

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAKBOLA  
SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) IMAM BONJOL PADANG**

**SKRIPSI**

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



**MUHAMMAD AZHIM KABIIR  
NIM. 19086379**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Imam Bonjol Padang**

Nama : Muhammad Azhim Kabiir

NIM : 19086379

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

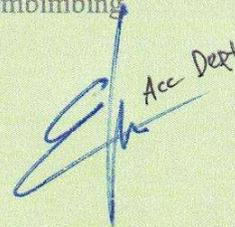
Padang, Maret 2024

Mengetahui:  
Kepala Departemen Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui:  
Pembimbing



Dr. Emral, M.Pd  
NIP. 195812201986021002

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 Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Imam Bonjol Padang  
Nama : Muhammad Azhim Kabiir  
Nim : 19086379  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Departemen : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2024

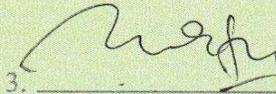
Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Emral, M. Pd
2. Anggota : Dra. Erianti, M. Pd
3. Anggota : dr. Eldawaty, M.kes

1.  \_\_\_\_\_

2.  \_\_\_\_\_

3.  \_\_\_\_\_

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB Imam Bonjol Padang” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya 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 kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Maret 2024  
Yang membuat pernyataan



Muhammad Azhim Kabiir  
NIM. 19086379

## ABSTRAK

### **Muhammad Azhim Kabiir, (19086379): Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.**

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum diketahui kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang .

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Imam Bonjol Padang yang berumur berjumlah 36 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang yang berumur 15 tahun. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola meliputi *passing* dan *stopping, dribbling, shooting* dan *heading*. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Hasil penelitian ditemukan bahwa: kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang, dari 18 orang sampel ditemukan 5 orang (27,78%) kategori baik sekali, 7 orang (38,89%) kategori baik dan 4 orang (22,22%) kategori sedang. Selanjutnya untuk kategori kurang dan kurang sekali masing-masing 1 orang (5,56%).

**Kata Kunci: Teknik Dasar Sepakbola**

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyusun skripsi dengan judul **“Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB Imam Bonjol Padang”**. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan strata satu pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan skripsi ini peneliti masih jauh dari kesempurnaan dan masih terdapat kekurangan-kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan skripsi. Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
2. Dr. Emral, M.Pd selaku pembimbing yang mana telah banyak memberikan motivasi, arahan, bimbingan dalam proses penulisan skripsi ini.
3. Dra. Erianti, M.Pd dan dr. Eldawaty, M.H.kes selaku Tim Penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan atas kesempurnaan skripsi ini.
4. Kedua orang tua yang selalu ada memberikan dorongan secara moril maupun materil kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Rekan-rekan Pendidikan Olahraga, dan semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga ALLAH SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, November 2023  
Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	v
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	vii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
 <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori	
1. Pengertian Sepakbola.....	8
2. Teknik dasar permainan sepakbola.....	10
3. Teknik dasar sepakbola yang di teliti .....	12
B. Kerangka Konseptual .....	25
C. Pertanyaan Penelitian .....	26
 <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Tempat dan Tempat Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel .....	27
D. Jenis dan Sumber Data .....	28
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	28
F. Teknik Analisis Data .....	35

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	36
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan .....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran .....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi SSB Imam Bonjol Padang.....	27
2. Sampel Pemain SSB Imam Bonjol Padang.....	28
3. Distribusi kelas interval tes <i>passing dan stopping</i> pemain SSB Imam Bonjol Padang .....	36
4. Distribusi hasil data kemampuan teknik <i>Dribbling</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	38
5. Distribusi hasil data kemampuan <i>Shooting</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang .....	40
6. Distribusi hasil data kemampuan teknik <i>Heading</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	41
7. Distribusi hasil data kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	43

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Latihan secara berpasangan.....	13
Gambar 2.Latihan Mengoper bola dalam jarak pendek.....	14
Gambar 3.Latihan berpasangan mengumpan lewat nomor.....	14
Gambar 4.Mendribbling bola dengan sisi kaki bagian dalam.....	17
Gambar 5. Mendribbling bola dengan sisi kaki bagian punggung kaki.....	18
Gambar 6. Mendribbling bola dengan sisi kaki bagian luar .....	18
Gambar 7. Menendang dengan kaki bagian dalam (instep drive).....	20
Gambar 8. Menendang dengan kaki bagian luar.....	21
Gambar 9. Menendang dengan kaki bagian Punggung kaki.....	21
Gambar 10. Menyundul bola dengan sikap berdiri.....	23
Gambar 11. Menyundul bola dengan melompat.....	23
Gambar 12. Menyundul bola sambil berlari .....	24
Gambar 13. Kerangka konseptual penelitian .....	26
Gambar 14. Dinding pantul (tembok atau papan).....	29
Gambar 15. Posisi testi siap melaksanakan tes .....	30
Gambar 16. Lintasan pelaksanaan tes .....	32
Gambar 17. Lapangan tes menendang bola ke gawang .....	33
Gambar 18. Tes heading the ball.....	35
Gambar 19. Histogram kemampuan teknik passing pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	37
Gambar 20. Histogram kemampuan teknik <i>dribbling</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	39
Gambar 21. Histogram kemampuan <i>Shooting</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	40
Gambar 22. Histogram kemampuan teknik Menyundul bola ( <i>heading</i> ) pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	42
Gambar 23. Histogram kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Distribusi hasil data kemampuan passing pemain sekolah sepakbola SSB Imam bonjol padang .....	62
2. Distribusi hasil data kemampuan teknik <i>dribbling</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam bonjol padang .....	63
3. Distribusi hasil data kemampuan <i>shooting</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.....	64
4. Distribusi hasil data kemampuan teknik <i>heading</i> pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang .....	65
5. Distribusi hasil data kemampuan teknik dasar pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang .....	66
6. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan .....	67
7. Surat Balasan Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	68
8. Dokumentasi Penelitian.....	74



