

**KEMAMPUAN TEKNIK DASAR LEMPARAN KE DALAM ATLET SEPAKBOLA CLUB PERSIRAJA FC KECAMATAN BANGUN PURBA**Redo Saputra¹⁾, Debby Indah²⁾, Siska³⁾^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Rokania, Indonesia**Info Artikel**

Sejarah Artikel:
Diterima Februari 2021
Revisi Februari 2021
Diterima Mei 2021
Tersedia online Mei 2021

Kata kunci:

Lemparan Kedalam**Abstrak**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* Persiraja fc kecamatan bangun purba. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* persiraja fc kecamatan bangun purba. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan populasi penelitian adalah atlet sepakbola *club* persiraja fc kecamatan bangun purba yang berjumlah 22 orang dengan teknik penarikan sampel adalah total sampling. Instrumen penelitian berupa rubik penilaian teknik dasar lemparan ke dalam sepakbola, dimana teknik analisa data berupa statistik deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan, kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* persiraja fc kecamatan bangun purba diperoleh 3 orang dikategorikan baik sekali, 6 orang dikategorikan baik, 8 orang dikategorikan sedang, 4 orang dikategorikan kurang, 1 orang dikategorikan sangat kurang. Nilai rata-rata diperoleh sebesar 35,18 yang dikategorikan sedang. Disimpulkan kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* persiraja fc kecamatan bangun purba dikategorikan sedang.

Abstract

The problem in this study is the low technical ability of the throw to the athlete club Persiraja club fc, the ancient wake. The purpose of this study was to determine the level of throwing ability in the soccer club athletes of the fc district of ancient wake. This research is a descriptive study with the population of the study is the soccer athletes club fc ancient wake district with a total of 22 people with the sampling technique is total sampling. The research instrument was in the form of rubik assessment of the basic technique of throwing into football, where the data analysis technique was in the form of descriptive statistics with percentages. The results showed that the basic technical skills of throwing into soccer club athletes from the ancient district of fc wake were 3 categories that were very good, 6 people were categorized as good, 8 people were categorized as being medium, 4 people were categorized as less, 1 person was categorized as very less. The average value is 35.18 which is categorized as medium. It was concluded that the basic technical skills of throwing into the football club athlete persiraja fc sub-district early build categorized medium

¹ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: redosaputra832@gmail.com

PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia merupakan salah satu negara yang berkembang dibidang ilmu dan teknologi serta bidang lainnya, termasuk bidang olahraga. Olahraga adalah salah satu wujud yang bisa mengembangkan salah satu sumber daya manusia serta meningkatkan harkat dan martabat untuk mewujudkan cita-cita bangsa. Perkembangan dan pembinaan olahraga di Indonesia juga merupakan salah satu upaya meningkatkan kesehatan jasmani seluruh masyarakat, pemupukan watak dan sportivitas, serta meningkatkan prestasi olahraga.

Masalah pembinaan prestasi selalu menjadi objek bahasan utama dalam dunia keolahragaan. Karena itu berbagai usaha melalui metode latihan dilakukan untuk membina dan mengembangkan prestasi yang lebih baik. Pembinaan kualitas fisik dilakukan melalui pengembangan metode latihan dan program latihan yang sistematis untuk menuju kepada pengembangan kemampuan gerak atau kecakapan dalam aspek-aspek tertentu pada setiap cabang olahraga terutama dalam cabang sepakbola.

Menurut Sucipto (2000:7). Sepakbola adalah permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Meskipun termasuk dalam olahraga beregu, setiap pemain harus menguasai teknik dasar yang terdiri dari (1) menendang (*kicking*), (2) menghentikan (*stopping*), (3) menggiring (*dribbling*), (4) menyundul (*heading*), (5) merampas (*tackling*), (6) lemparan ke dalam (*throw-in*), (7) menjaga gawang (*keeping*). Menurut Yulifri, (2010:77) teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang pemain untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola.

