

**SURVEI TENTANG KONDISI FISIK DAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR
PADA SSB SE-KECAMATAN JEPARA KABUPATEN JEPARA****Muhammad Alfin Nur Fatah** ✉Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia**Info Artikel**

Sejarah Artikel:
Diterima Januari 2014
Disetujui Oktober 2014
Dipublikasikan
November 2014

Keywords:
surveys, physical condition,
the basic techniques of soccer

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kondisi fisik dan kemampuan teknik dasar sepak bola peserta didik SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara). Populasi yang diambil adalah peserta didik SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara) yang berjumlah 100 orang. Dalam penelitian menggunakan teknik sampel random, yaitu sebagian dari populasi peserta didik SSB Putra Kalingga Jepara yang berjumlah 50 orang, dan sebagian dari populasi peserta didik SSB 18 Jepara yang berjumlah 50 orang. Berdasarkan hasil perhitungan deskriptif persentase diketahui kondisi fisik secara keseluruhan peserta didik SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara 8% (baik sekali), 17% (baik), 50% (sedang), 15% (kurang), dan sisanya 10% (kurang sekali). Untuk tes kemampuan teknik dasar sepak bola diketahui bahwa 71% (baik), dan sisanya 29% (sedang).

Abstract

The problem in this research is how the physical condition and the ability of the basic techniques of soccer at a SSB learners District of Jepara, Jepara ? The purpose of this study was to assess the physical condition and the ability of the basic techniques of soccer as learners SSB District of Jepara Jepara (Kalingga Putra SSB and SSB 18 Jepara). Population is taken as learners SSB District of Jepara, Jepara (Kalingga Putra SSB and SSB 18 Jepara), amounting to 100 people. In this study sampling using a random sample or random sample, ie the majority of the population of learners SSB Kalingga Putra Jepara totaling 50 people, and the majority of the population of learners SSB 18 Jepara, amounting to 50 people. Based on the calculation of descriptive percentage of overall physical condition known to students as the District SSB Jepara Jepara 8% (very well), 17% (good), 50% (medium), 15% (less), and the rest 10% (less than once). To test the ability of the basic techniques of soccer in mind that 71% is included in both categories, and the remaining 29% is included in the medium category.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: vridavrediana@yahoo.co.id

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan melawan diri sendiri atau dengan orang lain. Kegiatan olahraga meliputi gaya pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat dan jiwa sportif. Pada olahraga kelompok mendorong manusia saling bertanding dalam suasana kegembiraan, kejujuran dan kekompakan. Olahraga memberi kemungkinan pada tercapainya rasa saling mengerti dan menimbulkan solidaritas serta tidak mementingkan diri sendiri. Selain itu, olahraga juga dapat membuat tubuh seseorang menjadi sehat jasmani dan rohani yang akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, juga dalam usaha ikut serta memajukan bangsa Indonesia yang berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh para olahragawan.

Cabang olahraga sepak bola merupakan cabang olahraga yang memasyarakat dan digemari banyak kalangan, dari kalangan anak kecil sampai kalangan orang tua dan dimainkan dari pelosok desa sampai kota.

Pembinaan prestasi harus dimulai dari usia muda, sebagai upaya membina prestasi yang baik. Atlet muda berbakat sangat menentukan tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepak bola. Bibit atlet yang unggul perlu pengolahan dan proses kepelatihan secara ilmiah, barulah muncul prestasi atlet semaksimal mungkin pada umur-umur tertentu, yaitu pada umur 18-24 tahun (Garuda Emas, 2000:6).

Teknik dasar erat sekali hubungannya dengan kemampuan kordinasi gerak fisik, taktik dan mental, dalam peningkatan kecakapan bermain sepak bola. Teknik dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan

menang atau kalahnya suatu tim dalam suatu pertandingan.

