

**PENGARUH METODE LATIHAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA TERHADAP
KETERAMPILAN DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SSB BAWAN
DI KECAMATAN AMPEK NAGARI KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi jurusan Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh :
YUNALDI IKBAL
NIM : 15086067**

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Pengaruh Metode Latihan Teknik Dasar Sepakbola Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SSB Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam

Nama : Yunaldi Ikbal
NIM : 15086067
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

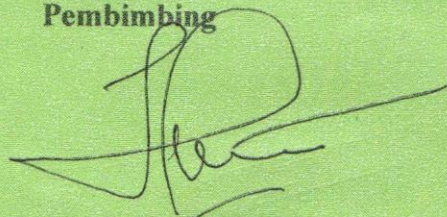
Padang, September 2019

Disetujui Oleh
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003

Pembimbing



Drs. Jonni, M.Pd
NIP. 19600604 198602 1 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Yunaldi Ikbal
NIM : 15086067

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**


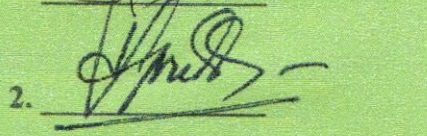

**Pengaruh Metode Latihan Teknik Dasar Sepakbola Terhadap Keterampilan
Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SSB Bawan di
Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam**

Padang, September 2019

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Jonni, M.Pd
2. Anggota : Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd
3. Anggota : Dra. Erianti, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pengaruh metode latihan Teknik Dasar Sepakbola Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SSB Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
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, Oktober 2019
Yang membuat pernyataan



Yunaldi Ikbal
NIM. 1508606/2015

ABSTRAK

Yunaldi Ikbal. 2019. Pengaruh metode latihan Teknik Dasar Sepakbola Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SSB Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode latihan teknik dasar terhadap kemampuan teknik dasar pemain SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Sepakbola Nagari Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam pada 11 Juni 2019 s/d 16 Juli 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam yang berjumlah 18 orang. Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 18 orang pemain. Instrument dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes kemampuan dasar sepakbola, yaitu *passing test*, *dribbling test* dan *shooting test*. Teknik analisis data menggunakan rumus uji t.

Hasil penelitian ini adalah: Terdapat pengaruh metode latihan teknik dasar *Dribbling Passing* dan *Shooting* Sepakbola Terhadap Keterampilan Dasar Permainan Sepakbola Siswa SSB Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,95 > 1,89$), jadi metode latihan teknik dasar sepakbola dapat memberikan pengaruh yang berarti terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola Siswa SSB Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tentang “Pengaruh metode latihan Teknik Dasar Sepakbola Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SSB Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam”. Sholawat beserta salam untuk Nabi besar Muhamad SAW, semoga kita semua memperoleh syafaatnya.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri, Ph.D., selaku rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan akademik dalam masa perkuliahan penulis.
2. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Bapak Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam proses perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Jonni, M.Pd, selaku pembimbing akademik yang telah membantu penulis dalam masa perkuliahan.
5. Bapak Prof. Syafruddin, M.Pd selaku penguji yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat pemikiran dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Ibuk Dra.Erianti, M.Pd selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam menyelesaikan skripsi penulis
7. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Pelatih Sepakbola SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam yang telah memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian ini.
9. Kedua orang tua yang istimewa dalam hidup peneliti, Ayahanda **Edison** dan Ibunda **Yunaini Tursina** yang selalu memberikan semangat, doa dan dukungan baik secara moril maupun materil.
10. Keluarga besar di Agam khususnya di nagari bawan yang selalu memberikan semangat dan dukungan.
11. Kepada teman-teman Pendidikan Olahraga BP 2015 serta teman-teman dekat yang tidak bisa disebutkan satu persatu Dan Teman-teman Kontrakan simpang Gia yang telah memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerahkan diri semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan Ridho-Nya serta berguna bagi yang membaca.

