

**STUDI KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAK BOLA
SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) MANDIRI KECAMATAN
RAMBATAN KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Jurusan Kesehatan Rekreasi Sebagai Salah
Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sains*



Oleh

ARIF BUDIMAN

98416/2009

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PENSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Studi Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola
Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan
Kabupaten Tanah Datar

Nama : ARIF BUDIMAN

BP/Nim : 98416/2009

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

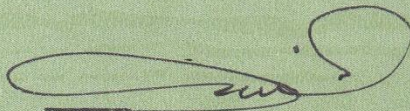
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2014

Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Drs. Hanif Badri
NIP. 19580502 198403 1 006

Pembimbing II



Drs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO
NIP. 19581018 198003 1 001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi



Drs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO
NIP. 19581018 198003 1 001

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

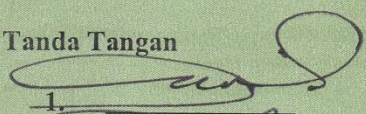
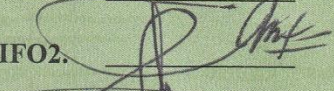
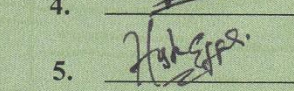
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan
dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

STUDI KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAK BOLA
SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) MANDIRI KECAMATAN
RAMBATAN KABUPATEN TANAH DATAR

Nama : ARIF BUDIMAN
BP/Nim : 98416/2009
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2014

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Hanif Badri	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO2.	2. 
3. Anggota	: Drs. Abu Bakar	3. 
4. Anggota	: dr. Wilda Welis, SP. M. Kes	4. 
5. Anggota	: Hastria Effendi, M.Farm. Apt	5. 

ABSTRAK

Arif Budiman, (2014): Studi Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi penulis ditemui di lapangan, bahwa belum adanya gambaran keterampilan teknik dasar Sepakbola pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar, Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran (1) Keterampilan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar, (2) Keterampilan teknik lemparan bola ke dalam (*throw-in*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar, (3) Keterampilan teknik menendang bola (*shooting*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar, dan (4) Keterampilan teknik menyundul bola (*heading*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.

Jenis penelitian adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar yang aktif mengikuti latihan sebanyak 21 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling* sebanyak 21 orang. Untuk mendapatkan data penelitian menggiring bola (*Dribbling*) digunakan alat bola, stopwatch, 6 buah rintangan (tongkat/lembing), untuk mengukur Lemparan Ke Dalam (*Throw-in*) alat digunakan bola kaki, meteran, pena dan kertas, mengukur Menembak /Menendang Bola Ke Sasaran (*Shooting*) alat yang digunakan Bola, stopwatch 1 buah, gawang, nomor-nomor, tali dan alat tulis sedangkan untuk Tes Menyundul Bola (*Heading*) alat yang digunakan Bola sebanyak 4 buah yang layak pakai, Meteran untuk mengukur jarak jauh dari sasaran jatuhnya bola, Peluit dan Patok. Data yang diperoleh dianalisis dengan mempergunakan analisa deskriptif.

Berdasarkan analisis data ditemukan: Keterampilan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar termasuk pada kategori kurang yang berjumlah 8 orang (38,10%). Keterampilan teknik lemparan bola ke dalam (*throw-in*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar termasuk pada kategori sedang yang berjumlah 11 orang (52,38%). Keterampilan teknik menendang bola (*shooting*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar termasuk pada kategori kurang yang berjumlah 8 orang (38,10%). Keterampilan teknik menyundul bola (*heading*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar termasuk pada kategori sedang yang berjumlah 8 orang (38,10%).

Kata kunci : Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Studi Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar". Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sains di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Selama pelaksanaan dan melakukan penulisan skripsi penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan, baik moril dan materil dari segala pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Phil Yanuar Kiram, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti Program Studi Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO, selaku Ketua Jurusan/ Prodi yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. BapakDrs. Hanif Badri selaku Pembimbing I dan juga sebagai Penasehat Akademik dan bapakDrs. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO selaku pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Abu Bakar,dr. Wilda Welis, SP. M. KesdanHastria Effendi, M.Farm. Apt selaku tim penguji yang telah banyak memberikan masukan penulis dalam penulisan skripsi ini.

