringkali bola berhasil direbut lawan, tendangan ke gawang juga sering tidak tepat sasaran, dan tingkat kelincahan antar pemain bervariasi. Selain itu, banyak siswa di MTsN 4 Pidie yang tidak bisa memberikan umpan yang akurat, bahkan saat melakukan lemparan ke dalam, beberapa siswa juga sering melakukan kesalahan saat bertanding.

Dalam wawancara awal yang peneliti lakukan dengan beberapa siswa di MTsN 4 Pidie, mereka mengakui ada berbagai kendala dalam teknik bermain, seperti penguasaan saat menggiring bola yang sering tidak stabil, serta umpan dan tendangan yang kurang akurat ke gawang. Selain itu, mereka juga mengalami kesulitan terkait kekuatan lengan saat melakukan lemparan.

Karena itu, sangat penting untuk melaksanakan survei untuk menilai kemampuan bermain sepak bola siswa di MTsN 4 Pidie. Dengan demikian, penulis berencana melakukan penelitian mengenai "Evaluasi Teknik Dasar Permainan Sepak Bola di MTsN 4 Pidie. "

LANDASAN TEORITIS

Esensi Evaluasi Pembelajaran

Definisi Evaluasi

Evaluasi adalah proses terstruktur yang digunakan untuk mengukur, menganalisis, dan menilai efektivitas suatu program dengan tujuan untuk mengambil keputusan dan perbaikan di masa mendatang. Evaluasi mencakup identifikasi, klarifikasi, serta penerapan kriteria untuk menilai kualitas suatu program (Worthen dan Sanders, 2016), dan berfungsi sebagai dasar untuk perbaikan

atau pengembangan kurikulum (Mappiasse dan Sihes, 2014).

Terdapat dua jenis evaluasi: formatif yang ditujukan untuk perbaikan selama pelaksanaan, dan sumatif yang menilai hasil akhir. Evaluasi bersifat berkesinambungan dan menjadi acuan dalam pengambilan keputusan mengenai program.

Tujuan Evaluasi

Tujuan dari evaluasi adalah untuk menilai seberapa efektif program, pelaksanaan sesuai rencana, efisiensi biaya, serta akuntabilitas (Wirawan, 2012). Evaluasi juga berfungsi untuk pengembangan staf, pencapaian standar, dan pengambilan kebijakan pendidikan. Proses evaluasi dilakukan melalui beberapa langkah: fokus evaluasi, pengumpulan, pengorganisasian, analisis, pelaporan, dan penggunaan kembali informasi (Mitchel, 2016).

Model Evaluasi

Model evaluasi digunakan sebagai sarana untuk pengambilan keputusan. Beberapa model yang penting antara lain:

1. Model Tujuan (Goal-Oriented) – Tyler
2. Model Bebas Tujuan (Goal-Free) – Scriven
3. Model Countenance – Stake
4. Model CIPP – Stufflebeam

Model Responsif, Iluminatif, dan Studi Kasus untuk evaluasi kualitatif. Model-model ini membantu dalam mengevaluasi serta menentukan keberlanjutan atau penghentian program.

Evaluasi dalam Pendidikan

Evaluasi pendidikan adalah proses sistematis untuk menilai pencapaian tujuan pendidikan (Tyler, 1950; Arikunto, 2019). Evaluasi bisa dilakukan selama pelaksanaan (formatif) dan di akhir program (sumatif), dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas pembelajaran. Evaluasi juga mencerminkan kualitas dan hasil dari proses pendidikan, baik dari segi kuantitatif maupun kualitatif, serta berfungsi sebagai alat untuk peningkatan mutu pendidikan.

Sejarah Singkat Permainan Sepak Bola

Sepak bola merupakan aktivitas olahraga yang melibatkan dua tim, masing-masing terdiri atas 11 pemain, dengan tujuan utama mengarahkan bola ke gawang lawan serta menjaganya agar tidak kebobolan (Muhajir, 2004; Rahmani Mikanda, 2014). Asal usul sepak bola dapat ditelusuri kembali ke periode 112–247 SM di China dengan permainan bernama Tsu-Chu, yang kemudian juga dikenal di Jepang sebagai Kemari dan di Italia sebagai Giugo de Calcio. Tsu-Chu diyakini melambangkan simbol bulan dan konsep keseimbangan yin-yang dalam budaya Tionghoa, bahkan menjadi olahraga yang wajib diajarkan di sekolah-sekolah kerajaan (Adhe Saputra, dkk. , 2020).