Untuk melakukan permainan sepakbola atlet diharapkan memiliki kemampuan, Menurut Rabbins (dalam Rizqina A.Z Dkk 2017) menyatakan bahwa kemampuan berarti kapasitas seseorang individu untuk melakukan beragam tugas suatu pekerjaan. kemampuan berasal dari kata mampu yang berarti (bisa, sanggup) melakukan suatu, sedangkan berarti kesanggupan, kecakapan kemampuan (*ability*) berarti kapasitas seorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan (Stephen P Rabbins dan A Judge dalam Rizqina A.Z Dkk 2017). Sedangkan menurut Mohammad Zain (dalam Rizqina A.Z Dkk 2017) mengartikan bahwa kemampuan adalah kesanggupan, kecakapan, kekuatan kita dalam berusaha dengan diri sendiri.

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui kemampuan lemparan ke dalam atlet Persiraja Fc kecamatan Bangun Purba. Menurut Yulifri, (2010:97) menyatakan bahwa melempar bola merupakan salah satu bagian teknik yang diperlu diketahui setiap pemain. Dari segi teknik melempar bola merupakan suatu usaha untuk menghidupkan bola mati karena keluar dari garis samping yang sebelumnya disentuh oleh salah seorang pemain. Sedangkan menurut Sucipto (2000:36) mengartikan bahwa lemparan kedalam merupakan satu-satu teknik dalam permainan sepakbola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan sehingga mudah untuk memainkan bola, dari lemparan kedalam *off-side* tidak berlaku. Lemparan kedalam dapat dilakukan awalan atau tanpa awalan dengan posisi kaki sejajar maupun salah satu kaki kedepan Sedangkan menurut (Zein dalam Hamdika dkk 2015:24) mengemukakan bahwa lemparan kedalam adalah suatu cara untuk memulainya kembali permainan.

Berdasarkan pengamatan penulis ketika waktu atlet Persiraja FC Kecamatan Bangun Purba latihan maupun bertanding terlihat kemampuan atlet melakukan lemparan ke dalam masih terdapat kesalahan dan rendah, sehingga bola yang dilempar tersebut tidak akurat dan bahkan lemparannya dianulir oleh wasit sehingga pemain lawan melakukan lemparan kedalam

Hal di atas disebabkan di antara lain rendahnya teknik dasar lemparan ke dalam, kurangnya konsentrasi atlet melakukan lemparan kedalam dan atlet tergesa-gesa melakukan lemparan kedalam. Hal ini disebabkan latihan yang dilakukan atlet tidak terprogram dengan tepat karena para atlet tidak terlalu memperhatikan teknik-teknik lemparan kedalam.

Berdasarkan dari uraian di atas penulis tertarik mengadakan penelitian tentang “Kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam di *club* sepakbola persiraja fc Kecamatan

¹ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: aldino.nst04@gmail.com¹,

BangunPurba” Agar permasalahan dalam penelitian ini menjadi lebih fokus serta keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian, maka permasalahan yang ada perlu dibatasi. Oleh karena itu, penelitian ini hanya akan membahas tentang Kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam di *club* sepakbolapersiraja fc Kecamatan Bangun Purba

METODE

Menurut Sugiyono (2017:147) statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagai adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Penelitian yang dilakukan pada populasi (tanpa diambil sampelnya) jelas akan menggunakan statistik dalam deskriptif dalam analisisnya.

Tetapi bila penelitian dilakukan pada sampel, maka analisisnya dapat menggunakan statistik deskriptif maupun inferensial. Statistik deskriptif dapat digunakan bila peneliti hanya ingin mendeskripsikan data sampel, dan tidak ingin membuat kesimpulan yang berlaku untuk populasi dimana sampel diambil. Tetapi bila peneliti ingin membuat kesimpulan yang berlaku untuk populasi, maka teknik analisis yang digunakan adalah statistik inferensial.

