

TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA SMA NEGERI 1 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR TAHUN 2026

¹abcde **Akhmad Fikhr***, & ²ade **Ricky Fernando**

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Pekanbaru, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Pekanbaru, Indonesia

Received 10 Maret 2026; Accepted 17 Juni 2026; Published 30 Juni 2026

OPEN ACCESS

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih rendahnya penguasaan teknik dasar sepak bola siswa yang dipengaruhi oleh keterbatasan sarana dan prasarana serta kurang optimalnya proses pembelajaran dan latihan. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Populasi penelitian berjumlah 178 siswa putra, sedangkan sampel penelitian sebanyak 17 siswa yang dipilih sesuai dengan kebutuhan penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tes keterampilan sepak bola usia 10–12 tahun yang meliputi dribbling, short pass, throw in, running with the ball, heading, dan shooting. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan dribbling dan short pass berada pada kategori baik, throw in dan shooting berada pada kategori sedang, heading berada pada kategori kurang, sedangkan running with the ball berada pada kategori baik. Secara keseluruhan, tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola siswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 52,94%. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar sepak bola siswa masih perlu ditingkatkan melalui program latihan yang terencana, berkelanjutan, serta didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai.

Keywords: keterampilan teknik dasar; sepak bola; ekstrakurikuler

*Corresponding Author

Copyright © 2023 Author 1, Author 2 (Maximum of Five Authors)

Authors' Contribution: a – Study Design; b – Data Collection; c – Statistical Analysis; d – Manuscript Preparation; e – Funds Collection



PENDAHULUAN

Salah satu mata pelajaran disekolah adalah pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. Keterampilan dalam pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga juga diperlukan. Keterampilan (skill) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat (Widiastuti, 2010). Menurut (Amung Ma'mun dan Yudha, 2013) keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Hal senada dikemukakan Singer yang dikutip oleh (Roji, 2014) bahwa keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan yang efektif dan efisien ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk, dan kemampuan menyesuaikan diri.

Sepakbola merupakan materi yang yang diajarkan pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Sepakbola dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan masuk dalam ruang lingkup pertama yaitu permainan dan Olahraga.

Sepakbola adalah permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai (kaki) kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengan (tangan) di daerah tendangan hukuman penalty (Muhajir, 2017) . Tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukkan bola sebanyakbanyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri, agar tidak kemasukan bola dari lawan. Suatu regu menang apabila regu tersebut dapat memasukkan bola terbanyak ke gawang lawannya dan apabila sama maka dinyatakan seri atau draw (Sucipto, 2015).

Menurut Laws of the game dalam (Irfandi dan Rahmat, 2017) mengatakan bahwa pertandingan sepakbola berlangsung dua babak yang waktunya sama yaitu 2 x 45 menit, kecuali ada kesepakatan lain antara wasit dan kedua tim yang akan bertanding. Syarat yang paling utama untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Menurut (Sukatamsi, 2014) teknik dasar bermain sepakbola adalah semua gerakan-gerakan tanpa bola dan gerakan-gerakan dengan bola yang diperlukan untuk bermain sepakbola. Menurut (Sucipto.dkk, 2015) teknik dasar dalam sepakbola meliputi: menendang (kicking), menghentikan (stopping), menggiring (dribbling), menyundul (heading), merampas (tackling), lemparan ke dalam (throw-in), menjaga gawang (keeping).

Di SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar merupakan salah satu sekolah yang memasukkan materi sepakbola ke dalam materi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Pembelajaran sepakbola di SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar sendiri belum sepenuhnya bisa dipahami dan dikuasai oleh para siswa. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran sepakbola antara lain: faktor guru, faktor siswa, faktor materi pembelajaran, faktor sarana dan prasarana dan faktor olahraga serta strategi pembelajaran. Untuk faktor sarana dan prasarana sekolah tersebut sangat terbatas, sekolah tersebut hanya mempunyai dua bola untuk menunjang materi pembelajaran penjasorkes. Dengan hanya ada dua bola sedangkan jumlah murid yang mencapai 30 siswa setiap kelasnya maka dalam pembagiannya sulit dilakukan sehingga pembelajaran menjadi tidak berjalan dengan baik.

Disamping faktor-faktor yang lain, sarana dan prasarana perlu mendapatkan perhatian yang khusus dari pihak sekolah. Dengan tersediannya sarana dan prasarana yang cukup dan baik akan mejadikan pembelajaran berjalan dengan efektif, seperti pengadaan rompi atau seragam, bola sepak, cone dan lain sebagainya akan lebih menunjang pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar. Masih adanya beberapa siswa yang kurang aktif dalam bergerak, hal ini tentu tidak sesuai dengan tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang tujuan utamanya adalah membuat siswa aktif bergerak sehingga diharapkan dapat meningkatkan kesehatan dan kesegaran jasmani.