Organisasi sepak bola global yakni FIFA resmi didirikan pada tanggal 21 Mei 1904 oleh Gueron dari Prancis, dan menggelar turnamen dunia pertamanya pada tahun 1930 di Montevideo, Uruguay, berkat inisiatif Jules Rimet. Setelah tersebut, Piala Dunia diadakan setiap empat tahun dengan nama Jules Rimet Cup mulai tahun 1946. Di Indonesia, sepak bola diyakini dibawa oleh penjajah Belanda, dan pada 19 April 1930, PSSI didirikan oleh tujuh klub sepak bola. Salah satu figur kunci dalam pembentukan PSSI adalah Ir. Soeratin Sosrosoegondo. Sejak tahun 1966, PSSI kembali aktif melaksanakan kompetisi dan kejuaraan untuk remaja sebagai bagian dari pengembangan bakat.

Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola

Teknik dasar dalam sepak bola meliputi berbagai gerakan baik yang melibatkan bola maupun tidak, seperti menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, dan melakukan tembakan (Sucipto, 2000). Penguasaan teknik-teknik dasar ini sangat krusial untuk memastikan pemain dapat berperforma dengan baik di lapangan.

Salah satu teknik yang paling vital adalah menendang bola (passing), yaitu memberikan umpan kepada rekan satu tim

menggunakan bagian dalam, luar, atau punggung kaki (Festevian, 2019). Jenis umpan dibedakan antara umpan pendek dan umpan jauh, serta memerlukan tingkat ketepatan yang tinggi karena sering dipakai di dalam pertandingan (Sceunemann, 2005). Menurut Herwin (2004), hal-hal penting dalam melakukan tendangan mencakup posisi kaki tumpu dan ayunan, titik kontak bola, serta gerakan lanjutan (follow-through). Berbagai jenis tendangan meliputi:

1. Kaki bagian dalam – digunakan untuk umpan tepat pada jarak dekat.
2. Punggung kaki – untuk tendangan yang kuat dan pada jarak jauh.
3. Punggung kaki bagian dalam – kombinasi antara kontrol dan kekuatan.

Dengan kaki bagian dalam (Inside-foot)

Berikut adalah ilustrasi dan langkah-langkah pelaksanaan tendangan dengan kaki bagian dalam:

Pelaksanaan:

- a) Berdirilah dengan posisi menghadap bola.
- b) Tempatkan kaki kiri di samping bola dan sedikit tekuk lutut.
- c) Condongkan tubuh sedikit ke belakang.
- d) Rentangkan kedua tangan di samping tubuh untuk menjaga keseimbangan.
- e) Arahkan fokus kepada bola dan target tembakan.
- f) Bidik bola yang ada di depan anda dengan menggunakan bagian dalam kaki pada tengah bola.
- g) Ayunkan kaki kiri maju hingga bola terkena tendangan pada arah target.
- h) Setelah menendang, berat badan dapat dipindahkan ke kaki kanan (atau kaki yang digunakan untuk menendang).
- i) Pastikan kaki mendarat dengan baik.

Dengan punggung kaki bagian luar (Outside-instep)

Berikut adalah ilustrasi dan prosedur pelaksanaan tendangan dengan punggung kaki bagian luar:

Pelaksanaan:

- 1) Kaki tumpu harus sejajar atau sedikit di belakang bola.
- 2) Ayunkan kaki tendang dari belakang, dan saat menyentuh bola, putar ujung sepatu ke dalam.
- 3) Gerakan utama berasal dari sendi lutut pada kaki tendang.
- 4) Rentangkan tangan dengan leluasa.
- 5) Pastikan mata fokus pada bola.
- 6) Lakukan follow through setelah tendangan.

Selain keempat metode tersebut, kita perlu memahami posisi kaki tumpu dalam hubungan dengan bola, yakni berada di samping bola sekitar 10-15 cm, dengan tubuh sedikit condong ke depan, kedua tangan terbuka di samping untuk menjaga keseimbangan, serta mata tertuju pada bola.

Menghentikan Bola

Menghentikan bola dalam permainan sepakbola sangat penting untuk setiap pemain. Teknik menghentikan bola yang tepat akan membantu pemain dalam memberikan umpan kembali dan menciptakan kesempatan untuk mengoper dengan cepat kepada rekan saat bermain. Hal ini sejalan dengan definisi yang menjelaskan bahwa menghentikan bola adalah sebuah metode yang dilakukan bersamaan dengan teknik menendang bola, mengatur tempo permainan, mempermudah proses umpan, dan mengendalikan ritme permainan.

Bola menyusur tanah

Dapat dilakukan menggunakan bagian dalam kaki maupun telapak kaki.

