

**TINJAUAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA SSB MENARA BATU  
HAMPAR FC LIMA PULUH KOTA**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**RIJAL PERDANA**

**NIM. 18086027**

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

**2023**

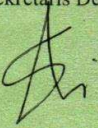
PERSETUJUAN SKRIPSI

TINJAUAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA SSB MENARA BATAM FC  
LIMAPULUHKOTA

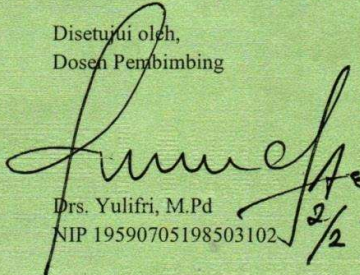
Nama : Rijal Perdana  
Nim : 18086027  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2023

Mengetahui,  
Sekretaris Departemen Pendidikan Olahraga

  
Sepriadi, S.Si, M.Pd  
NIP.198909012014041002

Disetujui oleh,  
Dosen Pembimbing

  
Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP 19590705198503102

2/2 2023.

**HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI**

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

**Judul** : Tinjauan Teknik Dasar Sepak Bola SSB Menara Batuhampar  
FC Lima Puluh Kota

**Nama** : Rijal Perdana

**Nim** : 18086027

**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

**Dapartemen** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2023

Tanda Tangan

**Tim Penguji**

1. Ketua : Drs. Yulifri, M.Pd

2. Anggota : Dr. Willadi Rasyid, M.pd

3. Anggota : Drs. Syamsuar, S.H, MS. AIFO. Ph.D

1.

2.

3.

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Teknik Dasar Sepak Bola SSB Menara Batuhambar FC Lima Puluh Kota”.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tulisan dengan jelas di cantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan 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 dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2023

Yang Membuat Pernyataan



Rijal Perdana

NIM. 18086027

## ABSTRAK

**Rijal Perdana (2023) : Tinjauan Teknik Dasar Bola SSB Menara Batam FC Lima Puluh Kota**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya bagaimana teknik dasar sepakbola di SSB Menara Batam FC Lima Puluh Kota. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui teknik dasar bola SSB Menara Batam FC Lima Puluh Kota.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian kuantitatif ini adalah penelitian yang berdasarkan data statistik. Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah sensus yaitu mengambil dari semua jumlah populasi sehingga diperoleh sampel sebanyak 45 orang. Pengumpulan datanya dengan menggunakan tes *passing control* untuk mengukur operan bola dan menahan bola, Tes *dribbling* untuk mengukur dalam menggiring bola, dan *shooting test* untuk mengukur bagaimana cara seseorang menembak bola. Sebagai sasaran data diolah dengan rumus statistik.

Berdasarkan perhitungan uji statistik didapatkan hasil penelitian yaitu kemampuan teknik dasar mengoper dan menahan bola berada pada kategori sedang, kemampuan teknik dasar menggiring bola berada pada kategori baik, dan kemampuan teknik dasar menendang bola pada pemain SSB Menara Batam Lima Puluh Kota berada pada kategori baik.

Kata kunci : **Teknik dasar, sepakbola, pemain.**

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadirat ALLAH SWT, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “Tinjauan Teknik Dasar Bola SSB Menara Batam FC Lima Puluh Kota. Shalawat beiringkan salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Dalam melaksanakan penyelesaian penelitian, peneliti banyak mendapat bantuan bimbingan dari berbagai pihak. Selanjutnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ganefri, Ph.D sebagai rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam perkuliahan.
2. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

4. Bapak Drs. Willadi Rasyid, M.Pd dan Drs. Syamsuar, S.H, M. AIFO, Ph.D sebagai tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Seluruh staff pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
6. Kepada sampel penelitian yakni seluruh anak-anak SSB Menara Batam FC Lima Puluh Kota.
7. Pengurus dan Pelatih di SSB Menara Batam FC Lima Puluh Kota yang telah membantu peneliti dalam pengambilan data penelitian.
8. Teristimewa untuk kedua orang tua yang saya cintai Ayah (Erman) dan Ibu (Netralita), beserta Kakak (Zilvia Ikhwani), Adik (Yuliyane Erman) dan Adik (Haikal) yang merupakan jiwa dan kekuatan terbesar peneliti untuk menyelesaikan perkuliahan ini.
9. Seluruh sahabat BX. 1.8 ( Reza, Rajes, Ario, Farel, Wahab, Adit, Amid, Bagus, Fitria, Vici, Melda, Muthia, Ike, Intan, Ade, Dhifa, dan Partner saya Fiolina Elfajri) yang menemani saya susah maupun senang.
10. Teman-teman DPH UKKPK UNP dan seluruh Anggota UKKPK UNP yang selalu mensupport saya.

