

**TINJAUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAKBOLA PADA TIM
SEPAKBOLA SSB PERSEBAL JUNIOR BALAI SELASA
RANAH PESISIR**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh:
ZAKI PRAMA MARZA
20086564/2020**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

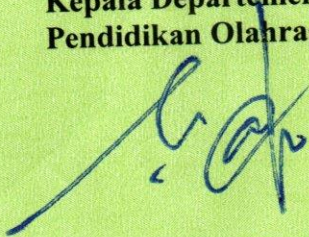
SKRIPSI

Judul : Tinjauan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Sekolah
Sepakbola Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir

Nama : Zaki Prama Marza
NIM : 20086564
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Maret 2025

Mengetahui
Kepala Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui
Pembimbing



Dr. Muhammad Arnando, S.Si., M.Pd
NIDN. 0006128302

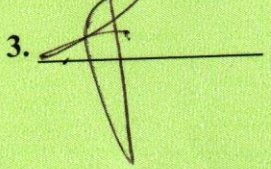
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Zaki Prama Marza
NIM : 20086564

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

Tinjauan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Sekolah Sepakbola Persebal
Junior Balai Selasa Ranah Pesisir

Padang, Maret 2025

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Muhammad Arnando, S.Si., M.Pd	1. 
2. Anggota	: Haripah Lawanis, S.Pd., M.Pd	2. 
3. Anggota	: Dr. Atradinal, S.Pd., M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul Tinjauan Teknik Dasar Pemain Sepakbola Pada Tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir, 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 dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Maret 2025
Yang membuat pernyataan,



Zaki Prama Marza
NIM. 20086564/2020

ABSTRAK

Zaki Prama Marza. 2025. Tinjauan Teknik Dasar Pemain Sepakbola Pada Tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang

Permasalahan dalam penelitian ini adalah diduga masih rendahnya tingkat kemampuan teknik dasar sepakbola Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar sepakbola pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2024 di lapangan Sepakbola SSB Persebal junior Balaiselasa Kecamatan Ranah Pesisir. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Persebal junior Balaiselasa Kecamatan Ranah Pesisir yang berjumlah 25 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 25 orang pemain. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes kemampuan teknik dasar sepakbola. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Kemampuan teknik *passing* Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 119,48 berada pada kategori baik, 2) Kemampuan teknik *dribbling* Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 60 berada pada kategori baik, 3) Kemampuan teknik *shooting* Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 50 berada pada kategori sedang, 4) Kemampuan teknik dasar sepakbola Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 229,52 berada pada kategori baik.

Kata kunci: Teknik Dasar, Sepakbola, SSB

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal ini, dengan judul **“Tinjauan Teknik Dasar Pemain Sepakbola Pada Tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir”**.

Penulisan proposal ini merupakan salah satu syarat untuk gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Karena keterbatasan ilmu dan pengetahuan yang penulis miliki, maka dengan tangan terbuka dan hati yang lapang penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan di masa yang akan datang. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang tua terutama Ibu (Marianis, S.Pd) yang telah mendidik penulis semenjak kecil hingga sekarang dan juga dukungan moril dan materil sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Kemudian penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian proposal ini, yaitu:

1. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd Selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Negeri Padang

3. Pembimbing Skripsi Beserta Dosen Pembimbing Akademik, Bapak Dr. Muhammad Arnando, S.Si., M.Pd yang telah memberi dukungan dengan berkenan membimbing dengan sabar.
4. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Sari Rasida selaku kekasih saya yang terus memberikan dukungan dengan tulus untuk berjuang menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas.
6. Teman-teman mahasiswa Penjaskesrek angkatan 2020 atas segala motivasi dan bantuannya demi terselesaikan skripsi ini.

Akhirnya segala batuan dukungan, saran dan doa yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT serta tugas akhir skripsi ini dapat menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca ataupun pihak yang membutuhkan.

Padang, Januari 2025

Zaki Prama Marza
NIM. 20086564

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR TABEL	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	10
1. Pengertian Sepakbola	10
2. Teknik Dasar Sepakbola	13
a. Teknik <i>Passing</i>	15
b. Teknik <i>Dribbling</i>	24
c. Teknik <i>Shooting</i>	29
B. Kerangka Konseptual	39
C. Pertanyaan Penelitian	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Populasi dan Sampel Penelitian	41
D. Defenisi Operasional.....	42
E. Jenis dan Sumber Data	43
F. Instrumen Penelitian.....	44
G. Teknik Analisis Data	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	50
B. Hasil Penelitian	50
1. Tingkat Teknik Dasar <i>Passing</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir.....	50
2. Tingkat Teknik Dasar <i>Dribbling</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir.....	51
3. Tingkat Teknik Dasar <i>Shooting</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir.....	53
4. Tingkat Teknik Dasar Sepakbola Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir.....	54
C. Pembahasan.....	55