6. Bapak/Ibu Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah mendidik dalam masa perkuliahan dan memberikan motivasi dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
7. Pelatih Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar yang telah memberikan izin penulis melaksanakan penelitian dan pengambilan data di Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.
8. Rekan-rekan penulis yang telah membantu dan memberikan semangat kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan segala kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berdoa'a semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, April 2014

Penulis,

Arif Budiman

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	8
1. Permainan Sepakbola.....	8
2. Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola.....	9
3. Hakekat Teknik Dasar Bermain Sepakbola	10
4. Teknik <i>Dribbling</i>	11
5. Lemparan Ke Dalam (<i>Throw – in</i>).....	18
6. Menendang Bola Ke Gawang (<i>Shooting</i>).....	22
7. Menyundul bola (<i>Heading</i>).....	25
B. Kerangka Konseptual	29
C. Pertanyaan Penelitian	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian	32
C. Populasi dan Sampel	32
D. Definisi Operasional.....	33
E. Jenis dan Sumber Data	34
F. Teknik Dan Pengumpulan Data	35
G. Teknik Analisa Data.....	40

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	41
B. Pembahasan Hasil Penelitian	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	58
B. Saran	58

DAFTAR PUSTAKA	60
-----------------------------	----

LAMPIRAN	61
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Keterampilan Teknik Menggiring Bola (<i>dribbling</i>).	42
2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Teknik Lemparan Bola Ke Dalam (<i>throw-in</i>)	44
3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Teknik Menendang Bola (<i>shooting</i>) ..	46
4. Distribusi Frekuensi Keterampilan Teknik Menyundul Bola (<i>heading</i>)....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Dribbling</i> Dengan Sisi Kaki Bagian Dalam.....	15
2. <i>Dribbling</i> Dengan Sisi Bagian Luar	16
3. Lemparan Ke Dalam	20
4. Cengkeraman Lemparan Ke Dalam.....	21
5. Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam	23
6. <i>Heading</i> dengan Sikap Berdiri.....	26
7. <i>Heading</i> Melompat Ke Depan	27
8. <i>Heading</i> Melompat	28
9. <i>Heading</i> Menjatuhkan Diri	28
10. Kerangka Konseptual.....	30
11. Diagram Lapangan Tes <i>Dribbling</i>	36
12. Diagram Lapangan Tes Menembak Bola Ke Sasaran	38
13. Keterampilan Teknik Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	43
14. Distribusi Frekuensi Keterampilan Teknik Lemparan Bola Ke Dalam (<i>Throw-In</i>)	45
15. Keterampilan Teknik Menendang Bola (<i>Shooting</i>)	47
16. Keterampilan Teknik Menyundul Bola (<i>Heading</i>).....	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah.....	61
2. Olahan Data	62
3. Surat Izin Penelitian	63
4. Foto Penelitian.....	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mengolahragakan masyarakat dan memasyarakatkan olahraga merupakan suatu tindakan nyata, untuk meningkatkan kesegaran jasmani, rohani, serta mencerdaskan kehidupan bangsa. Hal ini dapat diwujudkan melalui pembinaan dan pengembangan olahraga masyarakat. Hal ini sesuai yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 23 ayat 1 dan 2 menyatakan bahwa:

1) Masyarakat dapat melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif, baik dilaksanakan atas dorongan pemerintah dan/atau pemerintah daerah, maupun atas kesadaran atau prakarsa sendiri. 2) Pembinaan dan pengembangan olahraga oleh masyarakat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat setempat.

Berpedoman pada pernyataan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa masyarakat mempunyai hak untuk melakukan pengembangan dan pembinaan olahraga, baik atas kesadaran atau prakarsa sendiri maupun atas dorongan pemerintah. Melalui perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat dapat dilakukan pembinaan dan pengembangan berbagai cabang olahraga permainan, diantaranya permainan Sepakbola.

Di Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar pengembangan dan pembinaan olahraga yaitu cabang olahraga Sepakbola. Yang mana tujuannya adalah untuk menyalurkan bakat dan minat seseorang agar berprestasi dan

cabang olahraga permainan Sepakbola tersebut cukup mendapat perhatian masyarakat Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.

Pembinaan dan pengembangan olahraga permainan Sepakbola pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar ini, telah dilaksanakan lebih kurang 2 tahun, latihan dilakukan tiga kali dalam seminggu yaitu sore hari rabu, jumat dan minggu. Tempat latihan yaitu di lapangan Sepakbola Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar. Prestasi pemain Sepakbola Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri hasilnya belum dapat dibanggakan. Meskipun pada bulan Mei tahun 2012 pernah berprestasi juara dalam pertandingan di tingkat Kecamatan dan se Kabupaten Tanah Datar. Namun sekarang selalu gagal meraih kejuaraan dalam setiap pertandingan yang diikuti, baik di tingkat kecamatan maupun pertandingan antar persahabatan di tingkat Kabupaten Tanah Datar.