Pelaksanaan:

- a. Berlari menuju bola yang datang, fokuskan pandangan ke bola, lalu berhenti.
- b. Kaki ditekuk mengarah ke bola, lutut kaki tumpu sedikit ditekuk.
- c. Kaki penerima harus menyentuh bola tepat di bagian dalam kaki.
- d. Kaki penerima yang mengontrol bola mengikuti arah perjalanan bola.
- e. Kaki penerima bersamaan dengan bola berhenti, kendali atas bola didapat.

Bola memantul

Teknik menghentikan bola pantul dapat dilakukan dengan menggunakan bagian dalam kaki, bagian luar, telapak kaki, serta perut.

Pelaksanaan:

- 1) Fokuskan mata pada bola.
- 2) Condongkan tubuh sedikit ke arah bola yang datang.
- 3) Pusatkan berat badan pada kaki tumpu, yaitu kaki yang berhadapan dengan datangnya bola.
- 4) Lutut kaki tumpu sedikit ditekuk dan mengarah kepada bola yang datang.
- 5) Angkat kaki penahan sedikit dari tanah, lutut ditekuk, bagian dalam kaki menghadap ke tanah. Bola ditahan di antara bagian dalam kaki.
- 6) Gantungkan kaki penahan dengan rileks.
- 7) Rentangkan tangan untuk menjaga keseimbangan.

Bola tinggi atau bola udara

Teknik untuk menghentikan bola di udara (tanpa menyentuh tanah) dapat dilakukan dengan menggunakan bagian dalam kaki, paha, dada, punggung kaki, dan kepala.

- 1) Kaki tumpu diarahkan ke bola yang datang, lutut sedikit ditekuk.
- 2) Kaki penerima digerakkan maju ke arah bola yang datang.
- 3) Kaki penerima menerima bola tepat pada bagian dalam kaki, sedikit diangkat dari tanah.
- 4) Kaki penerima dan bola digerakkan mengikuti arah bola.
- 5) Setelah bola jatuh ke tanah, bola berhenti dan dikuasai.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis dapat menarik kesimpulan bahwa menghentikan bola adalah usaha untuk mengendalikan bola agar dapat dikuasai sepenuhnya. Dengan begitu, bola dapat dimainkan untuk merancang serangan, serta dalam membangun serangan balik.

Menggiring Bola (Dribbling)

Dribbling adalah salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan sepak bola, karena dengan dribbling,

pemain dapat dengan mudah memindahkan bola dari satu lokasi ke lokasi lain sambil berlari. Pemain biasanya menggunakan teknik dribbling untuk mengecoh lawan selama pertandingan. Hal ini mendukung pandangan bahwa dribbling adalah keterampilan yang dimiliki pemain untuk mengelabui lawan (Dai, Mao, Garrett, dan Yu, 2014; Rossi et al. , 2018).

Menggiring bola bisa didefinisikan sebagai gerakan berlari sambil menggunakan kaki untuk mendorong bola agar terus berjalan di tanah. Aktivitas ini sebaiknya dilakukan pada momen yang tepat, yaitu saat tidak ada lawan yang menghalangi. Teknik menggiring bola yang pertama kali harus dipraktikkan oleh pemain muda adalah berlari sambil membawa bola (Suwarno KR, 2001: 10). Secara umum, dribbling dibagi menjadi tiga cara, yaitu:

Dengan menggunakan bagian dalam kaki

Langkah-langkahnya:

- 1) Fokuskan pandangan pada bola.
- 2) Jaga agar kepala dan badan berada di atas bola.
- 3) Dorong bola menggunakan bagian dalam kaki, dan jaga agar tetap dalam jangkauan.
- 4) Maju bola lurus ke depan.
- 5) Pastikan posisi badan berada di antara bola dan lawan.

Menggiring bola dengan bagian luar kaki

Langkah-langkahnya:

- 1) Pandangan diarahkan ke bola.
- 2) Kepala dan tubuh berada di atas bola.
- 3) Sentuh bola ke depan secara lurus menggunakan bagian luar kaki.
- 4) Putar kaki yang digunakan mendorong bola ke dalam, sehingga bagian yang menyentuh bola adalah dekat dengan kelingking.
- 5) Pastikan langkah-langkah saat berlari tidak terhalang.
- 6) Jaga jarak bola tetap dalam kendali pemain.
- 7) Badan berada di antara bola dan lawan.