Padang, Agustus 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABLE	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori	9
1. Pengertian Sepakbola	9
2. Teknik Dasar Sepakbola	10
3. Medel Latihan	14
4. Hakikat Latihan	26
B. Kerangka Konseptual	32
C. Hipotesis Penelitian	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian	33
B. Desain Penelitian	33
C. Tempat dan Waktu Penelitian	34
D. Populasi dan Sampel	34
E. Defenisi Operasional	35
F. Jenis dan Sumber Data	36

G. Jadwal Latihan	37
H. Prosedur Penelitian	37
I. Instrument Penelitian	38
J. Teknik Analisis Data	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Deskripsi Data Penelitian.....	46
B. Hasil Penelitian	46
C. Uji Persyaratan Analisis.....	49
D. Hasil Penelitian	50
E. Pembahasan.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	54
PROGRAM LATIHAN	56
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Siswa SSB Putra Bawan Kec. Ampek Nagari Kab. Agam	35
2. Jadwal hari dan jam latihan / Perlakuannya	37
3. Norma Tes <i>Passing</i>	40
4. Transformasi skor tes <i>dribbling</i> ke dalam T-Skore.....	41
5. Norma Penilaian <i>Dribbling</i>	42
6. Transformasi skor Tes <i>Shooting at the ball</i> ke dalam T-Skore.....	43
7. Norma penilaian <i>Test Shooting at the ball</i>	44
8. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal (<i>Pre Test</i>) Kemampuan Teknik Dasar Siswa SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam...	46
9. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Akhir (<i>Post Test</i>) Kemampuan Teknik Dasar Siswa SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam...	48
10. Uji Normalitas.....	49
11. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik <i>Dribbling</i> Bergantian	14
2. Teknik <i>Dribbling</i> Berhadapan.....	15
3. Teknik <i>Dribbling</i> Mengubah Arah.....	16
4. Teknik <i>Dribbling</i> Menguasai Bola.....	16
5. Teknik <i>Dribbling</i> Mengambil Alih	17
6. Teknik <i>Dribbling zig zag</i>	18
7. Teknik <i>Passing</i> Jarak Pendek.....	18
8. Teknik <i>Passing</i> Mengubah Posisi	19
9. Teknik <i>Wall Passing</i>	20
10. Teknik <i>Passing</i> Berhadapan	20
11. Teknik <i>Passing</i> Mengatur Permainan	21
12. Teknik <i>Shooting</i> Dengan Cepat	22
13. Teknik <i>Shooting</i> Berbeda Berbeda.....	23
14. Teknik <i>Shooting</i> Secara Akurat	24
15. Teknik <i>Shooting</i> Menerima Operan.....	24
16. Teknik <i>Shooting</i> Secara Berbelok.....	25
17. Teknik <i>Shooting Servis</i> Tinggi.....	26
18. Kerangka Konseptual	32
19. Desain Penelitian.....	34
20. Lapangan Tes passing dan mengontrol bola	40
21. Lapangan Tes Mendribel Bola	41
22. Lapangan Tes Menendang Bola Ke Gawang.....	42
23. Histogram Hasil Tes Awal (<i>Pre-Test</i>) Kemampuan Teknik Dasar Siswa SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam	47
24. Histogram Hasil Tes Akhir (<i>Pre-Test</i>) Kemampuan Teknik Dasar Siswa SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam	48

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat, baik sebagai hiburan, mulai dari latihan peningkatan kondisi tubuh atau sebagai prestasi untuk membela desa, daerah dan negara. Sepakbola yang sudah memasyarakat itu merupakan gambaran persepak bolaan di Indonesia khususnya negara maju pada umumnya.

Sebagaimana dijelaskan dalam UU No.3 Pasal 27 ayat 4 (2005:18-19) bahwa”untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga,kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga serta diselenggarakan kompetisi olahraga berjenjang dan berkelanjutan”.

Dari kutipan diatas terlihat bahwa di antara berbagai tujuan dan sasaran kegiatan olahraga indonesia salah satunya adalah dalam pembinaan prestasi olahraga. Artinya kegiatan olahraga tidak hanya untuk kesegaran jasmani saja namun juga untuk meningkatkan prestasi olahraga agar dapat mengharumkan nama bangsa.

Dari sekian banyak cabang olahraga yang dikembangkan saat ini,salah satunya yang mendapat perhatian dan pembinaan adalah sepakbola. Olahraga sepakbola adalah salah satu olahraga yang paling digemari dikalangan masyarakat umum.

