

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAKBOLA
SSB RIPAN'S U-14 LUBUK BUAYA KOTA PADANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada tim pengujis kripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



**Oleh
ERIK MUKHTAR ERIZON
NIM. 1202354**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola
SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang

Nama : Erik Mulhar Erizon

NIM : 1202354

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

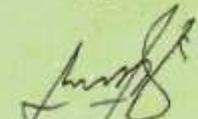
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2016

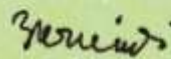
Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO
NIP. 196207021987031002

Pembimbing II



Drs. Willadi Rasyid, M.Pd
NIP. 195911211986021006

Mengetahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Erik Mukhtar Erizon
NIM : 1202354

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

Dengan Judul

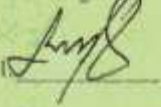
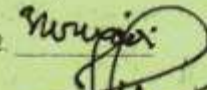
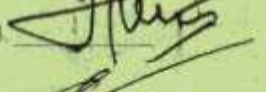
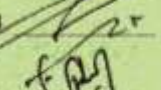
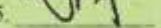
Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB
Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang

Padang, Februari 2016

Tim Penguji

- | | |
|---------------|------------------------------|
| 1. Ketua | : Drs. Deswindi, M.Kes, AIFO |
| 2. Sekretaris | : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd |
| 3. Anggota | : Drs. Jonni, M.Pd |
| 4. Anggota | : Drs. Kibadra, M.Pd |
| 5. Anggota | : Dra. Erianti, M.Pd |

Tanda Tangan

- | | |
|----|---|
| 1. |  |
| 2. |  |
| 3. |  |
| 4. |  |
| 5. |  |

ABSTRAK

Erik Mukhtar Erizon: Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini yaitu adalah menurunnya kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar *passing*, *dribbling*, *shooting* dan *heading* pemain sepakbola SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang yang berjumlah sebanyak 18 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total *sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 18 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Hasil penelitian ditemukan bahwa: (1) kemampuan teknik *passing*, mengontrol dan menahan bola, hanya 1 orang kategori baik sekali, 3 orang pada kategori baik, 8 orang kategori sedang, dan 6 orang kategori kurang. (2) kemampuan teknik *dribbling* (menggiring bola) tidak satu orangpun kategori baik sekali, 9 orang kategori baik, 3 orang kategori sedang, 5 orang kategori kurang dan 1 orang kategori kurang. (3) kemampuan teknik *shooting* (menendang bola ke gawang) 1 orang kategori baik sekali, 5 orang kategori baik, 6 orang kategori sedang, 4 orang kategori kurang, dan 2 kategori kurang sekali. (4) kemampuan teknik *heading* (menyundul bola dengan kepala), hanya 1 orang kategori baik sekali, 3 kategori baik, 8 orang kategori sedang, 5 orang kategori kurang, dan 1 kategori kurang sekali.

KATA PENGANTAR

Pertama sekali penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola SSB Ripan’s U-14 Lubuk Buaya Kota Padang”.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. 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 terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. Deswandi, M.Kes selaku pembimbing I dan Drs. Willadi Rasyid, M.Pd sebagai pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan yang sangat berarti kepada penulis.
2. Drs. Jonni, M.Pd, Drs. Kibadra, M.Pd dan Dra. Erianti, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, saran, dan koreksi di dalam penyusunan skripsi ini.
3. Kedua orangtuaku serta seluruh keluarga ku tercinta yang selalu memberikan semangat dan motivasi yang begitu berarti bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.

4. Pelatih dan pemain sepakbola SSB Ripan's Lubuk Buaya Kota Padangyang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam penelitian ini.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Februari 2016

Penulis

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	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Kegunaan Penelitian	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	
1. Permainan Sepakbola	8
2. Hakekat Latihan.....	11
3. Teknik Dasar Sepakbola.....	16
B. Kerangka Konseptual	38
C. Pertanyaan Penelitian	41

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	42
B. Tempat dan Tempat Penelitian.....	42
C. Populasi dan Sampel	42
D. Definisi Operasional	43
E. Jenis dan Sumber Data	44
F. Teknik Pengumpulan Data	45

G. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	56
B. Analisis Data	56
C. Hasil Penelitian	65
D. Pembahasan	67
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	84

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	43
2. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> , Mengontrol dan Menahan Bola	54
3. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Dribbling</i> (Menggiring Bola)	56
4. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Shooting</i> (Menendang Bola Ke Gawang)	50
5. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Heading</i> (Menyundul Bola)	60
6. Distribusi Hasil Data Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pelaksanaan <i>passing</i> Insite-of-the-foot	20
2. Pelaksanaan <i>passing</i> Outside-of-the-foot.....	21
3. Pelaksanaan <i>Passing</i> Instep	22
4. Mengiring bola dengan kontrol yang rapat	26
5. Mengiring Bola Dengan Cepat	26
6. Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam	31
7. Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Luar	32
8. Menendang Bola Dengan Punggung Kaki.....	33
9. <i>Heading</i> Dengan Cara Jump Header.....	36
10. <i>Heading</i> Dengan Cara Dive Header.....	37
11. Kerangka Konseptual.....	40
12. Lapangan Tes Passing dan Mengontrol/stopping	46
13. Lapangan Tes <i>Dribbling</i> (Menggiring Bola)	49
14. Lapangan Tes <i>Shooting</i>	50
15. Lapangan tes <i>Heading</i>	52
16. Histogram Kemampuan Teknik <i>Passing</i> , Mengontrol dan Menahan.....	55
17. Histogram Kemampuan Teknik <i>Dribbling</i> (Menggiring Bola)	57
18. Histogram Kemampuan <i>Shooting</i> (Menendang Bola Ke Gawang	59
19. Histogram Kemampuan <i>Heading</i> (Menyundul Bola).....	61
20. Histogram Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola	63
21. Pelaksanaan Tes <i>Passing</i>	88
22. Pelaksanaan Tes <i>Dribling</i>	88
23. Pelaksanaan Tes <i>Shooting</i>	89
24. Pelaksanaan Tes <i>Heading</i>	89

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	84
2. Surat Keterangan Penelitian Dari SSB Ripan's.....	85
3. Rekap Data Teknik Passing, Dribling, Shooting dan Heading.....	86
4. Rekap Data Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola SSB Ripan's U-14.....	87
5. Dokumentasi Penelitian	88

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam upaya membina prestasi yang baik maka pembinaan tersebut harus dilakukan dari usia muda atau usia dini agar mencapai prestasi yang optimal khususnya olahraga sepakbola. Pembinaan di usia dini sangatlah besar pengaruhnya demi mencapai prestasi yang diharapkan. Sesuai dengan yang dijelaskan oleh UU RI No. 3 Pasal 21 ayat 3 (2005:16) bahwa: “pembinaan dan pengembangan keolahragaan di laksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”.

Dari uraian di atas jelas kita lihat betapa pentingnya di laksanakan pembinaan sebagai proses pengenalan hingga pembinaan yang sempurna agar memperoleh prestasi yang baik. Dalam upaya membina prestasi sepakbola, adanya bibit pemain yang unggul perlu pengolahan secara ilmiah agar nantinya muncul prestasi maksimal pada usia-usia tertentu, pemain berbakat muda dapat ditemukan di sekolah-sekolah klub, organisasi pemuda dan kampung-kampung serta di Sekolah Sepakbola. Seiring dengan bermunculannya SSB ini sangat berpengaruh dan menguntungkan bagi persepakbolaan di Indonesia khususnya di Sumatera Barat.

Dengan demikian diharapkan akan bermunculan pemain-pemain muda berbakat yang memiliki kualitas teknik dasar sepakbola yang baik. Yulifri (2010:77) menjelaskan bahwa: “teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan

modal demikian seorang sudah dapat bermain sepakbola“. Dari pendapat di atas dapat kita simpulkan bahwa kemampuan teknik dasar merupakan salah satu faktor dalam permainan sepakbola bagi seorang pemain.

Dari uraian di atas dijelaskan bahwa seorang pemain yang baik bila ingin melakukan permainan dengan sempurna maka terlebih dahulu menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola. Permainan sepakbola dimainkan oleh dua kelompok pemain yang tiap kelompok terdiri atas 11 orang sehingga dinamakan “kesebelasan“. Kesebelasan bisa bermain dengan baik bila setiap pemainnya menguasai teknik - teknik dasar dalam permainan sepakbola.