Menggiring bola menggunakan punggung kaki

Langkah-langkahnya:

- 1) Pandangan harus fokus pada bola.
- 2) Kepala dan tubuh harus di atas bola.
- 3) Sentuh bola ke depan dengan punggung kaki.
- 4) Ujung kaki yang bersentuhan dengan bola harus menghadap ke tanah.
- 5) Lari dengan langkah-langkah pendek.
- 6) Jaga agar bola tetap dalam kendali pemain.
- 7) Badan harus berada di antara bola dan lawan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa menggiring bola (dribbling) adalah salah satu teknik dasar dalam sepak bola yang dilakukan dengan menendang bola secara perlahan atau terputus-putus untuk mendekatkan diri ke sasaran, melewati lawan, dan menghalangi permainan. Teknik ini dapat dilakukan dengan tiga metode, yaitu dengan kaki dalam, kaki luar, dan punggung kaki.

Menyundul Bola

Menyundul bola adalah teknik dasar dalam sepak bola yang digunakan untuk mengumpan, mencetak gol, atau menghentikan serangan lawan, yang dilakukan ketika bola berada di atas kepala. Teknik ini dapat dilakukan saat berdiri, melompat, atau terbang. Penyundulan dilakukan dengan dahi, menjaga mata terbuka, dan menegatkan leher.

Prinsip-prinsip dasar dalam menyundul bola antara lain:

1. Fokus pada arah bola,
2. Tubuh condong ke belakang,
3. Kening menyentuh bagian tengah bola,
4. Energi berasal dari pinggang dan leher,
5. Arah bola dikendalikan dengan gerakan kepala.

Heading melibatkan seluruh tubuh dan merupakan keterampilan penting untuk mengontrol permainan melalui duel udara yang sering terjadi.

Menembak Bola

Menembak adalah teknik dasar untuk menendang bola menuju gawang dengan tujuan mencetak gol. Teknik ini paling sering diterapkan di sekitar atau di dalam kotak penalti. Menembak adalah keterampilan yang harus dikuasai setiap pemain, karena sangat berpengaruh pada keberhasilan tim dalam mencetak angka. Jenis tembakan ditentukan berdasarkan bagian kaki yang digunakan, seperti kaki dalam, luar, punggung kaki, dan kombinasi lainnya.

Menurut Herwin (2004) dan Lhaksana (2012), beberapa aspek penting dalam menembak meliputi:

1. Penempatan kaki tumpu,
2. Kontak punggung kaki dengan bola,
3. Fokuskan pandangan pada bola,
4. Condongkan badan ke depan,
5. Lakukan kaki ayunkan sepenuhnya (follow-through).

Shooting yang tepat memerlukan daya, ketepatan, dan keterampilan yang terlatih agar.

Teknik Permainan Sepak Bola

peluang untuk mencetak gol bisa dimaksimalkan.

Teknik dalam bermain adalah cara untuk mencapai kemenangan di sepak bola yang memerlukan dukungan dari kondisi fisik, keterampilan, mental, dan kecerdasan. Teknik ini dibagi menjadi tiga kategori:

a) Teknik Individu:

Dilakukan oleh pemain secara sendiri untuk membuat keputusan ketika mengolah, menendang, mengontrol, memberikan umpan, atau menjaga bola dalam berbagai situasi seperti tendangan bebas, tendangan sudut, dan throw-in.

b) Teknik Unit:

Dilaksanakan oleh sekelompok pemain dalam satu barisan (belakang, tengah, depan). Contohnya adalah strategi saat melakukan tendangan sudut, jebakan offside, atau trik saat melakukan tendangan bebas.

c) Teknik Tim/Beregu:

Dilakukan oleh seluruh anggota tim untuk mengatur ritme permainan atau strategi untuk memberi tekanan atau mengundang lawan, seperti mempercepat atau memperlambat alur permainan secara bersama-sama.

Keterampilan Gerak dalam Sepak Bola

Keterampilan gerak merupakan kemampuan untuk menjalankan tugas fisik dengan efisien dan efektif, hal ini sangat penting dalam kehidupan sehari-hari dan dalam pendidikan jasmani (Ma'mun dan Saputra, 2009). Terdiri dari tiga kategori:

1. Keterampilan adaptif sederhana
2. Keterampilan adaptif terpadu
3. Keterampilan adaptif kompleks

Penguasaan gerakan memerlukan latihan yang berulang dan waktu yang bervariasi sesuai dengan tingkat kompleksitasnya. Klasifikasi keterampilan dibedakan berdasarkan:

- a). Ketepatan gerakan: otot besar (kasar) atau otot kecil (halus)
- b). Titik awal dan akhir gerakan: diskret, serial, kontinuc).

