

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAK BOLA  
SSB DESLING KABUPATEN LABUHANBATU SUMATERA UTARA**

**SKRIPSI**

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



**MUHAMMAD RIZALDI MUNTE  
NIM. 1708052**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2021**

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAK BOLA  
SSB DESLING KABUPATEN LABUHAN BATU  
SUMATERA UTARA**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAK BOLA  
SSB DESLING KABUPATEN LABUHAN BATU SUMATERA UTARA**

Nama : Muhammad Rizaldi Munte  
NIM : 17086052  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

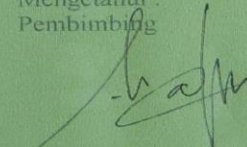
Padang, 23 Oktober 2021

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes  
NIP. 196112301988031003

Mengetahui :  
Pembimbing



Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd  
NIP. 198909012018031001

HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

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

Judul : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Desling  
Kabupaten Labuhanbatu Sumatera Utara

Nama : Muhammad Rizaldi Munte

Nim : 17086052

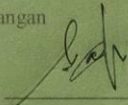
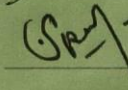

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 25 Oktober 2021

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Dra. Erianti, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Kibadra, M.Pd	3. 

## SURAT PERNYATAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNK DASAR PEMAIN SEPAK BOLA SSB KABUPATEN LABUHANBATU SUMATERA UTARA” yang disusun oleh Muhammad Rizaldi Munte Nim: 17086052 ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau di terbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli, Jika tidak asli saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Padang, 29 Oktober 2021  
Menyatakan,



Muhammad Rizaldi Munte  
NIM. 17086052

## ABSTRAK

**Muhammad Rizaldi Munte, (2021): Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu Provinsi Sumatera Utara.**

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum diketahui kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar pemain sepakbola tersebut terdiri dari teknik *passing*, *dribbling*, *shooting* dan *heading*.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain yang aktif mengikuti latihan sepakbola yang berumur 10-12 tahun, berjumlah sebanyak 13 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *teknik sensus*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 13 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Hasil penelitian ditemukan bahwa: kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepakbola SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu, dari 13 orang sampel tidak satu orangpun yang memiliki kategori baik sekali dan kurang sekali, untuk kategori baik yaitu 5 orang (38,46%), dan untuk kategori sedang dan kurang masing-masing ada 4 orang (30,77%). Artinya ada beberapa orang pemain kemampuan teknik dasar sepakbola masih perlu ditingkatkan.

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 Desling Kabupaten Labuhanbatu Provinsi Sumatera Utara”**. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan strata satu pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu penulis ucapkan terima kasih kepada

1. Kedua orang tua saya Riddan Munte dan Irma Pohan yang selalu ada memberikan dorongan secara moril maupun materil kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
2. Prof. Drs. H. Ganefri, M. Pd, Ph.d selaku Rektorat Universitas Negeri Padang.
3. Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku pembimbing yang mana telah banyak memberikan motivasi, arahan, bimbingan dalam proses penulisan skripsi ini.
4. Drs. Kibadra, M.Pd dan Dra. Erianti, M.Pd selaku Tim Penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan atas kesempurnaan skripsi ini.
5. Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan motivasi dalam penulisan skripsi ini
6. Sepriadi, S.Si., M.Pd selaku Serketaris Jurusan Pendidikan Olahraga, Bapak dan Ibu staf pengajar dan tata usaha jurusan, Jurusan Pendidikan Olahraga khususnya dan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang umumnya, yang telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini.

7. SSB Desling Kabupaten Labuanbatu yang telah menerima dan bersedia memberikan data serta dijadikan tempat penelitian yang peneliti lakukan.
8. Rekan-rekan Pendidikan Olahraga, dan semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

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. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan terutama bagi peneliti sendiri.

