

**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN  
TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PEMAIN U-15 SEKOLAH  
SEPAKBOLA PUNCAK ANDALAS KERINCI**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**DEWELDI PUTRA  
NIM : 15086083**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**PENGARUH METODE BENTUK BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN  
TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PEMAIN U-15 SEKOLAH SEPAKBOLA  
PUNCAK ANDALAS KERINCI**

Nama : Deweldi Putra

NIM : 15086083

Program Studi : Penjaskesrek

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2019

Disetujui Oleh:

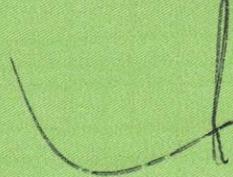
Pembimbing



**Drs. Suwirman, M. Pd**

NIP. 196111191986021001

Ketua Jurusan



**Drs. Zarwan, M. Kes**

NIP. 196112301988031003

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Dinyatak Lulus Setelah Di Pertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmanai Olahraga dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

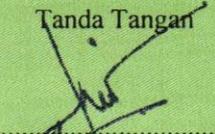
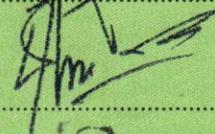
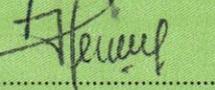
Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola U-15

Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci

Nama : Deweldi Putra  
NIM : 15086083  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2019

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Suwirman, M. Pd	1..... 
2. Sekretaris	Dra. Darni, M. Pd	2..... 
3. Anggota	Sefri Hardiansyah, S. Pd., M. Pd	3..... 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pengaruh Metode Bermain terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci“, adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2019



lengkap Pernyataan

Deweldi Putra

NIM/BP. 2015/15086083

## ABSTRAK

**Deweldi Putra. 2019.** "Pengaruh Metode Bermain terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci".

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci yang meliputi *dribbling passing* kontrol, dan *shooting*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola Pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu dengan rancangan *one group pree test-post test*. Populasi penelitian adalah seluruh pemain Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci yang berjumlah 57 orang pemain. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* yang berjumlah 14 orang pemain U-15. Untuk mengukur kemampuan teknik dasar sepakbola digunakan tes kemampuan kemampuan teknik dasar sepakbola. Teknik analisa data menggunakan analisis komparasi dengan menggunakan rumus uji t atau uji beda *mean*.

Hasil penelitian: Terdapat pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola Pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci, dimana  $t_h = 7,08 > t_t = 2,16$ . Rata-rata kemampuan teknik dasar sepakbola tes awal pemain U-15 adalah 50 dan rata-rata kemampuan teknik dasar sepakbola tes akhir pemain U-15 adalah 65,18.

## **KATA PENGANTAR**

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci”. Kemudian shalawat beriring salam tidak luput disampaikan kepada nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari alam jahiliyah kedunia modernisasi dan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan, bimbingan, dan juga dorongan, baik moril maupun materil dan berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Alnedral, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan motivasi.
2. Drs. Zarwan, M. Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah membantu kelancaran proses perkuliahan dan kelancaran proses skripsi.
3. Drs. Suwirman, M. Pd, selaku pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, motivasi dan bimbingan selama penulisan skripsi ini.
4. Dra. Darni, M. Pd, dan Sefri Hardiansyah, S. Pd., M. Pd selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan atas kesempurnaan skripsi ini.
5. Bapak ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

6. Teristimewa kepada kedua orangtua saya yang telah mensupport dan memberikan ketenangan untuk saya dalam mengerjakan skripsi ini.
7. Rekan-Rekan Mahasiswa FIK UNP, yang telah memberikan semangat, perhatian, dan bantuannya, serta semua pihak yang tidak dapat dicantumkan namanya satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Skripsi ini selain bertujuan untuk melakukan penelitian juga untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, disamping itu juga untuk mengetahui Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci.

Padang, Agustus 2019

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>viii</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

A. Kajian Teori.....	7
1. Teknik Dasar Sepakbola.....	7
a. Pengertian Teknik Dasar.....	7
b. Peranan Teknik Dasar.....	8
c. Jenis atau Bentuk Teknik Dasar.....	9
2. Metode Bermain.....	19
a. Pengertian Metode Bermain.....	19
b. Ciri - ciri Metode Bermain.....	23
c. Bentuk Metode Bermain.....	24
B. Kerangka Konseptual.....	27
C. Hipotesis.....	28

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	29
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	29
C. Defenisi Operasional.....	30
D. Populasi dan Sampel.....	30
E. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	36

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	38
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	40
C. Pengujian Hpotesis.....	41
D. Pembahasan.....	42
E. Keterbatasan Penelitian.....	43