Stabilitas lingkungan: stabil (tetap) atau dinamis (berubah-ubah)

Unsur pendukung keterampilan gerak mencakup:

- a) *Kemampuan fisik*: kekuatan, daya tahan, kelincahan, kecepatan, dan indera
- b) *Kemampuan mental*: berpikir logis, imajinasi gerak
- c) *Kemampuan emosional*: kontrol emosi, motivasi tinggi, sikap positif terhadap tugas gerak

METODE PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran, sehingga memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti. Menurut Suharsimi Arikunto penelitian deskriptif adalah penelitian non hipotesis, sehingga

langkah penelitian tidak merumuskan hipotesis. Metode survei adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh fakta-fakta dari gejala-gejala yang ada dan mencari kekurangan-kekurangan secara faktual Suharsimi Arikunto (2006: 56)

Populasi dan Sampel

Menurut Sugiyono (2009:120) "Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut". Menurut Suharsimi Arikunto (Suharsimi Arikunto, 2010:175) menyatakan bahwa sampel adalah bagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Sampling adalah suatu cara yang ditempuh dengan pengambilan sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan obyek penelitian. Dalam penelitian sampel yang diambil pemain sepakbola MTsN 4 Pidie yang berjumlah 18 peserta.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Maka penelitian ini menggunakan sampel pemain sepak bola MTsN 4 Pidie yang berjumlah 18 peserta.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan informasi dalam studi ini menggunakan metode eksperimen dengan pengukuran melalui tes. Metode eksperimen merupakan yang paling sesuai untuk mengetahui hubungan sebab-akibat dengan cepat. Menurut Sutrisno Hadi (1994:427), untuk mengeksplorasi hubungan sebab-akibat, metode yang paling efektif adalah metode eksperimen.

Instrumen Penelitian

Menurut Arikunto (2002: 136), "instrumen penelitian adalah alat atau sarana yang digunakan oleh peneliti dalam

mengumpulkan informasi agar prosesnya menjadi lebih mudah dan hasilnya berkualitas tinggi, yang berarti lebih akurat, lengkap, dan terstruktur sehingga lebih mudah untuk dianalisis. ”

Tes keterampilan dalam olahraga ditujukan untuk menilai kemampuan siswa dalam suatu cabang olahraga. Tes ini menunjukkan penguasaan teknik dasar dalam bidang olahraga tersebut. Untuk keperluan pengumpulan data, tes yang akan dilaksanakan mengikuti pedoman yang telah ditentukan. Tes yang digunakan adalah tes keterampilan sepak bola. Alat dan bahan yang dibutuhkan dalam tes keterampilan sepak bola meliputi: lapangan, bola, cone, peluit, stopwatch, dan meteran.

Tes ini mengukur teknik dasar bermain sepak bola dan terdiri dari beberapa jenis tes sebagai berikut:

Tes Passing, yaitu tes yang mengharuskan pemain menendang bola dari beberapa lokasi dan mengenai sasaran tertentu dengan waktu tercepat.

1. Cara pelaksanaan:

Bola diletakkan di tanah dalam posisi diam, kemudian ditendang dengan kaki bagian dalam, bola harus melambung ke udara dan diarahkan jatuh ke dalam sasaran berbentuk persegi berukuran 4 meter x 4 meter. Jarak antara tempat menendang dan titik tengah sasaran adalah 18-20 meter. Setiap peserta diberi kesempatan menendang bola lima kali dengan kaki kanan dan lima kali dengan kaki kiri.

2. Keberhasilan:

Jumlah bola yang berhasil masuk ke dalam sasaran.

3. Penilaian:

Baik: poin 8, artinya jumlah bola yang masuk ≥ 8 . Sedang: poin 6, artinya jumlah bola yang masuk 6 – 7. Kurang: poin 4, artinya jumlah bola yang masuk ≤ 5 .

Tes Dribbling, adalah tes yang dilakukan dengan menggiring bola secepat mungkin

melalui semua rintangan yang telah ditentukan.

1. Cara pelaksanaan:

Menggiring bola dengan pola zig-zag melewati 10 tiang pancang, dengan jarak antar tiang dua meter. Garis start dan finish berada dua meter dari tiang pancang pertama. (Risna, 2021:51).

Keberhasilan:

Menggiring bola dalam waktu tercepat.

2. Penilaian:

Baik: poin 8, artinya menggiring bola dalam waktu ≤ 23 detik. Sedang: poin 6, artinya menggiring bola dalam waktu 24-26 detik. Kurang: poin 4, artinya menggiring bola dalam waktu ≥ 27 detik.

Tes Heading the ball, yaitu tes yang mengukur kemampuan menyundul bola sejauh mungkin dari posisi yang telah ditentukan dengan bola yang dilambungkan sendiri.

1. Cara pelaksanaan:

Pemain berdiri 5,5 meter di depan tengah gawang dengan bola. Bola dilempar ke atas oleh pemain itu sendiri, kemudian melompat dan disundul ke sasaran di tengah gawang, melampaui garis gawang. Gawang berukuran normal dibagi menjadi dua bagian yang sama dengan tali. Peserta memiliki lima kesempatan untuk menyundul bola ke dalam sasaran gawang.

