

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN  
SEPAKBOLA SISWA EKSTRAKULIKULER SEKOLAH  
MENENGAH ATAS NEGERI 2 KAUR  
PROVINSI BENGKULU**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Memproleh Gelar Sarjana  
Di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh :

**PRANATA DIRGANTORO**

**19086223**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DAPERTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN  
SEPAKBOLA SISWA EKSTRAKULIKULER SEKOLAH  
MENENGAH ATAS NEGERI 2 KAUR  
PROVINSI BENGKULU

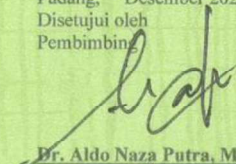
Nama : Pranata Dirgantoro  
NIM : 19086223  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Ketua Departemen,  
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd  
NIP. 19890901 201803 1001

Padang, Desember 2023  
Disetujui oleh  
Pembimbing



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd  
NIP. 19890901 201803 1001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah di Pertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

Judul : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar dalam Permainan  
Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas  
Negeri 2 Kaur Provinsi Bengkulu.  
Nama : Pranata Dirgantoro  
NIM : 19086223  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Desember 2023

Nama **Tim Penguji**

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd

1.

2. Anggota : Drs. Yulifri, M.Pd

2.

3. Anggota : Dr. Sri Gusti Handayani, S.Pd., M.Pd

3.

## PERNYATAAN

### Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir skripsi dengan judul Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Kaur Provinsi Bengkulu adalah hasil karya sendiri.
2. Karya tulis ini, murni gagasan, rumusan, dan penelitian sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepastakan
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 karna karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Desember 2023

Pembuat pernyataan



Pranata Dirgantoro  
NIM, 19086223

## ABSTRAK

**Pranata Dirgantara. (2023). : “Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola Siswa Ekstra Kurikuler Sepak Bولا SMA N 2 Kaur Provinsi Bengkulu”**

Masalah dalam penelitian ini diduga yaitu rendahnya teknik dasar pemain sepakbola SMA N 2 Kaur, hal ini terlihat saat mengikuti pertandingan antar sekolah terlihat teknik dasar sepakbola seperti *passing, dribbling dan shooting* memang sangat rendah. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Teknik dasar yang dimiliki pemain sepakbola SMA N 2 Kaur yang berkenaan *passing, dribbling dan shooting*.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah pemain sepak bola dengan usia 16-18 tahun. Terdiri dari siswa ekstrakurikuler SMA 2 Kaur putra. Penarikan sampel dilakukan dengan *Sensus* 15 orang siswa dari SMN 2 Kaur. Pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan tes dan pengukuran pada masing-masing unsur Teknik dasar untuk mendapatkan data. *passing* kearah target, *dribbling* menggunakan bola sejauh 10-20 meter bolak-balik sebanyak 3 kali pengulangan, dan *shooting* dengan bola kearah target sebanyak 10 kali dengan pengulangan 3 kali. Sedangkan analisa data dilakukan menggunakan deskriptif statistik.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan: 1) teknik dasar *Passing* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA N 2 kaur kategori cukup. 2) Teknik *dribbling* dasar siswa ekstrakurikuler bola SMA N 2 Kaur berada pada kategori kurang. 3) teknik dasar *shooting* siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA N 2 Kaur.berada pada kategori cukup.

Kata kunci: Teknik dasar sepakbola, *passing, dribbling dan shooting*.

## KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tentang **“Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola Siswa Ekstra Kurikuler Sepak Boola SMA N 2 Kaur Provinsi Bengkulu”**

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Genefri, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan M.Pd selaku Dekan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku pembimbing sekaligus penasehat akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran, dan kesabaran untuk membimbing peneliti selama dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd dan Ibu Dr. Sri Gusti Handayani, S.Pd M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan saran, masukan, arahan, dan koreksi serta penyempurnaan dalam skripsi ini.
6. Terima kasih kepada bapak sitran dani dan ibu mihayati selaku orang tua saya yang selalu mendukung dan mendoakan agar skripsi ini berjalan dengan lancar dan terima kasih juga kepada kawan-kawan saya yang juga berpartisipasi dan membantu saya dalam pembuatan skripsi ini.
7. Pihak yang bersedia membantu saya dalam peneliti yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu dalam melaksanakan penelitian.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari

bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil Skripsi ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih

Padang, September 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b>	
<b>KATA PENGANTAR</b>	
<b>DAFTAR ISI</b>	
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Teknik-teknik dasar dalam sepakbola.....	6
B. Kajian Penelitian Yang Relevan.....	17
C. Kerangka Konseptual.....	18
D. Pertanyaan Penelitian.....	18
<b>BAB III METODELOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	19
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	19
C. Populasi dan Sampel.....	21
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
E. Jenis dan Sumber Data.....	22
F. Teknik dan Intrumen Pengumpulan Data.....	22
G. Teknik Analisi Data.....	25
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskriptif Data.....	34
B. Pembahasan.....	38
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran.....	43
DATA PENELITIAN.....	45



Lampiran Passing.....	46
Lampiran Dribbling.....	47
Lampiran Shooting.....	48

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga merupakan hal yang tak bisa dipisahkan dari sisi kehidupan manusia. Olahraga digemari oleh banyak orang, bahkan pada saat sekarang ini juga banyak kaum hawa yang berolahraga dan menyukai olahraga. Dengan olahraga dapat menjaga kesehatan badan, perkembangan jiwa, menjaga perdamaian dunia. Disisi lain olahraga juga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam penyampaian sebuah prestasi, sebagai wujud untuk mempertahankan prestasi baik secara individu maupun kelompok.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa olahraga merupakan salah satu usaha dalam meningkatkan kualitas manusia Indonesia Tujuan dari olahraga itu sendiri adalah untuk memelihara, meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas hidup manusia, menanamkan nilai moral, akhlak manusia, sportifitas, disiplin, membina persatuan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Prestasi sepak bola di Indonesia dari tahun ke tahun baik dan maju. Banyak prestasi yang sudah dihasilkan dari cabang olahraga sepak bola. Indonesia pernah berprestasi di Kejuaraan di piala AFF U16 2018, Timnas U19 juara piala AFF pada tahun 2013, Lolosnya timnas senior dan timnas U20 diajang Piala Asia 2022 dan timnas senior Indonesia juga bisa masuk final di SEA games dan ikut serta dalam pesta olahraga besar seperti Sea Games, Piala asia, Asian Games, dan even lain lainnya.

Sepak bola adalah olahraga permainan yang menuntut teknik-teknik dasar bermain sepakbola yang sangat kompleks seperti: (*Passing, Dribbling, Shooting,* dan lain-lain). Disamping teknik-teknik dasar bermain sepakbola ada juga, kondisi fisik, taktik, mental, sarana prasarana, pelatih, iklim, cuaca, motivasi, minat dari atlet itu sendiri.dengan ukuran lapangan yang relatif luas pemain dituntut untuk bergerak dengan dalam waktu yang relatif lama. Mengingat permainan ini relatif lama dan banyak memegang bola maka atlet dituntut untuk mempunyai kondisi

fisik dan teknik-teknik dasar bermain sepakbola yang bagus agar bisa menyelesaikan pertandingan dengan baik dan memperoleh kemenangan sehingga menciptakan prestasi yang maksimal. Perkembangan sepak bola di kota Bengkulu pada saat ini terbilang baik, ini terbukti dengan banyaknya SSB (sekolah sepak bola) dan club yang berdiri.