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Olahraga adalah kebutuhan di setiap manusia karena olahraga merupakan kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Selain itu olahraga tidak hanya untuk menjaga kebugaran jasmani saja akan tetapi bisa juga untuk mencapai prestasi yang tinggi. Hal ini sebagaimana yang tertuang dalam Undang Undang RI NO: 11 Tahun 2022 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 2: “Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, peningkatan, pengawasan, dan evaluasi.”

Tujuan keolahragaan nasional yaitu memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran prestasi, kualitas manusia menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa. Untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional pemerintah harus melakukan pembinaan olahraga prestasi di setiap cabang olahraga. Dalam pengembangan dan pembinaan pemerintah harus melakukannya secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer,merakyat,dan digandrungi oleh semua kelompok umur hampir di seluruh dunia Yulifri (2011:1). Sepakbola di Indonesia merupakan permainan rakyat yang menyebar di seluruh pelosok tanah air merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat di gemari oleh masyarakat Indonesia. Menurut Syafruddin (2012:3) ada empat komponen untuk meningkat kan prestasi olahraga yaitu “kondisi fisik, teknik, strategi, dan mental”.

Komponen tersebut sangat penting bagi pemain sepakbola. Agar prestasi meningkat pemain sepakbola harus punya komponen yang mendasari seperti kondisi fisik yang baik. Saat bermain sepak bola pemain banyak melakukan pergerakan dan bahkan terjadi kontak fisik dengan pemain lawan selama 2x45 menit setiap pertandingannya. Oleh karena itu pemain sepak bola harus memiliki fisik dan daya tahan yang baik saat melakukan pertandingan sepak bola. Jika tidak memiliki daya tahan yang baik maka teknik dan taktik tidak akan bisa dilakukan dengan baik sesuai dengan yang diharapkan.

Saat bermain sepakbola agar mendapatkan kemenangan harus mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan, dalam hal ini banyak cara yang harus dilakukan untuk mencetak gol ke gawang lawan, seperti menyundul bola ke gawang lawan,dan menendang bola dengan keras serta akurat ke gawang lawan. Agar tendangan keras dan akurat dibutuhkan daya ledak otot tungkai yang baik dan begitu pula dengan menyundul bola dibutuhkan lompatan yang tinggi agar mendahului lawan saat melompat di udara. Sepak bola juga dipengaruhi oleh kecepatan pemain. Kecepatan berguna untuk

menaikan tempo permainan dan berlari secepat mungkin untuk meninggalkan lawan dan menuju ke gawang lawan setelah mengecoh lawan. Kecepatan juga dibutuhkan saat bermain bola bola Panjang yang di umpan rekan tim. Selain itu kelincahan juga dibutuhkan dalam permainan sepak bola untuk mengecoh lawan dan melewatinya. Karena sepak bola merupakan olahraga tim yang memainkan 11 lawan 11 dimana setiap pemain memiliki lawannya masing-masing. Dan juga koordinasi mata dan kaki juga dibutuhkan dalam permainan sepak bola seperti akan melakukan oporan keteman dan menendang bola ke gawang dengan akurat sehingga memudahkan tim untuk mendapatkan kemenangan yang diinginkan.

Empat momen atau situasi penting dalam permainan sepakbola yaitu Sasaran pada saat “menguasai bola” (moment pertama), Sasaran pada saat “lawan menguasai bola” (moment kedua), Sasaran pada masa transisi/pergantian dari menyerang ke bertahan (moment ketiga), dan Sasaran pada masa “transisi/pergantian dari bertahan ke menyerang (moment keempat). (Emral, 2018, 89-93). Pembagian momen ini perlu dipahami sebagai suatu keutuhan karena terjadi dalam hubungan yang saling bergantung.