Padang, Desember 2021

Muhammad Rizaldi Munte

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
 <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori	
1. Sepakbola .....	9
2. SSB dan Karakteristik Anak Usia 10-12 Tahun.....	11
3. Teknik Sepakbola .....	14
B. Penelitian Yang Relevan .....	26
C. Kerangka Konseptual .....	27
 <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
C. Populasi dan Sampel .....	30
D. Defenisi Operasional .....	31
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	32
F. Teknik Pengambilan Data .....	38
G. Teknik Analisis Data .....	39

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	41
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan .....	50
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	60
B. Saran .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian .....	30
2. Kategori Penelitian .....	39
3. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> .....	41
4. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Dribbling</i> .....	43
5. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Shooting</i> .....	45
6. Distribusi Hasil Data Kemampuan <i>Heading</i> .....	47
7. Distribusi Hasil Data Kemampuan Teknik Dasar .....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Passing</i> Dengan Kaki Bagian Dalam.....	17
2. Teknik <i>Dribbling</i> Bola.....	20
3. <i>Shooting</i> Dengan Kaki Bagian Dalam Dan Luar .....	22
4. <i>Shooting</i> Dengan Ujung Kaki .....	23
5. <i>Heading</i> Dalam Sepakbola.....	25
6. Kerangka Konseptual.....	28
7. Lapangan Tes <i>Passing (Short Pass)</i> .....	33
8. Tes Teknik Dasar <i>Dribbling</i> Sepakbola.....	35
9. Tes Teknik Dasar <i>Heading</i> Sepakbola.....	36
10. Tes Teknik Dasar <i>Shooting</i> Sepakbola .....	38
11. Histogram Kemampuan Teknik <i>Passing</i> .....	42
12. Histogram Kemampuan Teknik <i>Dribbling</i> .....	44
13. Histogram Kemampuan Teknik <i>Shooting</i> .....	46
14. Histogram Kemampuan Teknik <i>Heading</i> .....	48
15. Histogram Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	49
16. Peneliti Memberikan Arahan Tentang Pelaksanaan Tes .....	74
17. Peneliti Sedang Melakukan Tes <i>Passing/Short Pass</i> .....	75
18. Peneliti Sedang Melakukan Tes <i>Dribbling</i> .....	76
19. Peneliti Sedang Melakukan Tes <i>Heading</i> .....	77
20. Peneliti Sedang Melakukan Tes <i>Shooting</i> .....	78
21. Foto Bersama Anak-Anak SSB Desling .....	79

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Mentah Masing-Masing Teknik.....	66
2. Rekap Data Tes Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	70
3. T-Skor Kemampuan .....	71
4. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan .....	72
5. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian .....	73
6. Dokumentasi Penelitian.....	74

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Indonesia merupakan negara yang memiliki populasi penduduk terbesar ke-4 di dunia, artinya Indonesia memiliki banyak pilihan dalam sumber daya manusia nya. Negara sendiri bisa memilih dan membina manusia-manusia Indonesia untuk mendapatkan SDM yang unggul guna untuk kemajuan bangsa baik di tingkat nasional maupun internasional, peningkatan kualitas sumber daya manusia indonesia ini sangat banyak faktor yang mempengaruhi dan juga banyak bidang yang bisa dipengaruhi. Hal ini nantinya akan berguna untuk mengharumkan dan memajukan nama baik bangsa, tidak terkecuali di bidang olahraga. Hal ini dapat dilihat dalam pasal 25 ayat 4 Undang-Undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional bahwa:

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, seta mengangkat, harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.”

Olahraga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, karena kehidupan manusia terdiri dari dua aspek, yaitu aspek jasmani dan aspek rohani yang tidak dapat dipisah-pisahkan. Jika kedua aspek tersebut berkembang dan tumbuh secara berselaras maka akan timbul kehidupan yang harmonis dalam pertumbuhannya. Salah satu cara untuk keselarasan kehidupan jasmani dan rohani pada manusia dapat dicapai dengan melakukan olahraga.

