

Survey Kecepatan Menggiring Bola Pada Sepak Bola Kelompok Umur 10-12 Tahun

Achmad Afandi ^{1),a)} Ratno Susanto ^{2), b} Winarno ^{3), c}

Pendidikan Jasmani kesehatan rekreasi, IKIP BUDI UTOMO MALANG¹
Email: afandi1387@gmail.com ¹, email ratnoexcellent@gmail.com²
emailwinarno@budiutomomalang.ac.id³

Abstrak:

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kecepatan pada pemain sepak bola di SSB AC putra Campurejo Gresik Metode penelitian ini merupakan survey tes dan pengukuran dengan sampel sebanyak 24 dari populasi yang ada Pengumpulan data menggunakan test Kecepatan berlari tanpa bola dan tes berlari dengan alat ladder drill. Tes dilakukan secara bolak-balik dan berlari dengan bola secara zig-zag dengan jarak 10 meter. Tes pengukuran dengan cara tes kecepatan lari 10 meter dengan menggunakan alat ladder drill dan stopwatch untuk mengukur kemampuan kecepatan berlari. Hasil data pada tes kecepatan lari diolah dengan menggunakan SPSS16. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan alat Stopwatch dan ladder drill. pada tes Kecepatan pemain SSB, dapat diketahui hasil kecepatan pada pemain sepak bola di SSB AC putra Campurejo Gresik. Hasil penelitian memiliki rata-rata selis 17,65 detik, antara tes pertama dengan tes kedua maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa survey yang dilakukan di SSB AC putra Campurejo ini sangat memberikan gambaran awal terhadap hasil kecepatan pemain sepak bola Pada pemain SSB AC Putra Campurejo Kab. Gresik. Apabila tes dilakukan dengan jangkah waktu yang berbeda. penelitian ini dapat dijadikan gambaran awal untuk melanjutkan ke langkah berikutnya didalam pembinaan atlit mudah.

Kata kunci: survey, kecepatan, Sepak Bola

1. Pendahuluan

Pada dasarnya manusia hidup untuk kesana kemari menggunakan anggota tubuhnya untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Dan untuk itu manusia dibekali dengan anggota tubuh untuk berjalan kesana dan kemari untuk memenuhi kehidupannya dengan cara cepat (Maisaroh et al., 2020). Yang di namakan adanya unsur kecepatan. Kecepatan adalah sesuatu gerakan tubuh yang bertujuan memperoleh waktu yang secepat-cepatnya (Arif et al., 2021). Kecepatan adalah termasuk didalam unsur-unsur belajar motorik. Beberapa olahraga terdapat unsur kecepatan tersebut yakni salah satunya olahraga sepak bola. Kecepatan adalah sebuah akibat dari melakukan gerakan tubuh dengan cara berlari atau melakukan sebuah gerakan dengan sangat efisien (Kismono & Dewi, 2021). Survey adalah proses pengamatan awal, untuk mengetahui apa yang sedang terjadi (Aswanto, 2021). Survey adalah proses mencari sesuatu hasil data diawal saja (Bachtiar et al., 2021). Surve untuk mengidentifikasi sesuatu kejadian yang sedang terjadi (Hafidz et al., 2021). Surve merupakan bagaian dari proses penelitian untuk menyimpulkan data yang ada dan terjadi sekarang ini (Huslah & Hariyanto, 2020). Di kehidupan manusia sekarang ini olahraga adalah sebuah gaya hidup dan kebutuhan untuk menjaga kondisi tubuhnya yakni dengan cara rutin berolahraga. Salah satu olahraga yang di gemari semua kalangan dan tingkatan adalah sepak bola. Maka dari itu mulai dini dan anak-anak sudah ada yang namanya sekolah sepak bola yang disingkat dengan nama SSB. sepak bola adalah merupakan permainan bola besar yang menggunakan alat media berupa bola yang dapat