Menurut Darwis dalam Zalfendi (2011:26) menyatakan bahwa “Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepak bola”. Dengan begitu seseorang harus memiliki teknik dasar untuk bermain sepak bola sesuai dengan pendapat ini maka seorang pemain sepak bola harus memiliki teknik dasar yang mendasari pemain sepak bola. Teknik dasar yang harus dikuasai oleh

seorang pemain untuk bermain sepak bola antara lain: *passing* (operan), *dribbling* (menggiring), *shooting* (menendang), dan *heading* (menyundul). Teknik dalam permainan sepak bola dapat diartikan sebagai proses kegiatan atau cara memainkan bola yang ditampilkan dalam bentuk gerakan secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan yang diinginkan serta sesuai dengan peraturan yang berlaku. Seorang pemain sepak bola harus menguasai Teknik dasar untuk dapat bermain dengan baik, salah satunya *passing*. Dalam sepak bola Liga Eropa, *passing* adalah salah satu Teknik dasar yang sangat berguna sebagai penyusun serangan bahkan juga untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Dalam berlatih maupun bertanding pemain seiring sekali melakukan gerakan-gerakan tidak terduga yang secara tiba-tiba untuk dapat mengecoh lawan atau merebut bola seperti: gerakan tanpa bola dan gerakan dengan bola.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik dan teknik dasar memiliki peranan penting dalam permainan sepak bola untuk meraih prestasi yang tinggi. Berarti pembinaan dan peningkatan unsur-unsur kondisi fisik merupakan hal yang penting selain taktik dan mental. Latihan kondisi fisik harus terukur dan mempunyai tujuan yang hendak dicapai, dan setiap pemain harus menguasai teknik dasar dalam sepak bola agar dapat meraih kemenangan yang diinginkan.

SSB Imam Bonjol Padang merupakan salah satu SSB di Sumatera Barat yang ikut serta dalam pembinaan anak usia dini dan pembinaan atlet usia remaja. Keseriusan ini sering dilihat dari seringnya SSB Imam Bonjol mengikuti pertandingan sepak bola baik di tingkat daerah maupun provinsi.

Hal inilah yang menjadikan motivasi bagi pemain sepak bola di Kota Padang menjadi lebih baik lagi. Melalui pembinaan-pembinaan yang di adakan di klub-klub sepakbola dan sekolah ini diharapkan melahirkan atlet-atlet yang dapat mewakili Kota Padang di tingkat Nasional.

Berdasarkan observasi awal yang penulis lakukan pada pemain sekolah sepak bola Imam Bonjol Padang di lapangan saat latihan serta dalam pertandingan uji coba melawan Tim Sepakbola Putra Wijaya yang diadakan dilapangan Imam Bonjol. Penulis menemukan kesalahan-kesalahan mendasar pada teknik dasar sepak bola seperti *,passing,dribbling,shooting,heading* sehingga mudah kehilangan bola dan merugikan tim dalam membangun serangan. Berdasarakan fenomena tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang kemampuan teknik dasar pemain sepakbola Sekolah Sepak Bola (SSB) Imam Bonjol Padang”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, ada beberapa factor yang mempengaruhi kemampuan teknik dasar pemain sekolah sepakbola SSB Imam Bonjol Padang, Adapun factor-faktor tersebut dapat di identifikasikan:

1. Kemampuan kondisi fisik.
2. Kemampuan teknik dasar.
3. Kemampuan taktik.
4. Kemampuan mental.
5. Kemampuan pelatih.
6. Kompetisi yang diikuti.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang dikemukakan dan agar lebih focus serta keterbatasan yang penulis miliki maka variabel yang diteliti dibatasi hanya kemampuan teknik dasar meliputi:

1. *Passing* dan *stopping*
2. *Dribbling*
3. *Shooting*
4. *Heading*

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah yakni sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan *passing* dan *stopping* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang ?.
2. Bagaimana kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang ?.
3. Bagaimana kemampuan *shooting* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang ?.
4. Bagaimana kemampuan *heading* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang ?.

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan di atas maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui:

1. Kemampuan *passing* dan *stopping* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.
2. Kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.
3. Kemampuan *shooting* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.
4. Kemampuan *heading* pemain sepakbola SSB Imam Bonjol Padang.

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

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1. Peneliti sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk memperoleh gelar sarjana di Fakultas Ilmu keolahragan.
2. Pengurus SSB Imam Bonjol Padang sebagai bahan acuan bagi pelatih, pemain, dan pembina yang mengurus tim untuk pencapaian prestasi yang lebih baik lagi.
3. Pelatih sebagai bahan masukan dan pedoman dalam memberikan program kemampuan teknik dasar sepakbola kepada para pemain.
4. Pemain sebagai gambaran tentang tingkat kemampuan teknik dasar sepakbola yang nantinya dapat ditingkatkan.
5. Mahasiswa sebagai bahan bacaan mahasiswa pada perpustakaan Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan maupun Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.