Peningkatan prestasi dalam bidang olahraga selain membutuhkan sarana dan prasarana yang memadai juga diperlukan pembinaan prestasi terutama sejak usia dini. Meningkatnya perhatian para pembina olahraga, kalangan pers dan mereka yang berkecimpung dalam dunia akademik terhadap masalah pembinaan olahraga. Oleh karena itu peningkatan prestasi bidang olahraga menjadi bagian dari pembinaan di banyak negara, termasuk negara kita Indonesia.

Untuk meraih dan mencapai prestasi dalam suatu cabang olahraga, perlu dilakukan kerjasama yang terarah dan memperhatikan segala aspek yang ikut mendukung tercapainya prestasi tersebut. Diantara kegiatan olahraga yang dilaksanakan tersebut harus dilakukan secara terprogram, terarah, dan berkesinambungan. Serta penerapan disiplin diri dalam melakukan dan menekuni sebuah olahraga.

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang perlu ditingkatkan prestasinya, tidak hanya orang dewasa, tetapi anak-anak pun sudah banyak memainkannya dan menjadikan sepakbola olahraga paling populer di dunia. Hal ini erat kaitannya dengan berdirinya asosiasi tertinggi sepakbola dunia (FIFA), sepakbola juga termasuk olahraga yang terjangkau dari segi biaya serta tempat bermain, karena tempat bermain sepakbola dimainkan dalam lapangan terbuka yang berbentuk persegi panjang, di atas rumput. Menurut Yandri dkk (2019) mengemukakan bahwa: “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”.

Beberapa tahun terakhir, Sekolah Sepakbola (SSB) banyak berdiri di Indonesia. Mulai dari SSB yang profesional hingga SSB yang hanya untuk memberikan pelatihan kepada anak-anak sekolah dasar, keberadaan SSB diharapkan mampu mencetak para atlet sepakbola yang berkualitas, namun masih banyak yang harus dilakukan untuk mendapatkan calon pemain yang berkualitas, dalam pengembangan prestasi yang optimal selain pembinaan atlet yang baik dan kontiniu, prestasi optimal seorang atlet juga dipengaruhi oleh kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental.

Menurut Delgado-bordonau & Mendez-Villanueva (2012) mengatakan bahwa, “sepanjang pertandingan, sepakbola akan mengalami sebuah perpindahan yang disebut dengan momen permainan sepakbola. Menurut kurikulum pembinaan sepakbola Indonesia ada memiliki 3 momen penting (fase) dalam suatu pertandingan yaitu dikenal dengan momen bertahan, menyerang dan transisi”. Selanjutnya Fitranto & Budiawan (2019) mengatakan “dalam momen transisi dibagi menjadi dua yaitu momen transisi positif dan momen transisi negatif”.

Menurut Pramadhan dalam Wibowo H.F (2021:57-66) mengatakan bahwa: “Momen permainan menyerang ialah menyerang daerah lawan dengan serangan agar dapat mencetak gol sebanyak mungkin di daerah lawan”. Menurut Fitranto & Budiawan (2019) “Fase ini biasa disebut dengan Build Up yaitu menyerang

dalam permainan sepakbola adalah dengan cara memegang bola dengan persentase sebesar mungkin dan dapat dilakukan dari bawah, tengah sampai ke depan atau bisa disebut dengan bangun serangan”. Menurut Cobanoglu & Terekli (2018) “Permainan bertahan ialah fase mencegah lawan agar tidak mencetak gol ke gawang tim, momen bertahan sangat penting bagi tim yang sedang menyerang maupun sedang bertahan”. Fase pertahanan ini sangat penting dalam hal kesuksesan tim. Menurut Knudsen & Andersen dalam Wibowo H.F (2021:57-66) mengemukakan bahwa “tujuan dari fase bertahan ialah menetralsir peluang lawan, sebagai contoh dengan cara melakukan man marking, compact defense atau zona bertahan paling rendah”. Sedangkan menurut C. Casal, Andujar, Losada, Ardá, & Maneiro (2016:) “momen permainan sepak bola transisi negatif ialah ketika penyerangan kehilangan bola sehingga bertransformasi secepat mungkin untuk membuat strategi bertahan, pentingnya transisi telah dicatat dalam beberapa penulis karena dalam situasi transisi negatif ini sangat rentan terjadi gol”. Sementara itu transisi positif ialah ketika melakukan momen bertahan selanjutnya bertransformasi ke momen menyerang.

