

**TINJAUAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PEMAIN
SENTRAL SEPAKBOLA SEKOLAH DASAR KOTA SOLOK**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Sebagai Salah
Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Olahraga (S.Or)*



**DEBI YANDRI
NIM. 14089104**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**TINJAUAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA PEMAIN SENTRAL
SEPAK BOLA SEKOLAH DASAR KOTA SOLOK**

Nama : Debi Yandri
NIM/BP : 14089104 / 2014
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2019

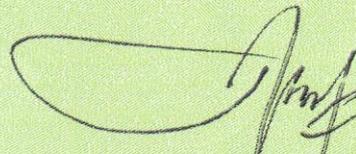
Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Drs. Hanif Badri, M.Pd.
NIP. 19580502 198403 1 006



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

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Wellis, SP. M. Kes
NIP. 19700512 19903 2 001

PENGESAHAN SKRIPSI

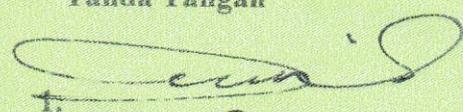
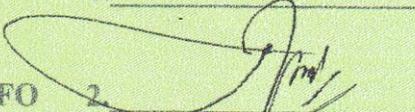
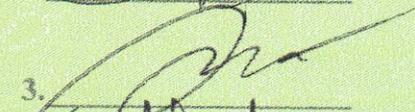
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

TINJAUAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA PEMAIN SENTRAL SEPAK BOLA SEKOLAH DASAR KOTA SOLOK

Nama : Debi Yandri
NIM/BP : 14089104/2014
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2019

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Hanif Badri, M. Pd	 1.
2. Sekretaris	: Dr. Didin Tohidin, M, Kes, AIFO	 2.
3. Anggota	: dr. Arif Fadli Muchlis, M. Biomed	 3.
4. Anggota	: Hadi Pery Fajri, S.Si, M. Pd	 4.

ABSTRAK

Debi Yandri (2019) : Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok

Masalah dalam penelitian ini adalah belum baiknya prestasi sepakbola pemain Sentral Sekolah Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok, di duga disebabkan oleh belum baiknya keterampilan teknik dasar sepakbola pemain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan teknik dasar sepakbola pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok, yang meliputi teknik *passing*, teknik *dribbling* dan teknik *shooting*.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar U10 – U11 Kota Solok yang berjumlah 22 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 22 orang pemain. Untuk memperoleh data dilakukan tes terhadap kemampuan teknik *passing* di tes dengan melakukan *passing* dinding pantul, teknik *dribbling* di tes dengan *dribbling* bola dengan menghindari rintangan, teknik *shooting* dites dengan melakukan shooting kegawang. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut : 1) Kemampuan teknik *passing* dari 22 orang pemain, 1 (4.55%) orang pemain kategori baik sekali, 6 orang (27.27%) pemain kategori baik, 8 orang (36.36%) pemain kategori sedang, 6 orang (27.27%) pemain kategori kurang dan 1 orang (4.55%) pemain kategori kurang sekali. 2) Kemampuan teknik *dribbling* dari 22 orang pemain, 2 orang (9.09%) pemain kategori baik sekali, 4 orang (18.18%) pemain kategori baik, 11 orang (50%) pemain kategori sedang, 4 orang (18.18%) pemain kategori kurang dan 1 orang (4.55%) pemain kategori kurang sekali. 3) Kemampuan teknik *shooting* dari 22 orang pemain, 1 orang (4.55%) pemain kategori baik sekali, 7 orang (31.82%) pemain kategori baik, 6 orang (27.27%) pemain kategori sedang, 6 orang (27.27%) pemain kategori kurang dan 2 orang (9.09%) pemain kategori kurang sekali. 4) Keterampilan teknik dasar sepakbola dari 22 orang pemain, 2 orang (9.09%) kategori baik sekali, 4 orang (18.18%) pemain kategori baik, 9 orang (40.91%) pemain kategori sedang, 7 orang (31.82%) pemain kategori kurang dan kategori kurang sekali tidak ada.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Sentral Sepak Bola Sekolah Dasar Kota Solok”**.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Ganefri, Ph.D, selaku rektor Universitas Negeri Padang, yang telah menerima penulis di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Dr. Zalfendi, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Ibu Dr. Wilda Wellis, SP. M. Kes, selaku Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan berbagai kemudahan sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Hanif Badri, M.Pd, Bapak Dr. Didin Tohidin, M.Kes. AIFO pembimbing yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak dr. Arif Fadli Mukhlis, M. Biomed, Bapak Hadi Pery Fajri, S.Si. M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
6. Seluruh Staf Pengajar dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis tentang proses belajar mengajar.
7. Pelatih Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
8. Pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Teman-teman sesama mahasiswa FIK UNP yang telah membantu dalam penelitian ini