Berdasarkan dari pengamatan sekilas yang dilakukan oleh peneliti pada siswa putra SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar, siswa belum mempunyai keterampilan dasar yang baik dalam bermain sepakbola. Oleh karena itulah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian secara mendalam mengenai **“Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar”**.

METODE

Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Menurut (Sugiyono., 2017) penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang

berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Jenis penelitian yang dilakukan ini dikategorikan penelitian deskriptif. Menurut (Arikunto, 2013) penelitian deskriptif merupakan penelitian yang benar-benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancah, lapangan, atau wilayah tertentu.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar yang berjumlah 178 siswa. sampel pada penelitian ini adalah siswa putra di SMP Negeri 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar yang berjumlah 17 siswa. Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur keterampilan bermain sepak bola yaitu tes keterampilan sepakbola usia 10-12 tahun oleh Departemen Pendidikan Nasional Tahun 2009 yaitu *dribbling, short passed, throw in, running with the ball, heading, shooting*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan data persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

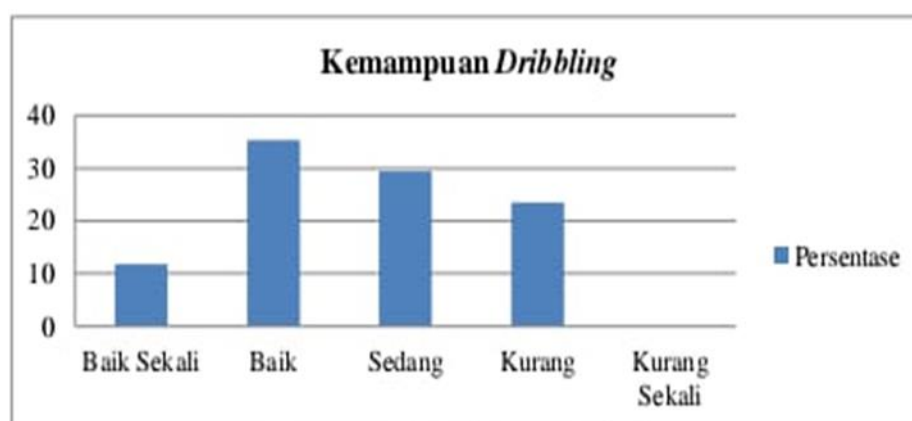
Hasil

Berdasarkan penelitian dan analisis yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 17 siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar, maka dapat di deskripsikan tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar sebagai berikut.

Tabel 1. Hasil Tes Dribbling

No.	Interval	Score	Frekuensi	Persentase
1	≥ 66	Baik Sekali	2	11.76%
2	53-65	Baik	6	35.29%
3	41-52	Sedang	5	29.41%
4	28-40	Kurang	4	23.52%
5	≤ 27	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan dribbling pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori baik dengan persentase 35.29%". Berikut adalah grafik kemampuan dribbling pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar sebagai berikut.



Graph 1. Hasil Tes Dribbling

Tabel 2. Hasil Tes Short Pass

No.	Interval	Score	Frekuensi	Persentase
1	≥ 124	Baik Sekali	1	5.88%
2	104-123	Baik	6	35.29%
3	85-103	Sedang	6	35.29%
4	65-84	Kurang	3	17.64%
5	≤ 64	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan short pass pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori baik dengan persentase 35.29%". Berikut adalah grafik kemampuan short pass pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar sebagai berikut:



Graph 2. Hasil Tes Short Pass

Tabel 3. Hasil Tes Throw In

No.	Interval	Score	Frekuensi	Persentase
1	≥ 70	Baik Sekali	2	11.76%
2	59-69	Baik	1	5.88%
3	47-58	Sedang	7	41.17%
4	36-46	Kurang	7	41.17%
5	≤ 35	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan throw in pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori sedang dengan persentase 41.17%". Berikut adalah grafik kemampuan throw in pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar sebagai berikut:



Graph 3. Hasil Tes Throw In

Tabel 4. Hasil Tes Runnin

No.	Interval	Score	Frekuensi	Persentase
1	≥ 57	Baik Sekali	4	23.52%
2	48-56	Baik	8	47.05%
3	39-47	Sedang	3	17.64%
4	30-38	Kurang	1	5.88%
5	≤ 29	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan running pada 0 10 20 30 40 50 Baik Sekali Baik Sedang Kurang Kurang Sekali Kemampuan Throw In Persentase siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori baik dengan persentase 47.05%". Berikut adalah grafik kemampuan *running*.



Graph 4. Hasil Tes Running

Tabel 5. Hasil Tes Heading

No.	Interval	Score	Frekuensi	Persentase
1	≥ 82	Baik Sekali	0	0%
2	67-81	Baik	1	5.88%
3	39-47	Sedang	6	35.29%
4	30-38	Kurang	9	52.94%
5	≤ 29	Kurang Sekali	1	5.88%
Total			17	100%

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan heading pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori kurang dengan persentase.