2. Keberhasilan:

Jumlah bola yang berhasil masuk ke dalam sasaran.

3. Penilaian:

Baik: poin 8, artinya berhasil memasukkan 5 bola ke sasaran. Sedang: poin 6, artinya berhasil memasukkan 3 – 4 bola. Kurang: poin 4, artinya berhasil memasukkan ≤ 2 bola.

Tes menghentikan bola adalah salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang digunakan bersamaan dengan teknik menendang. Tujuannya adalah untuk mengontrol bola, termasuk dalam mengatur tempo permainan.

1. Cara pelaksanaan:

Bola ditahan tepat pada garis tembak, bola akan ditendang oleh satu orang atau satu

rekan dari jarak 5 meter di hadapan dan ditahan dengan kaki kanan dan kiri secara bergantian.

2. Keberhasilan:

Menahan bola selama 30 detik.

3. Penilaian:

Baik: poin 8, yang berarti jarak menahan bola selama 30 detik sebanyak 20 kali.

Sedang: poin 6, yang mengartikan jarak menahan bola 30 detik sebanyak 11-19 kali.

Kurang: poin 4, yang berarti jarak menahan bola 30 detik kurang dari 10 kali.

Tes Menendang Bola, merupakan ujian untuk menendang bola dari posisi tertentu menggunakan kaki yang ditentukan ke target yang sudah diatur.

1. Cara pelaksanaan :

Bola diam diletakkan ditanah, dengan anjang-ancang bola ditendang dengan kaki bagian punggung kaki ke arah sasaran dengan lebar satu meter. Jarak tempat menendang dengan sasaran 10 meter. Kesempatan menendang bola lima kali dengan kaki kanan dan lima kali dengan kaki kiri.

2. Keberhasilan :

Jumlah bola yang masuk kedalam sasaran.

1. Penilaian:

Baik : poin 8, artinya jumlah memasukkan ≥ 8 bola

Sedang : poin 6, artinya jumlah memasukkan 6 - 7 bola

Kurang : poin 4, artinya jumlah memasukkan ≤ 5 bola

Tabel 3.1 Norma Klasifikasi Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola

Kategori	Rentang Nilai / Waktu	Deskripsi Umum
Baik	Nilai: 8 – 10 / Waktu: ≤ 23 detik	Penguasaan teknik sangat baik, pelaksanaan tepat, kontrol stabil, dan konsisten.

Sedang	Nilai: 6 – 7 / Waktu: 24 – 26 detik	Cukup mampu menerapkan teknik dasar, terdapat kekurangan ringan dalam akurasi atau konsistensi.
Kurang	Nilai: 0 – 5 / Waktu: ≥ 27 detik	Belum mampu menguasai teknik secara baik, perlu latihan intensif dan penguatan keterampilan dasar.

Teknik Analisis Data

Analisis data atau penggolongan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Dalam pelaksanaannya terdapat dua jenis analisa data bahwa dalam suatu penelitian seorang peneliti dapat menggunakan dua jenis analisis yaitu analisis statistik dan analisis non statistik. Metode analisis data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah dengan perhitungan statistik menggunakan analisis deskriptif presentase. Menurut Anas Sudijono (Anas Sudjiono, 2009: 43) rumus yang digunakan untuk mencari persentase adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

PEMBAHASAN

Evaluasi teknik dasar dalam permainan sepak bola adalah hal yang sangat penting untuk mengetahui sejauh mana siswa menguasai keterampilan teknis mereka. Penilaian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan pemain dalam teknik-teknik dasar seperti umpan, menggiring bola, menyundul,

menghentikan bola, dan menendang. Teknik-teknik dasar ini menjadi dasar bagi pembentukan pemain sepak bola yang berkualitas dan bisa berkontribusi dengan baik dalam tim.

Hasil penelitian yang dilakukan pada 18 siswa di MTsN 4 Pidie menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar siswa berada pada tingkat sedang hingga baik, namun distribusinya belum merata di setiap bidang keterampilan. Dalam evaluasi keterampilan umpan, 55,6% siswa berada pada kategori sedang, sedangkan 33,3% tergolong baik dan 11,1% masuk dalam kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa sudah dapat melakukan umpan dengan baik, meskipun sejumlah siswa masih perlu meningkatkan akurasi dan waktu dalam umpan.

Keterampilan menggiring bola juga menunjukkan hasil pada kategori sedang, dengan 61,1%, diikuti oleh 33,3% dalam kategori baik dan 5,6% dalam kategori kurang. Ini menunjukkan bahwa kemampuan dribbling siswa memerlukan latihan yang lebih rutin, terutama dalam kemampuan kontrol dan kecepatan.