11. Rekan-rekan mahasiswa Pendidikan Olahraga 2018 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Padang, Januari 2023

Penulis



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Kegunaan Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN.....</b>	<b>8</b>
A. Kajian Teori .....	8
1. Permainan Sepakbola.....	8
2. Sekolah Sepakbola.....	32
B. Kerangka Konseptual.....	33
C. Pertanyaan Penelitian.....	35
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>36</b>
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Tempat Penelitian .....	36
C. Populasi dan Sampel .....	36
D. Jenis dan Sumber Data .....	38
E. Definisi Operasional .....	38
F. Teknik Pengumpulan Data.....	39
G. Instrumen Penelitian .....	39
H. Teknik Analisis Data .....	44
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>46</b>
A. Deskripsi Data.....	46
B. Hasil Penelitian.....	46
C. Pembahasan.....	49
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>54</b>
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran .....	54

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik mengoper bola dengan bagian samping dalam kaki.....	18
2. Teknik menahan dan mengontrol bola dengan bagian samping dalam kaki .....	21
3. Teknik menahan dan mengontrol bola dengan bagian samping luar kaki ( <i>outside-of-the-foot</i> ). .....	23
4. Teknik <i>dribbling</i> bola dengan kura-kura kaki bagian dalam .. <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
5. Teknik <i>dribbling</i> bola dengan kura-kura kaki bagian luar .....	28
6. Teknik <i>dribbling</i> bola dengan kura-kura kaki bagian atas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
7. Teknik tembakan bola dengan kura-kura kaki .....	32
8. Kerangka Konseptual.....	35
9. Diagram Lapangan Tes mengoper dan menahan bola (Passing and Stopping)	40
10. Diagram Lapangan Tes menggiring bola ( <i>Dribbling</i> ).....	42
11. Diagram Lapangan Tes Menembak Ke Sasaran Gawang ( <i>Shooting</i> ). .....	44
12. Histogram Tes <i>Passing control</i> .....	47
13. Histogram Tes <i>Dribbling</i> .....	48
14. Histogram Hasil Tes <i>Shooting</i> .....	49
15. Papan LJK dan Pena.....	61
16. Peluit .....	61
17. Stopwatch .....	62
18. Pembatas Lapangan.....	62
19. Foto Peneliti Memberikan Arahan tentang Aturan Tes.....	64
20. Melakukan Pemanasan .....	64
21. Passing Control.....	64
22. <i>Dribbling</i> .....	65
23. <i>Shooting</i> .....	65

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian.....	37
2. Norma Penilaian Tes Mongoper dan Mengontrol Bola .....	41
3. Norma Standarisasi Tes Teknik menggiring bola ( <i>Dribbling</i> ) Sepakbola .....	43
4. Norma Standarisasi Tes Teknik menendang bola ke gawang ( <i>Shooting</i> ) Sepakbola .....	44
5. Distribusi Frekuensi Tes <i>Passing Control</i> .....	46
6. Distribusi Frekuensi Tes <i>Dribbling</i> .....	47
7. Distribusi Frekuensi Tes <i>Shooting</i> .....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekapitulasi Hasil Tes.....	58
2. Statistik Kondisi Fisik.....	59
3. Frekuensi Hasil Tes <i>Passing Control</i> .....	59
4. Frekuensi Hasil Tes <i>Dribbling</i> .....	60
5. Frekuensi Hasil Tes <i>Shooting</i> .....	60
6. Peralatan Tes.....	61
7. Pelaksanaan Tes.....	64
8. Surat Penelitian.....	66

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Olahraga adalah aktifitas yang bersifat kompetitif yang melibatkan kemampuan fisik dan mental, yang dalam permainannya harus ada tata aturannya. Olahraga bertujuan untuk kesegaran jasmani, pendidikan, pengobatan dan peningkatan prestasi yang dilakukan secara individu, kelompok, maupun secara nasional. Olahraga sebagai salah satu bentuk kegiatan pengolahan jasmani memiliki berbagai bentuk permainan, kompetisi, dan kegiatan lainnya dalam rangka mencapai rekreasi dan prestasi. Indonesia sebagai negara berkembang sedang gencar-gencarnya dalam meningkatkan prestasi dalam berbagai bidang, salah satunya bidang olahraga.

