

**PENILAIAN KETERAMPILAN DASAR SEPAK BOLA *PASSING* DAN
CONTROL PADA PEMAIN TENGAH DI LIGA ANAK JAKARTA USIA 12
TAHUN 2016**



ALVIN PRATAMA

6825128549

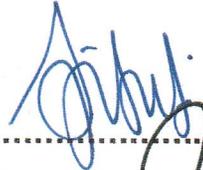
Skripsi ini dibuat untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana Olahraga

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

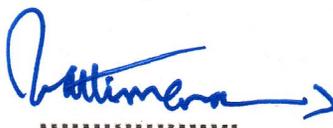
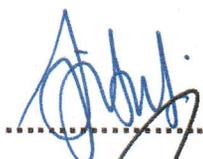
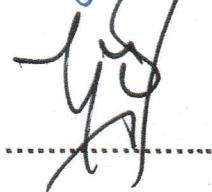
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2017

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING**

Nama	TandaTangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Nur Fitranto, M.Pd</u> NIP. 198506182015041002		10/2 - 2017
Pembimbing II <u>Yasep SetiaKarnawijaya, S.KM, M.Kes</u> NIP. 197409062001121002		13/2 - 2017

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Ketua:	TandaTangan	Tanggal
<u>Dr. Bambang Kridasuwarmo, M.Pd</u> NIP. 19611207198031004		14/2 - 2017
Sekretaris: <u>Ferry Yohannes Wattimena, M.Pd</u> NIP. 198202022010121003		15/2 - 2017
Anggota: <u>Ricky Susiono, M.Pd</u> NIP. 197408292005011001		13/2 - 2017
Anggota: <u>Nur Fitranto, M.Pd</u> NIP. 198506182015041002		16/2 - 2017
Anggota: <u>Yasep SetiaKarnawijaya, S.KM, M.Kes</u> NIP. 197409062001121002		13/2 - 2017

Tanggal Lulus Ujian: 30 Januari 2017



Pertama-tama saya mengucapkan rasa syukur yang penuh kepada Allah SWT, yang sudah memberikan saya kesehatan serta keselamatan sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu.

Saya juga berterimakasih kepada orang-orang yang telah mendukung saya seperti kedua orang tua saya Bapak Tatang Supriatna dan Ibu Lilis Suryanti yang telah memotivasi saya secara materi dan inmaterial.

Saya juga berterimakasih kepada pemilik SSB Pondok Bambu Bapak edi yang telah memberikan tempat penelitian kepada kami sehingga kami dapat menyelesaikan tugas karya ilmiah ini, saya juga berterimakasih kepada Bapak Ricky Susiono M.P.d selaku penasehat akademik. Tidak lupa juga saya berterimakasih kepada bapak Nur Fitranto M,Pd dan Dr. Yasep Setiakarnawijaya, S.KM, M.Kes selaku pembimbing I dan II sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu.

Dan saya juga berterimakasih kepada teman-teman seperjuangan skripsi ini Habbibullah, Kholillullah, Dimas, dan Stefanus dan teman-teman KKO B yang selama ini saling membantu dan memotivasi satu sama lain dalam meraih gelar sarjana olahraga.

RINGKASAN

Alvin Pratama, Penilaian Keterampilan Dasar Sepak Bola *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016, Fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri Jakarta, januari 2017

Penelitian ini bertujuan mengetahui tentang: 1) Menghitung berapa total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan, keterampilan dasar sepak bola *passing* pada pemain tengah di LIGA ANAK JAKARTA USIA 12 TAHUN 2016. 2) Dan menghitung berapa total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar sepak bola *control* pada pemain tengah di LIGA ANAK JAKARTA USIA 12 TAHUN 2016.

Penelitian ini dilaksanakan di Jakarta, pengambilan data dilaksanakan di lapangan Pondok Bambu, Jakarta timur. Pada tanggal 25 September 2016 sampai 20 November 2016. Metode penelitian ini menggunakan deskriptif dengan teknik survey observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain tengah liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, yaitu sampel yang di ambil adalah pemain tengah yang bermain di Liga Anak Jakarta yang bila di rinci adalah 9 tim dari 43 pemain yang berprofesi sebagai pemain tengah atau gelandang.

1. Keterampilan dasar sepak bola di usia 12 yang terjadi pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 adalah keterampilan passing dan control. Jumlah passing sebanyak 2.886 kali dan control sebanyak 2.467 kali. Dengan tingkat keberhasilan sebanyak 1.758 kali dengan prosentase 61% passing dan kegagalan sebanyak 1.128 kali dengan prosentase 39%, sedangkan tingkat keberhasilan keterampilan control sebanyak 1.511 dengan prosentase 61% dan kegagalan sebanyak 956 kali dengan prosentase 39%.

2. Data keseluruhan keterampilan dasar sepak bola pada pemain tengah sebanyak 5.353 dengan keberhasilan sebanyak 3.269 kali dan kegagalan 2.084 kali. Jumlah dan prosentase keterampilan dasar pada pemain tengah yang terdiri dari *passing* dan *control*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa aktivitas keterampilan dasar sebanyak 3.269 kali dengan tingkat keberhasilannya 1.758 kali (54%) *passing* dan 1.511 kali (46%) *control*. Sedangkan aktivitas keterampilan dasar pada pemain tengah dari tingkat kegagalannya menunjukkan terjadi sebanyak 2.084 kali dengan tingkat kegagalannya 1.128 kali (54%) *passing*, dan 956 kali (46%) *control*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan aktivitas *passing* lebih tinggi dari tingkat keberhasilan *control* dengan 54% dan total tingkat kegagalan *passing* juga paling tinggi dengan 54%. Sementara hasil dari total keberhasilan *control* sebanyak 46% dan total kegagalan *control* sama seperti keberhasilan *control* sebanyak 46%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. Shalawat serta salam yang selalu tercurah kepada junjungan kita *Rasulullah* Muhammad SAW. Alhamdulillah atas rahmat dan karuni yang Allah berikan kepada peneliti sehingga mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Penilaian keterampilan dasar sepak bola passing dan control pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016”.

Dalam kesempatan ini saya selaku mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta ingin menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Dr. Abdul Sukur, M.Si, Ketua jurusan prodi Konsentrasi Kepelatihan Olahraga Dr. Bambang Kridasuwarsa, M.Pd, dosen pembimbing I Nur Fitranto M,P.d, dosen pembimbing II Dr. Yasep Setiakarnawijaya,S.KM.,M.Kes dan Penasehat Akademik Ricky Susiono, M,P.d. Saya sadar dan mengetahui bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, baik dari isi maupun penulisannya.Oleh karena itu saya selaku peneliti mengharapkan kritik atau saran untuk pembuatan dan penyusunan skripsi yang lebih baik untuk ke depannya.

Jakarta, Desember 2016

Alvin Pratama

DAFTAR ISI

Lembar Persetujuan Skripsi.....	i
Ringkasan.....	ii
Kata Pengantar	v
Daftar Isi.....	vi
Daftar Gambar.....	viii
Daftar Tabel	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Kegunaan Penelitian	9

BAB II KAJIAN TEORETIK DAN KERANGKA BERFIKIR

A. Kajian Teoretik	10
B. Kerangka Berfikir.....	51

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian.....	53
B. Tempat dan Waktu Penelitian	53
C. Metode Penelitian.....	54
D. Populasi dan Sampel	55
E. Instrumen Penelitian.....	55
F. Teknik Pengumpulan Data	59
G. Teknik Analisa Data	60

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	62
B. Analisis Data	67
C. Pembahasan	86

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	87
B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	89
DAFTAR LAMPIRAN	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka anatomi.....	28
Gambar 2.2 <i>Passing</i> menggunakan kaki bagian dalam.....	35
Gambar 2.3 <i>Passing</i> menggunakan kaki bagian luar	36
Gambar 2.4 <i>Control</i> menggunakan paha	39
Gambar 2.5 <i>Control</i> menggunakan dada	40
Gambar 2.6 <i>Control</i> menggunakan kaki bagian dalam	40
Gambar 2.7 Bagian-bagian sepertiga lapangan	46
Gambar 3.1 Formulir atau blangko.....	56
Gambar 4.1 Grafik prosentase penilaian keterampilan dasar passing pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	68
Gambar 4.2 Grafik prosentase penilaian keterampilan dasar control pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	71
Gambar 4.3 Grafik prosentase penilaian keterampilan dasar passing dan control tim Toyo Hariono pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	73
Gambar 4.4 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Cawang United di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	74

Gambar 4.5 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Pondok Bambu di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	76
Gambar 4.6 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Elang Bintang di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	77
Gambar 4.7 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tim Soccer One di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	79
Gambar 4.8 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Persigawa di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	80
Gambar 4.9 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Remcil di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	81
Gambar 4.10 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Ajax Sbi di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	83
Gambar 4.11 Grafik prosentase penilain keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Csc Indonesia di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	84

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel kriteria <i>passing</i> kaki dalam	57
Tabel 3.2 Tabel kriteria <i>passing</i> kaki luar	57
Tabel 3.3 Tabel kriteria <i>control</i>	58
Tabel 4.1 Distribusi total penilaian keterampilan dasar <i>passing</i> pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	63
Tabel 4.2 Distribusi total penilaian keterampilan dasar <i>control</i> pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	65
Tabel 4.3 Distribusi total penilaian keterampilan dasar <i>passing</i> pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	68
Tabel 4.4 Distribusi total penilaian keterampilan dasar <i>control</i> pada pemain tengah tim di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	70
Tabel 4.5 Distribusi total penilaian keterampilan dasar <i>passing</i> dan <i>control</i> pada pemain tengah tim Toyo Hariono di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	72
Tabel 4.6 Distribusi total penilaian keterampilan dasar <i>passing</i> dan	

control pada pemain tengah tim Cawang United di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	74
Tabel 4.7 Distribusi total penilaian keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Pondok Bambu di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	75
Tabel 4.8 Distribusi total penilaian keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Elang Bintang di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	77
Tabel 4.9 Distribusi total penilaian keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Soccer One di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	78
Tabel 4.10 Distribusi total penilaian keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Persigawa di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016.	80
Tabel 4.11 Distribusi total penilaian keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Remcil di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	81
Tabel 4.12 Distribusi total penilaian keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah tim Ajax Sbi di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016	82
Tabel 4.13 Distribusi total penilaian keterampilan dasar passing dan	

control pada pemain tengah tim Csc Inonesia di liga anak Jakarta
usia 12 tahun 2016 84

Tabel 4.14 Distribusi total penilaian per- keterampilan dasar sepak bola
pada pemain tengah tim Csc Inonesia di liga anak Jakarta
usia 12 tahun 2016 84

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan olahraga yang paling digemari di Indonesia. Cabang olahraga ini bisa dijadikan salah satu alat pemersatu bangsa yang cukup potensial. Namun sampai saat ini sepakbola Indonesia belum juga menuai prestasi. Bahkan baru-baru ini federasi sepakbola di Indonesia sempat mengalami sanksi dari induk sepak bola dunia.

Perkembangan sepakbola tanah air dari tahun ke tahun bukannya bertambah baik malah semakin menurun. Kemunduran prestasi tim nasional bisa jadi disebabkan oleh adanya gangguan dari pihak eksternal ataupun internal dari para pemainnya itu sendiri. Gangguan dari eksternal bisa saja akibat adanya intervensi terhadap para pemain sehingga mereka sulit untuk mengembangkan diri, Sedangkan gangguan dari internal bisa terjadi lantaran pola pelatihan yang tidak sesuai dengan para pemain.

Agar tercipta generasi penerus yang potensial untuk mengharumkan nama Indonesia di kancah internasional dalam cabang olahraga sepakbola, maka perlu diadakan pelatihan untuk sejak usia dini. Pelatihan sejak usia dini bisa dilakukan dengan cara memperbanyak Sekolah Sepak Bola (SSB) di Indonesia yang dapat menampung dan mendidik anak-anak muda Indonesia agar terbiasa dengan pelatihan yang professional. Dengan bergabung ke SSB yang berada di Indonesia, anak muda yang potensial akan terlihat

bakatnya dan dapat dibimbing agar terus mengembangkan bakat yang mereka miliki.

Robert Koger ada tiga jenis teknik permainan sepak bola yang harus anda ajarkan kepada para pemain. Istilah yang digunakan untuk menyebutkan teknik-teknik itu sangat bervariasi dan berbeda-beda. Khusus dalam buku ini saya gunakan singkatan FIG agar lebih mudah diingat. Berikut ini definisi singkatan tersebut :

- **Foundation (f) atau Teknik Dasar.** Teknik-teknik yang tergolong sebagai *foundation* (dasar) tersebut merupakan menu latihan yang paling mendasar atau paling rendah tingkatannya. Latihan-latihan teknik itu ditunjukkan untuk mengembangkan keterampilan dasar yang diperlukan oleh semua pemain, namun menu latihan ini tidak ditujukan untuk menghadapi kondisi pertandingan yang sesungguhnya. Jadi keterampilan dasar seperti itu jelas sangat dibutuhkan oleh para pemain.
- **Intermediate (I) atau Teknik Lanjut.** Teknik ini merupakan teknik lanjut atau tingkat menengah yang diperlukan untuk menciptakan relevansi antara keterampilan dasar dengan keterampilan-keterampilan bermain yang sesungguhnya. Teknik-teknik itu bukanlah teknik bermain sesungguhnya, namun merupakan dasar

yang diperlukan untuk mengembangkan keterampilan bermain yang sebenarnya.

- **Game (G) atau Teknik Bermain.** Keterampilan-keterampilan bersepak bola yang sesungguhnya, yang diperlukan oleh setiap pemain sebelum mereka benar-benar bertanding melawan tim lain. Teknik-teknik permainan ini menunjukkan cara membawakan diri didalam pertandingan yang sesungguhnya.¹

Dengan berdirinya SSB-SSB yang semakin banyak, maka dibutuhkan kompetisi untuk mengetahui hasil dari latihan yang telah dijalani. Saat ini SSB Pondok Bambu membentuk atau membuat kompetisi yang bernama Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun. Kompetisi ini diikuti 9 SSB yang berada di Jabodetabek.

Kompetisi seperti ini sangat baik untuk anak-anak usia dini, para pemain bisa merasakan dan berlatih secara professional. Selain itu, kompetisi juga sangat baik untuk pelatih guna mengetahui hasil dari latihan yang sudah dijalankan, apakah latihan sudah berjalan efektif atau tidak dan apakah latihan taktik yang dijalankan sudah berjalan atau belum, serta pelatih bisa mengevaluasi kelebihan dan kekurangan pemainnya.

Pada usia 12 tahun sangat baik mengembangkan teknik dan pengertian akan taktik dasar. Kemampuan anak-anak untuk mengatasi masalah akan berkembang dengan pesat. Maka pemain harus mulai

¹ Robert Koger, (Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja : Saka Mitra Kompetensi 2007) h.13

diajarkan taktik dasar yang dinamis. Pada tingkat ini, pemain ada masa pra puber dan memiliki masalah keterbatasan fisik terutama pada kekuatan dan ketahanannya. Latihan fisik yang diberikan hanya sebatas kecepatan dengan bola, kelincahan dan koordinasi²

Maka penting bagi para pelatih SSB yang berada di Indonesia untuk mengajarkan dan melatih para pemainnya bagaimana cara bermain sepak bola dengan baik dan benar terutama pada usia 12 tahun yang tadi sudah dijelaskan bahwa teknik dan taktik harus mulai dilatih dengan baik dan benar guna terbentuknya kematangan dan daya serap keterampilan yang baik. Jadi teknik dasar seperti *passing*, *control*, *shooting*, dan *heading* pada usia 12 tahun harus sudah diterapkan sejak dini, dikarenakan sebagai bekal dimasa yang akan datang.

Teknik dasar *passing* dalam permainan sepakbola sangatlah penting dalam konsep bermain tim, sebagai inti dari permainan, *passing* bertujuan untuk tetap menguasai bola, merancang serangan, mengubah arah permainan, melakukan serangan balik, dan menyediakan umpan akhir yang menentukan terciptanya peluang.³

Jadi teknik dasar *passing* berperan penting dalam permainan sepak bola, karena *passing* adalah teknik mengoper bola kepada teman satu tim, dan bertujuan untuk merancang sebuah serangan, mengubah arah permainan

² Timo S. Scheunemann , Claudio Reyna (Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia) h,60

³ FIFA, Grassroots, (Altstätten : RVA Druck und Medien), h.72

dan menyediakan umpan akhir untuk menciptakan beberapa peluang dan terciptanya sebuah gol atau poin.

Selain *passing* teknik dasar *control* juga sangat berguna dalam permainan sepakbola untuk memulai awalnya serangan dan untuk menguasai jalannya pertandingan. “mengontrol bola berarti menguasainya, mengontrol dengan benar berarti sebuah gerakan akan sukses, gerakan-gerakan terkontrol yang harus difokuskan adalah: kontrol mengarahkan dan menguasai bola saat bergerak inilah yang mengenalkan kecepatan dalam permainan”.⁴

Teknik dasar *passing* dan *control* adalah jaringan vital dalam permainan sepak bola, semakin banyak tim melakukan *passing* dan *control* maka semakin besar sebuah tim untuk menguasai jalannya pertandingan dan bahkan tidak mungkin menutup kemungkinan untuk memenangkan sebuah pertandingan tersebut. Apa bila pemain dapat melakukan gerakan *control* dengan benar dan sukses dapat menguasai bola saat bergerak inilah yang mengenalkan kecepatan dalam permainan sepak bola.

Dalam usia dini bukan hanya teknik saja yang dilatih melainkan taktik juga harus sudah di kuasai sebagai bekal untuk usia yang akan mendatang.

Timo S. Scheunemann pada bukunya menjelaskan :

- Siapkan latihan bersama dengan bola untuk membangun kecerdasan teknik dan taktik pemain.

⁴ Loc cit, h.71

- Permainan : Sangat dianjurkan permainan 9v9.
- Formasi : 3-2-3 atau 4-3-1 dalam permainan 9v9⁵.

Pemain tengah atau gelandang mereka sering disebut sebagai “otak” atau “pengatur siasat” dalam kesebelasan sepak bola. Mereka mengoper bola dengan cepat ke daerah lawan, dengan cara menendangnya ke tengah lapangan. Seperti halnya pemain back ekstra, mereka selalu mencari kesempatan untuk dapat memberikan bola pada pemainnya sendiri yang bebas⁶.

Jadi pemain tengah atau gelandang adalah salah satu otak permainan, mereka harus berfikir secara cepat untuk mengambil sebuah keputusan. Pemain tengah atau gelandang juga berperan untuk mengatur sebuah serangan dalam permainan sepak bola, seorang gelandang juga harus mengoper bola dengan cepat ke daerah pertahanan lawan dan memberikan bola pada pemain satu tim yang berdiri bebas atau tidak terjaga oleh lawan.