Untuk aspek menyundul, sebagian besar siswa (77,8%) berada pada kategori sedang, dengan hanya satu siswa (5,6%) berada dalam kategori baik. Hal ini mengindikasikan bahwa keterampilan menyundul masih merupakan tantangan bagi siswa, mungkin disebabkan oleh kurangnya latihan khusus atau ketakutan saat melakukan heading.

Dalam hal menghentikan bola, semua siswa (100%) termasuk dalam kategori sedang. Ini berarti siswa memiliki kemampuan yang relatif sama dalam mengontrol bola, tetapi belum ada yang menunjukkan kemampuan luar biasa pada teknik ini.

Evaluasi terkait keterampilan menendang menunjukkan hasil yang cukup baik, di mana 55,6% siswa berada dalam kategori baik. Ini berarti lebih dari setengah siswa dapat melakukan tendangan

dengan kekuatan dan akurasi yang baik, sementara sisanya berada dalam kategori sedang (33,3%) dan kurang (11,1%).

Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa 50% siswa berada pada kategori baik dan 50% lainnya dalam kategori sedang untuk keterampilan dasar permainan sepak bola. Tidak terdapat siswa yang termasuk dalam kategori kurang, yang menandakan bahwa semua siswa memiliki pemahaman dan penguasaan teknik dasar yang cukup untuk dikembangkan lebih lanjut.

Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa pembinaan teknik dasar di MTsN 4 Pidie cukup efektif, namun tetap membutuhkan latihan yang terus-menerus dan terencana, terutama untuk aspek menyundul dan menghentikan bola, agar siswa dapat mencapai kategori baik secara keseluruhan. Evaluasi ini bisa dijadikan acuan bagi guru PJOK dan pelatih untuk membuat program latihan yang lebih terarah sesuai kebutuhan siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai keterampilan teknik dasar permainan sepak bola siswa MTsN 4 Pidie yang mencakup umpan, menggiring bola, menyundul, menghentikan bola, dan menendang, dapat disimpulkan poin-poin berikut:

Keterampilan Umpan

Dari 18 siswa yang diuji, terdapat 6 siswa (33,3%) yang masuk dalam kategori baik, 10 siswa (55,6%) dalam kategori sedang, dan 2 siswa (11,1%) berada pada kategori kurang. Ini berarti keterampilan umpan secara umum termasuk dalam kategori sedang.

Keterampilan Menggiring Bola

Sebanyak 6 siswa (33,3%) memiliki kemampuan dribbling yang baik, 11 siswa (61,1%) berada pada kategori sedang, dan 1 siswa (5,6%) tergolong kurang. Kemampuan dribbling siswa secara keseluruhan juga terklasifikasi dalam kategori sedang.

Keterampilan Menyundul

Hanya ada 1 siswa (5,6%) yang berada pada kategori baik, sementara 14 siswa (77,8%) terkategori sedang, dan 3 siswa (16,6%) dalam kategori kurang. Ini artinya, menyundul adalah teknik dasar yang paling perlu diperhatikan, karena siswa belum menguasainya dengan baik.

Keterampilan Menghentikan Bola (Stopping)

Seluruh siswa (100%) berada dalam kategori sedang, tanpa adanya siswa yang termasuk dalam kategori baik atau kurang. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan mereka seragam, meskipun belum mencapai kategori tertinggi.

Keterampilan Menembak

Sebanyak 10 siswa (55,6%) memiliki keterampilan menembak yang baik, 6 siswa (33,3%) berada pada kategori sedang, dan 2 siswa (11,1%) dalam kategori kurang. Teknik menembak adalah salah satu aspek yang paling dikuasai oleh siswa dibandingkan dengan teknik lainnya.