Hal ini terbukti bahwa semakin banyaknya televisi luar negeri atau dalam negeri menyiarkan siaran langsung pertandingan sepakbola kompetisi antar klub atau kompetisi antar Negara yang dikelola oleh induk organisasi masing-masing peserta kompetisi berikut.

Untuk mencapai prestasi yang tinggi dalam sepakbola banyak faktor yang mempengaruhi Menurut Syafruddin (2011:22) pencapaian prestasi olahraga dipengaruhi oleh banyak faktor yang berasal dari dalam (internal) maupun dari luar (eksternal) lebih lanjut Syafruddin (2011:23) menjelaskan “faktor internal adalah faktor yang berasal dari sang siswa seperti kemampuan fisik dan teknik sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa seperti sarana prasaran, pelatih, keluarga, gizi dan sebagainya” dari pendapat diatas dapat kita ketahui bahwa banyak faktor yang mempengaruhi prestasi seorang siswa seperti faktor internal yang berasal dari dalam diri sang siswa , dan juga faktor eksternal yang berasal dari luar diri sang siswa .

Muhajir (2004:2) mengemukakan bahwa ”Kondisi fisik adalah kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa mengalami kelelahan yang berarti”. Kondisi fisik ditinjau dari muskuler meliputi: daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*).

Berdasarkan pendapat diatas, teknik juga merupakan suatu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola, Yulifri (2012:78)

mengemukakan bahwa "teknik dasar dalam bermain sepakbola dikelompokkan atas dua teknik yaitu teknik dengan bola diantaranya menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola dan teknik penjaga gawang. Sedangkan teknik tanpa bola terdiri atas lari, lompat, *tackling*".

Berdasarkan pendapat diatas, teknik *Dribbling Passing Shotting* merupakan teknik yang penting dikuasai dengan baik untuk menjadi pemain yang berprestasi.

Menurut Mielke (2007:2) Bahwa "Mendrible bola adalah keterampilan dasar dalam permainan sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan". Sedangkan menurut Luxbacher (2004:47) mengatakan bahwa *dribbling* dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bola basket yaitu memungkinkan pemain untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka. Beberapa orang berasumsi bahwa *dribbling* bola lebih sebagai seni dari pada keterampilan. Pemain dapat mengembangkan dan menciptakan gayanya sendiri dalam *dribbling* bola selama tetap mencapai sasaran utama yaitu mengalahkan lawan dengan tetap menguasai bola. Sehingga dapat diambil suatu pengertian bahwa *dribbling* bola adalah suatu kemampuan menguasai bola dengan kaki oleh pemain dengan atau tanpa berlari untuk melewati lawan atau untuk membuka daerah pertahanan lawan.

Menurut Komarudin (2011:3) adalah proses mendorong bola dengan bagian kaki tertentu kepada kawan. Tujuan utama dari *passing* adalah

mengalirkan bola agar tercipta peluang untuk mencetak gol serta agar pemain lawan tidak mudah merebut penguasaan bola karena bola terjauhkan dari lawan dengan *passing*.

Selain itu untuk dapat meningkatkan kemampuan *passing* ditentukan sarana dan prasarana yang tersedia, apakah telah memadai atau tidak. Sarana dan prasarana sangat mempengaruhi perkembangan keterampilan teknik *Passing*. Hal yang paling mendasar adalah bagaimana kondisi lapangan yang dimiliki. Lapangan sepakbola yang baik adalah lapangan yang datar, dan memiliki system *drainase* yang baik. Selanjutnya ada sarana prasarana yang dibutuhkan seperti beberapa banyak bola yang tersedia dapat mempengaruhi kelancaran dan kualitas selama latihan. Dengan sarana dan prasarana yang minim maka akan menghambat proses latihan sehingga tujuan dari latihan tersebut tidak tercapai secara optimal.

Menurut sugiyanto (2007:17) *Shooting* atau menembak bola atau shooting adalah tendangan ke arah gawang dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan. Tendangan ke arah gawang atau shooting ada awalan sebelum tendangan dilakukan.