Dari penjabaran diatas peneliti mengambil kesimpulan bahwa usia 12 tahun keterampilan dasar *passing* dan *control*, pada pemain tengah atau gelandang harus sudah diterapkan secara baik dan benar, dikarenakan pada usia tersebut perkembangan dan organ-organ tubuh mengalami perubahan sehingga jika dalam usia dini keterampilan dasar *passing* dan *control* sudah

⁵ Timo S. Scheunemann (Kurikulum & Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia) h,73

⁶ John Devaney (Rahasia Para Bintang Sepak Bola : Effhar & Dahara Prize)h,25

di ajarkan dan dilatih dengan baik dan benar maka tidak menutup kemungkinan dimasa yang akan datang menjadi keterampilan yang baik dan benar pada saat pertandingan karena sudah menjadi otomatisasi gerak.

Berdasarkan uraian diatas peneliti ingin mengetahui dan meneliti keterampilan sepak bola *passing* dan *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016.

Disini peneliti ingin mengetahui jumlah keterampilan dasar sepak bola *passing* dan *control* pada pemain tengah Di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016.

B. Identifikasi Masalah

1. Apa keterampilan dasar sepak bola yang paling sering mengalami keberhasilan pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun?
2. Apakah total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah berpengaruh terhadap hasil akhir di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun?
3. Apakah total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *control* pada pemain tengah berpengaruh terhadap hasil akhir di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?
4. Berapa banyak prosentase keberhasilan keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?

5. Berapa banyak prosentase kegagalan keterampilan dasar *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?
6. Berapakah total keberhasilan keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?
7. Berapakah total kegagalan keterampilan dasar *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah disebutkan diatas, maka peneliti akan membatasi permasalahan yang akan di bahas. Pembatasan masalah di lakukan agar permasalahan yang akan diteliti tidak meluas dan tidak menyimpang dari tujuan penelitian. Adapun pembatasan masalah ini adalah “Keterampilan Dasar Sepak bola *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut, yaitu :

1. Berapakah total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?

2. Berapakah total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?

E. Kegunaan Penelitian

1. Untuk membantu pelatih dalam menyusun program keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016.
2. Sebagai bahan evaluasi para pelatih dan pemain peserta Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016.
3. Untuk mengetahui berapakah total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun.
4. Sebagai bahan pemilik ssb untuk mencari pemain yang berbakat dalam keterampilan *passing* dan *control*.

BAB II

KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERFIKIR

A. KERANGKA TEORI

1. Hakikat Keterampilan

Keterampilan adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas secara sederhana untuk mengubah suatu yang ada menjadi apa yang dikehendaki sesuai dengan rencana.¹ Keterampilan sangat banyak dan beragam, semua itu bisa dipelajari dan digali untuk mengembangkan keterampilan yang sudah dimiliki.

Cronbach menulis bahwa keterampilan dapat diuraikan dengan kata seperti otomatis, cepat, dan akurat². Sementara, Nadler mengatakan keterampilan (*skill*) adalah kegiatan yang memerlukan praktik atau dapat diartikan sebagai implikasi dari aktivitas.³ Berdasarkan pengertian di atas keterampilan dapat diartikan seperti suatu aktivitas yang dialami dan sudah terorganisasi dengan baik serta akurat dalam pengerjaannya, dan keterampilan dapat dibidang sebagai sebuah kegiatan berupa praktek-praktek yang bisa dilakukan atau dikerjakan.

¹ Depdikbud, kamus besar bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka 1989), h.935

² Giesulizm.blogspot.co.id/2013/05/hakikat-ketrampilan-motorik.html; m=1 (di akses 27 september 2016)

³ Giesulizm.blogspot.co.id/2013/05/hakikat-ketrampilan-motorik.html;m=1 (di akses 27 september 2016)

Ada 12 faktor yang sangat berhubungan dengan upaya pencapaian ketrampilan yaitu ketajaman indra, persepsi, intelegensi, ukuran fisik, pengalaman masa lalu, kesanggupan, emosi, motivasi, sikap, faktor-faktor kepribadian yang lain, jenis kelamin, dan usia.⁴

Ada beberapa faktor yang menentukan keterampilan gerak secara umum dibedakan menjadi tiga hal utama yaitu:

- 1) Faktor proses belajar mengajar, yaitu setiap anak mempunyai perbedaan dalam menerima pembelajaran gerak.
- 2) Faktor pribadi, yaitu kesuksesan seseorang dalam menguasai sebuah keterampilan banyak ditentukan ciri-ciri atau kemampuan dan bakat dari diri sendiri.
- 3) Faktor situasional, yaitu semakin banyak kemampuan dan bakat seseorang dalam keterampilan teknik dari latihan atau praktik, maka akan semakin mudah untuk menguasai ketrampilan tersebut.⁵

Dari penjabaran diatas peneliti mensimpulkan bahwa ada 12 faktor yang sangat berhubungan dengan keterampilan dan ada 3 faktor yang menentukan untuk menentukan gerak secara umum. Semakin banyak

⁴H Singer dan Donland, *Reading and Learning From Text*, (Boston : Little, Brown and Company, 2004), h 80

⁵Amung Ma'mun, *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*, (Jakarta: Depdikbud, 2000), h.70

seseorang menggunakan keterampilan dari latihan maka akan semakin mudah juga seseorang untuk menguasai keterampilan tersebut.

Penguasaan suatu gerak keterampilan dapat diperoleh melalui belajar gerak motorik (*motor learning*) atau belajar motorik. Belajar gerak keterampilan dapat dibagi menjadi tiga fase yaitu:

- 1) Fase kognitif, yaitu pemain diberi pengetahuan tentang materi yang akan dilakukan dan dipelajari.
- 2) Fase asosiasi, yaitu setelah pemain mengetahui dan mengerti, kemudian memulai dengan rencana gerakan dan langsung diperaktekan supaya memantapkan rangkaian dalam sistem materi pembelajaran.
- 3) Fase otonom, yaitu setelah pemain mencapai rangkaian gerakan melalui latihan yang berulang-ulang, tentunya dengan gerakan yang sempurna sehingga menjadi otomatisasi.⁶

Keterampilan dapat didenifisikan sebagai suatu keterampilan yang dipelajari secara mendalam dan dapat menentukan hasil yang sangat baik sebelum dilaksanakan dengan menghemat waktu dan tenaga. Sedangkan pada sepakbola adalah kemampuan untuk berada ditempat yang tepat pada waktu dan dapat memilih teknik yang benar dalam situasi pertandingan, keterampilan meliputi :

⁶ Rusli Lutan, Perencanaan dan Strategi Pembelajaran Penjaskes (Jakarta : Depdikbud-Dikdasmen, 1998), h.305

- a) Belajar.
- b) Ditentukan sebelumnya.
- c) Kepastian hemat waktu dan tenaga.
- d) Memilih.
- e) Penggunaan teknik dalam mengambil keputusan.
- f) Situasi yang tidak dapat diduga⁷.

Dari penjabaran diatas dapat diartikan sebagai berikut :

- a) Belajar adalah keterampilan dapat dipelajari maka keterampilan dapat pula diajarkan dengan menggabungkan, skill sampai pada standar yang tinggi.
- b) Ditentukan sebelumnya adalah adanya perencanaan, pemikiran sebelumnya, mengukur kualitas dan memutuskan kapan, bagaimana caranya dan dimana.
- c) Kepastian hemat waktu dan tenaga adalah sering tampil dalam macam-macam situasi pertandingan dan *efisein* dalam melakukan keterampilan, melibatkan *timing*, dan mengembalikan tenaga yang dikeluarkan.
- d) Memilih adalah memilih *alternative* yang tepat keterampilan dasar dalam situasi pertandingan.

⁷ Persatuan sepak bola seluruh Indonesia, technical departement, (Jakarta : PSSI) h,23

- e) Pengambilan teknik dalam pengambilan keputusan adalah memilih teknik yang tepat dari beberapa *alternatife* teknik, berdasarkan situasi pertandingan dan hasil yang diinginkan.
- f) Situasi yang tidak dapat diduga adalah situasi selalu berubah-ubah.⁸

Gerak *refleks* adalah respon gerak atau aksi yang terjadi tanpa kemauan sadar, yang ditimbulkan oleh suatu stimulus. Stimulus adalah rangsangan yang bisa menimbulkan respon atau tanggapan. Gerak *refleks* bersifat prerekuisit terhadap perkembangan kemampuan gerak pada level-level berikutnya. Bersifat prerekuisit adalah bahwa gerak refleks ini harus dimiliki oleh individu agar kemampuan-kemampuan gerak lainnya bisa berkembang⁹.

Dalam permainan sepak bola gerak *refleks* wajib dimiliki oleh penjaga gawang, karena apabila penjaga gawang mempunyai gerak refleks yang baik maka akan mempermudah penjaga gawang untuk membaca gerakan lawan dan akan mengetahui kemana arah bola yang akan ditendang oleh lawan.

Gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan dasar yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan tubuh dan tingkat kematangan pada anak-anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan *refleks* yang sudah dimiliki sejak lahir. Gerak dasar fundamental mula-mula

⁸Ibid, h.23

⁹ Sugiayanto (Materi Pokok Perkembangan dan Belajar Gerak : Jakarta Tahun 1992)_h, 219

bisa dilakukan pada masa bayi dan masa anak-anak, dan disempurnakan melalui proses berlatih yaitu dalam bentuk melakukan berulang-ulang¹⁰.

Gerakan yang palingn dominan dalam sepak bola adalah menendang, dengan gerakan menendang saja anak-anak sudah dapat bermain sepak bola. Gerakakan dasar fundamental dapat diklasifikasi menjadi 3 yaitu: gerak *lokomotor*, gerak *non-lokomotor*, dan gerak *manipulatif*.

Gerak *lokomotor* adalah gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lain. Misalnya: merangkak, berjalan dan berlari. Gerak *non-lokomotor* adalah gerak yang melibatkan tangan atau kaki dan togok. Gerakan ini berupa gerakan yang berporos pada suatu sumbu di bagian tubuh tertentu. Contoh gerakan ini adalah: memutar lengan, mengayun kaki, membungkuk, dan memutar togok. Gerakan manipulatif adalah gerakan memanipulasi atau memainkan objek tertentu dengan menggunakan tangan, kaki, atau bagian tubuh lain. Gerak *manipulatif* memerlukan koordinasi bagian tubuh yang digunakan untuk memanipulasi objek dengan indera penglihat dan peraba. Contoh gerakan ini adalah: memainkan bola menggunakan tangan, menggunakan kaki, atau menggunakan kepala¹¹.

Dari penjabaran diatas dalam permainan sepak bola gerak *lokomotor* adalah gerakan yang berpindah tempat , seperti pemain berlari kesegala arah, meloncat, atau melompat untuk melakukan heading. Gerakan tersebut

¹⁰ Sugiayanto Ibid h, 219

¹¹ Sugiayanto, ibid, h.220

merupakan termasuk kedalam rumpun gerak *lokomotor*. Sedangkan dalam permainan sepak bola ada gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat seperti menjangkau, melenting, membungkuk, dan meliuk. Gerakan tersebut tergolong kedalam rumpun gerak *non-lokomotor*.

Dan gerakan yang termasuk kedalam gerak rumpun *manipulatif* dalam permainan sepak bola adalah pemain yang sedang melakukan menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, atau merampas bola dari lawan, dan menangkap bola bagi penjaga gawang atau melempar bola kedalam untuk memulai permainan setelah bola keluar dari lapangan permainan.

Keterampilan gerak bisa dikategorikan menjadi 2 yaitu: keterampilan gerak kasar (*gross motor skills*), dan keterampilan gerak halus (*fine motor skills*). Keterampilan gerak kasar adalah gerakan yang didalam pelaksanaannya melibatkan otot-otot besar sebagai basis utama gerakan. Sedangkan keterampilan gerak halus adalah gerakan yang didalam pelaksanaannya melibatkan otot-otot halus sebagai basis utama gerakan¹².

Schmidt keterampilan terbuka adalah keterampilan yang ketika dilakukan di lingkungan yang berkaitan dengan bervariasi dan tidak dapat di duga. Sedangkan menurut Magil menyebutkan keterampilan terbuka adalah beberapa keterampilan yang melibatkan lingkungan yang selalu berubah dan tidak dapat diperkirakan¹³.

¹² Dr Sugiyanto, *ibid*, h.250

¹³ <http://ariittonk.blogspot.co.id/2014/03/motor-learning.html>

Dari penjabaran diatas peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut bahwa keterampilan terbuka dipengaruhi dengan lingkungan itu sendiri dan tidak dapat diperkirakan dan di duga, contohnya dalam permainan sepak bola pemain harus bertindak dengan rangsangan yang datang, jadi pemain tidak bisa berdiam saja tetapi pemain harus banyak bergerak guna mengantisipasi bola yang datangnya dari lawan.

Keterampilan tertutup menunjukkan keterampilan yang sebaliknya. Menurut Schmidt dan Magil sama mendefinisikan keterampilan tertutup sebagai jenis keterampilan yang dapat dilakukan dalam lingkungan yang *relative* stabil dan dapat di duga¹⁴.

Dalam kesimpulan diatas peneliti mengambil contoh seperti pemain sepak bola yang sedang melakukan gerakan tendangan penalty seorang karena saat melakukan gerakan tendangan penalty pemain itu dalam lingkungan yang *relative* stabil tidak ada yang bergerak dan pemain itu dapat menduga kemana arah bola yang akan dia tendang.

Robert Koger ada tiga jenis teknik permainan sepak bola yang harus anda ajarkan kepada para pemain. Istilah yang digunakan untuk menyebutkan teknik-teknik itu sangat bervariasi dan berbeda-beda. Khusus dalam buku ini saya gunakan singkatan FIG agar lebih mudah diingat. Berikut ini definisi singkatan tersebut :

- **Foundation (f) atau Teknik Dasar.** Teknik-teknik yang tergolong sebagai *foundation* (dasar) tersebut merupakan menu latihan yang paling mendasar atau paling rendah tingkatannya. Latihan-latihan teknik itu ditunjukkan untuk mengembangkan keterampilan dasar yang diperlukan oleh semua pemain, namun menu latihan ini tidak ditujukan untuk menghadapi kondisi pertandingan yang sesungguhnya. Membangun dasar yang kokoh adalah sebuah keharusan. Layaknya orang membangun rumah semakin kuat pondasinya, maka semakin besar dan bervariasi pula ukuran dan

¹⁴ <http://ariittonk.blogspot.co.id/2014/03/motor-learning.html>

bentuk bangunan yang dapat didirikan di atasnya. Jadi ketrampilan dasar seperti itu jelas sangat dibutuhkan oleh para pemain.

- **Intermediate (I) atau Teknik Lanjut.** Teknik ini merupakan teknik lanjut atau tingkat menengah yang diperlukan untuk menciptakan relevansi antara keterampilan dasar dengan keterampilan-keterampilan bermain yang sesungguhnya. Teknik-teknik itu bukanlah teknik bermain sesungguhnya, namun merupakan dasar yang diperlukan untuk mengembangkan keterampilan bermain yang sebenarnya.
- **Game (G) atau Teknik Bermain.** Keterampilan-keterampilan bersepak bola yang sesungguhnya, yang diperlukan oleh setiap pemain sebelum mereka benar-benar bertanding melawan tim lain. Teknik-teknik permainan ini menunjukkan cara membawakan diri didalam pertandingan yang sesungguhnya¹⁵.

Dari penjabaran diatas peneliti menyimpulkan bahwa ada tiga jenis

teknik dalam permainan sepak bola yang harus diajarkan kepada pemain yang pertama seorang pelatih harus memberikan teknik dasar atau foundation teknik ini untuk mengembangkan suatu keterampilan dasar pemain. Yang kedua yaitu teknik lanjutan yang artinya gabungan teknik keterampilan dasar dan keterampilan-keterampilan bermain yang sesungguhnya, tetapi teknik ini bukan dari permainan sesungguhnya hanya sekedar latihan untuk melihat sejauh mana perkembangan keterampilan seseorang. Dan yang ketiga pelatih harus memberikan latihan dalam bentuk pertandingan sesungguhnya sehingga pemain merasa percaya diri ketika bertanding melawan tim lain.

Untuk menguasai keterampilan gerak dibutuhkan proses latihan yang baik dan terencana. Banyak orang yang merasa berlatih tapi sebenarnya mereka tidak berlatih, karena kurang memahami pengertian latihan yang sebenarnya. *Training* adalah proses yang sistematis dari berlatih yang

¹⁵ Robert Koger (Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja :Saka Mitra Kompetensi Tahun 2007) h,13

dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya¹⁶

Keterampilan atau *skill* merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang, yang didapatkan sejak lahir ataupun yang dimiliki seseorang dari hasil latihan. Keterampilan gerak yang sudah dimiliki perlu untuk ditingkatkan agar semakin baik dan berkembang. Namun terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan keterampilan, mulai dari proses belajar mengajar, faktor pribadi, baik fisik maupun psikologi, hingga situasi atau lingkungan.

Prinsip-prinsip latihan merupakan bagian dari seluruh konsep dan tidak dapat di lihat secara sempit saja. Namun demikian, prinsip latihan ini sering juga di lihat secara terpisah untuk memahami konsep-konsep dasarnya. Pemakaian secara tepat prinsip-prinsip pelatihan ini akan menghasilkan program-program latihan yang superior dan proses pelatihan yang bagus bagi atlet¹⁷.

Prinsip-prinsip latihan adalah bagian dari seluruh konsep dan tidak dapat dilihat secara sempit karena prinsip latihan ini sering juga dilihat secara terpisah untuk memahami konsep-konsep dasarnya. Penggunaan prinsip-prinsip latihan secara tepat akan menghasilkan program latihan yang baik bagi atlet.

¹⁶Harsono, Prinsip-Prinsip Pelatihan (FPOK-IKIP BANDUNG, 1992), h.3

¹⁷ Bompas, Tudor. *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Human Kinetics. USA. 2010 h, 31

Prinsip latihan spesialisasi adalah latihan yang dilakukan baik dilapangan, kolam renang, atau diruang senam, atlet akan selalu memilih spesialisasi kecabangan. Latihan untuk menghasilkan adaptasi fisiologis yang diarahkan untuk pola gerak aktivitas cabang tersebut. Tipe latihan yang digunakan memberi dampak bermacam-macam pada karakteristik fisiologi atlet¹⁸.

Prinsip latihan spesialisasi maksudnya setiap atlet akan memilih spesialisasi sesuai dengan cabang olahraga masing-masing, dan latihan untuk menghasilkan adaptasi fisiologis untuk pola gerak aktivitas cabang olahraga sesuai dengan yang atlet pilih dan tipe latihan yang digunakan akan memberi dampak pada karakteristik fisiologis atlet tersebut.

Prinsip latihan overload pemberian beban dimaksud agar tubuh beradaptasi dengan beban yang diberikan tersebut, jika itu sudah terjadi maka beban harus terus ditambah sedikit demi sedikit untuk meningkatkan kemungkinan perkembangan kemampuan tubuh. Penggunaan beban secara overload akan merangsang penyesuaian fisiologis dalam tubuh, sehingga peningkatan prestasi terus-menerus hanya dapat dicapai dengan peningkatan beban latihan¹⁹.

Atlet harus terus berusaha berlatih dengan beban yang lebih berat dari pada yang mampu dilakukan atlet pada saat ini, sehingga atlet dapat

¹⁸ Ibid h,35

¹⁹ Ibid h,44

beradaptasi dengan beban yang diberikan tersebut sehingga dapat meningkatkan kemungkinan perkembangan kemampuan tubuh.