Untuk bermain sepakbola yang baik pemain harus dibekali dengan berbagai faktor diantaranya teknik dasar. Menurut Efendi (2016) mengatakan bahwa “pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepak bola adalah: (1) menendang (*Passing*), (2) mengontrol (*controlling*), (3)

menggiring (*dribbling*), (4) menyundul (*heading*), (5) merampas (*tackling*) dan (6) lemparan ke dalam (*throw-in*)”.

Masing-masing teknik dasar tersebut mempunyai peran dan kedudukan yang sama pentingnya dalam rangkaian suatu pola serangan maupun pertahanan. Dalam penelitian ini teknik dasar yang akan penulis bahas adalah mengoper bola (*passing*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul (*heading*) menembak (*shooting*). Di samping itu faktor yang mempengaruhi antara lain adalah taktik, mental, fisik, prasarana, kemampuan berlatih dan jam bermain yang cukup untuk seprang pemain.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan sepakbola Desling Kabupaten Labuhanbatu pada saat latihan serta dalam beberapa kali pertandingan pada kejuaraan yang pernah diikuti, seperti pada kejuaraan Askab PSSI Kabupaten Labuhanbatu U12 dan kejuaraan Koni Kabupaten Labuhanbatu U12 terlihat bahwa prestasi menurun dan jarang meraih kemenangan, penulis beranggapan bahwa salah satu faktor teknik dasar yang belum di kuasai dengan baik. Syarifuddin (2011:179) menyatakan bahwa: “teknik dalam olahraga adalah suatu cara yang digunakan atau di kembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan efektif dan efisien”.

Dimana kurangnya kemampuan teknik dasar sepakbola pada SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu dikarenakan minimnya fasilitas dan adanya kesalahan dari teknik dasar yaitu, *passing*, *dribbling*, *heading* serta *shooting* yang tidak

sesuai dengan sasaran yang diinginkan. Dimana *passing* yang dilakukan pemain pada SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu sering mengalami kesalahan. *Passing* dan *control* yang tidak sesuai dengan yang diinginkan sebenarnya, dan selanjutnya dalam *dribbling* pemain sering mengalami kesulitan saat mendribbling bola berhadapan satu lawan satu, dan saat melakukan *shooting* kegawang lawan sering tidak tepat sasaran, selanjutnya saat melakukan *heading* sering tidak pas pada bagian dahi yang mengakibatkan bola melenceng dari tujuan semula. Hal ini disebabkan kurangnya kemampuan teknik dasar pemain, baik pada teknik *passing*, *dribbling*, *heading*, *shooting*. Oleh karena itu hal yang ditemukan saat mengikuti turnamen, pemain yang ada hanya bermodalkan keinginan untuk bermain tetapi tidak diiringi dengan teknik dasar yang cukup untuk menunjang permainan tim.

Dari uraian di atas maka permasalahan ini adalah belum baiknya kemampuan teknik dasar pemain SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu, oleh karena itu maka penulis ingin melakukan suatu penelitian secara ilmiah disebabkan belum pernahnya orang meneliti pada SSB Kabupaten Labuhanbatu tersebut.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat ditarik identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kondisi fisik
2. Kemampuan teknik dasar

3. Taktik
4. Mental
5. Prasarana
6. Kemampuan pelatih
7. Frekuensi bertanding yang kurang
8. Belum pernah di teliti secara ilmiah

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu, maka penelitian hanya membatasi faktor kemampuan teknik dasar yaitu:

1. Passing
2. Dribbling
3. Heading
4. Shooting

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan masalah yang sudah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Seberapa besar tingkat kemampuan teknik dasar pemain SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu?