Banyak faktor yang harus diperhatikan untuk meningkatkan prestasi sepak bola, seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas, pemain berbakat dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadahi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi pemain sepak bola diantaranya adalah faktor fisik dan teknik dasar yang dimiliki oleh pemain itu sendiri. Oleh karena itu, seorang pemain yang tidak memiliki fisik dan teknik dasar bermain sepak bola yang baik tidak akan mungkin menjadi pemain yang baik dan sulit untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Pemain akan lebih mudah untuk mencapai prestasi yang maksimal dengan melakukan latihan fisik dan teknik dasar yang teratur, dan sebaiknya latihan tersebut dimulai sejak usia dini. Untuk meningkatkan kondisi fisik biasanya pelatih memberikan latihan yang didalamnya mengandung beberapa aspek yang berhubungan dengan kondisi fisik yang terdiri dari latihan kecepatan, latihan kekuatan, latihan daya tahan, latihan daya otot, latihan kelenturan, latihan kelincahan, latihan keseimbangan, latihan ketepatan, latihan kordinasi dan reaksi.

Latihan untuk meningkatkan teknik dasar biasanya akan dilakukan drill mengenai cara menendang (kicking), mengumpan (passing), mengontrol atau menghentikan bola (controlling), menggiring bola (dribbling), menyundul bola (heading) dan lainnya (Sucipto dkk, 2000:17). Aspek latihan tersebut bertujuan untuk mengetahui dan meningkatkan kondisi setiap pemain, karena tanpa fisik dan teknik dasar bermain sepak bola yang baik maka seorang pemain tidak akan dapat mengembangkan permainannya. Biasanya seorang pelatih akan memberikan latihan kepada pemainnya dan setelah itu pelatih tersebut akan memberikan evaluasi mengenai hasil latihan yang telah diberikan.

Disaat prestasi sepak bola Indonesia suram seperti saat ini, upaya pembinaan pada usia dini sangat diperlukan. Dahulu di

Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara banyak sekali SSB (Sekolah Sepak Bola) yang membuka pembinaan terhadap anak-anak usia dini yang berminat ingin mengembangkan bakatnya. Tetapi dengan seiring berjalannya waktu dari sekian banyaknya SSB yang ada di Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara, cuma ada 2 SSB yang sampai saat ini masih aktif yaitu SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara.

SSB Putra Kalingga Jepara adalah salah satu SSB yang paling lama berdiri di daerah Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara, yaitu pada tanggal 10 April 1995 yang diketuai oleh Bapak Gunarto. SSB Putra Kalingga Jepara mempunyai dua tempat untuk latihan, yaitu di Alun-alun Jepara dan di Stadion Kamal Junaidi. Perjalanan SSB Putra Kalingga Jepara itu sendiri telah mencapai beberapa generasi dan sudah pernah mencapai prestasi yang cukup membanggakan. Prestasi tersebut diantaranya adalah juara I Kompetisi SSB Se Jateng-DIY kelompok usia 15 Tahun yang diraih pada tahun 1997, juara II Kompetisi SSB Se Kabupaten Jepara kelompok usia 13 Tahun yang diraih pada tahun 2002, juara III Kompetisi Se Kabupaten Jepara kelompok usia 13 Tahun yang diraih pada tahun 2010, juara IV Kompetisi SSB Pengcab PSSI Kab.Jepara kelompok usia 14 Tahun yang diraih pada Tahun 2012. Sampai sekarang SSB Putra Kalingga Jepara masih mempunyai cukup banyak peserta didik yang aktif latihan. Jumlah peserta didik usia 6 sampai 11 Tahun : 64 anak, peserta didik usia 12 sampai 14 Tahun : 87 anak, peserta didik usia 15 sampai 17 Tahun : 80 anak. SSB Putra Kalingga Jepara juga banyak melahirkan pemain-pemain muda yang berbakat seperti : Anam Syahrul (Persijap), A. M. Bachtiar (Persegres), Agung Supriyanto (Persija).