Prinsip latihan peningkatan pembebanan berkaitan langsung dengan hasil dari banyaknya serta kualitas kerja yang dicapai atlet selama latihan. Dari pemula hingga atlet elit, muatan beban latihan harus ditingkatkan secara bertahap dan dengan variasi secara periode berdasarkan kapasitas fisik, kemampuan psikologi, dan toleransi beban kerja tiap masing-masing atlet²⁰.

Seseorang atau atlet yang melakukan latihan pemberian beban harus ditingkatkan secara bertahap dan teratur dari pemula hingga atlet elit sekalipun sehingga mencapai beban yang maksimum.

Prinsip latihan individual adalah kemampuan untuk menyesuaikan beban latihan tergantung dari kapasitas individual.²¹ Maksudnya adalah latihan harus memperhatikan dan memperlakukan seseorang atau atlet sesuai dengan tingkat kemampuan, potensi, dan karakteristik belajar. Seluruh konsep latihan harus direncanakan sesuai dengan psikologi seseorang atau atlet sehingga tujuan latihan dapat ditingkatkan secara wajar.

Prinsip latihan multilateral adalah pengembangan kemampuan atlet secara keseluruhan mengandung pelatihan secara berimbang antara multilateral dan spesialis. Secara umum, pada awal pengembangan pelatihan atlet harus menitik beratkan pengembangan multilateral, dengan

²⁰ Ibid h, 52

²¹ Ibid h, 47

sasaran pengembangan kondisi fisik secara keseluruhan. Pada saat atlet berkembang, porsi latihan secara khusus, yang terutama berpusat pada keterampilan yang diperlukan pada sebuah cabang olahraga ditingkatkan secara baik²².

Prinsip latihan kembali asal kemampuan fisik yang dimiliki seseorang tidak menetap, tetapi dapat berubah sesuai dengan aktivitas yang dilakukan. Keaktifan seseorang melakukan latihan atau kegiatan fisik dapat meningkatkan kemampuan fisik, dan sebaliknya ketidakaktifan seseorang atau tanpa latihan akan menimbulkan kemunduran kemampuan fisik²³.

Jadi seseorang atau atlet mempunyai kemampuan fisik yang tidak menetap, sesuai dengan aktivitas yang dilakukan seseorang. Apabila seseorang terus berlatih maka kemampuan fisiknya akan meningkat, tetapi apabila seseorang tidak berlatih maka akan menimbulkan kemunduran fisik.

Keterampilan untuk mengoper dan menerima bola membentuk jalanan vital yang menghubungkan kesebelas pemain kedalam satu unit yang berfungsi lebih baik dari pada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. Anda harus mampu mengoper dan mengontrol bola dengan baik setelah rekan anda memberikan bola pada anda. Keterampilan mengoper dan menerima bola yang tidak baik akan

²² Ibid h,38

²³ Ibid h,60

mengakibatkan lepasnya bola dari anda dan membuang-buang kesempatan untuk mencetak gol²⁴.

Jadi dari penjabaran diatas pemain harus benar-benar menguasai teknik dasar *passing* dan *control* apabila pemain tidak mempunyai kemampuan atau keterampilan yang tidak baik maka akan membuang-buang sebuah peluang atau membuang kesempatan untuk menciptakan sebuah gol.

Oleh karena itu keterampilan dasar seperti *passing* dan *control* adalah keterampilan yang bisa dikuasi dengan cara latihan. Maka keterampilan dasar seperti *passing* dan *control* perlu dilatih dalam usia dini, terutama pemain usia 12 tahun. Agar terjadinya peningkatan yang tentunya dengan memperhatikan fase-fase dan faktor yang mempengaruhi, agar benar-benar diterima dan diserap dengan baik. Sehingga dapat menjadi bekal pemain sepak bola usia dini dalam mencapai tujuannya.

1.1 Kajian Anatomi, Biomekanika, Kinesiologi, dan Gizi

Pada umur 12 tahun penting bagi pemain untuk melatih keterampilan *passing* dan *control* yang baik dan benar. Tanpa disadari pada saat melakukan gerakan *passing* dan *control* otot-otot membantu pemain dalam melakukan gerakannya.

²⁴ Joseph A.Luxbacher, Ph.D (Sepak Bola Edisi Kedua : PT Rajagrafindo Persada tahun 2012) h,11

Dalam definisi biomekanika olahraga, teknik adalah serangkaian pola gerak yang dilakukan seorang atlet untuk mencapai tujuan mekanik tertentu. *Passing* dan *shooting* yang akurat dalam berbagai situasi permainan didefinisikan sebagai keterampilan atau *skill*, dan *skill* yang baik didasari oleh teknik yang baik²⁵.

Dari penjabaran di atas adalah seorang atlet yang melakukan serangkaian gerak untuk mencapai tujuan mekanik tertentu, seorang atlet yang melakukan gerakan *passing* dan *control* yang baik harus didasari oleh teknik yang baik dalam berbagai situasi permainan. Maka penting bagi seorang pelatih untuk mempelajari teknik yang baik sejak usia dini kepada setiap pemainnya agar terciptanya *passing* dan *control* yang akurat dalam berbagai situasi permainan.

Kinesiologi anatomi adalah suatu wawasan pengetahuan yang mempelajari gerak tubuh dari sudut pandang ilmu anatomi yang antara lain mengenal bidang-bidang gerak anatomi, rentang gerak dari pada sebuah persendian, kemungkinan gerakan yang dapat dibuat pada sebuah persendian, kelompok otot yang berkerja untuk melaksanakan sebuah gerakan dari bagian tubuh tertentu²⁶. Kinesiologi anatomi sangat dibutuhkan

²⁵ Bambang Kridasuwarno, Biomekanika Olahraga (Jakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negri Jakarta ,2013), h.48

²⁶ Evelyn C. Pearce, Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis, (Jakarta : PT.Gramedia Pustaka Utama, 2008) h.15

dalam permainan sepak bola untuk mempelajari dan melatih gerak pemain pada saat melakukan teknik dasar sepak bola.

Gerakan manusia dipelajari secara cermat didalam kinesiologi, dan beberapa cabang ilmu dari kinesiologi yaitu: biomekanika, kinematika, dan kinetika. Kinesiologi mempelajari gerakan manusia dari sudut pandang ilmu fisika. Didalamnya terdapat analisis *musculoskeletal* gerakan manusia berdasarkan prinsip-prinsip dan hukum mekanik)²⁷.

Biomekanika adalah mempelajari tentang gaya internal dan gaya eksternal yang beraksi dalam tubuh manusia dan pengaruh-pengaruh yang ditimbulkan oleh gaya-gaya tersebut. Kinematika adalah mempelajari gerakan tubuh manusia dari sudut waktu, perpindahan, kecepatan, dan akselerasi. Sedangkan kinetika adalah mempelajari masalah gaya yang menghasilkan dan mengubah gerakan tubuh manusia²⁸.

1.2 Otot yang Berperan

a) Pergerak utama

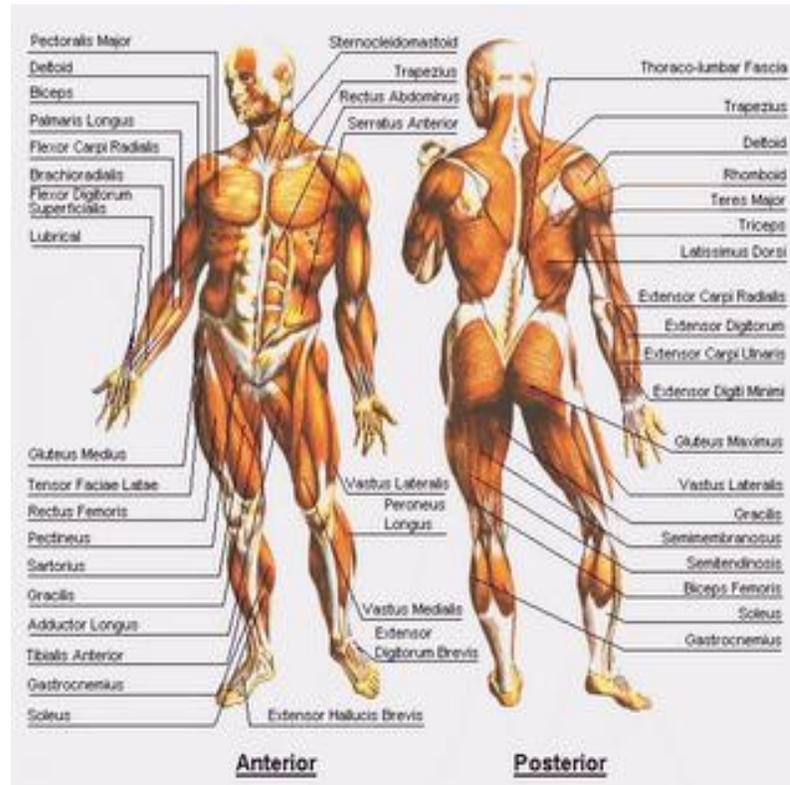
- *Musculus quardiceps femoris, biceps femoris* dan *musculus tibialis anterior, tibialis posterior*. Dipakai dalam gerakan menendang.
- *Musculus bicep femoris, dan musculus quardiceps femoris*. Dipakai dalam gerakan menendang, berlari, dan bertahan.

²⁷ Sugiyanto Loc cit, h.243

²⁸ Sugiyanto Ibid, h.23

- *Musculus bicep femoris*. Dipakai dalam gerakan pada saat melakukan *shooting*, berlari, dan bertahan.
- b) Penggerak Antagonis
- *Musculus biceps femoris*, dan *musculus quadriceps femoris*. Terjadi pemendekan otot pada *musculus bicep femoris* dan pemanjangan otot pada *musculus quadriceps femoris*.
- c) Penggerak Sinergis
- Pada gerakan menendang, menahan, dan menggiring yaitu, *Musculus gluteus maximus*, *Musculus quadriceps femoris*, *Semitendinosus* dan *Semimembranosus*, *Musculus tibialis anterior*, dan *tibialis posterior*.
- d) Penggerak Stabilitas
- *Musculus tensor fascia latae*.
 - *Musculus gastrocnemius*.
 - *Musculus tibialis anterior dan tibialis posterior*²⁹.

²⁹ Irpan91.blogspot.co.id



(Gambar 2.1. gambar kerangka anatomi. Sumber :

http://daninurriyadi.blogspot.co.id/2012_02_01_archive.html)

1.3 Sendi dan Gerakan Sendi

Sendi yang berfungsi adalah sendi engsel yaitu pada lutut (*articulation genu*), (*articulation coxae*) pada pinggang, (*articulation talocruralis*) pada pergerakan kaki. Gerakan sendi yang digunakan pada saat melakukan menendang, menahan, dan menggiring adalah *flexi*, *exsenti*, *pronasi* dan *supinasi*.

1.4 Mekanik Gerakan

a. Kinematika

Dalam waktu 2x45 menit tim harus memasukan bola sebanyak-banyaknya kegawang lawan agar memperoleh sekor atau poin yang tinggi dan menjadi pemenang dalam permainan atau dalam sebuah pertandingan.

b. Kinetika

- Dibutuhkan postur tubuh yang tinggi.
- Teknik individu harus bagus dan adanya motivasi diri dan tim untuk menang.
- Kondisi fisik harus maksimal.
- Koordinasi gerak harus sejalan.
- Pertahanan terhadap serangan lawan harus kuat.
- Intelegensi taktis dan semangat kerjasama harus besar.

Untuk mendukung hal-hal diatas dibutuhkan gizi yang baik untuk pemain dalam melakukan latihan dan pertandingan. Gizi seseorang dapat berpengaruh terhadap prestasi kerja dan produktifitas, karena gizi yang baik mendukung pemain untuk mendapatkan energi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam aktivitas gerak otot pada saat pemain melakukan latihan dan pertandingan³⁰.

³⁰ AFC C Certificate Coaching Course (Jakarta : 2013), h.95

Sumber-sumber makanan yang dibutuhkan oleh pemain sepak bola menurut *AFC C Certificate Coaching Course*:

- Karbohidrat merupakan sumber utama energi untuk memenuhi kebutuhan gizi bagi atlet sepak bola. Jenis makanan sumber karbohidrat antara lain: beras, jagung, ubi, roti, mie, dan pasta.
- Protein merupakan zat gizi penghasil energi yang tidak berperan sebagai sumber energi tetap berfungsi untuk mengganti jaringan dan sel tubuh yang rusak. Protein bagi sepak bola usia remaja sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan pembentukan tubuh guna mencapai tinggi yang optimal. Ada dua sumber protein yaitu hewani dan nabati, hewani adalah yang berasal dari hewan seperti daging, ayam, ikan, telur dan susu. Sedangkan nabati yaitu tahu, tempe, dan kacang-kacangan.
- Lemak merupakan sumber energi yang paling tinggi, tetapi para atlet tidak dianjurkan untuk mengkonsumsi lemak secara berlebihan. Lemak terdapat pada makanan seperti keju, mentega, lemak daging, dan minyak kedelai.
- Vitamin berperan dalam proses pembentukan energi, kebutuhan metabolisme zat lainnya, pembentukan tulang bagi atlet sepak bola yang masih remaja. Sumber vitamin terdapat dari makanan seperti daging, ikan, ayam, sayur-sayuran, dan buah-buahan segar.

- Mineral, atlet sepak bola yang masih remaja memerlukan kalsium yang relative lebih tinggi untuk pertumbuhan tulangnya. Mineral bisa didapat dari sumber makanan seperti susu dan ikan.
- Air, sangat penting bagi atlet untuk mengkonsumsi air pada saat berlatih maupun bertanding. Minum air yang teratur dengan tambahan sedikit elektrolit dan karbohidrat sangat baik untuk mencegah dahidrasi.

Nutrisi-nutrisi diatas sangat penting dipenuhi oleh atlet sepek bola agar mendapatkan energi yang baik untuk tubuh dalam memenuhi kebutuhan latihan dan bertanding.

2 Hakikat *Passing*

Tindakan memberi bola kepada rekan satu tim. Teknik ini merupakan bagian sangat penting dalam konsep bermain tim. Sebagai inti permainan, *passing* memungkinkan sebuah tim untuk :

- Tetap menguasai bola.
- Merancang serangan
- Mengubah arah permainan.
- Serangan balik.
- Menyediakan *passing* akhir yang menentukan.³¹

³¹FIFA, *Grassroots*, (Altstätten : RVA Druck und Medien), h. 72

Passing adalah keterampilan paling penting untuk dikuasai. *Passing* menghubungkan semua pemain diseluruh bagian lapangan dan memungkinkan tim membangun serangan. Berlatihlah lebih keras terutama kaki yang lebih lemah. Pemain yang dapat melakukan *passing* sama bagusnya dengan kedua kakinya sering menjadi pemenang³².

Jadi dalam permainan sepak bola *passing* adalah hal yang paling penting untuk dikuasai karena dengan *passing* sebuah tim dapat tetap menguasai jalannya pertandingan dan dapat menciptakan beberapa peluang untuk menghasilkan gol, dan pemain yang memiliki kaki yang sama bagusnya dalam melakukan keterampilan *passing* sering menjadi pemenang.

Menguasai seni *passing* adalah suatu keharusan jika anda ingin melakukan dengan baik sebagai pemain sepak bola. Tanpa keterampilan *passing* yang baik waktu anda dilapangan akan menjadi pendek. *Passing* itu sangat sederhana tapi masih begitu sulit. Hal ini mungkin terlihat sederhana ketika pemain profesional memainkan satu sama lain dengan umpan-umpan panjang dan tepat, namun pemain telah menghabiskan ribuan jam dilapangan sepak bola untuk berlatih *passing*³³.

Jika seseorang tidak mempunya keterampilan *passing* yang baik maka waktu akan terbuang sia-sia karena dalam sepak bola *passing* adalah hal yang paling mutlak yang harus dikuasai oleh setiap pemain, keterampilan

³² Clive Gifford, Ketrampilan Sepak Bola (PT Citra Aji Parama : Yogyakarta 2007), h.14

³³ Zidane Muhdhor Al-Hadiqie (Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional : Kata Pena Tahun 2013) h,31

passing terlihat sederhana tetapi butuh ribuan jam dilapangan untuk berlatih *passing*.

Passing yang baik dimulai ketika tim yang sedang menguasai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang di sekeliling pemain. Keterampilan dasar mengontrol bola perlu dilatih secara berulang-ulang sehingga pemain yang melakukan *passing* mempunyai rasa percaya diri untuk melakukan *passing* yang tegas dan terarah kepada teman satu tim yang tidak dijaga lawan. *Passing* yang *efektif* juga memberikan peluang yang lebih baik untuk mencetak gol karena pemain yang menerima *passing* tersebut berada pada lokasi yang lebih menguntungkan jika dibandingkan dengan *passing* yang dilakukan dengan lemah atau tidak terarah. Kebanyakan *passing* dilakukan dengan kaki bagian dalam karena dikaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan *control bola* yang lebih baik. Selain itu, kaki bagian dalam merupakan permukaan yang lebih tepat untuk melakukan *passing*.³⁴

Olive Gifford *passing* dengan kura-kura kaki adalah *passing* paling umum untuk menendang bola pada jarak yang lebih jauh. Kamu juga dapat menggunakan kura-kura kaki untuk melakukan tembakan. Tempatkan badanmu menghadap bola, dengan satu kaki tumpuan disampingnya.

³⁴ Danny Mielke, Dasar-Dasar Sepak Bola (Pakar Raya- Bandung), h.19

Arahkan ujung kakimu kebawah dan arahkan sehingga menendang bagian tengah bola tepat dibagian tali sepatumu. Tetap rentangkan kakimu dan arahkan ujung kakimu kebawah ketika kamu menganyunkan kakimu dengan lembut pada bola. Arah akhir kakimu harus mengikuti arah umpan.³⁵

Dari kesimpulan diatas bahwa *passing* menggunakan kura-kura kaki sangatlah penting selain untuk mengumpan jarak jauh, kura-kura kaki juga berguna untuk melakukan tembakan kearah gawang.

Danny Mielke *passing* menggunakan punggung sepatu untuk melakukan *passing* dilapangan pada jarak yang lebih jauh, kamu harus melambungkannya. Keterampilan *passing* ini menggunakan punggung sepatu bukan kaki bagian dalam. Tendanglah bola pada bagian bawah untuk memberikan angkatan yang cukup. Kamu harus sedikit memiringkan tubuh kebelakang saat menyentuh bola. Letakkan dengan kuat kaki yang kamu gunakan sebagai tumpuan sedikit didepan bola dan agak menyamping. Rentangkan tanganmu untuk mendapatkan keseimbangan.³⁶

Sama dengan halnya *passing* menggunakan kura-kura kaki, tetapi perbedaan *passing* menggunakan punggung sepatu adalah untuk melakukan *passing* dengan jarak yang lebih jauh lagi.