1. Bagaimana kemampuan teknik *passing* pemain pada SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu?
2. Bagaimana kemampuan teknik *dribbling* pemain pada SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu?

3. Bagaimana kemampuan teknik *heading* pemain pada SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu?
4. Bagaimana kemampuan teknik *shooting* pemain pada SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu?

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

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Kemampuan teknik *passing*
2. Kemampuan teknik *dribbling*
3. Kemampuan teknik *heading*
4. Kemampuan teknik *shooting*

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

1. Penelitian ini nantinya di harapkan sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas Negeri Padang
2. Agar dapat berguna bagi SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu sebagai perkembangan dalam bermain sepakbola
3. Sebagai masukan untuk pelatih dalam mengembangkan program latihan yang berkaitan dengan sepakbola
4. Sebagai gambaran tentang karya yang di miliki tentang sepak bola
5. Peneliti selanjutnya sebagai refrensi dalam melakukan penelitian

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepakbola SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu Provinsi Sumatera Utara, dari 13 orang sampel tidak satu orangpun yang memiliki kategori baik sekali dan kurang sekali, untuk kategori baik yaitu 5 orang (38,46%), dan untuk kategori sedang dan kurang masing-masing ada 4 orang (30,77%).

#### **B. Saran**

Berpedoman pada hasil kesimpulan di atas, maka penulis mengemukakan saran-saran kepada:

1. Pelatih, agar lebih memperhatikan dan mengontrol setiap pemain dalam pelaksanaan latihan sesuai dengan teknik dasar yang diberikan. Di samping itu perlu juga ditekankan bahwa latihan-latihan komponen kondisi fisik merupakan hal yang penting terlebih dahulu dipersiapkan, sehingga kemampuan teknik dasar bermain sepakbola dapat dikembangkan.
2. Pemain agar lebih kontiniu dan serius melakukan latihan teknik dan kondisi fisik sesuai arahan dan petunjuk yang diberikan pelatih,
3. Pengurus SSB Desling Kabupaten Labuhanbatu agar memberikan perhatian dengan cara memberikan kesempatan tanding antar SSB yang ada di

Kabupaten Labuhanbatu, sehingga hal ini dapat diketahui dan dievaluasi tentang kemampuan teknik dasar pemain dalam bermain sepakbola.

## DAFTAR PUSTAKA

- AF, O. F., Maesaroh, S., Rahmatullah, M. I., Murti, E., & Sulistiya, F. (2021). Analisis kelincahan, kecepatan, dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan dribbling tim sepak bola uss (uir soccer school). *Journal of Sport Education (JOPE)*, 3(2), 137-145.
- Afrizal, S. (2018). Dayaledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 81-81.
- Aldo N.P & Vivaldi Gazali. 2017. Kontribusi Kelentukan Pinggang Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola Psts Tabing Padang. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Volume 16 No. 2 Desember 2017.
- ALFAJRI, M., & Syafaruddin, S. (2021). *PENGARUH LATIHAN SHUTTLE RUN TERHADAP KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA SMK AZ-ZAWIYAH TANJUNG BATU* (Doctoral dissertation, Sriwijaya University).
- Anas Sudjono. (2009). Pengantar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: PT. Raja Grafindo Perseda
- Akhir, U. (2018). TINGKAT KECAKAPAN TEKNIK DASAR BERMAIN SEPAKBOLA PADA SISWA KELAS KHUSUS OLAHRAGA SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 13 YOGYAKARTA. *Pend. Kepeleatihan Olahraga-S1*, 7(5).
- Arikunto, Suharmisi (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Arsil. 2018. *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media
- Atig, 2012. Pengaruh Feedback Dan Motivasi Latihan Terhadap Keterampilan *Passing Control* Sepak Bola U-16. *Jurnal Ilmu Keolahragaan* 11 (02), 127-139 Tahun 2020.