Dalam pembinaan dan pengembangan olahraga Sepakbola untuk mencapai prestasi bagi seseorang tidaklah mudah, karena banyak faktor yang mempengaruhi, diantaranya adalah keterampilan teknik Sepakbola harus dimiliki. Menurut Safruddin (2011:179) adalah “suatu cara keterampilan teknik Sepakbola yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien”. Misalnya saja bagaimana caranya seseorang menendang bola dengan benar terarah kepada sasaran yang diinginkan.

Dengan demikian penguasaan teknik dasar Sepakbola penting untuk dimiliki, karena hal itu merupakan gambaran keterampilan yang ia miliki. Artinya semakin baik penguasaan teknik dalam cabang olahraga Sepakbola, maka semakin tinggi keterampilan teknik yang dimilikinya.

Berdasarkan observasi dan pengamatan penulis waktu pemain Sepakbola Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar mengikuti pertandingan yang diadakan di tingkat kecamatan, selalu kalah dan penulis juga observasi ke lapangan tempat berlatih, maka dugaan sementara penulis yaitu keterampilan teknik dasar Sepakbola pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar masih rendahnya kualitas keterampilan teknik dasar atau belum jelasnya gambaran teknik dasar yang dimiliki pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar. Misalnya saja teknik *dribbling*, teknik lemparan ke dalam atau *throw-in*, teknik menendang bola ke gawang (*shooting*), *passing*, menyundul bola (*heading*), menahan dan mengontrol bola.

Keterampilan teknik dasar Sepakbola yang belum begitu baik atau masih rendahnya keterampilan teknik dasar Sepakbola diantaranya banyak pemain melakukan *dribbling* sering dirampas oleh lawan dan kalah cepat dengan lawan. Kemudian pada saat melakukan lemparan bola ke dalam atau *throw-in*, hasilnya tidak dapat diterima oleh teman satu tim atau bola dikuasai oleh pemain tim lawan. Selanjutnya banyak peluang untuk melakukan tendangan ke gawang atau *shooting*, tetapi bola tidak masuk ke gawang,

karena tendangan terlalu tinggi di atas mistar gawang, dan kadang-kadang melebar di samping gawang. Begitu juga *heading* yang tidak tepat baik dan sering salah sasaran, kontrol bola yang belum sempurna membuat bola mudah berpindah pada pemain lawan. Artinya keterampilan teknik dasar yang belum dimiliki secara baik, tentu menjadi permasalahan dalam meraih kemenangan dalam suatu pertandingan.

Dari uraian di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang keterampilan teknik dasar Sepakbola pemain Sekolah Sepak Bola Mandiri (SSB) Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar, penelitian ini nantinya dapat dijadikan sebagai masukan dan dapat dijadikan sebagai evaluasi tentang keterampilan teknik dasar Sepakbola pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar tersebut. Sekaligus sebagai solusi dalam mengatasi permasalahan yang mungkin terjadi dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar Sepakbola, sehingga prestasi bermain Sepakbola dapat dicapai dengan baik pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah tersebut, maka dapat dikemukakan identifikasi masalah yakni sebagai berikut:

1. Keterampilan teknik menendang bola (*shooting*)
2. Keterampilan teknik mengumpan bola (*passing*)
3. Keterampilan teknik menggiring bola (*dribbling*)
4. Keterampilan teknik lemparan ke dalam (*throw-in*)

5. Keterampilan teknik mengontrol bola
6. Keterampilan teknik menahan bola
7. Keterampilan menyundul bola (*Heading*)

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Keterampilan teknik dasar menggiring bola (*dribbling*)
2. Keterampilan teknik lemparan bola ke dalam (*throw-in*)
3. Keterampilan teknik menendang bola (*shooting*)
4. Keterampilan teknik Menyundul bola (*Heading*)

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana keterampilan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.
2. Bagaimana keterampilan teknik lemparan bola ke dalam (*throw-in*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.
3. Bagaimana keterampilan teknik menendang bola (*shooting*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.

4. Bagaimana keterampilan teknik menyundul bola (*heading*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian adalah untuk melihat gambaran:

1. Keterampilan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.
2. Keterampilan teknik lemparan bola ke dalam (*throw-in*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.
3. Keterampilan teknik menendang bola (*shooting*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.
4. Keterampilan teknik menyundul bola (*heading*) pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Sains pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih Sepakbola pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Mandiri Kecamatan Rambatan Kabupaten Tanah Datar sebagai bahan masukan dalam peningkatan keterampilan teknik dasar permainan Sepakbola.
3. Pemain Sepakbola sebagai masukan pengetahuan tentang keterampilan teknik dasar permainan Sepakbola yang harus dimiliki.

4. Mahasiswa sebagai bahan bacaan dipergustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Perpustakaan Universitas Negeri Padang.
5. Peneliti selanjutnya dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
6. Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai tambahan literatur dan bahan bacaan mahasiswa.