Lain dengan SSB Putra Kalingga Jepara yang sudah lama berdiri, belum lama ini di Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara muncul SSB baru, yaitu SSB 18 Jepara. SSB 18 Jepara telah diresmikan pada tanggal 18 Januari 2010 yang diketuai oleh M. Yusuf. M. Yusuf merupakan mantan pemain sepak bola yang prestasinya cukup baik. Beliau juga merupakan

mantan pemain yang berpengalaman dan pernah bergabung di Klub-klub daerah seperti : Persijap Junior (1997 sampai 1998), Persijap Senior (1998 sampai 2001), Persema Malang (2002 sampai 2003), Persib Bandung (2003 sampai 2004), PSIS Semarang (2005 sampai 2006), Persijap Jepara (2006 sampai 2007), Deltras Sidoarjo (2007 sampai 2008), PSS Sleman (2008 sampai 2009), dan PSS Sleman menjadi klub terakhir dalam karirnya, karena M. Yusuf mengalami cedera bagian lutut yang tidak memungkinkan lagi untuk merumput dilapangan hijau. Pada saat itu pula, M. Yusuf memutuskan untuk berhenti menjadi pemain dan lebih memilih untuk menjadi pelatih SSB 18 Jepara. Walaupun SSB 18 Jepara berdirinya belum terlalu lama, tetapi SSB 18 Jepara mempunyai prestasi yang cukup baik. Prestasi tersebut diantaranya adalah juara III Bogor Cup kelompok usia 13 Tahun yang diraih pada tahun 2010, juara II Putra Perkasa Mandiri Cup kelompok usia 13 Tahun yang diraih pada tahun 2010, juara IV Piala Camat Welahan kelompok usia 14 Tahun yang diraih pada tahun 2011, Juara I Kabumi Cup kelompok usia 13 Tahun yang diraih pada tahun 2011, Juara III Rimba Raya Cup kelompok usia 11 Tahun yang diraih pada tahun 2012.

Berdasarkan keterangan dari pelatih SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara dari segi taktik yang terdiri dari cara bertahan, menyerang dan cara mengkoordinir antar teman di dalam permainan sudah cukup baik. Hal itu bisa dilihat dalam setiap pertandingan-pertandingan yang dilakukan oleh kedua SSB tersebut. Dengan kondisi fisik yang baik seorang pemain dalam suatu pertandingan dapat menerapkan teknik, taktik, strategi, dan cara bermain sepak bola yang baik dan mampu bermain sampai waktu pertandingan selesai. Didalam sepak bola adanya keterkaitan antara komponen satu dengan komponen yang lain sangatlah penting artinya bahwa untuk dapat bermain sepak bola dengan baik, seseorang harus dapat menguasai faktor fisik dan teknik dasar dan inilah yang kurang dimiliki oleh pemain SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara.

Berdasarkan pengamatan dari kedua pelatih SSB tersebut dalam setiap pertandingan, para pemain SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara bermain cukup bagus di menit-menit awal baik dari segi teknik dan taktik yang dimiliki para pemain. Tetapi itu semua tidak didukung oleh kondisi fisik para pemainnya sehingga di menit-menit akhir kondisi fisik para pemain banyak yang menurun dan keadaan seperti inilah yang biasanya dimanfaatkan oleh pemain lawan untuk mencetak gol.

Berdasarkan keterangan dari kedua pelatih SSB tersebut, latihan kondisi fisik dan teknik dasar secara khusus sangat diperlukan bagi SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara. Sebab latihan-latihan mengenai kondisi fisik dan teknik yang sudah dilakukan oleh SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara saat ini sangat kurang. Hal inilah yang kurang menjadi perhatian di SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara. Karena setiap kelompok umur hanya dipegang oleh satu pelatih, dimana pelatih itu selain melatih fisik juga melatih teknik dan taktik permainan sepak bola. Dengan demikian secara tidak langsung terjadi kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Harapan yang diinginkan adalah tercapainya kondisi fisik dan teknik yang baik. Tetapi kenyataan yang ada dilapangan, untuk mencapai kondisi fisik dan teknik yang baik tidak disertai dengan penanganan yang baik karena tidak adanya pelatih khusus. Hal inilah yang menyebabkan pencapaian terhadap prestasi di dalam pertandingan sepak bola sulit tercapai sehingga mulai saat ini kondisi fisik dan teknik para pemain mulai dibenahi dan ditingkatkan melalui latihan fisik yang terprogram.