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Februari 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

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	8
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	8
1. Hakekat Sepakbola	8
2. Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola.....	10
B. Penelitian Relevan.....	29
C. Kerangka Konseptual.....	29
D. Pertanyaan Penelitian	30

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	32
B. Definisi Operasional.....	32
C Populasi dan Sampel.....	33
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data	33
E. Teknik Analisis Data	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	39
B. Pembahasan	45

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	56

DAFTAR PUSTAKA.....	57
----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	59
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skala nilai Untuk 5 Kategori.....	38
2. Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Teknik Passing.....	39
3. Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Teknik Dribbling.....	41
4. Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Teknik Shooting.....	42
5. Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik <i>Passing</i> Menggunakan Kaki Bagian Dalam.....	14
2. Mengiri Bola dengan Kontrol yang Rapat.....	23
3. Mengiring Bola dengan Cepat	24
4. Tendangan <i>Instep Drive</i>	27
5. Kerangka Konseptual	30
6. Dinding Pantul.....	34
7. Diagram Lapangan Tes Mengiring Bola	36
8. Diagram Lapangan Tes Menembak Bola Kesasaran	37
9. Keterampilan Teknik <i>Passing</i>	40
10. Keterampilan Teknik <i>Dribbling</i>	42
11. Keterampilan Teknik <i>Shooting</i>	43
12. Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Penelitian.....	59
2. Hasil Analisis Data Distribusi Frekuensi dengan Skala	60
3. Deskripsi Data Keterampilan Teknik <i>Passing</i>	62
4. Deskripsi Data Keterampilan Teknik <i>Dribbling</i>	63
5. Deskripsi Data Kemampuan Teknik <i>Shooting</i>	64
6. Data Penelitian setelah di T-Score.....	65
7. Dokumentasi Penelitian	67

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam rangka pendekatan ilmiah dikalangan olahraga sebaiknya dilaksanakan secara konsisten sesuai dengan kondisi yang ada dan tidak terlepas dengan dilakukannya pembinaan olahraga prestasi. Tujuan dilakukannya pembinaan olahraga prestasi secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi yang tinggi, baik yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Dalam UU No. 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang sistem Keolahragaan Nasional (2009: 16) dijelaskan bahwa: “pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dapat dilaksanakan melalui perkumpulan olahraga dan berkelanjutan, baik ditingkat daerah maupun nasional. Olahraga prestasi menurut Syafruddin (2011: 3) mengemukakan: “kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah aktor

khusus prestasi adapun faktor tersebut meliputi kondisi fisik, teknik, mental, serta sarana dan prasarana yang digunakan”.

Berdasarkan kutipan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa seseorang dapat dikatakan berprestasi dalam suatu cabang olahraga, dia harus mempunyai kemampuan penguasaan teknik, taktik sesuai dengan cabang olahraga yang diminati dan mempunyai mental yang baik. Di samping itu harus memiliki kondisi fisik dan didukung oleh sarana dan prasarana yang diperlukan dalam latihan dan permainan. Keempat faktor tersebut mempunyai satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan teknik yang baik serta tanpa taktik dan mental yang baik juga tidak akan dapat melahirkan prestasi yang maksimal.

Diantara cabang olahraga prestasi yang banyak dilakukan pembinaan dan pengembangannya adalah cabang olahraga sepakbola. Permainan sepak bola adalah permainan 11 lawan 11 yang di pimpin oleh seorang wasit, dibantu oleh 2 asisten wasit dan 1 wasit cadangan. Permainan berlangsung pada suatu lapangan yang berukuran panjang 90 meter-120 meter dan lebar 45 meter-60 meter. Sedangkan ide permainan sepak bola adalah memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kebobolan. “Pemain harus dibekali dengan teknik dasar bermain sepakbola agar menghasilkan permainan yang baik. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepak bola adalah menendang bola (*shooting*), menahan bola (*control*), menggiring (*dribling*), meyundul (*heading*), merampas (*tackling*),

lemparan kedalam (*throw-in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*)” (Sucipto, 2000: 17).

Di Indonesia sepakbola sangat menarik perhatian masyarakat baik laki-laki, perempuan, kalangan orang kaya, miskin, tua, muda sampai anak-anak. Begitu juga di Sumatera Barat, sehingga tidak heran banyak berdiri SSB dan *club-club* ditengah masyarakat, seluruhnya berada dibawah naungan induk organisasi sepak bola Indonesia yaitu Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI), termasuk salah satunya Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.

Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok salah satu club dalam sepak bola, dan mempunyai pembinaan dan diharapkan dapat melahirkan pemain-pemain muda yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan Sumatera Barat khususnya Kota Solok. Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang berada di Kota Solok, tepatnya Dilapangan sepak bola Ampang Kualo Kota Solok. Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok berdiri pada tahun 22 Febuari 2008. Dimana sejak tahun 2008 sampai dengan tahun 2013 Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok tidak pernah lolos pada babak penyisihan, lalu pada tahun 2014 sampai dengan selanjutnya Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok hanya sampai pada babak perempat final dalam kejuaraan Piala Danone. Berdasarkan observasi dan tinjauan penulis dilapangan pada atlet sepak bola Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok dalam beberapa kali mengikuti latihan dan pertandingan persahabatan dengan SSB atau *club* lain, kemampuan teknik dasar masih rendah. Hal ini terbukti pada saat latihan game internal, dimana latihan

tersebut yaitu *shooting*, *passing*, *dribbling*, *kontrol* dan *heading* yang belum maksimal, sehingga seiring terjadi kesalahan mendasar dalam permainan sepakbola seperti menggiring bola menendang bola. Rendahnya kemampuan teknik dasar atlet merupakan salah satu kendala dalam mewujudkan pencapaian prestasi yang diinginkan.

Memiliki kemampuan teknik dasar sepakbola, banyak faktor yang mempengaruhinya, diantaranya faktor-faktor tersebut adalah kemampuan kondisi fisik, kualitas pelatih sepakbola, sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam latihan, mental pemain, bakat dan minat. Menurut Muhajir (2007: 3-4) teknik-teknik umum sepakbola yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola yaitu teknik gerakan tanpa bola (berlari, melompat, meloncat dan gerak tipu), dan teknik dengan bola (menendang, menahan, menyundul, lemparan kedalam, dan teknik penjaga gawang).

Berdasarkan uraian di atas, ada beberapa faktor yang ikut mempengaruhi kemampuan teknik dasar atlet sepakbola diantaranya teknik mengoper bola (*passing*), teknik menendang bola (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), teknik menyundul bola (*heading*), teknik menahan bola (*control*), maka pada kesempatan ini penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian yaitu “Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok”. Diharapkan dari hasil penelitian ini bisa dilahirkan suatu kesimpulan yang dapat dijadikan langkah bagi peningkatan prestasi persepakbolaan di Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Teknik mengoper bola (*passing*)
2. Teknik menggiring bola (*dribbling*)
3. Teknik menendang bola ke gawang (*shooting*)
4. Teknik menyundul bola (*heading*)

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan dalam menerapkan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Kota Solok, serta keterbatasan waktu, dana dan tenaga yang tersedia dalam penelitian ini dibatasi hanya tentang keterampilan teknik dasar sepak bola pada aspek:

1. Teknik mengoper bola (*passing*)
2. Teknik menggiring bola (*dribbling*)
3. Teknik menendang bola ke gawang (*shooting*)

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah serta lebih fokusnya masalah yang diteliti, maka dapat diajukan perumusan adalah:

1. Apakah keterampilan *passing* pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok sudah berada pada kategori baik?
2. Apakah keterampilan *dribbling* pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok sudah berada pada kategori baik?
3. Apakah keterampilan *shooting* pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota solok sudah berada pada kategori baik?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *passing* pemain sepakbola Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.
2. Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik *dribbling* pemain sepak bola Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.
3. Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *shooting* pemain sepak bola Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan yang telah dikemukakan terdahulu dan memperhatikan masalah-masalah penelitian, maka diharapkan hasilnya berguna bagi pihak berikut:

1. Penulis, sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Olahraga (S.Or) pada program studi Ilmu Keolahragaan Jurusan kesehatan dan rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai informasi dan pengetahuan bagi atlet tentang keterampilan teknik dasar pemain sepakbola SSB Kota Solok.
3. Sebagai bahan masukan untuk pelatih dan guru untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar pemain sepakbola SSB Kota Solok, sehingga nantinya dapat membuat program latihan yang lebih baik.
4. Sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat mengungkap informasi yang bermanfaat dalam pembinaan olahraga.

5. Peneliti, selanjutnya sebagai ilmu pengetahuan dan masukan dalam rangka peningkatan prestasi pemain sepakbola.