Salah satu langkah maju yang di buat bangsa indonesia adalah dengan dilahirkannya undang-undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Tujuan pemerintah dalam bidang olahraga terdapat dalam bab 2 pasal 4 yang berbunyi: “Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan Kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Sepak bola sebagai salah satu cabang olahraga yang di gemari oleh masyarakat di harapkan mampu mewujudkan tujuan undang-undang sistem keolahragaan nasional. Oleh sebab itu wajar keberadaan sepakbola mendapat

perhatian pemerintah, sehingga selalu di upayakan prestasinya melalui pembelajaran dan latihan pada sekolah dan klub-klub sepakbola. Melihat banyaknya masyarakat yang hobi bermain sepak bola salah satunya remaja dan orang dewasa, maka banyak terdapat klub-klub sepakbola.

Mereka yang berlatih di sekolah sepakbola bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat mereka, agar dalam mengikuti latihan mereka bisa bermain dengan bagus, mempunyai mental yang kuat dan kerja sama tim. SSB Menara Batam Kecamatan Akabiluru, Kabupaten Lima Puluh Kota merupakan salah satu sekolah sepak bola yang mengadakan latihan olahraga sebagai wahana untuk meningkatkan keterampilan sepakbola kepada anak-anak yang ikut latihan. Teknik dasar bermain sepak bola merupakan semua gerakan-gerakan yang diperlukan untuk bermain sepak bola. Kemudian untuk bermain ditingkatkan menjadi keterampilan teknik bermain sepak bola yaitu penerapan teknik dasar bermain ke dalam permainan. Teknik dasar bermain sepak bola meliputi teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola merupakan semua gerakan-gerakan tanpa bola yang terdiri dari lari cepat, mengubah arah, melompat, dan meloncat, gerak tipu dengan badan dan gerakan-gerakan khusus penjaga gawang (Muluri, 2017) Sedangkan teknik dengan bola meliputi *shooting, passing, controlling, dribbling*.

Dalam melakukan teknik dasar sepak bola yaitu seperti *shooting, passing, controlling, heading, dan dribbling* sering terjadi kesalahan dan terlihat kaku dalam pelaksanaan teknik dasar sepak bola. Dan untuk mendapatkan permainan sepakbola yang baik para atlet harus mengetahui komponen- komponen dasar

kondisi fisik.

Salah satu faktor penting yang harus dikembangkan dalam permainan sepakbola adalah kemampuan teknik dasar permainan sepakbola. Menurut Yulifri (2012) mengemukakan bahwa “Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola. Seluruh kegiatan dalam bermain dilakukan dengan gerakan-gerakan, baik gerakan yang dilakukan dengan bola maupun gerakan tanpa bola”. Berdasarkan pendapat sebelumnya, dapat diartikan bahwa teknik dasar sepakbola merupakan gerakan-gerakan mendasar permainan yang harus dikuasai oleh pemain dimana gerakan tersebut merupakan modal seorang pemain untuk dapat bermain sepakbola.

Teknik dalam permainan sepakbola menurut Bisanz dalam Yulifri (2012) mengatakan bahwa “Terdapat dua komponen teknik dasar sepak bola yaitu teknik tanpa bola dan teknik dengan bola”. Teknik tanpa bola seperti berlari, melompat, *tackling*, dan teknik penjaga gawang. Dengan demikian penguasaan teknik dasar sepakbola penting untuk dimiliki, karena hal itu merupakan gambaran kemampuan pemain sepak bola SSB Menara Batam yang dimilikinya. Artinya semakin baik penguasaan teknik dasar dalam cabang olahraga sepakbola, maka semakin tinggi kemampuan teknik dasar yang dimilikinya.