Selain fisik dan teknik, taktik dan mental juga merupakan faktor yang mendukung prestasi dalam sepak bola, akan tetapi kondisi fisik dan teknik merupakan faktor yang lebih dominan dalam menentukan kemampuan seseorang bermain sepak bola.

Atas dasar uraian di atas, peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul : “Survei Tentang Kondisi Fisik dan Kemampuan Teknik

Dasar Sepak Bola Pada SSB Se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara”.

Adapun alasan peneliti mengadakan penelitian, adalah sebagai berikut :

1. SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara dalam pertandingan terakhir, prestasi dan kualitas permainannya mulai menurun.
2. Untuk mengetahui seberapa jauh tingkat kondisi fisik dan kemampuan teknik dasar para peserta didik SSB Putra Kalingga Jepara dan SSB 18 Jepara.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei, dan pengumpulan informasi atau data.

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006:118). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel adalah kondisi fisik dan teknik dasar bermain sepak bola.

Populasi dalam penelitian ini adalah anak-anak peserta didik SSB Putra Kalingga Jepara yang berjumlah 67 orang, dan anak-anak peserta didik SSB 18 Jepara yang berjumlah 58 orang.

Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik sampel random atau sampel acak, yaitu sebagian dari populasi anak-anak peserta didik SSB Putra Kalingga Jepara yang berjumlah 50 orang, dan sebagian dari populasi anak-anak peserta didik SSB 18 Jepara yang berjumlah 50.

Teknik pengumpulan data juga merupakan faktor yang penting dalam sebuah penelitian, karena berhubungan langsung dengan data yang diperoleh. Untuk memperoleh data yang sesuai maka dalam penelitian ini menggunakan metode survei dan teknik tes.

Teknik ini digunakan untuk mengumpulkan data-data mengenai kondisi fisik dan teknik dasar sepak bola dengan menggunakan teknik tes serta pengukuran kondisi fisik dan teknik dasar sepak bola.

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang berkaitan dengan permasalahan penelitian, agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. (Suharsimi Arikunto, 2006:160).

Tes dan pengukuran yang dilakukan oleh masing-masing cabang olahraga yang satu dengan olahraga yang lain berbeda, hal ini dikarenakan tes dan pengukuran disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing cabang olahraga. Walaupun tes tersebut belum dapat menggambarkan kebutuhan yang sebenarnya atau secara keseluruhan, tetapi tes tersebut sudah dapat menggambarkan kemampuan fisik dan teknik dasar seorang pemain.

Tes yang digunakan untuk mengukur tingkat kondisi fisik menurut Nurhasan (2001: 136-150) :

1) Tes Lari Cepat (Sprint) 50 Meter, 2) Tes Angkat Tubuh (Pull-Up) 60 Detik, 3) Tes Sit-Up Selama 60 Detik, 4) Tes Loncat Tegak (Vertikal Jumping), 5) Tes Lari Jarak 1000 Meter.

Tes yang digunakan untuk mengukur teknik dasar bermain sepak bola menurut Nurhasan (2001:157-163) adalah sebagai berikut :

1) Tes Sepak dan Tahan Bola (Passing dan Stopping), 2) Tes Memainkan Bola dengan Kepala (Heading), 3) Tes Menggiring Bola (Dribbling), 4) Tes Menembak / Menendang Bola ke Sasaran (Shooting).

Analisis data atau penggolongan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Dalam pelaksanaannya terdapat dua jenis analisis data yang dikatakan Sutrisno Hadi (1981 : 221), bahwa dalam suatu penelitian seorang peneliti dapat menggunakan dua jenis analisis yaitu analisis statistik dan non statistik.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan perhitungan statistik menggunakan analisis deskriptif prosentase.