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	44

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>45</b>
----------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian .....	31
Tabel 2. Daftar Nama-Nama Pembantu dan Pengawas Dalam Penelitian ....	32
Tabel 3. Distribusi Frekuensi <i>Pree-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	38
Tabel 4. Distribusi Frekuensi <i>Post-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	39
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	40
Tabel 6. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis .....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pelaksanaan Menggiring Dengan Kura-Kura Bagian Atas.....	14
Gambar 2. Tendangan Dengan Kaki Bagian Dalam.....	15
Gambar 3. Tendangan Dengan kura-kura Kaki Bagian Dalam .....	16
Gambar 4. Tendangan Dengan kura-kura Kaki Bagian Luar .....	17
Gambar 5. Tendangan Dengan kura-kura kaki bagian atas atau Punggung Kaki	18
Gambar 6. Bentuk pelaksanaan latihan bentuk bermain 3 lawan 3 .....	20
Gambar 7. Bentuk pelaksanaan latihan bentuk bermain 3 lawan 3 .....	25
Gambar 8. Kerangka konseptual .....	28
Gambar 9. Rancangan Penelitian .....	29
Gambar 10. Lapangan <i>Dribbling</i> .....	32
Gambar 11. Tes <i>Passing</i> dan Kontrol .....	33
Gambar 12. Tes <i>Shooting At The ball</i> .....	34
Gambar 13. Histogram <i>Pree-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	39
Gambar 14. Histogram <i>Post-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola .....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Satuan Latihan .....	47
Lampiran 2.	Mengubah Data <i>Pree-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Menjadi T-skor .....	59
Lampiran 3.	Uji Nomarlitas Data <i>Pree-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola .....	61
Lampiran 4.	Uji Nomarlitas Data <i>Post-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola .....	62
Lampiran 5.	Data <i>Pree-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola .....	63
Lampiran 6.	Data <i>Post-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	64
Lampiran 7.	Data <i>Pree-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kemampuan Teknik Bermain Sepakbola .....	65
Lampiran 8.	Nilai Kritik Sebaran t.....	67
Lampiran 9.	Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji <i>Lilliefors</i> .....	68
Lampiran 10.	Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 Ke Z.....	69
Lampiran 11.	Dokumentasi Penelitian.....	70

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah bagian aktivitas sehari-hari manusia yang membentuk kondisi jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini, olahraga telah terbukti memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan manusia dan juga sudah menjadi kebutuhan untuk menjadikan pola hidup sehat dan bugar setiap saat. Selain itu, olahraga juga berperan dalam menyelenggarakan sistem pembangunan nasional yang berkelanjutan dalam rangka untuk mencerdaskan manusia Indonesia seutuhnya berdasarkan tujuan pendidikan secara nasional.

Dalam undang-undang No 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional BAB II pasal 3 dijelaskan “Keolahragaan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan jasmani, rohani dan sosial serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat”. Dengan demikian, terlihat jelas bahwa olahraga mempunyai peran penting yang menyehatkan kehidupan manusia dalam rangka untuk meningkatkan taraf hidupan melalui kesehatan jasmani dan rohani yang seimbang.

Pada saat ini salah satu cabang olahraga yang berkembang dengan pesat dalam sistem olahraga nasional adalah sepakbola. Sepak bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang umumnya terbuat dari bahan kulit dan dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan. Secara historis sepakbola

merupakan salah satu cabang olahraga yang telah dikenal oleh masyarakat Indonesia sejak puluhan tahun yang lalu dan sudah mendapat tempat tersendiri dihati masyarakat luas terutama pada kalangan generasi muda selaku pelajar dan bukan pelajar.

Perkembangan olahraga ini terbukti dari tingginya antusiasme ataupun keterlibatan langsung generasi muda dalam melakukan aktivitas cabang olahraga sepakbola baik itu dalam ruang lingkup olahraga pendidikan sebagai peserta didik ataupun seperti kearah pengembangan olahraga prestasi sebagai atlet. Kemudian dari itu, olahraga sepakbola sangat populer mulai dari perkotaan sampai ke pedesaan, mulai dari kalangan anak-anak, remaja, dan dewasa.

Sebagai cabang olahraga yang banyak digemari dikalangan masyarakat mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, sepakbola mempunyai peran yang menarik dalam prinsip permainannya dan merupakan cabang olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, serta dapat memberikan kebugaran tubuh sehingga menyehatkan. Kemudian dari itu, perkembangan cabang olahraga sepakbola di Indonesia khususnya berkembang sangat pesat walaupun terdapat kisruh sepakbola yang belum terselesaikan sampai saat ini dengan tuntas. Ada empat teknik dasar sepakbola yaitu, *passing* (mengumpan), *stopping* (menahan/mengontrol), *dribbling* (menggiring bola), dan *shooting* (menembak).

Untuk memiliki teknik sepakbola yang baik, maka perlu dilakukan latihan dengan program latihan yang terstruktur dan sistematis. Dalam menerapkan program latihan yang baik perlu adanya metode latihan yang benar untuk

dilaksanakan agar bisa meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola. Banyak metode latihan yang bisa digunakan untuk meningkatkan teknik dasar sepakbola salah satunya adalah metode bermain. Menurut Widyarso dalam Aditia Agrianto (2015:12) "Metode bermain adalah aktivitas yang bermain melakukan gerakan dengan bola maupun tanpa bola.