Berdasarkan observasi dan pengamatan penulis ketika pemain sepak bola SSB Menara Batam mengadakan latihan rutin pada tanggal 5 Mei 2022 yang dilaksanakan di lapangan gelanggang Bung Hatta Batuhampar, maka terlihat bahwa kemampuan teknik dasar sepakbola yang dimiliki pemain SSB Menara



Batam masih kurang mumpuni. Misalnya saja teknik mengoper dan menahan bola (*passing and stopping*), teknik menendang bola ke gawang (*shooting*), teknik menggiring bola (*dribbling*). Hal ini terlihat ketika pelatih memberikan *fun game* terhadap pemain. Pada *fun game* ini, pemain kurang tepat dalam melakukan *passing* dan *controlling*, sehingga bola tidak dapat ditahan dengan baik atau bola jauh dari penguasaan pemain tersebut. Pada saat penguasaan bola, pemain melakukan *passing* salah sasaran, bola tidak mencapai target yang diinginkan. Kontrol bola yang belum sempurna membuat bola mudah berpindah pada pemain lawan.

Selanjutnya, pemain memiliki beberapa peluang untuk melakukan tendangan ke gawang atau *shooting*, tetapi bola tidak masuk ke gawang, sebab bola yang ditendang terlalu tinggi di atas mistar gawang dan kadang-kadang melebar disamping gawang, adapun sekali-kali mengarah ke gawang tetapi tendangannya tidak keras, sehingga dengan mudah ditangkap oleh penjaga gawang. Hal tersebut juga berlaku pada teknik *dribbling*, dimana pemain tidak mencapai target analisis yang diberikan oleh pelatih pada saat pertandingan. Contohnya ketika *dribbling* di area permainan sendiri yang seharusnya diperbolehkan paling banyak 3 kali sentuhan saja di kaki, namun kenyataannya pemain tidak mencapai target analisis yang diberikan pelatih tersebut, banyak pemain melakukan *dribbling* terlalu lama di kaki akibatnya bola terlalu mudah dirampas oleh lawan dan kalah cepat dengan lawan. Artinya kemampuan teknik dasar belum dimiliki secara baik, tentu menjadi permasalahan dalam meraih kemenangan dalam suatu pertandingan. Selain itu teknik dasar tanpa bola juga memengaruhi untuk mendapatkan hasil yang

maksimal dalam sepak bola.

Dari uraian diatas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang kemampuan teknik dasar sepak bola pemain SSB Menara Batam di lapangan sepakbola Bung Hatta Batuhampar kecamatan Akabiluru Kabupaten Limapuluh Kota. Dengan suatu harapan penelitian ini nantinya dapat dijadikan sebagai masukan dan dapat dijadikan sebagai evaluasi tentang kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Menara Batam tersebut. Sekaligus sebagai solusi dalam mengatasi permasalahan yang mungkin terjadi dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola yang baik pada SSB Menara Batam.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan masalah yang dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan permasalahan yang terdapat di SSB Menara Batam yaitu:

1. Latihan yang kurang maksimal.
2. Pelatih yang kurang pengalaman dalam melatih.
3. Sarana dan prasarana yang kurang memadai.
4. Kurangnya frekuensi latihan tanding pemain SSB Menara Batam untuk mengasah mental bertanding.
5. Lingkungan yang tidak mendukung

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi menurunnya prestasi pemain SSB Menara Batam. Mengingat keterbatasan waktu, dana, kemampuan penulis dan gejala yang dominan yang

dijumpai dilapangan, maka dalam penelitian ini dibatasi hanya tentang teknik dasar sepakbola yaitu, *passing, stopping, dribbling, shooting*.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini dapat dirumuskan yaitu:

1. Bagaimana kemampuan teknik mengoper dan mengontrol bola (*passing and stopping*) pemain SSB Menara Batam?
2. Bagaimana kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain SSB Menara Batam?
3. Bagaimana kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) pemain SSB Menara Batam?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kemampuan teknik mengoper dan menahan bola (*passing and stopping*) pemain SSB Menara Batam.
2. Kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain SSB Menara Batam.
3. Kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) pemain SSB Menara Batam.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna :

1. Salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Olahraga.

2. Sebagai masukan dan tambahan bagi pemain SSB Menara Batam
3. Sebagai masukan untuk Pembina dan pelatih sekolah SSB Menara Batam untuk mencapai prestasi yang lebih baik lagi.
4. Sebagai referensi bagi mahasiswa di pustaka Fakultas Ilmu Keolahragaan.
5. Sebagai pedoman untuk mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan dalam penulisan skripsi.