PENGEMBANGAN INSTRUMEN

Instrumen penelitian adalah merupakan sebuah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data atau informasi yang bermanfaat untuk menjawab permasalahan penelitian. Instrumen penelitian ini berupa unjuk kerja penilaian kemampuan teknik dasar lemparan kedalam berdasarkan teori teknik dasar lemparan kedalam permainan sepakbola yang dikemukakan oleh Sucipto (2000:37-38), lemparan kedalam dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan tanpa awalan dan dengan awalan.

TEKNIK ANALISIS DATA

Penelitian ini menggunakan teknik analisa data statistik deskriptif. Maolani (2015) menyatakan, “Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisa data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku umum/tidak melakukan generalisasi. Termasuk dalam statistik deskriptif adalah penyajian data melalui tabel, grafik, perhitungan desil, persentil, perhitungan rata-rata dan standar deviasi dan perhitungan persentase”

Tabel 1. Norma Penilaian

NO	Interval	Kategori
1	$M+1,5 SD < X$	S. baik
2	$M+0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M-1,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M-1,5 SD < X \leq M- 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	S. Kurang

Menurut Anas Sudjono (2006:34) rumus yang di gunakan untuk mencari presentase adalah sebagai berikut:

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

P : Nilai rata-rata (*Mean*)

F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : Jumlah responden (anak)

HASIL PENELITIAN

Data yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan data dan informasi yang penulis peroleh pada saat melakukan penelitian di lapangan. Dalam penelitian ini, seperti yang telah dikemukakan sebelumnya, penulis mengambil data dari kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam atlet sepakbola persiraja fc kecamatan Bangun Purba. Untuk mengetahui dengan jelas mengenai

¹ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: aldino.nst04@gmail.com¹,

gambaranya maka berikut ini akan penulis uraikan pemaparan data yang berhasil penulis peroleh dari lapangan sebagai hasil penelitian yang telah penulis lakukan

Data Kemampuan Lemparan Ke Dalam Tanpa Awalan

Pengambilan data terhadap kemampuan lemparan kedalam tanpa awalan didapat dari hasil lemparan ke dalam tanpa awalan dengan menggunakan tes dilapangan dilakukan dengan 22 orang sampel atlet sepakbola *club* persiraja fc dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kemampuan Lemparan Ke Dalam Tanpa Awalan

No	Interval kelas	Frekuensi kumulatif	Frekuensi relatif
1	10-11	5	22.73%
2	12-13	4	18.18%
3	14-15	9	40.91%
4	16-17	3	13.64%
5	18-19	1	4.55%
Jumlah		22	100%

Sumber: Data Penelitian 2020

Bedasar tabel diatas dari 22 orang atlet *club* sepakbola persiraja fc yang melakukan tes kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam tanpa awalan diperoleh nilai tertinggi 18 dan nilai terendah 10 dengan nilai rata-rata 13.41 dan standar deviasi (SD) 2.35. Dari data tabel distribusi frekuensi dan grafik histogram di atas maka dijelaskan lebih rinci pada tabel norma kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 3. Norma Katagori Kemampaun Teknik Dasar Lemparan ke Dalam Tanpa Awalan

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
16 >	S. baik	4	18,18%
14–15	Baik	9	40,91%
12–13	Sedang	4	18,18%
9–11	Kurang	5	22,73%
< 8	S.Kurang	0	0%
Total		22	100%

Bedasarkan tabel norma di atas menunjukkan bahwa kemampuan lemparan ke dalam tanpa awalan atlet sepakbola persiraja fc berada pada katagori “Baik Sekali” sebesar 18,18% (4 atlet), katagori “Baik sebesar 40,91% (9 atlet), katagori sedang 18,18% (4 atlet), katagori kurang sebesar 22,73% (5 atlet), katagori sangat kurang 0% (0 atlet). Hasil rata-rata diperoleh 13,41, dapat disimpulkan bahwa lemparan ke dalam tanpa awalan atlet sepakbola *club* persiraja fc dalam katagori “Baik Sebesar 40,91% (9 atlet)”