Kabupaten Kerinci merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Jambi yang juga populer dengan Olahraga Sepakbola. Olahraga Sepakbola di Kabupaten Kerinci juga sangat digemari oleh berbagai kalangan mulai dari anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Dilihat dari berbagai turnamen yang diadakan di Kerinci sangat banyak klub yang berpartisipasi dalam ajang tersebut. Kemudian dari itu, pembinaan sepakbola di Kerinci juga sudah mendapatkan perhatian khusus dari pemerintah Kabupaten dengan adanya berbagai wadah untuk pembinaan sepakbola berbagai usia, salah satunya sekolah sepakbola Alam Sakti dan juga sekolah sepakbola Puncak Andalas Kerinci.

Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci yang berdiri dan diresmikan pada tahun 2017 merupakan salah satu sekolah yang melaksanakan kegiatan latihan dalam pembinaan cabang olahraga sepakbola yang salah satunya U-15. Kegiatan latihan dilaksanakan dengan sangat sedikit yaitu dua kali tatap muka perminggu yang jadwal latihannya sudah diprogram oleh pelatih. Kegemaran terhadap cabang olahraga ini terlihat dari banyaknya masyarakat yang mengarahkan anak-anaknya untuk melibatkan diri secara langsung dalam setiap kegiatan latihan. Maka dari itu, berhasil tidaknya pelaksanaan kegiatan ini akan

terlihat dari keterampilan gerakan yang ditampilkan atlet dalam bermain seperti dalam gerakan teknik dan taktik.

Kemampuan teknik dasar adalah teknik-teknik yang tergolong sebagai *foundation* (dasar) tersebut merupakan menu latihan yang paling mendasar atau paling rendah tingkatannya. Koger (2007:13).

Dari penjelasan di atas mengenai kemampuan teknik dasar sepakbola, maka dari itu upaya untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Kerinci, diharapkan program latihan yang disusun oleh pelatih harus disesuaikan dengan faktor-faktor yang saling menunjang dalam latihan. Dengan adanya penyesuaian tersebut diharapkan kemampuan teknik dasar akan lebih mudah dicapai dan dalam hal meraih prestasi akan lebih mudah didapatkan.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti dalam pelaksanaan kegiatan latihan pada bulan Desember 2018. Pembinaan olahraga sepakbola di sekolah sepakbola Puncak Andalas Kerinci, terlihat dari atlet berlatih masih banyak yang mempunyai kemampuan teknik dasar sepakbola yang rendah, seperti ditunjukkan pada saat melakukan gerakan-gerakan teknik dalam bermain yaitu penguasaan *dribble* bola yang masih lemah, pelaksanaan *passing* yang belum tepat sasaran antar individu dan akurasi *shooting* yang belum tepat sasaran. Kemudian, dari pemantauan peneliti pada setiap kejuaraan yang diikuti Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci U-15 belum mendapatkan hasil yang memuaskan. Dalam hal ini, dari permasalahan tersebut diduga ada beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain: metode latihan yang digunakan pelatih belum tepat,

kondisi fisik atlet yang masih rendah, sarana dan prasarana latihan yang belum lengkap, serta daya dukung latar belakang sosial ekonomi orang tua yang belum relatif stabil.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Rendahnya kemampuan teknik dasar pemain sepakbola Puncak Andalas Kerinci.
2. Metode latihan yang digunakan pelatih belum tepat, sehingga penguasaan teknik dasar sepakbola rendah.
3. Kondisi fisik atlet yang masih lemah, sehingga penguasaan teknik dasar sepak bola rendah.
4. Sarana dan prasarana latihan yang belum lengkap, membuat kemampuan teknik dasar sepakbola rendah.

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya permasalahan yang tercakup dalam penelitian ini maka penelitian perlu dibatasi pada: “Metode bermain pada pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci.”

## **D. Perumusan masalah**

Sesuai dengan pembatasan masalah yang ada maka perumusan masalahnya adalah: “Apakah terdapat pengaruh metode bermain terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Sekolah Sepakbola Puncak Andalas Kerinci?”

### **E. Tujuan penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: Pengaruh metode bentuk bermain terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola.

### **F. Manfaat penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Salah satu syarat bagi peneliti dalam menyelesaikan gelar sarjana pendidikan Strata Satu (S1) Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai pedoman dan pertimbangan bagi pelatih dalam pelaksanaan pembinaan pemain sepakbola.
3. Untuk mahasiswa FIK UNP, sebagai referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah dan sebagai bahan penelitian lebih lanjut.
4. Civitas Akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pengembangan wawasan dalam memperluas kajian dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan untuk melakukan penelitian yang baru.