digunakan oleh anak-anak sampai orang tua. Sepak bola merupakan permainan bola besar yang dilakukan oleh kedua tim, dan tiap tim terdiri dari sebelas pemain dan menggunakan 2 babak saat pertandingan (Lubis et al., 2020). Didalam permainan sepak bola terdapat unsur-unsur yang harus dimiliki yaitu salah satunya unsur kecepatan.(Annas, 2011) Didalam sekolah sepak bola kita terdapat lupa untuk melakukan pendataan sejauh mana tingkat kecepatan pemain disekolah sepak bola (Suhartiwi, 2022). Salah satunya kegiatan manusia adalah berolahraga. Olahraga yang sangat diminati sekarang ini ialah sepak bola. Latar belakang Penelitian ini dilakukan dikarenakan banyak sekolah sepak bola atau club sepak bola amatir yang belum menggunakan alat ladder drill saat berlatih dan melakukan tes kecepatan. Serta belum adanya survei tes kecepatan lari yang dilakukan secara rutin di tiap minggu saat berlatih sepakbola maka data nya belum banyak dan lengkap. Tujuan dari survei tes dan pengukuran di ssb Ac putrarejo adalah untuk mengetahui sejauh mana tingkat kecepatan pemain sepak bola umur 10-12 tahun. hasil tes tersebut bisa digunakan sebagai langkah awal untuk mengukur kecepatan pemain bola usia 10-12 tahun.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survei. Metode penelitian ini termasuk penelitian dengan metode penelitian diskriptif kuantitatif. Subjek didalam penelitian adalah siswa sekolah sepak bola AC putra di kabupaten Gresik. Sampel penelitian berjumlah 24 siswa dari populasi jumlah keseluruhan Pemain SSB AC Putra usia 10-12 tahun. Untuk pengambilan data instrumennya menggunakan tes lari bolak-balik dengan alat ladder drill dan pengukuran kecepatan menggunakan stop watch tes dilakukan selama 2 kali. Yang diperoleh dari tes lari dengan alat ladder drill dan pengukuran dilapangan saat berlari kecepatan di ketahui dengan alat stopwatch dengan jarak 10 meter. Dan tes selain mengukur kecepatan juga mengukur perbandingan hasil yang diperoleh saat berlari dengan spss 16 untuk mengetahui sejauh mana tingkat kecepatan pemain SSB AC Putra Gresik.

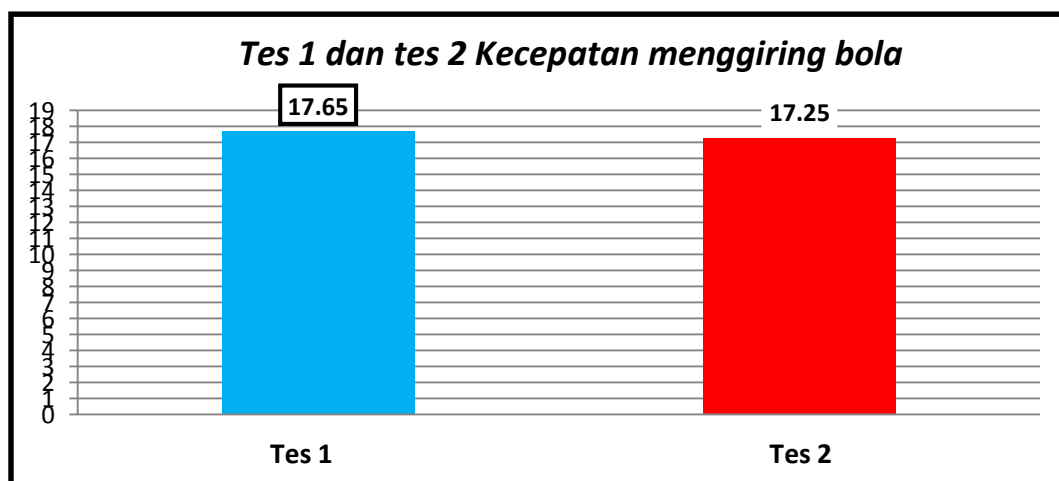
3. Hasil

Penelitian ini menghasilkan data terkait hasil tes kecepatan siswa SSB AC Putra , dalam pembahasan hasil data penelitian ini, data penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut bagian ini menyajikan hasil penelitian. Dari data survei kecepatan di SSB AC Putra kabupaten Gresik diperoleh data tes pertama nilai 16 sebanyak 1 anak, nilai 17 sebanyak 15 anak, dan nilai 18 sebanyak 8 anak. Selanjutnya untuk tes kedua diperoleh data nilai 15 sebanyak 1 anak, nilai 16 sebanyak 4 anak, nilai 17 sebanyak 11 anak sebanyak 6 anak.