Adapun rumus yang digunakan :

$$DP = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

n = jumlah nilai faktor faktual

N = jumlah seluruh nilai jawaban ideal

% = tingkat prosentase yang dicapai

(Mukhamad Ali, 1993 : 186)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil tes kondisi fisik dan teknik dasar pada SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara) diperoleh melalui survey dengan teknik test. Dari data yang terkumpul selanjutnya dilakukan analisis data dengan perhitungan statistik.

Dari hasil analisis deskriptif kondisi fisik secara keseluruhan pada peserta didik SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18), dapat diketahui bahwa hasil tes kondisi fisik pada peserta didik SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara) secara keseluruhan terdapat 8 anak yang memperoleh nilai baik sekali, 17 anak memperoleh nilai baik, 50 anak memperoleh nilai sedang, 15 anak memperoleh nilai kurang, dan 10 anak memperoleh nilai kurang sekali. Dari hasil di atas terlihat bahwa sebagian besar 50% peserta didik memiliki kondisi fisik yang sedang.

Untuk hasil analisis deskriptif pada tiap item tes kondisi fisik yang dilaksanakan pada SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara) dapat dilihat pada hasil berikut ini :

Dari hasil tes lari sprint 50 meter diketahui bahwa terdapat 10 peserta didik yang memperoleh nilai kurang, 19 peserta didik dengan nilai sedang, 32 peserta didik dengan nilai baik, dan 39 peserta didik dengan nilai baik sekali.

Dari hasil tes Pull Up 60" diketahui bahwa terdapat 48 peserta didik yang memperoleh nilai kurang sekali, 33 peserta didik dengan nilai kurang, 4 peserta didik dengan

nilai sedang, 13 peserta didik dengan nilai baik, dan 2 peserta didik dengan nilai baik sekali.

Dari hasil tes sit up 60 detik diketahui bahwa terdapat 8 peserta didik yang memperoleh nilai kurang sekali, 5 peserta didik dengan nilai kurang, 20 peserta didik dengan nilai sedang, 51 peserta didik dengan nilai baik, dan 16 peserta didik dengan nilai baik sekali.

Dari hasil tes vertical jump diketahui bahwa terdapat 36 peserta didik yang memperoleh nilai kurang, 55 peserta didik dengan nilai sedang, dan 9 peserta didik dengan nilai baik.

Dari hasil tes lari 1000 meter diketahui bahwa terdapat 5 peserta didik yang memperoleh nilai kurang, 66 peserta didik dengan nilai sedang, 25 peserta didik dengan nilai baik, dan 4 peserta didik dengan nilai baik sekali.

Hasil analisis deskriptif teknik dasar sepak bola secara keseluruhan pada peserta didik SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara) dapat diketahui bahwa terdapat 71 peserta didik yang memperoleh nilai baik, dan sisanya 29 peserta didik memperoleh nilai sedang. Dari hasil tes tersebut terlihat bahwa tidak terdapat pemain yang memiliki kondisi fisik yang kurang.

Untuk hasil analisis deskriptif pada tiap item tes teknik dasar sepak bola yang dilaksanakan pada SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara) dapat dilihat pada hasil berikut ini :

Berdasarkan hasil pada item tes passing dan stopping diketahui terdapat 39 peserta didik memperoleh nilai kurang, 56 peserta didik dengan nilai sedang, dan 5 peserta didik dengan nilai Baik.

Berdasarkan hasil pada item tes heading diketahui terdapat 7 peserta didik memperoleh nilai kurang, 21 peserta didik dengan nilai sedang, dan 72 peserta didik dengan nilai Baik.

Berdasarkan hasil pada item tes dribbling diketahui terdapat 4 peserta didik memperoleh nilai kurang, 34 peserta didik dengan nilai sedang, dan 62 peserta didik dengan nilai Baik.

