

## ABSTRAK

### TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA SMA MUHAMMADIYAH 3 JEMBER

**MOH FAIRUZ ZABADY HAKAM**  
**Universitas Muhammadiyah Jember**  
email : [fairuzzabady07@gmail.com](mailto:fairuzzabady07@gmail.com)

#### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar tingkat keterampilan teknik dasar sepak bola SMA 3 Muhammadiyah Jember. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk menjawab permasalahan tentang suatu keadaan dilapangan menggunakan media perhitungan angka. Teknik pengambilan data menggunakan metode survei dengan tes dan pengukuran. Rangkaian pengambilan data diambil dari tes lari 20 meter, tes keterampilan dasar tanpa bola, dan tes keterampilan dasar menggunakan bola. Tes dan pengukuran ini dilakukan 2 kali, kemudian diambil hasil yang terbaik. Subyek penelitian ini yaitu pemain sepak bola SMA 3 Muhammadiyah Jember sebanyak 29 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar sepakbola peserta ekstrakurikuler di SMA 3 Muhammadiyah Jember yaitu 4% kategori baik sekali, 52% kategori baik, 16% kategori cukup, 16% kategori kurang, dan 12% kategori kurang sekali. Simpulan dari penelitian ini adalah tingkat keterampilan teknik dasar permainan sepakbola peserta ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 3 rata - rata masuk pada ketegori baik.

**Kata kunci : sepakbola, keterampilan, teknik dasar**

#### ABSTRACT

The purpose of this study was to find out how much the basic technical skill level of football at SMA 3 Muhammadiyah Jember is. This study uses a quantitative descriptive research method with the aim of answering questions about a situation in the field using the media of calculating numbers. Data collection techniques using survey methods with tests and measurements. The series of data collection was taken from a 20 meter running test, a basic skill test without the ball, and a basic skill test using the ball. These tests and measurements were carried out 2 times, then the best results were taken. The subjects of this study were 29 Muhammadiyah Jember SMA 3 football players. The results of this study indicate that the skill level of the basic football techniques of extracurricular participants at SMA 3 Muhammadiyah Jember is 4% in the very good category, 52% in the good category, 16% in the moderate category, 16% in the poor category, and 12% in the very poor category. The conclusion of this study is that the level of basic technical skills in football extracurricular participants at SMA Muhammadiyah 3 on average is in the good category.

**Keywords: football, skills, basic techniques**