³⁵Olive Gifford Op , cit h.16

³⁶Danny Mieke Op , cit h.22

CONTOH *PASSING* MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM :

1. Persiapan



2. Pelaksanaan



3. Lanjutan



(Gambar 2.2: gerakan melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam, gambar diambil oleh peneliti di SSB Serpong jaya)

CONTOH *PASSING* MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN LUAR (KURAKURA) :

1. Persiapan



2. Pelaksanaan



3. Lanjutan



(GAMBAR 2.3 Gerakan melakukan *passing* kaki bagian luar, gambar di ambil oleh peneliti di SSB Serpong Jaya.)

3 Hakikat *Control*

Dalam sepakbola, kamu akan menghabiskan sebagian besar waktumu untuk menjelajahi lapangan, menciptakan ruang, menjaga pemain lawan, dan mencoba menemukan ruang kosong untuk menerima dan mengontrol bola serta melakukan permainan yang tepat yang akan menguntungkan timu. *Tapping*, baik dengan menggunakan kaki, paha, atau dada, merupakan bagian yang sangat penting dalam mengontrol bola. *Tapping* terjadi ketika seorang pemain menerima passing atau menyambut bola dan mengontrol sedemikian rupa sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*.³⁷

Jadi dalam permainan sepak bola pemain harus menciptakan ruang untuk melakukan *tapping* bola, *tapping* bola dapat dilakukan dengan menggunakan kaki, paha, dan dada. *tapping* berguna untuk menerima bola dari teman satu tim dengan mengontrol sedemikian rupa dan pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*.

Mengontrol bola berarti menguasainya. Mengontrol dengan benar berarti sebuah gerakan akan sukses. Gerakan-gerakan terkontrol yang harus difokuskan adalah *control* mengarahkan dan menguasai bola saat bergerak inilah yang mengenalkan kecepatan dalam permainan³⁸. Ketereampilan mengoper bola wajib dikuasai pemain, tetapi pemain yang menerima bola

³⁷ Danny Mielke, *ibid* ,h.29

³⁸ FIFA Grassroots, *Op cit* h,72

harus dapat menghentikan atau mengendalikannya untuk menyelesaikan serangan. Inilah yang disebut keterampilan menerima bola. Menghentikan bola adalah menghadang bola yang melaju kearah anda, baik dengan kepala, dada, paha, atau kaki anda³⁹.

Dari kesimpulan diatas bisa dikatakan bahwa mengontrol bola berarti menghentikannya atau menghadang bola yang melaju kearah anda dengan menggunakan kaki, paha, dada dan kepala. Jika pemain mengontrol dengan benar berarti gerakan itu akan sukses. Pemain harus mengarahkan dan menguasai bola saat bergerak inilah yang mengenalkan kecepatan dalam permainan sepak bola.

Bola dapat menggelinding dengan cepat dilapangan. Meredam membantumu mengontrol bola, jaga tubuhmu tetap santai dan seimbang. Ketika bola datang, gerakkan bagian tubuhmu yang akan bersentuhan dengan bola ke belakang atau bawah searah dengan gerakan bola. Ini akan memperlambat bola dan mencegah memantul.

- *Control* dengan sisi kaki, mengontrol dengan sisi kaki adalah cara yang baik untuk mengontrol bola yang meluncur diatas lapangan. Pindahkan bobot tubuhmu ke kaki tumpuanmu, gunakan lenganmu untuk keseimbangan. Saat bola datang, angkatlah kakimu dan cobalah untuk mengarahkan bola kebawah dengan sisi kakimu. Bola akan jatuh ketanah, siap untuk diumpankan kepemain lain.

³⁹ Robert Roger, op cit, h,29

Kamu juga dapat berlari dengan menggiring bola atau melakukan tembakan.

- *Control* dengan paha kamu dapat mengontrol bola yang jatuh dari atas dengan menggunakan pahamu. Angkatlah kakimu bagian atas sehingga hampir sejajar dengan tanah. Saat bola datang tariklah kakimu untuk mengontrolnya. Cobalah menjatuhkan bola di depanmu.⁴⁰

Jadi mengontrol menggunakan sisi kaki adalah cara yang baik untuk mengontrol bola yang meluncur diatas lapangan. Setelah melakukan gerakan mengontrol pemain bisa melakukan gerakan menggiring bola atau melakukan tembakan kearah gawang. Begitu juga dengan gerakan mengontrol dengan paha, dada dan kepala.

CONTOH GERAKAN CONTROL :

1. CONTOH CONTROL MENGGUNAKAN PAHA



(Gambar 2.4 di ambil oleh peneliti di SSB Serpong Jaya)

⁴⁰ Clive Gifford, Op cit h,12

2. CONTOH *CONTROL* MENGGUNAKAN DADA



(Gambar 2.5 di ambil oleh peneliti di SSB Serpong Jaya)

3. CONTOH *CONTROL* MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM

1. Persiapan



2. Pelaksanaan



3. Lanjutan



(Gambar 2.6 di ambil oleh peneliti di SSB Serpong Jaya)

4 Hakikat Pemain Tengah

Pemain tengah atau gelandang adalah pemain yang berada ditengah-tengah antara pemain depan dan belakang. Dalam permainan sepak bola pemain tengah sangat dibutuhkan kontribusinya untuk membantu

penyerangan atau membantu pemain depan untuk mencetak sebuah gol dan membantu pertahanan⁴¹.

Pemain tengah atau gelandang perannya sangat dibutuhkan karena pemain tengah atau gelandang bisa membantu tim dalam hal penyerangan dan juga dapat membantu pemain depan untuk mencetak sebuah gol, selain itu pemain tengah atau gelandang juga bisa membantu pertahanan disaat tim kita sedang diserang oleh tim lawan. Selain itu pemain gelandang harus memiliki daya tahan yang baik karena pemain ini selalu berlari untuk membantu serangan dan juga membantu pertahanan.

John Devaney menyatakan seorang pemain tengah atau gelandang dituntut memiliki akurasi tendangan yang baik, baik tendangan keras maupun tendangan yang pelan⁴². Dari penjabaran diatas seorang gelandang selain memiliki daya tahan yang baik juga harus memiliki tendangan yang keras untuk bisa langsung melakukan tendangan kearah gawang, sedangkan tendangan pelan juga bermanfaat untuk mengoper kedapda teman dan juga bisa menendang langsung kearah gawang.

Posisi pemain tengah (gelandang) dibagi menjadi beberapa posisi, yaitu: gelandang bertahan, gelandang sayap, gelandang tengah dan gelandang menyerang.

⁴¹ Robert Koger Op chit, h,129

⁴²John Devaney (Rahasia Para Bintang Sepak Bola: Dahala Prize : Semarang) h,51

Gelandang bertahan adalah pemain atau gelandang yang beroperasi didepan barisan pertahanan. Pemain gelandang bertahan harus memiliki cukup kekuatan karena gelandang bertahan sebagai penyeimbang permainan, dengan tugas membantu penyerangan dan pertahanan⁴³. Dari penjabaran diatas peneliti mengambil kesimpulan bahwa gelandang bertahan harus memiliki kekuatan atau daya tahan yang baik karena seorang gelandang bertahan mempunyai dua tugas yaitu untuk membantu penyerangan dan juga membantu pertahanan. Gelandang bertahan adalah penghenti pertama serangan lawan sebelum pemain bertahan.

Gelandang sayap pengumpan yang baik dalam penyerangan merupakan persyaratan untuk melakukan dengan baik sebagai gelandang kanan atau kiri. Mereka biasanya membantu penyerangan dengan memanfaatkan lebar lapangan, dan mengirimkan umpan silang ke daerah pertahanan lawan⁴⁴.

Jadi kesimpulan diatas adalah pemain gelandang sayap harus mempunyai keterampilan passing yang baik, baik passing pendek maupun passing jauh karena pemain gelandang sayap biasanya melakukan serangan memanfaatkan lebar lapangan dan langsung mengirimkan umpan silang kepada pemain depan. Selain passing yang baik pemain gelandang sayap

⁴³ Zidane Muhdor Al-Hadiqie, Op chit, h,63

⁴⁴ Zidane Muhdhor Al-hadiqie, ibid h,63

biasanya memiliki kecepatan diatas rata-rata karena pemain ini menggunakan kecepatannya untuk memanfaatkan lebar lapangan.

Gelandang serang, untuk berhasil sebagai gelandang serang pemain membutuhkan keterampilan yang baik dengan bola, menjadi kreatif cerdas, tahu bagaimana mencetak gol dan juga mampu mendorong rekan tim selama pertandingan. Pemain juga harus siap kritik karena pemain pasti akan menerima banyak keritikan ketika tim gagal mencetak gol dan memanfaatkan strategi menyerang yang ditentukan pelatih⁴⁵.

Menurut peneliti setelah membaca kutipan ahli diatas, pemain gelandang serang mempunyai peran yang sangat penting, karena pemain gelandang serang adalah pengatur serangan. Jadi pemain ini harus memiliki keterampilan yang baik dengan bola, dan harus mengambil keputusan dengan cepat memilih mengoper atau menendang langsung kearah gawang jika pemain ini lambat mengambil keputusan maka akan sulit menciptakan sebuah peluang atau gol untuk timnya. Selain itu pemain harus siap menerima keritikan karena pemain ini pasti akan menerima keritikan jika bermain buruk dan gagal menciptakan peluang dan gol.

Menurut John Devany gelandang sering disebut sebagai “otak” atau “pengatur siasat” dalam kesebelasan sepak bola. Gelandang mengoper bola dengan cepat ke daerah lawan, dengan cara menendangnya ketengah lapangan. Seperti halnya pemain bek ekstra, mereka selalu mencari

⁴⁵ Zidane Muhdhor Al-hadiqie, ibid h,67

kesempatan untuk dapat memberikan bola pada pemainnya sendiri yang bebas. Satu gelandang berfungsi sebagai penyerang yang kuat, sementara dua gelandang lainnya sebagai penghela yang tangguh dan setiap saat dapat mundur untuk membantu pertahanan. Mereka lebih sering berlari kesana kemari dibandingkan dengan pemain lainnya, oleh karena itu harus mempunyai stamina yang lebih kuat⁴⁶.

Menurut kesimpulan peneliti, gelandang mempunyai peran yang berbeda-beda pada setiap timnya dan masing-masing mempunyai peran yang sangat penting dalam setiap timnya. Terutama untuk pemain gelandang harus memiliki stamina yang lebih baik karena mereka membantu penyerangan dan pertahanan.

Sepertiga zona tengah (*middle 1/3*) :

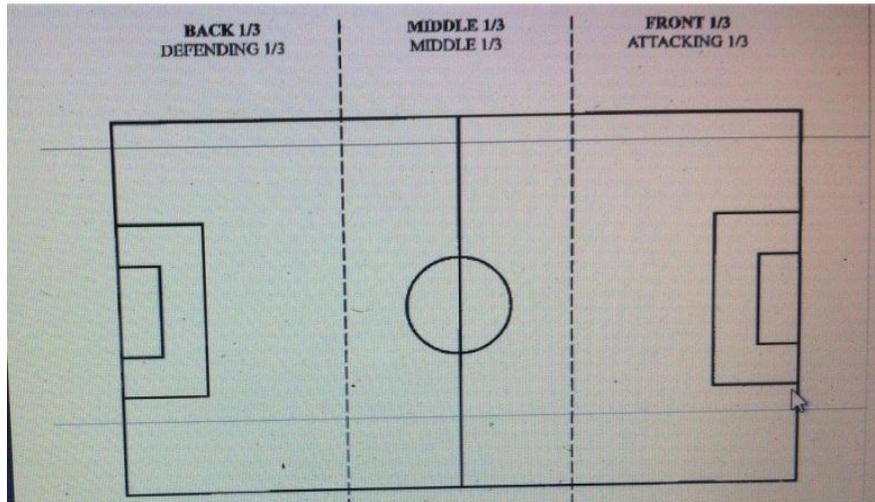
- Jangan biarkan lawan menguasai bola.
- Hentikan/jangan melakukan passing kedepan.
- Prioritas utama bukan untuk merebut atau menguasai bola tetapi hanya memperlambat lawan.
- Bikin lawan menjadi salah/ bikin kesalahan.⁴⁷

Jadi dalam zona ini jangan biarkan tim lawan untuk menguasai bola usahakan bikin lawan untuk melakukan kesalahan dan memperlambat lawan

⁴⁶ John Devaney, Op chit, h,25

⁴⁷ AFC B (Certificate Coaching Manual) h,

untuk melakukan serangan, karena zona ini menjadi pemain utama untuk melakukan atau mematahkan serangan lawan sebelum pemain bertahan.



(Gambar 2.7 : Lapangan sepertiga lapangan. Sumber : AFC Lisensi b)

5 Hakikat usia 12 tahun

Anak usia 12 tahun memiliki karakteristik rasa lapar untuk belajar, koordinasi yang meningkat, perubahan fisik, semangat bersaing, ketegasan, ingatan visual dan suara, semangat tim, perhatian yang meningkat dan kemampuan berdiskusi⁴⁸.

Karakteristik anak dan isi latihan :

(Table 2.1 dari buku FIFA Grassroots)⁴⁹

Karakteristik anak	Isi latihan
<ul style="list-style-type: none"> Perubahan fisik yang 	<ul style="list-style-type: none"> Kecepatan, <i>energy</i>, dan

⁴⁸ FIFA Grassroots, op cit, h,36

⁴⁹ FIFA Grassroots, ibid, h,37

signifikan.	reaksi.
<ul style="list-style-type: none"> • Keseimbangan dan koordinasi yang lebih baik. 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinasi.
<ul style="list-style-type: none"> • Peningkatan ingatan visual dan suara. 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar (dasar-dasar sepak bola).
<ul style="list-style-type: none"> • Pemikiran kritis, ketrampilan berdiskusi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organisasi tim dasar (3-2-3).
<ul style="list-style-type: none"> • Perhatian yang meningkat. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prinsip-prinsip umum permainan dan motivasi.
<ul style="list-style-type: none"> • Rasa lapar untuk belajar. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Control ruang</i> dan gerakan.
<ul style="list-style-type: none"> • Ketegasan. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Small sided games</i>: 5 vs 5, 7 vs 7, 9 vs 9.
<ul style="list-style-type: none"> • Perkembangan semangat berkompetisi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Meningkatkan kreativitas.
<ul style="list-style-type: none"> • Semangat tim. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mendorong individu untuk mengambil inisiatif.
Seorang pemain dalam sebuah tim	Bermain dan mengambil bagian

Dalam usia 12 tahun ini pemain sedang bergejolak gejolaknya pemain memiliki rasa lapar untuk belajar dan mempunyai pemikiran yang kritis dan mempunyai keterampilan diskusi yang sangat tinggi. Pemain pada usia 12 tahun juga memiliki perubahan fisik yang signifikan, koordinasi yang lebih baik, juga memiliki ingatan visual dan suara yang meningkat. Di usia ini juga pemain sedang semangat-semangatnya dalam hal berkompetisi dan meningkatkan kreativitas setiap individunya.

Dalam buku Rahmad Darmawan, pembinaan di kelompok usia 12 tahun untuk bisa lebih maksimal mengajarkan kesempurnaan teknik dasar. Dengan gabungan antara koordinasi, konsentrasi dan antusiasme belajar prima, pemain usia ini paling mudah belajar dan menyerap teknik sepak bola baru. Itulah sebabnya kelompok usia ini disebut sebagai fase usia emas untuk belajar atau *golden age of learning*. Segala macam varian teknik *dribbling, passing, ball control, shooting, heading*, harus diajarkan dengan sempurna. Pelatih harus juga melatihnya secara terus menerus, berulang-ulang, intensif, konsisten dan persisten. Aspek lain yang harus dikenalkan adalah konsep taktik dan grup kecil. Khususnya pengenalan terhadap konsep ruang. Baik mencari ruang, menciptakan ruang dan memanfaatkannya⁵⁰.

Dari penjabaran diatas dalam usia 12 tahun ini sangat mudah untuk mengajarkan teknik dasar seperti *passing, control, shooting* dan *heading*, antusiasme belajar prima sangatlah tinggi pada usia 12 tahun maka usia ini

⁵⁰ Rahmad Darmawan, (Jadi Juara Dengan Sepak Bola Possesion: ganesha putra: Jakarta) h,111

disebut sebagai fase usia emas. Maka dari itu pelatih harus terus menerus melatihnya secara berulang-ulang agar tercipta otomatisasi gerak dan sebagai bekal dimasa yang akan datang. Selain itu taktik juga harus sudah dikenalkan, khususnya terhadap konsep ruang baik mencari ruang, menciptakan ruang dan memanfaatkannya secara baik.

Latihan taktik bermain sangat penting dalam usia ini. Pada tingkat ini, latihan mengarah lebih khusus pada taktik dan permainan berlatih dilapangan lebar. Pemain harus berlatih semua macam teknik di tingkat ini. Kekuatan stamina, koordinasi, dan kelincahan harus menjadi bagian utama pada latihan fisik. Program pelatih harus mempertimbangkan dan memelihara kesehatan pemain apa lagi mereka sedang mengalami perubahan-perubahan fisik karena masa pubertas. Pemanasan dan pendinginan sangat penting sebagaimana kelentukan dalam pergerakan⁵¹.

Jadi peran pelatih harus benar-benar pintar untuk memberikan program latihan karena pada usia 12 tahun ini sedang pada masa-maspubertas.

6 Hakikat Liga anak Jakarta

Liga anak Jakarta merupakan liga kelompok umur 12 tahun dimana pada usia ini awal mereka bermain dengan ukuran lapangan 45 x 60 dengan jumlah pemain 9 lawan 9 selain itu pada liga anak Jakarta sudah

⁵¹ Timo S. Sceunemann Op chit, h,60

bertanding dengan sistem kompetisi dimana setiap tim bertemu dengan yang lainnya.

Liga anak Jakarta mulai bergulir pada tanggal 25 November 2016 dan akan berakhir pada tanggal 20 November. Liga anak Jakarta baru diadakan di tahun ini yang diikuti 9 sekolah sepak bola di wilayah Jabodetabek, diantaranya adalah SSB Pondok Bambu, SSB Toyo Haryono, SSB Remcil SSB Elang Bintang Utara, Ajax Sbi, SSB Persigawa, SSB Soccer One, SSB Cawang United, dan SSB Csc Indonesia. Pemain yang boleh diikuti sertakan ialah pemain yang kelahirannya 2004. Semoga dengan adanya kompetisi seperti ini pemain usia dini mendapatkan pengalaman disaat berlatih dan bertanding, dan kompetisi ini sebagai bahan evaluasi para pelatih.

B. KERANGKA BERFIKIR

Berdasarkan literature yang sudah dijelaskan di sub bab kerangka teori, maka kesimpulannya keterampilan dasar sepak bola pada pemain tengah harus sudah dilatih pada usia 12 tahun, agar pengalaman gerak sejak dini akan menjadi lebih baik di masa yang akan datang.

Keterampilan dasar seperti *passing* dan *control* sangat berguna dalam permainan sepak bola terutama pada pemain tengah, karena pemain tengah tidak dianjurkan untuk menggunakan keterampilan menggiring bola yang berlebihan karena dapat memperlambat serangan dan permainan dapat dibaca atau ditebak oleh lawan.

Keterampilan dasar seperti *passing* dan *control* sangat dibutuhkan di lini tengah ini dan dapat memanfaatkan lebar lapangan karena gelandang sayap mempunyai kelebihan kecepatan untuk memanfaatkan lebar lapangan dan dapat menciptakan peluang dan memberikan ruang untuk pemain depan untuk menciptakan sebuah peluang untuk menciptakan gol.