Berdasarkan hasil pada item tes shooting diketahui terdapat 54 peserta didik memperoleh nilai sedang, dan 46 peserta didik dengan nilai baik.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa pola pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berkategori sangat baik sebanyak 4 responden (19%), berkategori baik sebanyak 21 responden (68%), berkategori cukup sebanyak 4 responden (13%), dan tidak ada yang berkategori kurang maupun sangat kurang. Secara rata-rata tingkat pola pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang sebesar 77%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pola pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berada pada kategori baik.

Pola pembinaan pada Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang pada cabang olahraga sepakbola, yang ada di Kabupaten Batang sebagai organisasi keolahragaan dalam menjalankan tugasnya telah memperhatikan, melaksanakan dan telah memperhatikan sebagian banyak dari faktor pembinaan, seperti pembinaan segi fisik, taktik, teknis, dan mental dalam penerapan program kegiatan harian.

Pembinaan yang baik melalui penyusunan strategi dan perencanaan yang rasional sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas serta mempunyai program yang jelas merupakan suatu upaya untuk mendapatkan prestasi yang tinggi seperti apa yang diinginkan. Dalam pelaksanaannya, suatu pembinaan cabang olah raga diperlukan seorang pelatih yang berkualitas yaitu yang telah memiliki sertifikasi, penguasaan teknik dan pengalaman yang baik.

Pelatih telah banyak mengikuti pelatihan-pelatihan dan kerja keras dalam penyusunan program latihan dalam jangka panjang dan jangka pendek sehingga tidak percuma, anak didiknya mampu untuk berprestasi di tingkat nasional, regional dan internasional. Hal tersebut terlihat pada hasil prestasi yang dicapai,

baik atlet atau pelatih dalam tim maupun individu.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa pola pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berkategori sangat baik sebanyak 4 responden (19%), berkategori baik sebanyak 21 responden (68%), berkategori cukup sebanyak 4 responden (13%), dan tidak ada yang berkategori kurang maupun sangat kurang. Secara rata-rata tingkat pola pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang sebesar 77%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pola pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berada pada kategori baik.

Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati sebagai penyelenggara kegiatan pembinaan kegiatan pembinaan sepakbola, perlu memenej kegiatan itu secara baik, berkaitan dengan pendanaan dan unsur-unsur yang lain. Dengan adanya manajemen yang baik pada tingkat kelembagaan diharapkan seluruh program kegiatan pembinaan dapat terlenggara secara baik pula. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh indikator organisasi Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati diperoleh skor 79%. Dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa organisasi Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berada dalam kategori baik. Dengan demikian usaha sekolah dalam hal pembinaan olahraga sepakbola sudah dilakukan secara sungguh-sungguh atau optimal. Sebagai hasil akhir dari suatu kegiatan yang dimanejemen secara baik oleh lembaga yang menyelenggarakan, maka hasil akhirnya pun juga akan menggembirakan. Manajemen pembinaan yang baik yang dimaksudkan disini adalah adanya pengaturan yang baik mengenai pendanaan, penentuan keputusan tentang perijinan (dispensasi) bagi tim untuk mengikuti kejuaraan/pertandingan di luar, dan penyelenggaraan pertandingan sebagai upaya peningkatan program pembinaan.

Keberhasilan dalam suatu program pembinaan prestasi dalam cabang olahraga sepakbola, salah satunya ditentukan oleh baik

buruknya program latihan yang diterapkan pelatih. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Secara rata-rata pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati diperoleh skor 81%. Dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa pembinaan Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berada dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa program pembinaan telah melibatkan aspek kepribadian atlet, kondisi fisik, keterampilan teknik, keterampilan taktik dan kemampuan mental dan dalam pelaksanaannya telah sesuai dengan rencana yang dirumuskan dan diakhiri dengan kegiatan evaluasi atas kegiatan yang telah dilakukan selama proses latihan berlangsung.