Namun prestasi sepakbola di SSB Bawan kecamatan ampek nagari kabupaten agam masih tertinggal dengan SSB lain di tingkat Kabupaten Agam, hal ini terlihat dimana SSB Bawan kecamatan ampek nagari kabupaten Agam belum bisa meraih prestasi yang baik pada piala bupati tingkat u15 2017-2018 dan pertandingan-pertandingan lainnya. Minimnya prestasi yang diraih SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam dicabang

sepakbola dikarenakan oleh beberapa faktor kondisi fisik yang kurang dimiliki oleh pemain sepak bola SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam sehingga kemampuan *Dribbling Passing dan shotting* pemain sepakbola SSB Bawan kecamatan ampek nagari kabupaten Agam tidak sesuai dengan yang diinginkan.

Teknik dibutuhkan oleh seseorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur kerjasama dan kekompakan dalam menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari yang mungkin terjadi. *Dribbling Passing dan shotting* dapat dilatih secara baik dengan berbagai variasi latihan teknik. Bagi seorang pemain sepakbola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam setiap pertandingan.

Kondisi fisik yang baik serta penguasaan teknik yang baik dapat memberikan sumbangan yang cukup besar untuk memiliki kecakapan bermain sepakbola. Tetapi hal itu perlu diselidiki lebih lanjut oleh pakar sepakbola di tanah air, seperti yang dikatakan suharjana (2013:37), bahwa kondisi fisik yang baik tanpa didukung dengan penguasaan teknik bermain, taktik yang baik serta mental yang baik, maka prestasi yang akan dicapai tidak dapat berjalan seimbang. Demikian pula sebaliknya memiliki kondisi yang jelek tetapi teknik, taktik dan mental yang baik juga kurang mendukung untuk pencapaian prestasi.

Untuk itu perlu pembinaan yang baik pada cabang olahraga sepakbola sedini mungkin untuk mencapai sasaran pada event tertentu agar prestasi

puncak dapat ditampilkan sebaik-baiknya. Dalam proses latihan unsur-unsur kondisi fisik menempati posisi terdepan untuk dilatih, yang berlanjut ke latihan teknik, taktik, mental dan kematangan bertanding dalam pencapaian prestasi.

Latihan kondisi fisik secara terorganisir dan berkesinambungan dapat memberikan sumbangan yang besar bagi peningkatan kemampuan pengembangan teknik dalam pertandingan. Aktifitas yang dilakukan secara berulang-ulang, terorganisir, terkoordinir, terencana, dan sistematis serta pelaksanaannya memperhatikan prinsip-prinsip latihan secara ilmiah agar kegiatan tersebut dapat mengembangkan kemampuan dari unsur-unsur kondisi fisik seperti kecepatan, kelenturan, daya tahan, kekuatan, kelincihan dan koordinasi.

Untuk mendapatkan gambaran yang akurat dan terarah mengenai permasalahan di atas, perlu dilakukan suatu penelitian yang lebih mendalam mengenai masalah ini. Dengan demikian penelitian ini nantinya diharapkan mampu menggambarkan data-data yang mendekati kearah benar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Masih rendahnya Penguasaan teknik dasar sepakbola siswa SSB Bawan
2. Rendahnya kemampuan *Dribbling* siswa SSB Bawan
3. Rendahnya kemampuan *Shooting* siswa SSB Bawan
4. Rendahnya kemampuan *Passsing* siswa SSB Bawan