Graph 5. Hasil Tes Heading

Tabel 6. Hasil Tes Shooting

No.	Interval	Score	Frekuensi	Persentase
1	≥ 67	Baik Sekali	1	5.88%
2	55-66	Baik	3	17.64%
3	44-54	Sedang	8	47.05%
4	32-43	Kurang	5	29.41%
5	≤ 31	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan shooting pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori sedang dengan persentase 47.05%. Berikut adalah grafik kemampuan shooting pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar sebagai berikut:



Graph 6. Hasil Tes Shooting

Data tiap item tes di atas, kemudian diakumulasikan ke dalam norma Tes Keterampilan Sepakbola Usia 10-12 Tahun dalam tabel dibawah ini:

Tabel 7. Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola SMP Negeri I Siak Hulu

No.	Interval	Score	Frekuensi	Persentase
1	≥ 479	Baik Sekali	0	0%
2	401-478	Baik	2	11.76%
3	323-400	Sedang	9	52.94%
4	246-322	Kurang	6	35.29%

5	≤245	Kurang Sekali	0	0%
Total			17	100%

Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori sedang dengan persentase 52.94%". Berikut adalah grafik tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar sebagai berikut:



Graph 7. keterampilan Teknik Dasar Sepakbola

Pembahasan

Sepakbola adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 tim, dimana masing-masing tim terdiri dari 11 pemain yang dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan untuk menentukan pemenang.

Syarat yang paling utama untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Menurut (Sucipto.dkk, 2015)teknik dasar dalam sepakbola meliputi: menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, merampas, lemparan ke dalam, menjaga gawang. Semua gerakan tersebut terangkai dalam suatu pola gerak yang diperlukan pemain dalam menjalankan tugasnya bermain sepakbola.

Penguasaan keterampilan teknik dasar menentukan kemahiran seseorang dalam melakukan keseluruhan gerak dalam suatu cabang olahraga. Dengan demikian, diperlukan kemampuan penguasaan gerak teknik dasar dalam sepakbola yang baik dan benar agar mempermudah pemain dalam upaya meraih prestasi yang optimal. Semakin lama dan semakin substansial bentuk latihan dasar dilakukan dengan baik, maka semakin lama atlet akan mampu mempertahankan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 2 siswa (11.76 %), kategori sedang dengan frekuensi 9 siswa (52.94%), kategori kurang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%) dan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulul Kabupaten Kampar masuk kategori sedang dengan persentase 52.94%.

Hasil tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menyebabkan perbedaan kemampuan pemain dalam merespon materi latihan yang diberikan, diantaranya

konsentrasi, semangat atau motivasi pemain, juga kebugaran pemain sangat berpengaruh pada tinggi-rendahnya kualitas latihan yang nantinya akan berpengaruh bagi perkembangan pemain (Timo Scheunemann, 2014: 61)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar yaitu kategori baik sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%), kategori baik dengan frekuensi 2 siswa (11.76%), kategori sedang dengan frekuensi 9 siswa (52.94%), kategori kurang dengan frekuensi 6 siswa (35.29%) dan kategori kurang sekali dengan frekuensi 0 siswa (0%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola pada siswa SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar masuk kategori sedang dengan persentase 52.94%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada SMP Negeri I Siak Hulu Kabupaten Kampar karena telah membantu pelaksanaan penelitian ini sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

KONFLIK KEPENTINGAN

Selama pelaksanaan penelitian, peneliti tidak menjumpai hambatan berarti dan bersyukur dapat melaksanakan dengan.

REFERENCES

- Amung Ma'mun dan Yudha. 2013. Perkembangan gerak Dan Belajar Gerak. Jakarta: Depdikbud.
- Arikunto, Suharismi. 2012. Metodologi Penelitian. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Irfandi dan Rahmat, Zikrur. 2017. Pengembangan Model Latihan Keterampilan Teknik Menggiring Slamon dan Mengoper dalam Sepakbola. Jurnal Penjaskesrek, Volume IV, Nomor 2 Halaman 309-320
- Muhajir, M. 2017. Pendidikan Jasmani & Kesehatan. Jakarta: Galian Indonesia Printing
- Sucipto. 2015. Sepakbola Latihan dan Strategi. Jakarta: Jaya Putra
- Sucipto, dkk. 2015. Sepakbola. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Sukatamsi. 2014. Teknik Dasar Bermain Sepakbola. Surakarta: Tiga Serangkai
- Widiastuti, Sri dan Nur, Rohmah Muktiani. 2010. Peningkatan Motivasi dan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Pembelajaran Sepakbola melalui Kucing Tikus Pada Siswa Kelas 4 SD Glagahombo 2 Tempel. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Volume 7 Nomor 1. Hlm. 47-59