Tabel 1 Selisih Perbandingan Tes Kecepatan Tes 1 Dan Tes 2

No Subjek	Tes 1	Tes 2	Selisih /Perbandingan
1. UH	18.85	17.04	1.81
2. MZ	18.47	18.01	0.46
3. MA	18.47	17.08	1.39
4. FM	17.87	17.02	0.85
5. AS	17.47	18.06	-0.59
6. AA	17.04	16.01	1.03
7. MN	17.71	18.28	-0.57
8. FN	17.47	18.54	-1.07
9. MF	17.56	17.12	0.44
10. AF	17.57	18.76	-1.19
11. UA	16.45	15.07	1.38

12. SS	18.76	18.07	0.69
13. MK	18.85	17.74	-0.69
14. FH	18.47	16.86	0.33
15. RA	17.05	17.11	0.44
16. MA	17.19	17.22	-0.05
17. RM	17.55	17.09	0.77
18. HI	17.17	17.52	0.06
19. MA	17.86	17.1	0.47
20. FA	17.58	18.18	-0.59
21. AH	17.57	16.07	2.07
22. FJ	17.59	17.09	0.95
23. FZ	18.14	16.24	0.84
24. MS	18.04	16.65	0.42



Gambar 1 Perbandingan rata-rata kecepatan menggiring bola pada test 1 dan test 2

4. Pembahasan

Survei dan tes kecepatan ini tidak hanya dilakukan untuk atlet dewasa dan pemain sepak bola senior akan tetapi untuk atlet junior dan untuk siswa sekolah sepak bola juga diperlukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kecepatannya. Didunia didalam sekolah sepak bola sudah diterapkan tes –tes sejenis tes kecepatan untuk sebagai bahan pertimbangan dan perlakuan yang akan dilakukan guna meningkatkan prestasi dan perkembangan fisik atlet tersebut. Serta sebagai program pembinaan pemain sepak bola di usia dini agar kelak dapat menjadi pemain profesional. Dengan ini survei tes kecepatan kedua nilai tersebut terdapat nilai yang baik di kecepatan anak selama melakukan latihan di SSB AC putra kabupaten Gresik.

Berdasarkan gambar 1, tes 1 mempunyai rata-rata sebesar 17,65 detik, kemudian meningkat sebesar 17,25 detik setelah diberikan latihan variasi ladder drill.

5. Kesimpulan

Dengan diadakan survei tes kecepatan pemain sepak bola SSB AC PUTRA usia 10-12 tahun dapat diketahui tingkat kecepatan pemain sepak bola. Dengan survei tes kecepatan pemain sepak bola AC PUTRA dapat diketahui perbandingan tes 1 dan tes 2. Yakni terdapat peningkatan kecepatan yang awalnya 17,65 detik menjadi 17,25 detik.

6. Referensi

- Annas, M. (2011). Hubungan Kesegaran Jasmani, Hemoglobin, Status Gizi, dan Makan Pagi terhadap Prestasi Belajar. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.15294/miki.v1i2.2034>
- Arif, T. D. R., Sinurat, R., & Manurizal, L. (2021). KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KECEPATAN LARI 40 METER DENGAN HASIL LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK. *Journal Of Sport Education and Training*, 2(2), Article 2.
- Aswanto, R. D. (2021). Survei Motivasi Peserta Didik dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal. *Sport Science and Health*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.17977/um062v3i12021p20-25>
- Bachtiar, B., Putri, A. P., & Maulana, F. (2021). Survei Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui E-Learning Siswa Smk Negeri Kota Sukabumi. *Jendela Olahraga*, 6(1), Article 1. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6293>
- Hafidz, I. A., Syafei, M. M., & Afrinaldi, R. (2021). Survei Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik Nomor Lompat Jauh di SMAN 1 Rengasdengklok. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.35706/jlo.v2i2.4637>
- Huslah, H., & Hariyanto, E. (2020). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Puslatcab Senam Lantai Usia 10-12 Tahun. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.17977/um040v4i1p44-51>
- Kismono, A., & Dewi, R. (2021). KONTRIBUSI SIMULASI GAME TERHADAP PASSING SEPAK BOLA. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.304>
- Lubis, A. E., Mawardinur, & Dewi, R. (2020). Talent Scouting Soccer Athletes Aged 10 to 11 Years. *Jurnal Pendidikan Jasmani (JPJ)*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.55081/jpj.v1i1.107>
- Maisaroh, P., Athar, A., & Kahri, M. (2020). ANALISIS KOMPONEN KEBUGARAN JASMANI PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR NEGERI DILIHAT DARI SARANA DAN PRASARANA PENDIDIKAN JASMANI KELAS V USIA 10 – 12 TAHUN KOTA BANJARBARU. *STABILITAS: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1), Article 1.
- Suhartiwi, S. (2022). Pengaruh Latihan Single Leg Bound terhadap Kecepatan Lari 100 Meter. *Jurnal Porkes*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5993>