Salah satu tim sepak bola ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur yang terletak di Kota kaur Provinsi Bengkulu. Mulai dibina oleh pelatih yang bernama frengky Lemos yang sangat berpengalaman di bidang sepak bola. Latihan setiap minggunya 3 kali dalam seminggu yaitu pada hari selasa, kamis, dan sabtu. Waktu latihan setiap minggu selama 3 jam dari jam 3 sore sampai jam 6 sore. dari jam 3 sampai jam 5 sore. Setiap 3 kali seminggu pelatih memiliki program latihan seperti latihan fisik, latihan teknik, latihan skil, latihan dan terakhir yaitu games. Prestasi atlet dari pemain sepak bola sma negeri 2 kaur menjadi pemain popda Bengkulu tahun 2016 , bermain juga untuk mewakili Provinsi Bengkulu Tingkat Nasional di Ajang Piala Soeratin di Tahun 2017 dan juara Tingkat Kabupaten dan Provinsi, Popda, Popwil dan Nasional . Pelatih membina pemain sepak bola sma negeri 2 kaur yang berbakat. Hal ini dapat dilihat dari hasil binaan dari pelatih Frengky Lemos tersebut akan menghasilkan pemain yang berkualitas yang menjunjung prestasi atlet sepak bola SMA N 2 Kaur di berbagai kejuaraan-kejuaraan di Kab Kaur dan Kota Bengkulu Maupun Tingkat Nasional.

Dilihat pada tahun 2016 atlet sepak bola SMA N 2 Kaur berprestasi dan menjadi juara di turnamen Popda bengkulu mendapatkan emas dan 50% pemain Popwil Bengkulu di isi dengan atlet sepak bola SMA N 2 Kaur dan juga pada tahun berikutnya yaitu pada tahun 2017 atlet sepakbola SMA N 2 Kaur juga berhasil mendapatkan emas diajang Soeratin cup tingkat Provinsi dan berhasil mewakili Provinsi Bengkulu ke tingkat Nasional . Hal ini dibuktikan atlet dalam mengikuti pertandingan maupun latihan. Namun pada beberapa tahun terakhir, atlet sepak bola mengalami SMA N 2 Kaur penurunan prestasi dan tidak pernah menjuarai turnamen-turnamen yang diikuti baik tingkat daerah maupun tingkat diluar daerah dari tahun 2018- 2022 awal. Dari hasil wawancara dengan pelatih pada 22 maret 2023 dan pengamatan dilapangan dalam beberapa pelaksanaan

kejuaraan yang diikuti bahwa atlet sepak bola SMA N 2 Kaur, tidak dapat memenangkan permainan dan sangat sering terjadi kesalahan pada saat melakukan *passing*, melakukan *dribbling* dengan bola terlalu jauh dengan jangkauan kaki, melakukan *shooting* yg kurang akurat dan menguasai atau memegang bola masih sangat mudah diambil oleh lawan . Sehingga sulit memenangkan pertandingan.

Untuk meningkatkan prestasi, diperlukan kemampuan kondisi fisik, keterampilan teknik dasar dan taktik serta mental yang baik dalam permainan sepakbola. Dari beberapa faktor tersebut teknik dasar bermain sepakbola seperti (*shooting, passing, dribbling* dan lainnya) merupakan faktor yang sangat mempengaruhi prestasi seseorang. Tanpa kondisi fisik yang baik dan teknik-teknik dasar dalam bermain sepakbola yang baik dan benar tidak akan dapat berjalan dengan sempurna. Pengertian Teknik dasar dalam sepakbola adalah semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola (Saputra 2019).

Dengan demikian bahwa dalam peningkatan kecakapan permainan sepakbola, kemampuan Teknik dasar dalam sepakbola sangat erat sekali hubungannya dengan kemampuan koordinasi gerak fisik, taktik, teknik dan mental. Kemampuan teknik dasar dalam bermain sepakbola seperti *Shooting, passing, dan dribbling* harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Untuk meningkatkan prestasi sepakbola, banyak faktor yang harus diperhatikan seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas, pemain berbakat dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadahi. Faktor yang penting dalam pencapaian prestasi sepak bola adalah penguasaan kemampuan teknik dasar bermain sepakbola yang dimiliki oleh pemain itu sendiri, sehingga bisa bermain sepakbola yang jauh lebih baik.