Data Kemampuan Lemparan Ke Dalam Dengan Awalan

Pengambilan data terhadap kemampuan lemparan ke dalam dengan awalan di dapat dari hasil Lemparan ke dalam dengan awalan dengan menggunakan tes dilapangan dilakukan dengan 22 orang sampel atlet sepakbola *club* persiraja fc dapat dilihat pada tabel berikut:

¹ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: aldino.nst04@gmail.com¹,

Tabel 4. Hasil Tes Kemampuan Lemparan Ke Dalam Dengan Awalan

No	Interval kelas	Frekuensi kumulatif	Persentase (%)
1	11-12	2	9.09%
2	13-14	4	18.18%
3	15-16	7	31.81%
4	17-18	6	27.27%
5	19-20	3	13.63%
Jumlah		22	100%

Sumber: Data Penelitian 2020

Bedasar tabel di atas dari 22 orang atlet *club* sepakbola persiraja fc yang melakukan tes kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam tanpa awalan diperoleh nilai tertinggi 19 dan nilai terendah 11 dengan nilai rata-rata 15.86 dan standar deviasi (SD) 2.3. Dari data tabel distribusi frekuensi dan grafik histogram di atas maka dijelaskan lebih rinci pada tabel norma kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 5. Norma Katagori Kemampaun Teknik Dasar Lemparan Ke Dalam Dengan Awalan

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
19 >	S. Baik	2	9,09%
17-18	Baik	4	18,18%
14-16	Sedang	7	31,81%
12-13	Kurang	6	27,27%
< 11	S. Kurang	3	13,63%
Total		22	100%

Bedasarkan tabel norma di atas menunjukkan bahwa kemampuan lemparan ke dalam dengan awalan atlet sepakbola persiraja fc berada pada katagori “Baik Sekali” sebesar 9,09% (2 atlet), katagori “Baik sebesar 18,18% (4 atlet), katagori sedang 31,81 (7 atlet), katagori kurang sebesar 27,27% (6 atlet), katagori sangat kurang 13,63% (3 atlet). Hasil rata-rata diperoleh 19,68, dapat disimpulkan bahwa lemparan ke dalam dengan awalan atlet sepakbola *club* persiraja fc dalam katagori “Sedang sebesar 31,18 (3 atlet)”

Jawaban Pertanyaan Penelitian

Dari teknik dasar lemparan ke dalam dengan awalan dan tanpa awalan dapat dijawab dari rekap nilai secara keseluruhan diperoleh data terhadap kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* sepakbola persiraja fc dengan sampel sebanyak 22 orang di dapat skor tertinggi 34 dan skor terendahnya 22, rata-rata sebesar 30 dan standar deviasi sebesar 3,15, untuk lebih jelasnya dapat dilihat ditabel dibawah ini:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Kemampuan Lemparan Ke Dalam

No	interval kelas	frekuensi kumulatif	frekuensi relatif
1	22-24	2	9,09%
2	25-27	3	13,64%
3	28-30	7	31,82%
4	31-33	8	36.36%
5	34-36	2	9.09%
Jumlah		22	100%

Sumber: Data penelitian 2020

¹ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: aldino.nst04@gmail.com¹,

Bedasar tabel di atas dari 22 orang atlet *club* sepakbola persiraja fc yang dilakukan tes kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam diperoleh nilai tertinggi 34 dan nilai terendah 22 dengan nilai rata-rata 30 dan standar deviasi (SD) 3. Dari data tabel distribusi frekuensi dan grafik histogram di atas maka dijelaskan lebih rinci pada tabel norma kategorisasi sebagai berikut

Tabel 7. Norma Katagori Kemampaun Teknik Dasar Lemparan Ke Dalam Dengan Awalan

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
34 >	S. Baik	2	9,09%
31–33	Baik	8	36,36%
28–30	Sedang	7	31,82%
24–27	Kurang	3	13,64%
< 23	S. Kurang	2	9,09%
Total		22	100%