Seseorang untuk dapat memiliki kemampuan bermain dengan baik dan dapat berprestasi dalam cabang olahraga sepakbola, banyak faktor yang mempengaruhinya. Diantara faktor-faktor tersebut antara lain adalah kondisi fisik, kemampuan teknik dasar, taktik dan mental yang baik. Keempat faktor ini tidak terlepas dari suatu pembinaan olahraga, begitu juga halnya dengan pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang dalam pembinaan sepakbola. Semua kemampuan yang dibutuhkan dalam olahraga permainan sepakbola yaitu kemampuan kondisi fisik, teknik, taktik, mental tentu di dapatkan melalui proses latihan latihan, bermain dan dari pengalaman.

Berdasarkan hasil observasi peneliti dan fenomena yang terjadi di lapangan serta informasi dari pelatih SSB Ripan's, bahwa perkembangan para pemain sepakbola SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang belum maksimal terbukti dalam mengikuti turnamen piala PSP tahun 2015 yang dilaksanakan pada 5 September 2015 - 20 September tahun 2015 di Stadion

H. Agus Salim Padang kalah hanya sampai 16 besar, sedangkan pada piala PSP tahun 2014 SSB Ripan's berhasil sampai ke final.

Dari gambaran prestasi yang diraih oleh pemain sepakbola SSB Ripan's Kota Padang, jelaslah permasalahannya adalah menurunnya prestasi bermain sepakbola, karena sering kalah atau gagal dalam pertandingan yang dihadapi, serta dalam mengikuti event-event pertandingan sepakbola. Memang tidak mudah meraih prestasi pada cabang olahraga sepakbola, karena banyak faktor yang mempengaruhinya. Diantaranya menurut penulis faktor yang dominan yang mempengaruhi prestasi pemain sepakbola SSB Ripan's Lubuk Buaya Kota Padang adalah penguasaan teknik dasar sepakbola belum mereka kuasai dengan baik.

Sesuai dengan dugaan sementara penulis tentang kemampuan teknik dasar sepakbola pemain yang belum baik, hal ini terlihat dari beberapa pengamatan dan observasi di lapangan ketika pemain melakukan latihan teknik dasar sepakbola, seperti teknik passing, mengontrol/menghentikan atau menahan bola, dribbling atau menggiring bola, menedang (*shooting*) dalam hal ini menendang ke gawang, dan teknik heading yaitu menyundul bola dengan kepala untuk melakukan operan atau mencetak gol ke gawang lawan. Semua kemampuan teknik dasar sepakbola ini akan terlihat lebih jelas lagi dalam penampilan pemain dalam bermain yang sesungguhnya yaitu bermain dalam tim di lapangan ketika mengikuti turnamen piala PSP pada bulan September tahun 2015 yang lalu.

Kemampuan teknik dasar sepakbola dimiliki pemain tentu tidaklah mudah, akan tetapi pemain mendapatkannya melalui latihan yang terprogram dengan baik dan mengacu pada prinsip-prinsip latihan, dilakukan secara kontiniu dengan cara yang benar. Menurut Martin dalam Sfyaruddin (2011:28) mengatakan latihan adalah “suatu proses yang dikendalikan secara terencana melalui pendekatan materi, metode dan pengorganisasian pada proses tersebut dapat dikembangkan tujuan yang diinginkan perubahan-perubahan keadaan kemampuan prestasi yang kompleks, kemampuan sikap dan prilaku”.

Sesuai dengan pendapat ini maka jelaslah bahwa untuk memiliki kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepakbola harus melalui suatu proses latihan dengan program yang terencana dengan baik sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, dan mengacu pada prinsip-prinsip latihan. Teknik yaitu suatu cara yang digunakan atau yang dikembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efesien.