5. Kualitas pelatih yang belum memadai
6. Kondisi fisik siswa SSB bawan yang masih lemah.
7. Sarana dan Prasarana pendukung kegiatan di SSB bawan yang kurang memadai.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas maka dalam penelitian ini penulis hanya meneliti tentang: metode latihan dribbling, shooting, dan passing sebagai variable bebas penelitian sedangkan variable terikatnya adalah keterampilan teknik dasar sepakbola.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan pada latar belakang dan batasan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan masalah yaitu: Apakah terdapat pengaruh metode latihan teknik dasar *Dribbling*, *Passing* dan *Shooting* terhadap keterampilan dasar bermain sepakbola siswa SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menjelaskan pengaruh metode latihan teknik dasar *Dribbling*, *Passing* dan *Shooting* terhadap keterampilan dasar bermain sepakbola siswa SSB Bawan Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Penulis/Peneliti untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan olahraga Universitas Negeri Padang (UNP).
2. Bahan bacaan pada perpustakaan Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.
3. Bagi pelatih serta pembina dalam menunjang penyusunan program metode latihan passing dribbling dan shotting sepak bola di SSB Putra Bawan Kabupaten Agam.
4. Bagi PSSI bisa mengembang dan menerapkan program latihan ini di SSB di kabupaten Agam.
5. Bagi siswa SSB Putra Bawan dapat memberikan informasi serta menjadi sumbangan khasanah ilmu pengetahuan.
6. Bagi pengurus lebih giat lagi memfasilitasi latihan siswa SSB Putra Bawan.
7. Hasil penelitian ini diharapkan dapat merupakan sumbangan yang berarti bagi dunia olahraga khususnya sepakbola Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini adalah Terdapat pengaruh metode latihan *Dribbling Passing* dan *Shooting* Teknik Dasar Sepakbola secara signifikan Terhadap Keterampilan Dasar Permainan Sepakbola Siswa SSB Bawan di Kecamatan Ampek Nagari Kabupaten Agam dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,95 > 1,89$)

B. Saran

Beritik tolak pada uraian terdahulu serta kesimpulan-kesimpulan di atas, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Kepada pelatih SSB Putra Bawan agar dapat melakukan latihan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola dengan medel latihan yang sesuai, pengaturan latihan yang dimaksud meliputi intensitas, volume, lama latihan atau durasi dan repetisi.
2. Untuk pemain diharapkan mengikuti latihan dengan teratur serta disiplin agar dapat mengoptimalkan kemampuan mereka dalam permainan sepakbola, termasuk kemampuan *Dribbling*, *Passing* dan *Shooting*
3. Pengurus SSB Putra Bawan agar meningkatkan sarana dan prasarana yang bertujuan untuk peningkatan teknik dasar pemain dan juga menunjang untuk peningkatan lisensi kepalatihan pelatih yang bertugas di SSB Putra Bawan.
4. Pengurus PSSI Kabupaten Agam agar lebih memperhatikan dan mengalokasikan dana untuk peningkatan sarana dan prasarana untuk ssb yang ada di Kabupaten Agam

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, Fardi. 2005. *Hand Out Matakuliah Statistic Lanjutan Proyek Pengembangan Hibah Kompetisi A-1*. Padang : FIK UNP.
- Arsil & Yulifri . (2016). *Permainan Sepakbola*. Padang : FIK UNP
- Arsil. (2009). *Tes Pengukuran dan Evaluas*. Padang: FIK UNP
- Cook, malcolm, (2013). *101 Drills Sepak bola untuk pemain muda U 12-16*. Jakarta: PT Indeks
- Embral. (2016) . *Sepak Bola Dasar*. Padang : UNP Sukabina press.
- Eri, Pratiknyo Dwi Kusworo dan Erni, Suharsini. 2003. *Metodologi Penelitian*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Giri Wiarto. (2013). *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta. Graha Ilmu.
- Koger, Robert. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepak Bola*. Bandung: UPI.
- Komarrudin. (2005). *Dasar gerak sepakbola*. Yogyakarta: Universtas Negeri Yogyakarta
- Luxbacher, A. J. (2011). *Sepakbola Taktik dan Teknik Bermain*. Jakarta: PT Raya Grafindo Persada.
- Luxbacher, J,A. 2004. *Sepak Bola*. Jakata : PT Rajasa Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar- Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Karya Pustaka
- Mielke, D. 2004. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Jakarta : Pakar Raya.
- Muhajir. 2001. *Teori dan praktek pendidikan jasmani untuk SMP kelas VII* Bandung: Yudhistira.
- PSSI. (2008). *Peraturan Permainan Sepakbola Law Of The Game*. Jakarta.
- Riduwan (2005). *Prosedur penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sandjaja, B. (2006). *Panduan Penelitian*. Jakarta: Prestasi pustaka
- Scheuneman, T. (2005). *Dasar Sepak Bola Modern Untuk Pemain Dan Pelatih*. Malang: Dioma