Pada liga anak Jakarta usia 12 tahun terdapat beberapa tim yang kualitasnya cukup baik karena beberapa tim dapat menduduki peringkat 1 sampai 9 diklasemen sementara di liga anak Jakarta usia 12 tahun. Dari sini akan terlihat keterampilan dasar sepak bola pada pemain tengah yang baik dan buruk dari pemain yang berlaga dikompetisi liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016.

Maka pada usia ini para pemain perlu mendapatkan kepercayaan bermain, maka Liga Anak Jakarta merupakan liga yang baik untuk dimainkan para pemain sehingga mereka dapat merasakan perubahan-perubahan atas apa yang mereka rasakan setiap pertandingan terhadap hasil mereka latihan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. TUJUAN PENELITIAN

Setiap penelitian yang dilakukan tentunya memiliki satu tujuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjawab permasalahan peneliti yaitu :

1. Berapakah total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *passing* pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?
2. Berapakah total dan prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *control* pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016?

B. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN

1. Tempat Pengambilan Data

Tempat adalah proses studi yang digunakan untuk memperoleh pemecahan masalah selama penelitian berlangsung¹.

Berdasarkan kutipan diatas, dapat disimpulkan jika tempat adalah bagian penting untuk memperoleh data sebagai pemecahan dari masalah yang akan di teliti. Untuk itu, penelitian “Keterampilan Dasar Sepak bola *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016” akan bertempat di :

¹Sukardi, Metedologi Penelitian Pendidikan, (Jakarta : Bumi Aksara, 2003), h.53

Tempat : Lapangan Sepak bola Pondok Bambu, Jakarta Timur

2. Waktu Penelitian

Waktu dimulainya penelitian ini adalah pada tanggal 25 September 2016, pengambilan data penelitian “Keterampilan Dasar sepak bola *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016” dimulai pada tanggal 25 September sampai 20 November 2016 (setiap pekannya 1 tim bermain sebanyak 3 kali), pukul: 08.00 – 14.30 WIB.

C. METODE PENELITIAN

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.²

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode deskriptif yaitu suatu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu *system* pemikiran atau suatu kelas peristiwa pada masa sekarang.³ Metode deskriptif dengan menggunakan teknik survey, sedangkan teknik pengambilan data pada penelitian ini dengan metode observasi dan dengan melakukan pengamatan langsung dan didukung menggunakan kamera video, pada Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016.

²Sugiyono, MetodekuantitatifKualitatifdan R&D_Alfabeta : Bandung, 2011 h.2.

³Loc cit. h.6.

D. POPULASI DAN TEKNIK PENGAMBILAN SAMPEL

1. Populasi

Sugiyono mengatakan bahwa “wilayah yang terdiri dari obyek, subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.”⁴ Populasi dari penelitian ini sebanyak 43 pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 Tahun 2016.

2. Sampel

Sampel adalah “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.”⁵ Sampel yang akan saya teliti adalah seluruh pemain tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 tahun 2016 yang berjumlah sebanyak 43 orang.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling yaitu, penelitian mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampel⁶. Salah satu pertimbangannya adalah pemain yang berada pada pemain tengah di kompetisi Liga Anak Jakarta usia 12 tahun.

⁴Ibid. h.80.

⁵Ibid. h.81

⁶Ibid. h.82.

Table 3.2 : kriteria *Passing* menggunakan kaki bagian luar :

KEBERHASILAN	KEGAGALAN
Tendanglah bagian tengah bola dengan kaki luar	Operan tidak tepat
Jaga kaki yang digunakan tetap kokoh dan gunakan gerakan menyentak yang pendek, tendang bola dengan permukaan kaki semaksimal mungkin	bola terlalu berputar
Tendang bola tepat garis tengah vertical di sebelah kanan atau kiri, bukan pada sepanjang sisilurnya	Dapat dipotong oleh lawan

Table 3.3 : Kriteria *Control*

KEBERHASILAN	KEGAGALAN
Tahan bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki antara ujung kaki dan tumit	Bola menggelinding diatas kaki dan keluar dari jangkauan anda

Selalu sediakan target yang lunak. Tarik kaki saat bola tiba untuk mengurangi benturan	Bola memantul di kaki
Tarik kaki anda saat bola tiba untuk mengurangi benturan	bola memantul menjauh dari anda
Lindungi bola setiap saat	Lawan dapat mendahului andadan menendang bola menjauh dari anda
Selalu bergerak kearah bola saat anda bersiap-siap untuk menerimanya, anda harus menjadi pemain pertama mencapainya	Pemain bertahan memotong di depan anda dan memintas operan anda

3) Alat dan perlengkapan

1. Kertas blangko instrument penilaian.
2. Alat tulis.
3. Papanjalan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Karena peneliti terjun langsung dalam proses pengambilan data, maka dalam teknik pengumpulan data ini peneliti menggunakan teknik observasi. “Observasi adalah teknik pengumpulan data, dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung keobjek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan”.⁷

Bila dikaitkan dengan masalah penelitian yang akan diteliti, maka teknik pengumpulan data akan dilakukan dengan menggunakan blangko penelitian.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara :

1. Pengumpulan data dilakukan oleh seorang pengamat (observer), disetiap pertandingan, pengamat bertugas mengamati dan mencatat setiap keberhasilan dan kegagalan *passing* dan *control* kedalam blanko yang sudah di siapkan.
2. Pengamat mengambil keputusan berdasarkan instrument penelitian yang bersumber dari para ahli tentang kriteria keberhasilan dan kegagalan *passing* dan *control* setiap pemain. Pengamat berhak memutuskan keberhasilan dan kegagalan berdasarkan batasan yang ada.

⁷Riduwan, **Metode dan teknik penyusunan tesis**, Bandung : alfabeta, 2004, h. 104

G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui tingkat keberhasilan keterampilan dasar dengan cara mendata keberhasilan dan kegagalan *passing* dan *control* pada sebuah pertandingan sepak bola, teknik analisis data yang digunakan adalah teknik deskriptif kuantitatif dengan *prosentase*. Dilakukan dengan cara :

1. Menghitung *prosentase* atau disebut frekuensi *relative* (frel).
2. Menghitung jumlah aktifitas teknik dasar dalam permainan sepak bola (N)
3. Menginterpretasikan setiap criteria kemampuan masing-masing pemain, menghitung keberhasilan dan kegagalan keterampilan *passing* dan *control* pada sepertiga zona tengah dalam permainan sepak bola (f1) untuk menghitung skor *prosentase* digunakan rumus :

$$\text{frel} = \frac{f1}{N} \times 100\% ^8$$

Frel = Frekuensi relatif

F1 = keberhasilan / kegagalan ketrampilan dasar

N = Jumlah aktifitas ketrampilan passing dan control

⁸ Nana sudjana, *metodestatistika*, Bandung : Tarsito, 2002, h.20

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. DESKRIPSI DATA

Sesuai pengumpulan data yang telah dilakukan dan dikumpulkan lalu kemudian di olah, maka diperoleh hasil dari analisis tentang “Penilaian Keterampilan Dasar Sepak Bola *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016”. Selama kompetisi Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016 berlangsung telah terjadi sebanyak 2.886 keterampilan dasar *passing*, dan 2.467 keterampilan dasar *control*.

Berikut adalah data keterampilan dasar *passing* dan *control* keseluruhan pada Pemain Tengah yang diperoleh dari hasil pertandingan Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016 selama satu musim atau sebanyak 5 pekan

1. Total Keberhasilan Dan Kegagalan Keterampilan Dasar *Passing* Pada Pemain Tengah Di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Dari data yang telah diperoleh maka total keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *passing* pada Pemain tengah peserta Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016 di keseluruhan pertandingan adalah sebagai berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* Pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

NAMA TEAM	BERHASIL	GAGAL	JUMLAH
TOYO HARIONO	375	185	560
CAWANG UNITED	208	179	387
PD. BAMBU	221	137	358
ELANG BINTANG	220	125	345
SOCCER ONE	217	131	348
PERSIGAWA	151	104	255
REMCIL	191	145	336
AJAX SBI	94	63	157
CSC INDONESIA	81	59	140
JUMLAH	1.758	1.128	2.886

Berdasarkan table diatas dan hasil penelitian keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016 menunjukkan telah terjadinya aktivitas *passing* sebanyak 2.886 kali dengan kesuksesan 1.758 kali dan kegagalan 1.128 kali.

Tim TOYO HARIONO memiliki *passing* terbanyak, pemain tengah paling tinggi sebanyak 560 kali dengan kesuksesan 375 kali dan kegagalan 185 kali. Di tempat kedua diduduki oleh tim CAWANG UNITED dengan

jumlah *passing* sebanyak 387 kali dengan kesuksesan sebanyak 208 kali dan kegagalan 179 kali.

Di tempat ketiga tim PONDOK BAMBU melakukan *passing* sebanyak 358 kali dengan kesuksesan sebanyak 221 kali dan kegagalan 137 kali. Di tempat keempat tim SOCCER ONE melakukan *passing* sebanyak 348 kali dengan kesuksesan sebanyak 217 kali dan kegagalan 131 kali.

Di tempat kelima tim ELANG BINTANG melakukan *passing* sebanyak 345 kali dengan kesuksesan sebanyak 220 kali dan kegagalan 125 kali. Di tempat ke enam tim REMCIL melakukan *passing* sebanyak 336 kali dengan kesuksesan sebanyak 191 kali dan kegagalan 145 kali.

Di tempat ke tujuh tim PERSIGAWA melakukan *passing* sebanyak 255 kali dengan kesuksesan sebanyak 151 kali dan kegagalan sebanyak 104 kali. Di tempat kedelapan tim AJAX SBI melakukan *passing* sebanyak 157 kali dengan kesuksesan sebanyak 94 kali dan kegagalan 63 kali. Di tempat ke Sembilan tim CSC INDONESIA paling sedikit melakukan *passing* di pemain tengah dengan sebanyak 140 kali dengan kesuksesan sebanyak 81 kali dan kegagalan 59 kali.

2. Total Keberhasilan dan Kegagalan Keterampilan Dasar *Control* Pada Pemain Tengah Di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Dari data yang telah diperoleh maka total keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar *Control* pada pemain tengah peserta Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016 di keseluruhan pertandingan adalah sebagai berikut :

Tabel 4.2 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Control* Pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

NAMA TEAM	BERHASIL	GAGAL	JUMLAH
TOYO HARIONO	305	146	451
CAWANG UNITED	175	154	329
PD. BAMBU	209	124	333
ELANG BINTANG	171	103	274
SOCCER ONE	197	98	295
PERSIGAWA	148	99	247
REMCIL	160	140	300
AJAX SBI	75	38	113
CSC INDONESIA	71	54	125
JUMLAH	1.511	956	2.467

Hasil penelitian keterampilan dasar *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016 menunjukkan telah terjadinya aktivitas *control* sebanyak 2.467 kali dengan kesuksesan sebanyak 1.511 kali dan kegagalan 956 kali.

Tim Toyo Hariono kembali menduduki peringkat pertama dalam tingkat keberhasilan *control* sebanyak 305 kali dan kegagalan sebanyak 146 kali dari 451 kali *control*. Tim Pondok Bambu berada di peringkat kedua dalam tingkat keberhasilan *control* sebanyak 209 kali dan kegagalan sebanyak 124 kali dari 333 kali *control*.

Tim Soccer One berada di peringkat ketiga dalam tingkat keberhasilan *control* sebanyak 197 kali dan kegagalan sebanyak 98 kali dari 295 kali percobaan *control*. Tim Cawang united berada di posisi ke empat dalam hal keberhasilan *control* dengan tingkat keberhasilan sebanyak 175 kali tetapi tim Cawang United memiliki kegagalan *control* paling tinggi yaitu sebanyak 154 kali dari 329 kali percobaan *control*.

Tim Elang Bintang berada di peringkat ke lima dalam hal tingkat keberhasilan *control* dengan jumlah 171 kali dan kegagalan sebanyak 103 kali dari 274 kali percobaan *control*. Tim Persigawa berada di peringkat ke enam dalam hal melakukan *control* dengan jumlah sebanyak 148 kali dan kegagalan sebanyak 99 kali dari 247 kali percobaan *control*.

Sementara itu tim Remcil berada di peringkat ke tujuh dalam hal tingkat keberhasilan *control* dengan jumlah sebanyak 160 kali dan kegagalan sebanyak 140 kali dari 300 kali percobaan *control*. Sedangkan tim Ajax Sbi berada di peringkat ke delapan dalam keberhasilan *control* yaitu sebanyak 75 kali dan tim Ajax Sbi paling sedikit melakukan kegagalan *control* yaitu sebanyak 38 kali karena tim Ajax Sbi adalah tim yang paling sedikit melakukan gerakan *control* yaitu sebanyak 113 kali.

Dan yang terakhir adalah tim Csc Indonesia yang paling rendah dalam hal tingkat keberhasilan *control* yaitu dengan jumlah sebanyak 71 kali dan kegagalan sebanyak 54 kali dari 125 kali percobaan *control*.

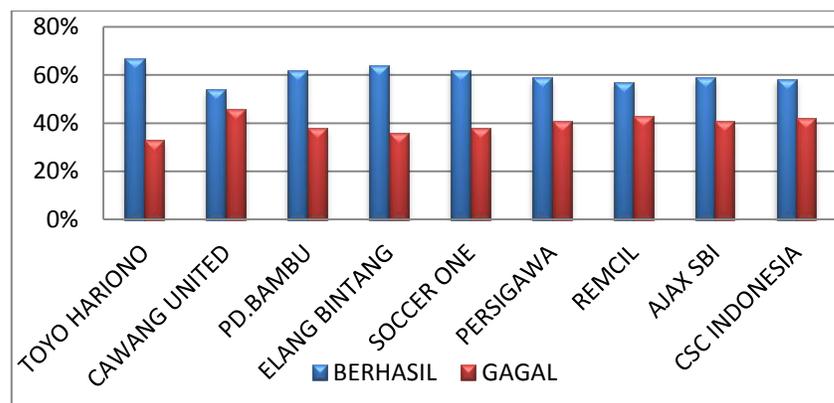
B. ANALISIS DATA

1. Prosentase dan Total Keseluruhan Keberhasilan dan Kegagalan Keterampilan Dasar *Passing* pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Dari data yang diperoleh secara keseluruhan keberhasilan dan kegagalan total dan prosentase keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016 sebagai berikut:

**Tabel 4.3 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* Pada Pemain
Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.**

NAMA TEAM	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
TOYO HARIONO	375	67	185	33	560
CAWANG UNITED	208	54	179	46	387
PD. BAMBU	221	62	137	38	358
ELANG BINTANG	220	64	125	36	345
SOCCER ONE	217	62	131	38	348
PERSIGAWA	151	59	104	41	255
REMCIL	191	57	145	43	336
AJAX SBI	94	59	63	41	157
CSC INDONESIA	81	58	59	42	140
JUMLAH	1.758	61	1.128	49	2.886



**Gambar 4.1 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* Pada Pemain
Tengah Di Liga Anaka Jakarta Usia 12 Tahun 2016.**

Berdasarkan table dan grafik diatas dari hasil penelitian keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016 menunjukkan telah terjadinya aktivitas *passing* sebanyak 2.886 kali dengan kesuksesan 1.758 kali dengan prosentase keberhasilan 61% dan kegagalan 1.128 kali dengan prosentase sebanyak 39%.

Tim Toyo Hariono memiliki keberhasilan *passing* dengan prosentase tertinggi yaitu 67% dan tingkat kegagalannya juga paling rendah dengan 33% hal ini menyebabkan tim Toyo hariono menjuari Liga Anak Jakarta karena tim Toyo hariono lebih dominan dalam hal melakukan *passing* pada pemain tengahnya di bandingkan oleh tim-tim lain.

Tim Elang Bintang menjadi juara ke dua di Liga Anak Jakarta memiliki prosentase keberhasilan *passing* 64% dan kegagalan *passing* 36%, hal ini juga mencatatkan tim Elang Bintang sebagai peringkat kedua dalam hal prosentase keberhasilan tertinggi setelah tim Toyo Hariono. Tim Cawang United paling rendah dalam hal keberhasilan *passing* dengan jumlah prosentase 54% dan prosentase kegagalannya juga paling tinggi yaitu 46%.

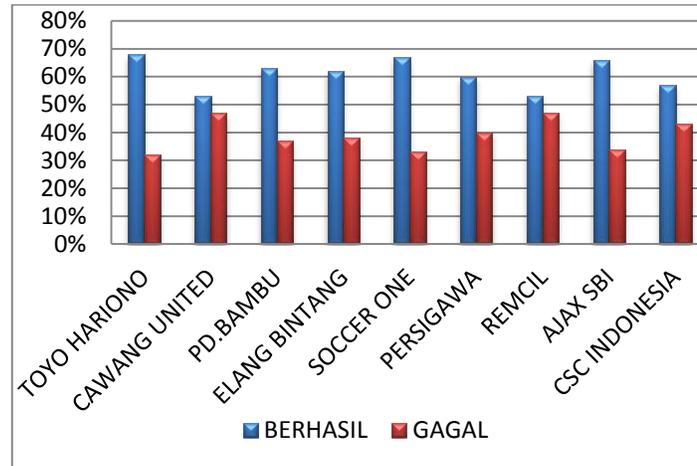
Sementara itu Persigawa dengan jumlah prosentase keberhasilan *passing* 59% dan kegagalan 41% mampu keluar sebagai juara ke tiga, hasil prosentase tersebut tidak berpengaruh terhadap tim Persigawa dibandingkan dengan tim-tim lain, karena tim persigawa mempunyai pemain depan yang mampu memaksimalkan peluang menjadi gol.

2. Prosentase dan Total Keseluruhan Keberhasilan dan Kegagalan Keterampilan Dasar *Control* pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Dari data yang diperoleh secara keseluruhan keberhasilan dan kegagalan total dan prosentase keterampilan dasar *Control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016 sebagai berikut:

Tabel 4.4 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Control* Pada Pemain Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016

NAMA TEAM	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
TOYO HARIONO	305	68	146	32	451
CAWANG UNITED	175	53	154	47	329
PD. BAMBU	209	63	124	37	333
ELANG BINTANG	171	62	103	38	274
SOCCER ONE	197	67	98	33	295
PERSIGAWA	148	60	99	40	247
REMCIL	160	53	140	47	300
AJAX SBI	75	66	38	34	113
CSC INDONESIA	71	57	54	43	125
JUMLAH	1.511	61	956	39	2.467



Gambar 4.2 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Control* Pada Pemain Tengah di Liga Anaka Jakarta Usia 12 tahun 2016.

Berdasarkan tabel dan grafik dari hasil penelitian keterampilan dasar *control* pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016 menunjukkan telah terjadinya aktivitas *control* sebanyak 2.467 kali dengan kesuksesan 1.511 kali dengan prosentase keberhasilan 61% dan kegagalan 956 kali dengan prosentase sebanyak 39%.