Proses latihan yang dimaksud adalah proses latihan teknik dasar sepakbola, baik teknik tanpa bola seperti lari, melompat, tackling atau merampas bola, dan rempel atau body chart. Sedangkan teknik dengan bola antara lain adalah *passing* (mengoper bola), mengontrol bola, *stoping* atau menghentikan bola, *dribling* (menggiring bola), *shooting* (menendang bola ke gawang), *heading* (menyundul bola dengan kepala), dan *throw-in* (lemparan bola ke dalam). Dengan penguasaan teknik dasar sepakbola yang baik, seorang pemain sepakbola sudah merupakan modal dasar untuk dapat bermain, para

ahli juga mengatakan dengan kemampuan teknik yang baik, maka akan mudah bagi pemain menghadapi permasalahan yang terjadi di lapangan dan dapat menyelesaikan tugas gerakan sesuai dengan teknik dasar sepakbola yang dilakukan di lapangan.

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, maka pada kesempatan ini penulis tertarik dan ingin melakukan suatu penelitian yang berkaitan dengan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang. Kebenaran yang perlu dilihat dalam penelitian ini adalah kemampuan teknik dasar sepakbola pemain merupakan hal yang sangat penting agar para pemain dapat bermain maksimal dengan teknik dasar sepakbola yang baik, layaknya sebagai pemain sepakbola yang professional dimasa yang akan datang.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Teknik lari
2. Teknik lompat
3. Teknik *body chart* (rempel)
4. Teknik *tackling* (merampas bola)
5. Teknik *passing* dan mengontrol bola/*stopping*
6. Teknik *dribbling* (menggiring bola)
7. Teknik *shooting* (menendang bola ke gawang)
8. Teknik *heading* (menyundul bola dengan kepala)
9. Teknik *throw-in* (lemparan bola ke dalam)

10. Teknik menangkap bola (Penjaga Gawang)

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas cukup banyak jenis teknik dasar sepakbola, dan arena keterbatasan dana, waktu dan referensi yang penulis miliki, maka penelitian ini dibatasi pada beberapa teknik yaitu sebagai berikut:

1. Teknik *passing* dan mengontrol bola/*stopping*
2. Teknik *dribbling* (menggiring bola)
3. Teknik *shooting* (menendang bola ke gawang)
4. Teknik *heading* (menyundul bola dengan kepala)

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, dapat diajukan perumusan masalah yaitu:

1. Seberapa baik kemampuan teknik *passing*, mengontrol/*stopping* pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang ?
2. Seberapa baik kemampuan teknik *dribbling* (menggiring bola) pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang ?
3. Seberapa baik kemampuan teknik *shooting* (menendang bola ke gawang) pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang ?
4. Seberapa baik kemampuan teknik *heading* (menyundul bola dengan kepala) pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Kemampuan teknik *passing*, mengontrol/*stopping* pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang.
2. Kemampuan teknik *dribbling* (menggiring bola) pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang.
3. Kemampuan teknik *shooting* (menendang bola ke gawang) pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang.
4. Kemampuan teknik *heading* (menyundul bola dengan kepala) pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang.

F. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat berguna bagi:

1. Penulis sendiri sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pelatih sebagai bahan masukan dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang.
3. Peneliti selanjutnya sebagai bahan pertimbangan untuk meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
4. Perputakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai reference ilmu pengetahuan tentang teknik dasar sepakbola.

BAB V

PENUTUP

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kepada hasil analisis dan dan pembahasan yang telah di uraikan pada bagian terdahulu, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan teknik dasar sepakbola dari 18 orang pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang, hanya 1 orang kategori baik sekali, 6 orang kategori baik, 6 orang kategori sedang, 3 orang kategori kurang dan 2 kategori kurang sekali. Kemudian dapat dilihat hasil kemampuan masing-masing teknik yaitu:

1. Kemampuan teknik *passing*, mengontrol dan menahan bola, hanya 1 orang kategori baik sekali, 3 orang pada kategori baik, 8 orang kategori sedang, dan 6 orang kategori kurang. Artinya sebagian besar pemain belum memiliki kemampuan *passing*, mengontrol dan menahan bola dengan baik.
2. Kemampuan teknik *dribbling* (menggiring bola) tidak satu orangpun kategori baik sekali, 9 orang kategori baik, 3 orang kategori sedang, 5 orang kategori kurang dan 1 orang kategori kurang. Artinya masih banyak pemain yang rendah kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*)nya.
3. Kemampuan teknik *shooting* (menendang bola ke gawang) 1 orang kategori baik sekali, 5 orang kategori baik, 6 orang kategori sedang, 4 orang kategori kurang, dan 2 kategori kurang sekali. Artinya lebih dari sebagian jumlah sampel belum memiliki kemampuan *shooting* (menendang ke gawang) dengan baik.