Sarana dan prasarana dalam pembinaan berbagai cabang olahraga termasuk di dalamnya adalah cabang olahraga sepakbola memegang peranan yang tidak kalah pentingnya dari unsur pembinaan yang lain. Sarana dan prasarana yang baik dalam pembinaan olahraga sepakbola yang dimaksudkan disini adalah mempunyai lapangan dilengkapi dengan gawang, lapangan yang ukurannya standar, yaitu sesuai dengan ukuran nasional/internasional, selain itu bola yang digunakan layak dan memenuhi untuk kebutuhan latihan. Suatu pembinaan yang dilaksanakan dengan sarana dan prasarana secara lengkap akan sangat memungkinkan pencapaian hasil latihan secara optimal. Secara rata-rata sarana dan prasarana Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati diperoleh skor 67%. Dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa sarana dan prasarana Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berada dalam kategori cukup. Diharapkan dengan cukupnya sarana dan prasarana tersebut, seluruh program latihan yang direncanakan dapat dilaksanakan secara optimal dan dapat memperoleh hasil seperti yang diharapkan.

Secara rata-rata prestasi Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati diperoleh skor 84%. Dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa prestasi Sekolah Sepakbola Krengseng Sejati di Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang berada dalam kategori baik.

SIMPULAN

Setelah dilakukan analisis data penelitian mengenai kondisi fisik dan teknik dasar sepak bola pada peserta didik SSB se-Kecamatan Jepara Kabupaten Jepara (SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara) maka dapat diambil beberapa simpulan bahwa kondisi fisik secara keseluruhan SSB Putra Kalingga dan SSB 18 Jepara 10% termasuk dalam kategori kurang sekali, 15% termasuk dalam kategori kurang, 50% termasuk dalam kategori sedang, 17% termasuk dalam kategori baik, dan sisanya 8% termasuk dalam kategori baik sekali.

Sedangkan untuk kemampuan teknik dasar sepak bola diketahui bahwa 71% termasuk dalam kategori baik, dan sisanya 29% termasuk dalam kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Dangsina Moeloeck. 1984. Kesehatan dan Olahraga. Jakarta : Balai Penerbit FK UI. Jakarta
- Dedikbud. 1999. Tes Kesegaran Jasmani Indonesia. Jakarta
- Garuda Emas. 2000. Pemanduan dan Pembinaan Bakat Usia Dini. Jakarta : KONI
- Harsono. 1988. Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching. Jakarta : DEPDIBUD
- Hasnan Said. 1997. Penilaian kesegaran jasmani Dengan Tes A.C.S.P.F.T : Untuk SLTP. Jakarta : DEPDIBUD
- M. Ali. 1993. Penelitian Pendidikan Prosedur dan Strategi. Bandung : Angkasa
- M. Muhyi Faruq. 2008. Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan dan Olahraga Sepak Bola. Surabaya : GRASINDO
- M. Murdiono. 2010. Strategi Internalisasi Nilai-nilai Moral Religius dalam Proses Pembelajaran di Perguruan Tinggi. Jurnal Cakrawala Pendidikan.
- M. Sajoto. 1988. Pembinaan Kondisi Fisik. Jakarta : DEPDIBUD
- Nurhasan. 2001. Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-Prinsip dan Penerapannya. Jakarta : Dirljen Olahraga, DEPDIBUD
- Remmy Muchtar. 1992. Olahraga Pilihan Sepak Bola. Semarang :DEPDIBUD
- Sucipto dkk. 2000. Sepak Bola. Semarang : DEPDIKNAS
- Sugiyanto dan Sudjarwo. 1993. Perkembangan dan Belajar Gerak. Jakarta : DEPDIBUD
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung : Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. 2002. Prosedur Penelitian. Jakarta : PT RINEKA CIPTA
- Suharsimi Arikunto. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : PT RINEKA CIPTA
- Sukatamsi. 1984. Teknik Dasar Bermain Sepak Bola. Solo : Tiga Serangkai
- S. Margono. 2005. Metodologi Penelitian Pendidikan. Jakarta : PT RINEKA CIPTA
- Timo Scheneuman. 2005. Dasar Sepak Bola Modern. Malang : Dioma
- Yanuar Kiram. 1992. Belajar Motorik. Semarang : DEPDIBUD