Tim Toyo Hariono kembali memiliki tingkat keberhasilan *control* paling tinggi dengan prosentase 68% dan kegagalan 32%, dilihat dari prosentase keberhasilan dan kegagalan diatas menunjukkan bahwa tim Toyo Hariono lebih dominan menguasai keterampilan dasar passing dan control pada pemain tengah hasil tersebut menyebabkan tim Toyo Hariono keluar sebagai juara 1 pada Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun.

Tim Cawang United dan Remcil memiliki prosentase kegagalan paling tinggi yaitu sebanyak 47% dan keberhasilan 53%. Di lihat dari data diatas tim Cawang united adalah tim yang paling banyak melakukan prosentase kegagalan dalam keterampilan dasar *passing* dan *control* hal tersebut menyebabkan tim Cawang United gagal untuk menjuarai Liga Anak Jakarta.

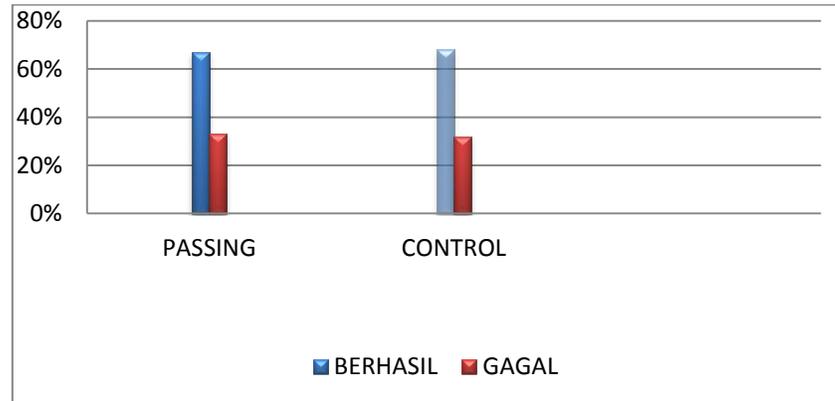
Sementara Ajax Sbi adalah tim ketiga terbaik dalam prosentase keberhasilan *control* yaitu sebanyak 66% dan kegagalan sebanyak 34%, tetapi jumlah melakukan *control* nya paling sedikit yaitu dengan jumlah 113 kali percobaan dengan keberhasilan 75 kali dan kegagalan sebanyak 38 kali.

3. Prosentase dan Total Keterampilan Dasar *Passing* Dan *Control* pada pemain tengah tim Toyo Hariono di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar sepak bola *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Toyo Hariono di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut :

Tabel 4.5 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim Toyo Hariono di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
DASAR					
PASSING	375	67	185	33	560
CONTROL	305	68	146	32	451



Gambar 4.4 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* Dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Toyo Hariono di Liga Anaka Jakarta usia 12 tahun 2016.

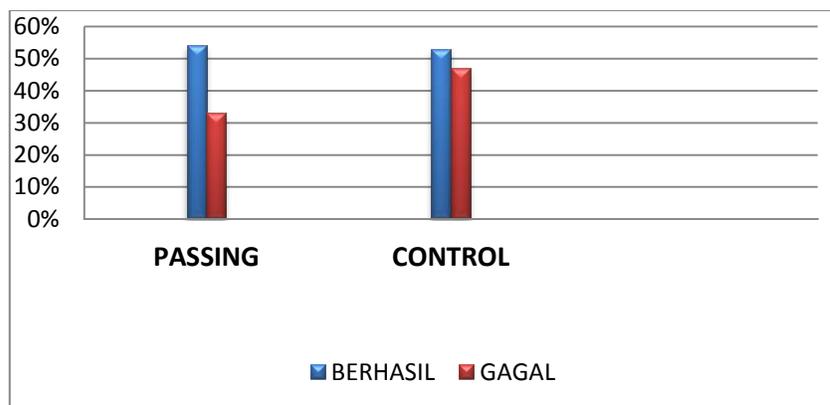
Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Toyo Hariono di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan dasar *passing* pada pemain tengah dilakukan tim Toyo Hariono dengan tingkat keberhasilan 375 kali (67%) dan kegagalan 185 kali (33%), keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 305 kali (68%) dan kegagalan 146 kali (32%). Dari data diatas tim Toyo Hariono menjadi tim yang terbaik dalam total dan prosentase keberhasilan kegagalan passing dan control, sehingga Toyo Hariono keluar sebagai juara 1 di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016.

4. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* Dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Cawang United di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Cawang United di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut :

Tabel 4.6 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim Cawang United di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN DASAR	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
PASSING	208	54	179	46	387
CONTROL	175	52	159	48	334



Gambar 4.5 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan *Passing* dan *Control* pada pemain tengah Cawang United di Liga Anaka Jakarta usia 12 tahun 2016.

Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Cawang United di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun

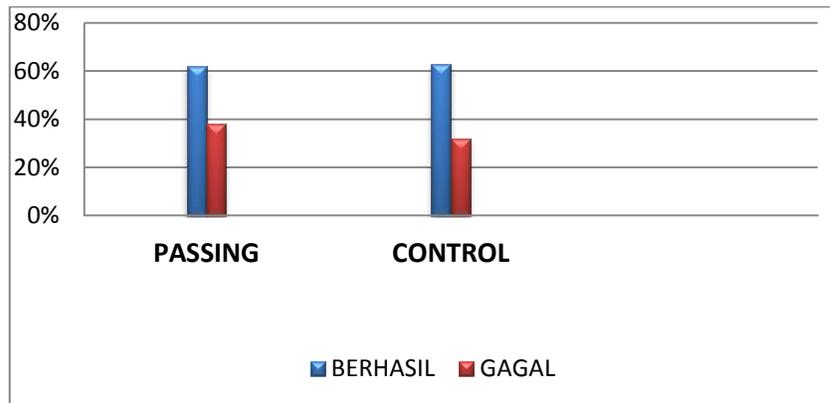
2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim Cawang United dengan tingkat keberhasilan 208 kali (54%) dan kegagalan 179 kali (46%), keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 175 kali (52%) dan kegagalan 159 kali (48%). Tim Cawang United adalah tim yang paling banyak melakukan kegagalan dengan prosentase 46% keterampilan *passing* dan 48% keterampilan *control*.

5. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* Dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Pondok Bambu di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Pondok Bambu di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut :

Tabel 4.7 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim Pondok Bambu di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN DASAR	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
PASSING	221	62	137	38	358
CONTROL	209	63	124	37	333



Gambar 4.6 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Pondok Bambu di Liga Anaka Jakarta usia 12 Tahun 2016.

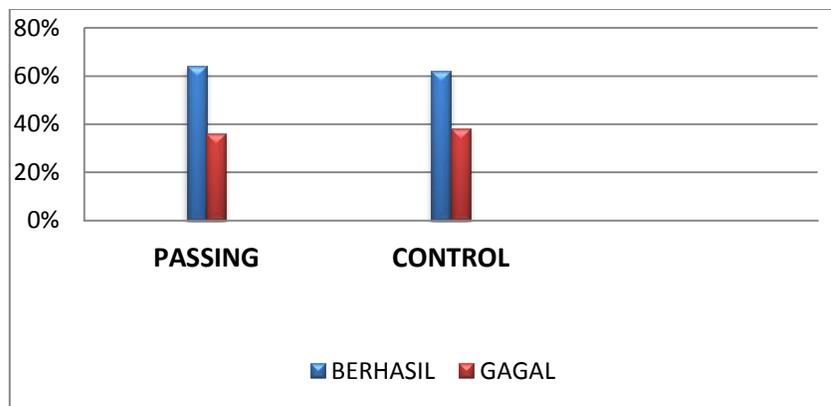
Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Pondok Bambu di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim Pondok Bambu dengan tingkat keberhasilan 221 kali dengan prosentase 62% dan kegagalan 137 kali dengan prosentase 38% keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 209 kali dengan prosentase 63% dan kegagalan 124 kali dengan prosentase 37%.

6. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* Dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Elang Bintang di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Elang Bintang di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut :

Tabel 4.8 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim ELANG BINTANG di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN DASAR	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
PASSING	220	64	125	36	345
CONTROL	171	62	103	38	274



Gambar 4.7 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Elang Bintang di Liga Anaka Jakarta usia 12 Tahun 2016.

Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Elang Bintang di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim Elang Bintang dengan tingkat keberhasilan 220 kali dengan prosentase 64% dan kegagalan 125 kali dengan prosentase 36%, keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 171 kali dengan prosentase 62% dan kegagalan

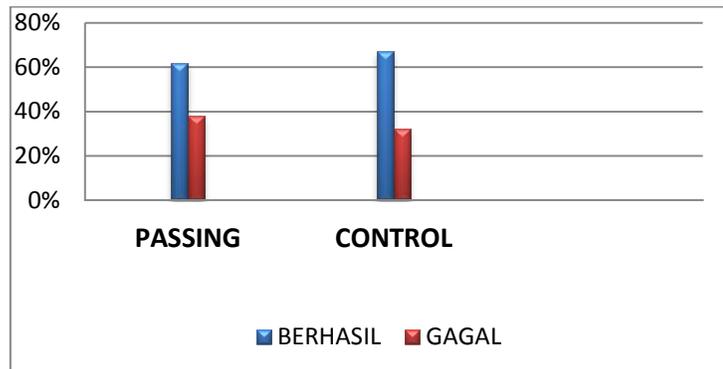
103 kali dengan prosentase 38%. Tim Elang Bintang memiliki prosentase keberhasilan *passing* lebih tinggi dengan 64% dari prosentase keberhasilan *control* dengan 62%.

7. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* Dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Soccer One di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Soccer One di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut:

Tabel 4.9 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* Dan *Control* Pada Pemain Tengah tim SOCCER ONE di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN DASAR	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
PASSING	217	62	131	38	348
CONTROL	197	67	98	33	295



Gambar 4.8 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* pada pemain tengah Soccer One di Liga Anaka Jakarta usia 12 tahun 2016.

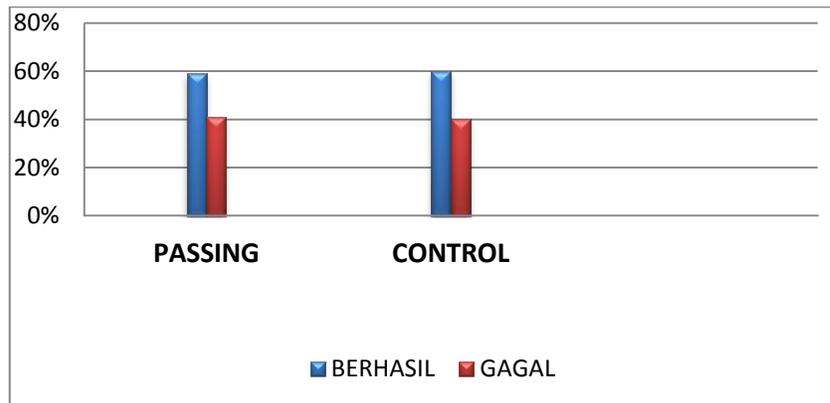
Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Soccer One di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim Soccer One dengan tingkat keberhasilan 217 kali dengan prosentase keberhasilan 62% dan kegagalan 131 kali dengan prosentase kegagalan 38%, keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 197 kali dengan prosentase 67% dan kegagalan 98 kali dengan prosentase 33%.

8. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* pada pemain tengah tim Persigawa di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Persigawa di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut:

Tabel 4.10 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim Persigawa di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
DASAR					
PASSING	151	59	104	41	255
CONTROL	148	60	99	40	247



Gambar 4.9 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Persigawa di Liga Anaka Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Persigawa di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim Persigawa dengan tingkat keberhasilan 151 kali dengan prosentase 59% dan kegagalan 104 kali dengan prosentase 41%, keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 148 kali dengan prosentase 60% dan kegagalan 99 kali dengan prosentase 40%. Dari data diatas Tim Persigawa dimana prosentase

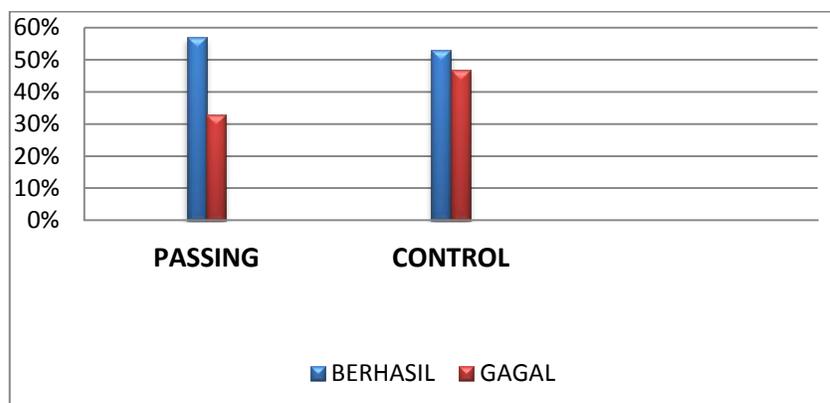
keberhasilannya lebih tinggi dengan 60% di bandingkan dengan prosentase keberhasilan passing 59%.

9. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* pada pemain tengah tim Remcil di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Remcil di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut:

Tabel 4.11 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim Remcil di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
DASAR					
PASSING	191	57	145	43	336
CONTROL	160	53	140	47	300



Gambar 4.10 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Remcil di Liga Anaka Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

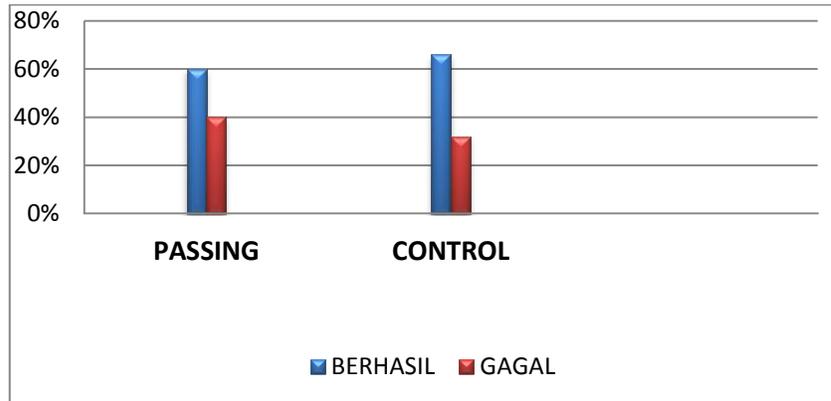
Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Remcil di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim Remcil dengan tingkat keberhasilan 191 kali dengan prosentase 57% dan kegagalan 145 kali dengan prosentase 43%, keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 160 kali dengan prosentase 53% dan kegagalan 140 kali dengan prosentase 47%.

10. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Ajax Sbi di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Ajax Sbi di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut:

Tabel 4.12 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim Ajax Sbi di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
DASAR					
PASSING	94	60	63	40	157
CONTROL	75	66	38	34	113



Gambar 4.11 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* pada pemain tengah Ajax Sbi di Liga Anaka Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

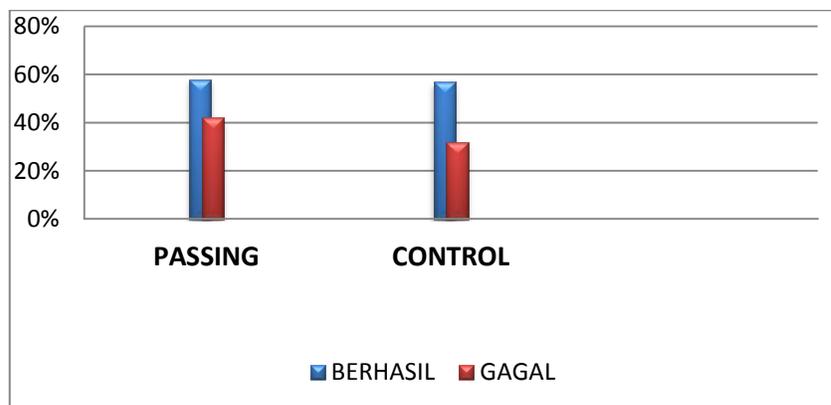
Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Ajax Sbi di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim AJAX SBI dengan tingkat keberhasilan 94 kali dengan prosentase 60% dan kegagalan 63 kali dengan prosentase 40%, keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 75 kali dengan prosentase 66% dan kegagalan 38 kali dengan prosentase 34%. Tim Ajax Sbi adalah tim kedua terbaik yang prosentase keberhasilan *control* dengan jumlah 66% setelah tim toyo hariono, tetapi tim Ajax Sbi adalah salah satu tim yang jumlah kemampuan *control*nya paling sedikit yaitu dengan jumlah 113 kali.

11. Prosentase Dan Total Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Tim Csc Indonesia di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Data yang diperoleh dari keseluruhan kegagalan dan keberhasilan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Csc Indonesia di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 sebagai berikut:

Tabel 4.13 Distribusi Total Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah tim Csc Indonesia di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

KETERAMPILAN DASAR	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
PASSING	81	58	59	42	140
CONTROL	71	57	54	43	125



Gambar 4.12 Grafik Prosentase Penilaian Keterampilan Dasar *Passing* dan *Control* Pada Pemain Tengah Csc Indonesia di Liga Anaka Jakarta usia 12 tahun 2016.

Hasil penelitian kemampuan keterampilan dasar *passing* dan *control* pada pemain tengah tim Csc Indonesia di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016. Keterampilan *passing* pada pemain tengah lebih sering dilakukan tim Csc Indonesia dengan tingkat keberhasilan 81 kali dengan prosentase 58% dan kegagalan 59 kali dengan prosentase 42%, keterampilan *control* dengan tingkat keberhasilan 71 kali dengan prosentase 57% dan kegagalan 54 kali dengan prosentase 43%.

C. PEMBAHASAN

TABEL 4.14 Distribusi penilaian per-keterampilan dasar sepak bola pada pemain tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun.

KETERAMPILAN DASAR	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
PASSING	1.758	61	1.128	39	2.886
CONTROL	1.511	61	956	39	2.467
JUMLAH	3.269	61	2.084	39	5.353

Tabel diatas menunjukkan data jumlah dan prosentase keterampilan dasar pada pemain tengah yang terdi dari *passing* dan *control*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa aktivitas keterampilan dasar sebanyak 3.269 kali dengan tingkat keberhasilannya 1.758 kali (61%) *passing* dan 1.511 kali (61%) *control*. Sedangkan aktivitas keterampilan dasar pada pemain tengah dari tingkat kegagalannya menunjukkan terjadi sebanyak 2.084 kali dengan tingkat kegagalannya 1.128 kali (49%) *passing* dan 956 kali (49%) *control*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan aktivitas *passing* dan *control* sama sama memiliki tingkat keberhasilan dengan 61% dan tingkat kegagalan *passing* dan *control* juga sama sama memiliki tingkat kegagalan dengan 49%.

Data tersebut menunjukkan bahwa keterampilan passing dan control pada pemain tengah menjadi yang paling sering dilakukan karena banyak momen-momen antara pemain untuk membuka ruang agar terciptanya peluang untuk mencetak gol. Tetapi banyak pemain yang tidak berhasil dalam melakukan passing dan control karena terlalu cepat dalam mengambil keputusan pada saat mengoper bola pada teman satu tim, pemain seharusnya bersabar dan mencari kelemahan tim lawan saat bertahan.