4. Kemampuan teknik *heading* (menyundul bola dengan kepala), hanya 1 orang kategori baik sekali, 3 kategori baik, 8 orang kategori sedang, 5 orang yang belum baik kemampuan *heading*nya.
5. Kemampuan teknik dasar sepakbola SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang, 1 orang kategori baik sekali, 6 orang kategori baik, 6 orang kategori sedang, 3 orang kategori kurang dan 2 orang kategori kurang sekali.

Dari hasil tes dan secara keseluruhan dapat kita lihat bahwa dari tes teknik dasar sepakbola tidak keseluruhan pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang berada dalam kategori baik dalam hal penguasaan teknik dasar *passing*, *kontrol*, *dribbling*, *shooting* dan *Heading*. Hal ini menunjukkan bahwa pemain SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang masih memiliki kemampuan teknik dasar sepakbola yang belum memuaskan.

Oleh sebab itu penampilan prestasi yang diinginkan belum tercapai, sebab penguasaan teknik dasar yang baik dalam sepakbola sangat menentukan prestasi yang diperoleh. Semakin dikuasainya suatu teknik dasar semakin tinggi prestasi yang dicapai, dan semakin rendah teknik dasar yang dimiliki semakin rendah pula pencapaian prestasinya.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yaitu ditujukan kepada:

1. Pelatih sepakbola SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang agar:
 - Memberikan latihan teknik dasar sepakbola terlebih dahulu mempersiapkan secara baik program latihan, sehingga latihan lebih

terarah pada sasaran atau tujuan yang diinginkan.

- Memberikan koreksi dari setiap kesalahan yang dilakukan pemain ketika berlatih teknik dasar sepakbola, sehingga pemain betul-betul mengerti dan memahami teknik dasar sepakbola yang benar, seperti teknik passing, mengontrol/stopping, *dribbling*, *shooting* dan *heading*.
 - Sebelum melatih teknik sepakbola terlebih dahulu memberikan latihan unsur-unsur kondisi fisik yang dominan dibutuhkan teknik sepakbola yang dilatih.
 - Menjalin kerjasama yang baik dengan pemain dan hadir disetiap jadwal latihan, sehingga hal ini dapat menambah semangat dan motivasi pemain dalam berlatih.
2. Pemain sepakbola SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang, lebih giat lagi dan meningkatkan disiplin dalam latihan, serta memperbaiki kesalahan teknik yang dilakukan sehingga kemampuan teknik dasar sepakbola dapat ditingkatkan.
 3. Pembina atau pengurus sepakbola SSB Ripan's U-14 Lubuk Buaya Kota Padang agar memberikan dukungan pada pemain, baik secara moril maupun materil, misalnya dengan memberikan hadiah pada pemain yang berprestasi dan lebih sering memberikan kesempatan mengikuti even-even di Kota Padang dan daerah lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsil. 2009. *Tes Pengukuran dan Evaluasi*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- Bompa. 2000. *Total Training For Young Champion*. University New York: *Human Kinetics*.
- Erianti. 2004. *Buku Ajar Bolavoli*. Padang: Sukabina Press.
- Khairul Hadziq. 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Yrama Widya.
- Koger Robert. 2005. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten: Sakamitra.
- Luxbacher, Joe. 2004. *Sepak Bola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- , 2011. *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke Danny. 2009. *Dasar-dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Mukholid Agus. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Surakarta: Yudhistira.
- Nurhasan. 2003. *Dasar-Dasar Pelatihan Olahraga*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Luar Biasa.
- Sucipto. dkk 2000. *Olahraga Pilihan: Sepakbola*. Jakarta. Dirjen Diknasmen.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- 2012. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- UUD. RI No.3 tahun 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*.
- Winarno. 2006. *Tes Keterampilan Olahraga*. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Yulifri. 2010. *Buku Ajar Sepakbola*. Padang: FIK UNP.
- Yusuf. 2005. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press.