Bedasarkan tabel norma di atas menunjukkan bahwa kemampuan lemparan ke dalam atlet sepakbola persiraja fc berada pada katagori “Baik Sekali” sebesar 9,09% (2 atlet), katagori “Baik sebesar 36,36% (8 atlet), katagori sedang 31,82 (7 atlet), katagori kurang sebesar 13,64% (3 atlet), katagori sangat kurang 9,09% (2 atlet). Hasil rata-rata diperoleh 29,68, dapat disimpulkan bahwa lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* persiraja fc dalam katagori “baik sebesar 36,36% (8 atlet)”

PEMBAHASAN

Data Kemampuan Lemparan Ke Dalam Tanpa Awalan kemampuan lemparan ke dalam tanpa awalan atlet sepakbola persiraja fc berada pada katagori “Baik Sekali” sebesar 18,18% (4 atlet), katagori “Baik sebesar 40,91% (9 atlet), katagori sedang 18,18% (4 atlet), katagori kurang sebesar 22,73% (5 atlet), katagori sangat kurang 0% (0 atlet). Hasil rata-rata diperoleh 13,41, dapat disimpulkan bahwa lemparan ke dalam tanpa awalan atlet sepakbola *club* persiraja fc dalam katagori “Baik Sebesar 40,91% (9 atlet)”

Data Kemampuan Lemparan Ke Dalam Dengan Awalan

kemampuan lemparan ke dalam dengan awalan atlet sepakbola persiraja fc berada pada katagori “Baik Sekali” sebesar 9,09% (2 atlet), katagori “Baik sebesar 18,18% (4 atlet), katagori sedang 31,81 (7 atlet), katagori kurang sebesar 27,27% (6 atlet), katagori sangat kurang 13,63% (3 atlet). Hasil rata-rata diperoleh 19,68, dapat disimpulkan bahwa lemparan ke dalam dengan awalan atlet sepakbola *club* persiraja fc dalam katagori “Sedang sebesar 31,81% (7 atlet)”

Kemampuan Tenik Dasar Lemparan Ke Dalam.

Bedasarkan tabel norma di atas menunjukkan bahwa kemampuan lemparan ke dalam atlet sepakbola persiraja fc berada pada katagori “Baik Sekali” sebesar 9,09% (2 atlet), katagori “Baik sebesar 36,36% (8 atlet), katagori sedang 31,82 (7 atlet), katagori kurang sebesar 13,64% (3 atlet), katagori sangat kurang 9,09% (2 atlet). Hasil rata-rata diperoleh 29,68, dapat disimpulkan bahwa lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* persiraja fc dalam katagori “baik sebesar 36,36% (8 atlet)”

KESIMPULAN

Bedasarkan analisis dan pembahasan disimpulkan kemampuan teknik dasar lemparan ke dalam atlet sepakbola *club* Persiraja Fc kecamatan Bangun Purba pada katagori “baik sebesar 36,36%

¹ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

* Email: aldino.nst04@gmail.com¹,

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STKIP Rokania sebagai sumber pendanaan studi ini. Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta yang telah terlibat dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Amri Zakiul Rizqina, M. A. (2017). *Pengaruh Budaya Kerja, Kemampuan, dan Komitmen Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Pegawai Serta Dampaknya Terhadap Kinerja Badan Pengusahaan Kawasan Perdagangan Bebas dan Pelabuhan Bebas Sabang (BPKS)*. *JurnalMagister Manajemen*, (2303-0199), 59-69.
- Medrika, dkk. (2018). *Pengaruh latihan dribble 20 yards square terhadap kemampuan menggiring bola*. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 14, 149-159.
- Maolami Rukaesi. (2015). *Meteorologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sucipto. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Jakarta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno. (2014). *Kemampuan Lemparan ke Dalam Pada Sepakbola*. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 1, 60-67.
- Yulifri. (2010). *Permainan Sepak Bola. Padang*: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

¹ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
* Email: aldino.nst04@gmail.com¹,