Oleh karena itu keterampilan passing dan control sangat penting sekali di latih pada umur 12 tahun untuk mengurangi atau meminilisir kesalahan-kesalahan keterampilan dasar mereka pada umur selanjutnya. Semoga dari hasil penelitian ini pelatih bisa mengoreksi atau mengevaluasi pemainnya dari sesi latihan yang mereka jalani.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan masalah yang dikemukakan didukung dengan deskripsi teoritis dan kerangka berpikir serta analisis data maka hasil penelitian ini diajukan sebagai berikut:

1. Keterampilan dasar sepak bola di usia 12 yang terjadi pada pemain tengah di liga anak Jakarta usia 12 tahun 2016 adalah keterampilan *passing* dan *control*. Jumlah *passing* sebanyak 2.886 kali dan *control* sebanyak 2.467 kali. Dengan tingkat keberhasilan sebanyak 1.758 kali dengan *prosentase* 61% *passing* dan kegagalan sebanyak 1.128 kali dengan *prosentase* 39%, sedangkan tingkat keberhasilan keterampilan *control* sebanyak 1.511 dengan *prosentase* 61% dan kegagalan sebanyak 956 kali dengan *prosentase* 39%.

2. Data keseluruhan keterampilan dasar sepak bola pada pemain tengah sebanyak 5.353 dengan keberhasilan sebanyak 3.269 kali dan kegagalan 2.084 kali. Jumlah dan *prosentase* keterampilan dasar pada pemain tengah yang terdiri dari *passing* dan *control*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa aktivitas keterampilan dasar sebanyak 3.269 kali dengan tingkat keberhasilannya 1.758 kali (54%) *passing* dan 1.511 kali (46%) *control*. Sedangkan aktivitas keterampilan dasar pada pemain tengah dari tingkat kegagalannya menunjukkan terjadi sebanyak 2.084 kali dengan tingkat

kegagalannya 1.128 kali (54%) *passing*, dan 956 kali (46%) *control*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan aktivitas *passing* lebih tinggi dari tingkat keberhasilan *control* dengan 54% dan total tingkat kegagalan *passing* juga paling tinggi dengan 54%. Sementara hasil dari total keberhasilan *control* sebanyak 46% dan total kegagalan *control* sama seperti keberhasilan *control* sebanyak 46%.

B. SARAN

Berdasarkan hasil kesimpulan peneliti, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Untuk para pelatih agar dapat meningkatkan kemampuan keterampilan dasar sepak bola pada sepertiga zona tengah, karena berdasarkan prosentase. Tim dengan prosentase keterampilan dasar tertinggi keluar sebagai juara, yaitu tim TOYO HARIONO dengan prosentase keberhasilan 67%.

2. Di lihat dari tingkat prosentase keberhasilan dan kegagalan keterampilan dasar sepak bola pada sepertiga zona tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016 yang harus menjadi perhatian para pelatih tim peserta adalah untuk lebih mengamati tingkat keterampilan *control* pemainnya Karena tingkat keberhasilan dan kegagalan masih sangat kurang dengan prosentase sama-sama 46%.

DAFTAR PUSTAKA

Koger Robert, (2007). Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja Saka Mitra Kompetensi

S. Scheunemann Timo, Reyna Claudio Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia

FIFA, *Grassroots*, Altstätten : RVA Druck und Medien

A. Luxbacher, Ph.D Joseph, (2016). Sepak Bola Edisi Kedua: Langkahlangkah Menuju Sukses. PT. Rajagrafindo Persadatanun

AFC Asian Football confederation "B" Certificate Coaching Manual

Depdikbud, (1989). kamus besar bahasa Indonesia Jakarta: Balai Pustaka

Giesulizm.blogspot.co.id/2013/05/hakikat-ketrampilan-motorik.html; m=1(di akses 27 september 2016)

H Singer dan Donland, (2004). Reading and Learning From Text, Boston : Little, Brown and Company

Ma'mun Amung, (2000). Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak, Jakarta: Depdikbud

Lutan Rusli, (1998). Perencanaan dan Strategi Pembelajaran Penjaskes Jakarta : Depdikbud-Dikdasmen

Persatuan sepak bola seluruh Indonesia, technical departement, Jakarta : PSSI

AFC C Certificate, (2013). Coaching Course, Jakarta.

Harsono, (1992). Prinsip-Prinsip Pelatihan FPOK-IKIP BANDUNG.

Olive Gifford, (2007). Keterampilan Sepak Bola. PT Citra Aji Parama: Yogyakarta.

Muhdhor Al-Hadiqie Zidane, (2013). Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional. Kata Pena.

Danny Mielke, Dasar-Dasar Sepak Bola. Pakar Raya- Bandung.

John Devaney, Rahasia Para Bintang Sepak Bola. Dahala Prize : Semarang.

Darmawan Rahmad, Jadi Juara Dengan Sepak Bola Possesion: ganeshaputra: Jakarta

Sukardi, (2003). Metodologi Penelitian Pendidikan, Jakarta : Bumi Aksara.

Sugiyono, (2011). Metode kuantitatif Kualitatif dan R&D Alfabeta : Bandung.

Riduwan, (2004). Metode dan teknik menyusun tesis, Bandung : alfabeta

Nana sudjana, (2002). Metode statistika, Bandung : Tarsito

Tudor Bomp. (2010). Periodization: Theory and Methodology of Training. Human Kinetics. USA.

Kridasuwarsa Bambang. (2013). Biomekanika Olahraga. Jakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.

LAMPIRAN 1

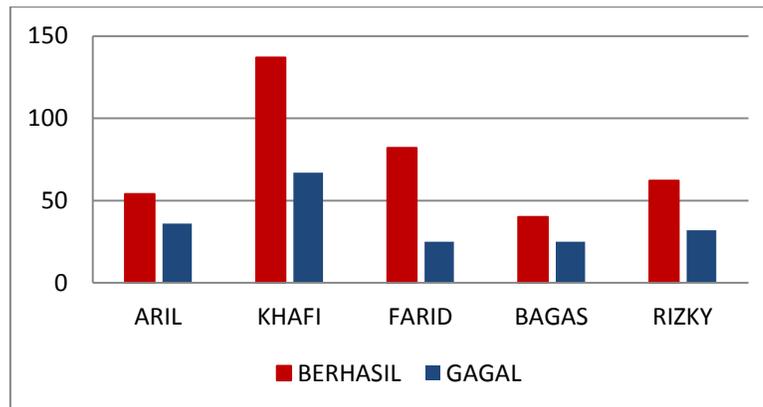
**Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim TOYO
HARIONO yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12
Tahun 2016.**

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
6	ARIL	54	60	36	40	90
9	KHAFI	137	67	67	33	204
11	FARID	82	77	25	23	107
3	BAGAS	40	62	25	38	65
7	RIZKY	62	66	32	34	94
	JUMLAH	375	67	185	33	560

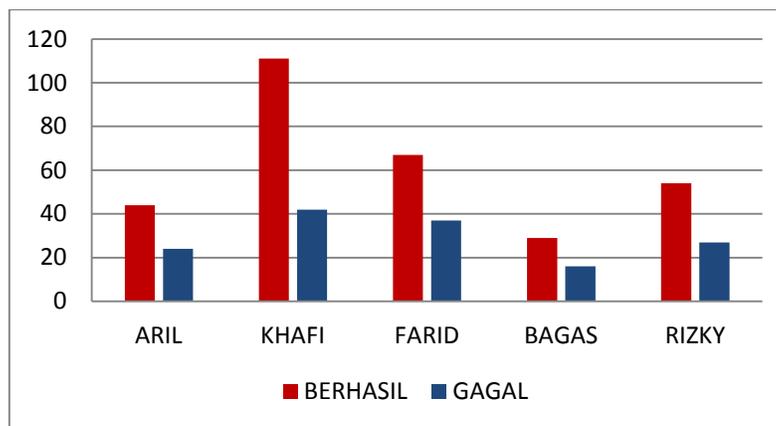
**Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim TOYO
HARIONO yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta usia 12
tahun 2016**

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
6	ARIL	44	65	24	35	68
9	KHAFI	111	73	42	27	153
11	FARID	67	64	37	36	104
3	BAGAS	29	64	16	36	45
7	RIZKY	54	67	27	33	81

	JUMLAH	305	68	146	32	451
--	--------	-----	----	-----	----	-----



Gambar Grafik Keterampilan Dasar *passing* Pemain tim TOYO HARIONO yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.



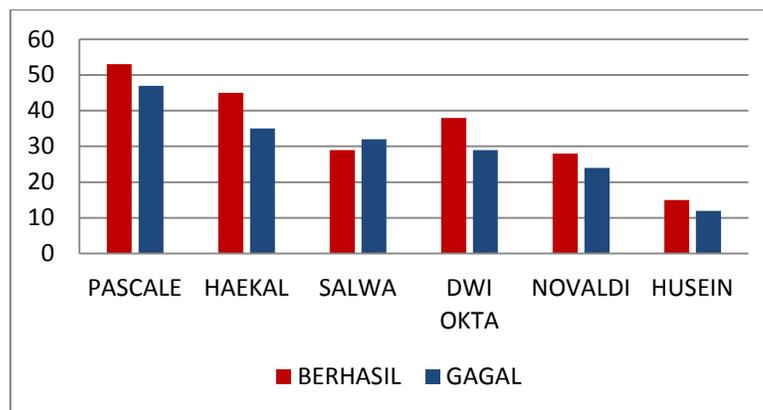
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *control* Pemain tim TOYO HARIONO yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim CAWANG UNITED yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

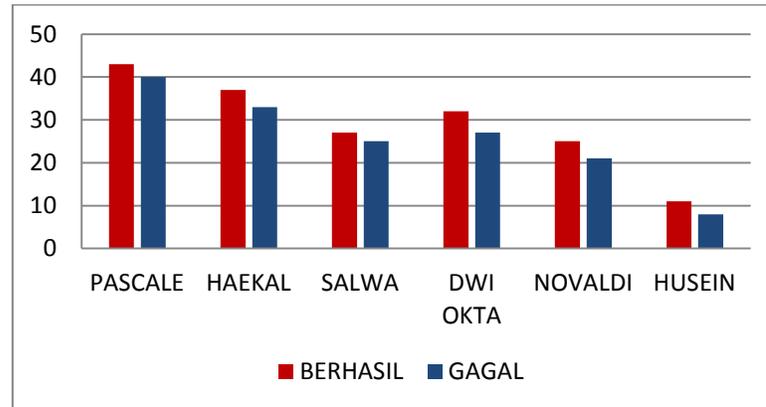
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
11	PASCALE	53	53	47	47	100
9	HAEKAL	45	56	35	44	80
6	SALWA	29	48	32	52	61
7	DWI OKTA	38	57	29	43	67
8	NOVALDI	28	54	24	46	52
12	HUSEIN	15	56	12	44	27
	JUMLAH	208	54	179	46	387

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim CAWANG UNITED yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
11	PASCALE	43	52	40	48	83
9	HAEKAL	37	53	33	47	70
6	SALWA	27	52	25	48	52
7	DWI OKTA	32	54	27	46	59
8	NOVALDI	25	54	21	46	46
12	HUSEIN	11	58	8	42	19
	JUMLAH	175	53	154	47	329



Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim CAWANG UNITED yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.



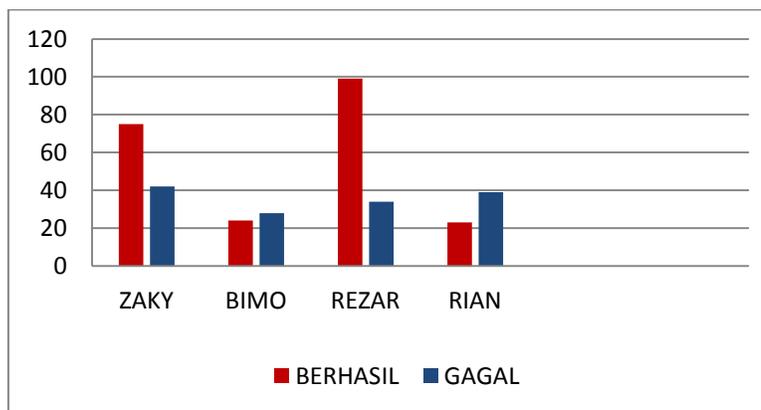
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim CAWANG UNITED yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim PONDOK BAMBU yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

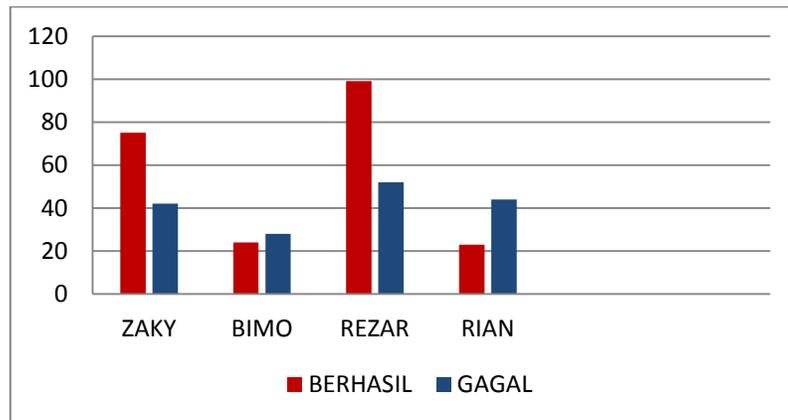
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
51	ZAKY	75	64	42	36	117
39	BIMO	24	46	28	54	52
9	REZAR	99	66	52	34	151
40	RIAN	23	61	15	39	38
	JUMLAH	221	62	179	46	358

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim PONDOK BAMBU yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
51	ZAKY	75	64	42	36	117
39	BIMO	24	46	28	54	52
9	REZAR	99	66	52	34	151
40	RIAN	23	61	15	39	38
	JUMLAH	221	62	179	46	358



Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim PONDOK BAMBU yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.



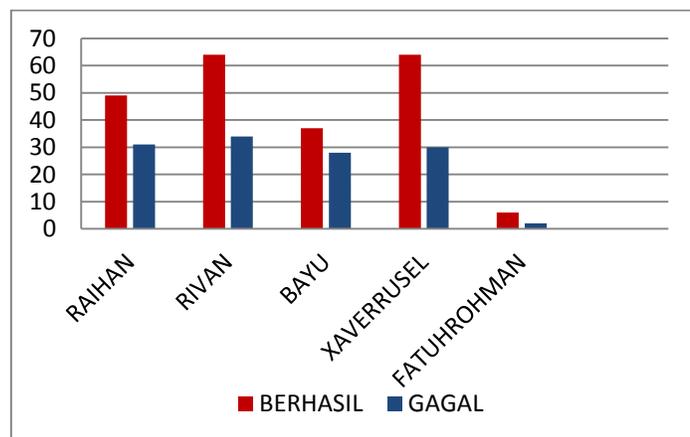
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* pemain tim PONDOK BAMBU yang bermain di lini Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim ELANG BINTANG yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

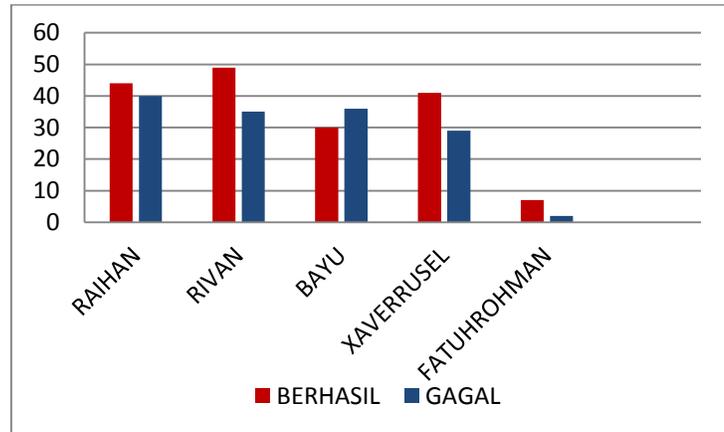
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
7	RAIHAN	49	61	31	39	80
10	RIVAN	64	65	34	35	98
17	BAYU	37	57	28	43	65
8	XAVERRUSEL	64	68	30	32	94
9	FATUHROHMAN	6	75	2	25	8
	JUMLAH	220	64	125	36	345

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *control* pemain tim ELANG BINTANG yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
7	RAIHAN	44	60	29	40	73
10	RIVAN	49	65	26	35	75
17	BAYU	30	64	17	36	47
8	XAVERRUSEL	41	59	29	41	70
9	FATUHROHMAN	7	78	2	22	9
	JUMLAH	171	62	103	38	274



Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim PONDOK BAMBU yang bermain di lini Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.