Berdasarkan pengamatan dilapangan terhadap atlet sepak bola SMA N 2 Kaur ketika melakukan uji coba ataupun pertandingan masih banyak atlet yang masih kesusahan saat melakukan *Dribbling ,Passing , dan Shooting*. Dilihat dari segi saat melakukan *Passing* para atlet diduga masih rendahnya pandangan melihat bola

dan melihat posisi kawan yang akan di oper bolanya sehingga bola yang akan dioper tidak tepat sasaran, dari segi *Shooting* para atlet tersebut juga masih rendahnya padangan kearah gawang musuh dan kuda-kuda pada kaki sehingga pada saat melakukan *Shooting* juga msih kurang tepat kearah gawang musuh dan sangat sulit mencetak gol, begitu pun juga saat melakukan *Dribbling* masih kurangnya pandangan dan saat saat menggiring bola kaki dan bola jaraknya masih sangat jauh sehingga sangat mudah untuk direbut oleh musuh . dan mereka lambat melakukan gerak eksklusif. Tentunya hal ini sangat berpengaruh buruk saat pertandingan. jadi sangat tidak memungkinkan bagi atlet sepak bola SMA N 2 Kaur untuk berprestasi secara optimal.

Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis berkeinginan untuk melakukan suatu penelitian guna untuk mengungkapkan fakta yang sebenarnya, sehingga hal ini dapat dijadikan sebagai salah satu solusi dalam menyelesaikan permasalahan yang ada. Dengan demikian judul penelitian ini adalah Tinjauan Teknik Dasar Sepakbola Siswa Ekstra Kurikuler sepak bola SMA N 2 Kaur

Adapun alasan pemilihan judul tersebut adalah:

1. Sepakbola merupakan olahraga yang sudah memasyarakat dan sangat digemari.
2. Teknik dasar harus dikuasai secara baik oleh pemain sepak bola.
3. Untuk mengetahui seberapa jauh tingkat kemampuan teknik dasar Siswa Ektrakulikuler SMA N 2 Kaur.

## **B. Identifikasi Masalah**

Sesuai dengan judul diatas maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Masih kurangnya kemampuan teknik dasar sepakbola Siswa Ektrakulikuler SMA N 2 Kaur.
2. *Passing* yang tidak akurat.
3. *Shooting* tidak tepat sasaran.
4. Lepasnya bola dari *dribbling* yang dilakukan.
5. Prestasi sepakbola SMA N 2 Kaur 4 tahun belakang ini mengalami penurunan.
6. *Kompetensi* pelatih.

### 7. Sarpras atau sarana dan prasarana

#### **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah di atas, maka berdasarkan pertimbangan biaya, solusi permasalahan, dan kemampuan peneliti, penelitian ini hanya dibatasi pada identifikasi tingkat kemampuan teknik dasar siswa Ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur.

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

Perumusan masalah yang dapat di kemukakan dalam penelitian ini adalah Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar siswa Ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur berkenaan dengan *passing*, *dribbling*, dan *shooting*?

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

“Tujuan asal dalam penelitian ini yaitu: Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar siswa Ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur berkenaan dengan *passing*, *dribbling*, dan *shooting*”

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian bagi peneliti sebagai bahan referensi dan media informasi tentang manfaat serta kegunaan kemampuan teknik dasar sepakbola. bagi para pelatih yang terkait dengan hasil penelitian ini diharapkan pelatih dapat memberikan latihan-latihan yang dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola. Manfaat bagi siswa dengan melihat kajian ini diharapkan para pemain sadar akan pentingnya kemampuan teknik dasar sepakbola dan berusaha meningkatkan latihan tersebut.