Keterampilan Dasar Sepak Bola Secara Keseluruhan

Hasil pengukuran menunjukkan bahwa 9 siswa (50%) berada dalam kategori baik dan 9 siswa (50%) sedang, tanpa ada siswa yang termasuk dalam kategori kurang. Ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, penguasaan teknik dasar sepak bola oleh siswa MTsN 4 Pidie sudah cukup baik dan merata.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhe Saputra, dkk (2020). *Sepak Bola*, Jambi: Salim Media Indonesia.
- Akbari, H., Sahebozamani, M., Daneshjoo, A., & Amiri-Khorasani, M. (2018). *Effect of the FIFA 11+ programme on vertical jump performance in elitemale youth soccer players. Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 7(2), doi: 10.26773/mjssm.180903.
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2009). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Anas Sudjiono. (2009). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Perseda.
- Arikunto, S. (2018). *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, S., & Jabar, C. S. A. (2014). *Evaluasi Program Pendidikan: Pedoman Teoritis Praktis bagi Mahasiswa dan Praktisi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikutno (2002), *Instrumen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arwandi, J., & Ardianda, E. (2018). *Latihan Zig-Zag Run Dan Latihan Shuttle Run Berpengaruh Terhadap Kesanggupan Dribbling Sepakbola*. *Performa*, 3(01).
- Aziz, A., et al. (2018). Evaluasi sebagai Proses Menentukan Sejauh Mana Tujuan Tercapai. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 638.
- Herwin. (2004). *Diktat Pembelajaran Keterampilan Sepakbola Dasar*. FIK: UNY.
- Herwin.(2004).*Keterampilan Sepakbola Dasar, Diktat, Falkultas Ilmu Keolahragaan, Univesitas Negeri Yogyakarta*.
- Indra Gunawan. (2009). *Teknik Olahraga Sepakbola*. Jakarta: IPA ABONG.
- Indra Palasa, Eddy Marheni, (2020) *Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Ssb Persika Jaya Sikabau*, Volume

- 5 No 1, 12 July 2020. Jurnal Performa Olahraga
- Justinus Lhaksana. 2012. *Teknik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champ Luthfi, F., &-, D. (2018). *Tinjauan Kemampuan Teknik Permainan Sekolah Sepakbola*. Jurnal Patrio.
- Mappiasse, S. S., & Sihes, A. J. (2014). Evaluation of English as a Foreign Language and Its Curriculum in Indonesia: A Review. *English Language Teaching*, 7(10), 113–122.
<https://doi.org/10.5539/elt.v7n10p113>
- Mardela Romi, Yendrizza, Alda Yudi Alex, (2019) *Modifikasi Permainan Olahraga Kriket Untuk Pemula*, Volume 4 Nomor 2, Desember 2019, Jurnal Performa.
- Maulana, Gusri, Roma Irawan, (2020) *Pengaruh Metode Bentuk Bermain Dan Bentuk Latihan Terhadap Kesanggupan Shooting Pemain SSB Balai Baru U- 15 Kota Padang*, Volume 2 No 1, 2020, Jurnal Patriot.
- Mitchel, R. (2016). *Program Evaluation: Alternative Approaches and Practical Guidelines*. Boston: Pearson.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 1*. Jakarta: Erlangga.
- Purwanto, N. (2017). *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rahmani, Mikanda (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta timur: Dunia Cerdas.
- Remmy Muchtar (1992). *Teknik-Teknik dalam Permainan Sepak Bola*. Bandung. Setia Pelajar
- Scheuneumann, Timo. (2005). *Dasar Sepak Bola Modern untuk Pemain dan Pelatih*. Malang: Dioma
- Soegiyanto dan sudjawro. (1993). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Dekdikbud
- Subagyo Irianto. (2010). *Pengembangan Tes Kecakapan David Lee Untuk Sekolah Sepak Bola (SSB) Kelompok umur 14-15 Tahun*. Yogyakarta: UNY.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepak Bola*. Depdikbud: Dirjendikti
- Sugiyono, (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2007). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta, cv.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktik*.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (edisi.Revisi). Jakarta: Rineka Cipta
- Sunarta, Hafiz, Hendri Irawadi (2020) *Perbedaan Efektivitas Akurasi Shooting Menggunakan Kaki Bahagian Dalam Dengan Kura-Kura Kaki Bahagian Atas Atlet Sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam*, Volume 2 No 1, 2020, Jurnal Patriot.

Surrohmat, Alex Aldha Yudi, (2020)
*Pengaruh Latihan Six-Week
Priodezation Model terhadap
Daya Tahan Aerobik Pemain
Sepak Bola SMAN 4 Sumbar,*
Volume 5 Nomor 1, 2020, Jurnal
Performa Olahraga.

Sutrisno Hadi, 1994, *Metodologi Research
jilid 2, cet. 24* Yogyakarta: Andi
Offset

Utama, M. W., & Insanistyo, B.(2019).
*Analisis Kemampuan Teknik
Dasar Bermain Sepakbola Pada
Pemain Usia 16 Tahun. Kinestik:*
Jurnal Ilmiah Pendidikan
Jasmani,3(1).

Wirawan. (2012). *Evaluasi: Teori, Model,
Standar, Aplikasi, dan Profesi.*
Jakarta: Rajawali Pers.

Worthen, B. R., & Sanders, J. R. (2016).
*Program Evaluation: Alternative
Approaches and Practical
Guidelines* (4th ed.). Boston:
Pearson Education.