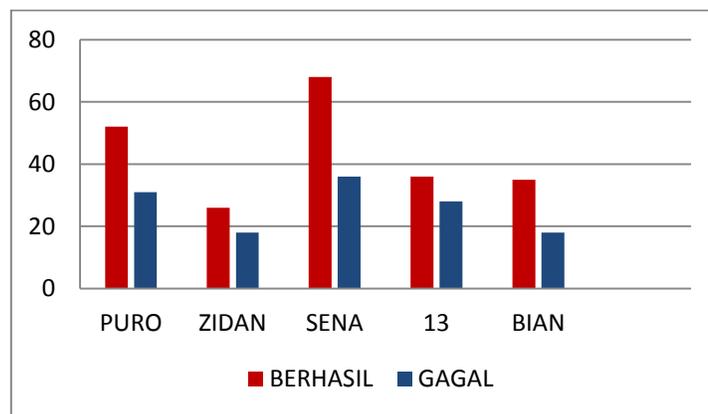
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim PONDOK BAMBU yang bermain di lini Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim SOCCER ONE yang bermain di lini Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

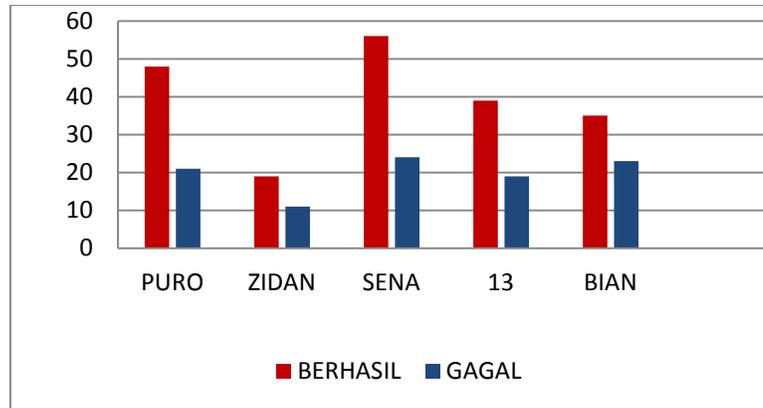
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
8	PURO	52	63	31	37	83
19	ZIDAN	26	59	18	41	44
10	SENA	68	65	36	35	104
13		36	56	28	44	64
22	BIAN	35	66	18	34	53
	JUMLAH	217	62	131	38	348

**Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim SOCCER
ONE yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun
2016.**

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
8	PURO	48	70	21	30	69
19	ZIDAN	19	63	11	37	30
10	SENA	56	70	24	30	80
13		39	67	19	33	58
22	BIAN	35	60	23	40	58
	JUMLAH	197	67	98	33	295



**Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim SOCCER
ONE yang bermain di lini Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun
2016**



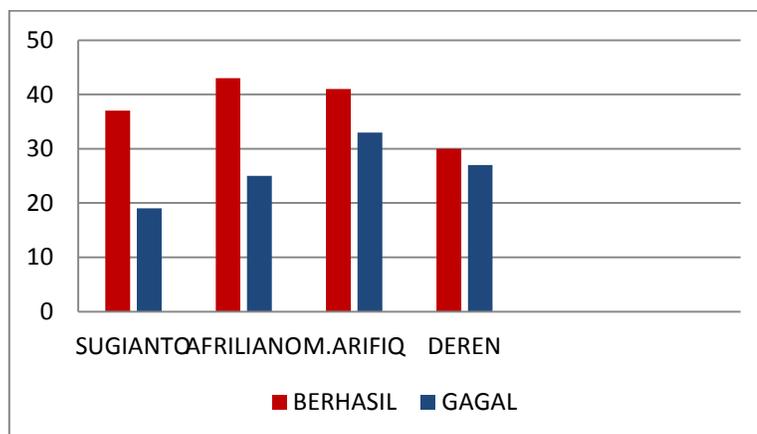
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim SOCCER ONE yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim PERSIGAWA yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

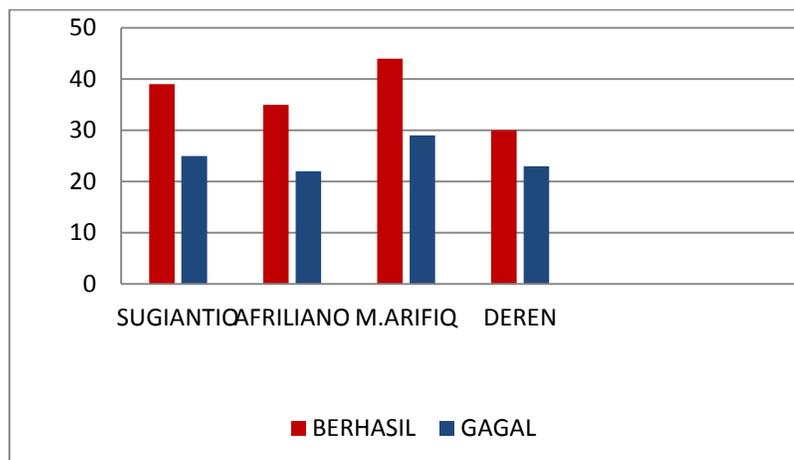
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
10	SUGIANTO	37	66	19	34	56
9	AFRILIANO	43	63	25	37	68
6	M.ARIFIQ	41	55	33	45	74
8	DEREN	30	53	27	47	57
	JUMLAH	151	59	104	41	255

**Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim
PERSIGAWA yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12
Tahun 2016.**

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
10	SUGIANTO	39	61	25	39	64
9	AFRILIANO	35	61	22	39	57
6	M.ARIFIQ	44	60	29	40	73
8	DEREN	30	57	23	43	53
	JUMLAH	148	60	99	40	247



**Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim
PERSIGAWA yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12
tahun 2016**



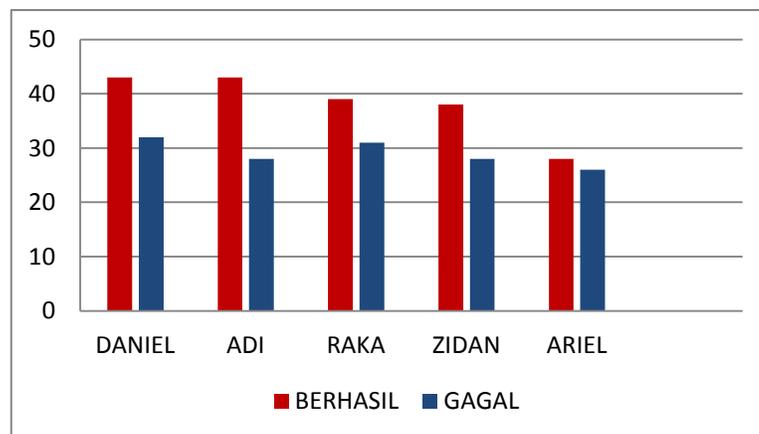
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim PERSIGAWA yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim REMCIL yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

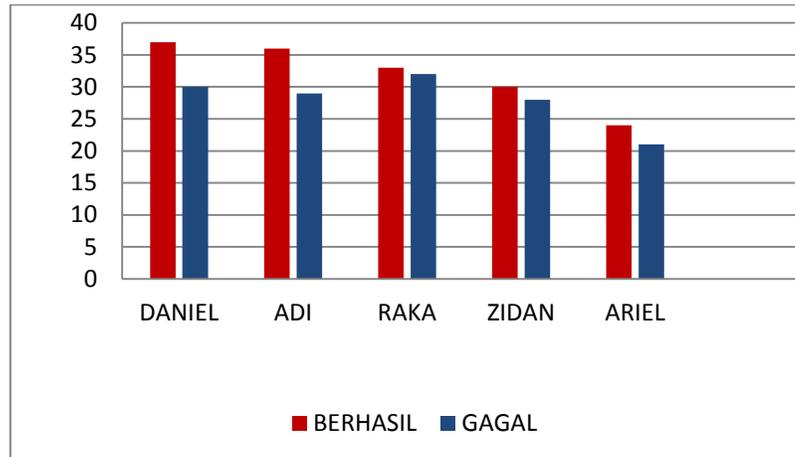
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
12	DANIEL	43	57	32	43	75
7	ADI	43	61	28	39	71
8	RAKA	39	56	31	44	70
16	ZIDAN	38	58	28	42	66
6	ARIEL	28	52	26	48	54
	JUMLAH	191	57	145	43	336

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim REMCIL yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
12	DANIEL	37	55	30	45	67
7	ADI	36	55	29	45	65
8	RAKA	33	51	32	49	65
16	ZIDAN	30	52	28	48	58
6	ARIEL	24	53	21	47	45
	JUMLAH	160	53	140	47	300



Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* pemain tim REMCIL yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016



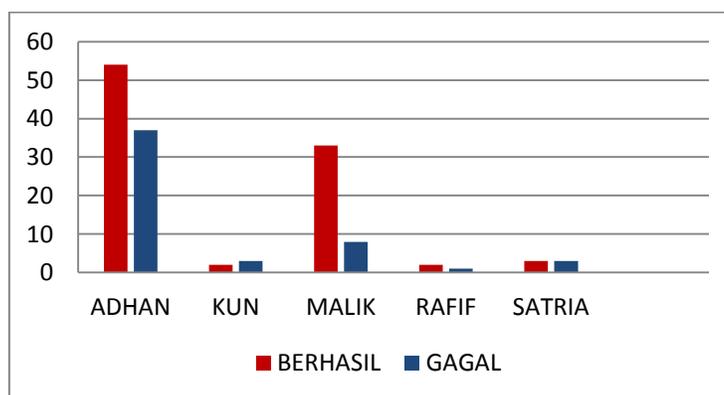
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* Pemain tim REMCIL yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* pemain tim AJAX SBI yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

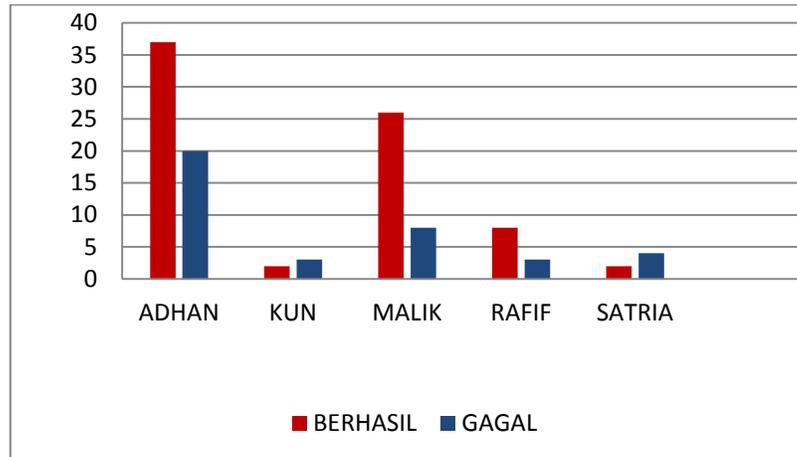
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
32	AHDAN	54	59	37	41	91
7	KUN	2	40	3	60	5
37	MALIK	33	63	8	37	52
22	RAFIF	2	67	1	33	3
10	SATRIA	3	50	3	50	6
	JUMLAH	94	59	63	41	140

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Control* pemain tim AJAX SBI yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
32	AHDAN	37	65	20	35	57
7	KUN	2	40	3	60	5
37	MALIK	26	76	8	24	34
22	RAFIF	8	73	3	27	11
10	SATRIA	2	33	4	67	6
	JUMLAH	75	66	38	34	113



Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* pemain tim AJAX SBI yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016



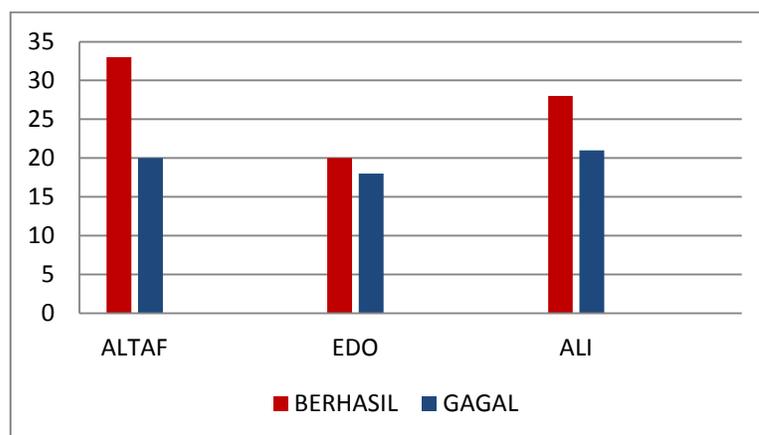
Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* pemain tim AJAX SBI yang bermain di lini Tengah di Liga Anak Jakarta usia 12 Tahun 2016.

Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* Pemain tim CSC INDONESIA yang bermain di Lini Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 Tahun 2016.

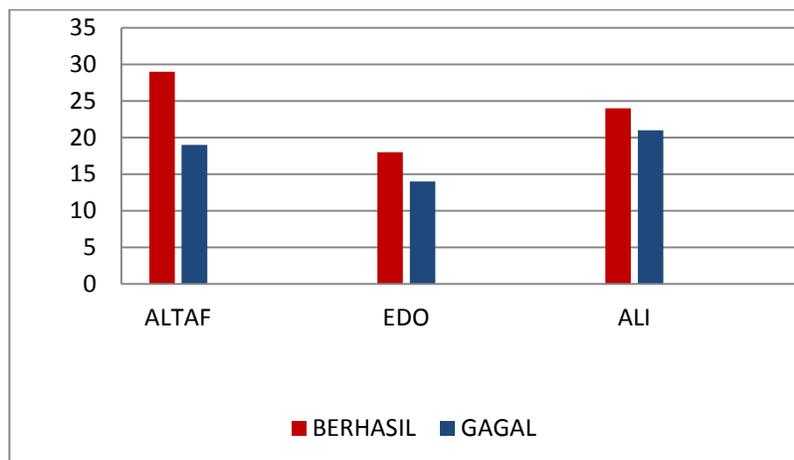
NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
20	ALTAF	33	62	20	38	53
24	EDO	20	53	18	47	38
25	ALI	28	57	21	43	49
	JUMLAH	81	58	59	42	140

**Gambar Tabel Keterampilan Dasar *Passing* pemain tim CSC
INDONESIA yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12
Tahun 2016.**

NO	NAMA PEMAIN	BERHASIL	%	GAGAL	%	JUMLAH
20	ALTAF	29	60	19	40	48
24	EDO	18	56	14	44	32
25	ALI	24	53	21	47	45
	JUMLAH	71	57	54	43	125



**Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Passing* pemain tim CSC
INDONESIA yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12
Tahun 2016**



**Gambar Grafik Keterampilan Dasar *Control* pemain tim CSC
INDONESIA yang bermain di lini tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12
Tahun 2016**

Lampiran 2 : Perhitungan Prosentase

Perhitungan Prosentase Keberhasilan dan Kegagalan *Passing Dan Control*

$$\text{Frel} = \frac{f1}{N} \times 100\%$$

Frel = Frekuensi relatif

f1 = Keberhasilan/kegagalan keterampilan *passing*

N = Jumlah aktivitas keterampilan *passing*

A. Tim TOYO HARIONO

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{375}{560} \times 100\%$$

$$= 67\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{185}{560} \times 100\%$$

$$= 33\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{305}{451} \times 100\%$$

$$= 68\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{146}{451} \times 100\%$$

$$= 32\%$$

B. Tim PONDOK BAMBU

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{221}{358} \times 100\%$$

$$= 62\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{137}{358} \times 100\%$$

$$= 38\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{209}{333} \times 100\%$$

$$= 63\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{124}{333} \times 100\%$$

$$= 37\%$$

C. Tim CAWANG UNITED

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{208}{387} \times 100\%$$

$$= 54\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{179}{387} \times 100\%$$

$$= 46\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{175}{334} \times 100\%$$

$$= 52\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{159}{334} \times 100\%$$

$$= 48\%$$

D. ELANG BINTANG

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{220}{345} \times 100\%$$

$$= 64\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{125}{345} \times 100\%$$

$$= 36\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{171}{274} \times 100\%$$

$$= 62\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{103}{274} \times 100\%$$

$$= 38\%$$

E. SOCCER ONE

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{217}{348} \times 100\%$$

$$= 62\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{131}{348} \times 100\%$$

$$= 38\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{197}{295} \times 100\%$$

$$= 67\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{98}{295} \times 100\%$$

$$= 33\%$$

F. PERSIGAWA

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{151}{255} \times 100\%$$

$$= 59\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{104}{255} \times 100\%$$

$$= 41\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{148}{247} \times 100\%$$

$$= 60\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{99}{247} \times 100\%$$

$$= 40\%$$

G. REMCIL

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{191}{336} \times 100\%$$

$$= 57\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{145}{336} \times 100\%$$

$$= 43\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{160}{300} \times 100\%$$

$$= 53\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{140}{300} \times 100\%$$

$$= 47\%$$

H. AJAX SBI

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{94}{157} \times 100\%$$

$$= 60\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{63}{157} \times 100\%$$

$$= 40\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{75}{113} \times 100\%$$

$$= 66\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{38}{113} \times 100\%$$

$$= 34\%$$

I. CSC INDONESIA

- *Passing* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{81}{140} \times 100\%$$

$$= 58\%$$

- *Passing* gagal

$$\text{Frel} = \frac{59}{140} \times 100\%$$

$$= 42\%$$

- *Control* berhasil

$$\text{Frel} = \frac{71}{125} \times 100\%$$

$$= 57\%$$

- *Control* gagal

$$\text{Frel} = \frac{54}{125} \times 100\%$$

$$= 43\%$$

LAMPIRAN FOTO

Juara 1 (SSB Toyo Haryono)



Juara 2 (SSB ELANG BINTANG)



Juara 3 (SSB PERSIGAWA)



Tim Analisis



Penghargaan untuk SSB Toyo Haryono dengan keterampilan dasar terbaik





*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telepon/Faximile : Rektor : (021) 4893854, PR I : 4895130, PR II : 4893918, PR III : 4892926, PR IV : 4893982
BAUK : 4750930, BAAK : 4759081, BAPSI : 4752180
Bagian UHTP : Telepon. 4893726, Bagian Keuangan : 4892414, Bagian Kepegawaian : 4890536, Bagian HUMAS : 4898486
Laman : www.unj.ac.id

Nomor : 3370/UN39.12/KM/2016

18 Oktober 2016

Lamp. : -

Hal : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian
untuk Penulisan Skripsi

Yth. Pengurus Pusat SSB Pondok Bambu
dan Penyelenggara Liga Anak Jakarta U-12 Tahun 2016
Jl. Balai Rakyat No.3 Klender, Duren Sawit,
Jakarta Timur

Kami mohon kesediaan Saudara untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

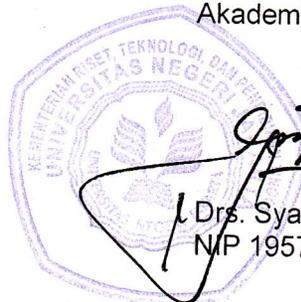
Nama : **Alvin Pratama**
Nomor Registrasi : 6825128549
Program Studi : Ilmu Keolahragaan KKO
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
No. Telp/HP : 081281045029

Dengan ini kami mohon diberikan ijin mahasiswa tersebut, untuk dapat mengadakan penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul :

"Keterampilan Dasar Sepak Bola Pada Sepertiga Zona Tengah di Liga Anak Jakarta 12 Tahun 2016"

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami sampaikan terima kasih.

Kepala Biro Administrasi
Akademik dan Kemahasiswaan



Tembusan :

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Kaprog Ilmu Keolahragaan KKO

Drs. Syaifullah
NIP 195702161984031001



Nomor : 004/SSB-PB/II/2017
Lamp : -
Perihal : Izin Penelitian

Jakarta, 8 Februari 2016

Kepada Yth,
Drs. Syaifullah
Kepala Biro Administrasi
Akademik dan kemahasiswaan
Universitas Negeri Jakarta
Di
Tempat

Dengan hormat,

Merujuk surat No 3370/UN39.12/KM/2016 tertanggal 18 Oktober 2016 perihal permohonan izin mengadakan Penelitian untuk penulisan skripsi dari Universitas Negeri Jakarta yang dilakukan oleh :

Nama : Alvin Pratama
Nomor registrasi : 6825128549
Program studi : Ilmu Keolahragaan KKO
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
Judul Penelitian : "Ketrampilam Dasar Sepak Bola Pada Sepertiga Zona Tengah di Liga Anak Jakarta Usia 12 tahun 2016"

Maka kami, dari Pengurus Sekolah Sepak Bola /SSB Pondok Bambu memberikan izin untuk dapat dilaksanakan penelitian tersebut dengan syarat hasil penelitian nya dapat dipresentasikan dan disosialisasikan kepada peserta Liga Anak Jakarta. Selain itu, kami mendapatkan data berupa Hard copy dan video untuk data base kami.

Demikian surat ini kami sampaikan dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Hormat kami
Pengurus SSB Pondok Bambu

Edi Suwito
Ketua



DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DATA PRIBADI

Nama : Alvin Pratama
Jenis Kelamin : Laki – laki
Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 2 Agustus 1992
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Islam
Alamat Lengkap : Perum Permata Mansion Clauster Jade JD 1 No
16 Jalan Raya Bojong Sari Depok
Nomor Telepon : 081281045029

PENDIDIKAN FORMAL

1997/1998 – 2003/2004 : SDN 03 Pagi Jakarta
2003/2004 – 2006/2007 : SMPN 87 Jakarta
2006/2007 – 2009/2010 : SMAN 29 Jakarta

PENGALAMAN ORGANISASI

-