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	63
B. Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA	65
-----------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Passing</i>	18
2. Operan (<i>passing</i>) pendek dalam sepak bola.....	20
3. Operan (<i>passing</i>) jarak jauh	21
4. Operan (<i>passing</i>) dengan kaki bagian dalam	21
5. <i>Passing</i> dengan punggung kaki bagian dalam	21
6. Operan (<i>passing</i>) dengan punggung (kura-kura) kaki	23
7. Operan (<i>passing</i>) dengan kaki kura bagian atas.....	24
8. <i>Dribbling</i>	26
9. <i>Dribbling</i> dengan kaki bagian dalam	27
10. <i>Dribbling</i> dengan kaki bagian luar	28
11. <i>Dribbling</i> dengan punggung kaki	29
12. <i>Shooting</i>	32
13. <i>Shooting</i> dengan kaki bagian dalam	33
14. <i>Shooting</i> dengan kaki bagian luar	34
15. <i>Shooting Full Vollye</i>	35
16. <i>Shooting Half Vollye</i>	37
17. <i>Shooting Side Vollye</i>	38
18. Kerangka Konseptual.....	40
19. Tes menendang dan menahan bola (<i>Passing</i>)	45
20. Tes menggiring bola (<i>dribbling</i>)	46
21. Tes menendang bola ke sasaran (<i>shooting</i>)	48
22. Histogram Data <i>Passing</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir	51
23. Histogram Data <i>Dribbling</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir	52
24. Histogram Data <i>Shooting</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir	54
25. Histogram Data Teknik Dasar Sepakbola Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi penelitian	41
2. Norma Standarisasi Tes <i>Passing</i>	44
3. Norma Standarisasi Tes <i>Dribbling</i>	47
4. Norma Standarisasi Tes <i>Shooting</i>	48
5. Distribusi Frekuensi <i>Passing</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir	50
6. Distribusi Frekuensi <i>Dribbling</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir	52
7. Distribusi Frekuensi <i>Shooting</i> Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir	53
8. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Sepakbola Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir	54

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu cara untuk menjaga agar kesegaran jasmani tetap berada dalam kondisi yang baik. Sehingga terlihat pada pria maupun wanita, tua atau muda melakukan latihan-latihan olahraga, baik di lapangan maupun di jalan, semua ini mereka lakukan agar kesehatan dan kesegaran jasmani tetap baik yang digunakan sebagai untuk hidup bahagia dan bermanfaat. Olahraga merupakan suatu kegiatan yang banyak dilakukan oleh masyarakat keberadaannya saat ini tidak lagi dianggap remeh namun sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Marta, I. A., & Neldi, H., 2023:1)

Hakekat olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan melawan diri sendiri atau melawan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam. Kegiatan olahraga meliputi gaya pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat atau jiwa sportif. Pada olahraga kelompok mendorong manusia saling bertanding dalam suasana kegembiraan dan kejujuran. Olahraga merupakan bentuk lain dari aktivitas fisik, tetapi jauh lebih terstruktur dari pada latihan karena olahraga memiliki seperangkat peraturan dan umumnya melibatkan adanya kompetisi (Hagger & Chatzisarantis, 2005: 8). “Perkembangan olahraga saat ini sangat berkembang dengan pesat, sehingga diperlukan penanganan yang lebih serius dan persiapan yang lebih matang” (Nando 2018).

Salah satu dalam cabang olahraga sepakbola yang diurus oleh federasi sepakbola yaitu FIFA. Ditegaskan dalam Undang-Undang Nomor II Tahun 2022 pasal 1 ayat 1 tentang sistem keolahragaan nasional yang berbunyi : “Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial dan budaya.” Dilanjutkan pasal 1 ayat 7 yang berbunyi : “Pembinaan olahraga adalah orang yang memiliki minat dan pengetahuan, kepemimpinan, kemampuan manajerial dan pendanaan yang didedikasikan untuk pembinaan dan pengembangan olahraga”.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat fenomenal. Sepakbola merupakan olahraga yang dinilai sebagai salah satu olahraga yang paling populer di dunia (Kurt, Catikkas, Omurlus, & Atalag, 2012:39). Masing-masing tim berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan bola dari lawan. Permainan sepakbola boleh dilakukan dengan seluruh anggota tubuh selain tangan, kecuali penjaga gawang diperbolehkan salah satu syarat untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus menguasai keterampilan dasar sepakbola dengan baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Keterampilan sepak bola ada beberapa macam, seperti *Passing, dribbling, shooting, heading, crossing, throw in* dan *intercepting*.

Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam yaitu *Passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Dalam meningkatkan kecakapan permainan sepakbola, kemampuan dasar serta hubungannya dengan kemampuan koordinasi gerak fisik, mental dan taktik. Kemampuan dasar harus dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya sesuatu kesebelasan dalam suatu pertandingan.

Untuk merealisasikan teknik dasar sepakbola dalam permainan sepakbola, dibutuhkan juga kondisi fisik yang kuat selain kondisi fisik juga dibutuhkan taktik dan juga mental. Teknik dasar dalam sepakbola, *passing* (mengoper bola) adalah satu gerakan dasar dalam permainan sepakbola, dimana teknik ini merupakan keterampilan untuk memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya. *Passing* dapat dilakukan dengan menggunakan kaki atau bagian tubuh lainnya kecuali tangan. Tujuan *passing* adalah mengoper bola ke teman satu tim agar dapat menciptakan ruang, sehingga dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain bertahan.

Control (menghentikan bola) yaitu suatu upaya untuk menghentikan bola sebelum bola dihentikan dengan kaki, saat mengontrol bola yang datang seorang pemain harus dalam posisi siap agar dengan pengamatan yang tepat agar bola dapat di kuasai dengan sepenuhnya tanpa dicuri lawan. Tujuan *control* dalam sepakbola adalah untuk mengatur tempo permainan,

mengalihkan laju permainan, serta untuk memudahkan mengoper atau mengumpan kepada rekan satu tim.

Dribbling (membawa/menggiring bola) adalah teknik membawa bola dan mengubah arah dengan sentuhan-sentuhan kaki yang cepat dan tepat, *dribbling* dilakukan dengan cara menendang atau dilakukan sentuhan ringan terhadap bola, sehingga bola bergerak menyusur tanah. Tujuan menggiring bola yaitu untuk mendekati jarak ke sasaran, untuk melewati lawan dan untuk menghambat tempo permainan atau pertandingan.

Shooting (menendang bola) merupakan teknik dasar sepakbola yang harus dikuasai pemain terutama pemain depan, karena peluang paling besar untuk menciptakan gol adalah menembak bola dengan kekuatan kaki ke gawang lawan dengan akurat. Teknik *shooting* yang paling baik dilakukan dengan punggung kaki. Tujuan *shooting* dalam sepakbola adalah untuk mencetak gol ke gawang lawan.

Menurut (Emral, 2016:89-93) empat moment atau situasi penting dalam permainan sepakbola yaitu sasaran pada saat “menguasai bola” (momen pertama), sasaran pada saat “lawan menguasai bola” (momen kedua) sasaran pada masa “transisi/pergantian dari menyerang ke bertahan (momen ketiga), dan sasaran pada masa “transisi/pergantian dari bertahan ke menyerang (momen keempat). Faktor yang penting dalam pencapaian dalam prestasi sepakbola adalah adanya sarana prasarana yang memadai, pelatih yang berkualitas, pemain yang berbakat dan kompetisi yang teratur serta ilmu dan teknologi yang memadai, penguasaan kemampuan dasar yang dimiliki oleh

pemain itu sendiri, sehingga pandai bermain sepakbola. Tingkat keterampilan dasar juga erat sekali hubungannya dengan kemampuan teknik dasar dalam bermain sepakbola, mental. Keterampilan dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk meninjau mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam pertandingan. Keterampilan dasar sepakbola yang di ajarkan meliputi *Passing*, *dribbling* dan *shooting*.

Berdasarkan hasil observasi awal yang penulis lakukan pada pemain sepakbola SSB Persebal junior di lapangan saat latihan serta dalam pertandingan pada kejuaraan yang telah diikuti, secara langsung penulis, melihat masih banyak pemain sepak bola SSB Persebal tidak sesuai dengan yang diinginkan terhadap teknik dasar sepakbola yang dilakukannya, hal ini terlihat pada waktu pemain sepakbola Persebal melakukan beberapa teknik dalam pertandingan seperti mendribbel bola untuk melewati lawan pada saat bertanding dan bola sering tidak terkuasai dengan baik, dalam situasi seperti ini pemain susah melakukan untuk menyusuk daerah pertahanan lawan, maupun pada saat *passing* pemain melakukan tidak sesuai sasaran sehingga teman untuk menerima bola susah bahkan bola mudah diambil lawan dan begitupun *shooting*.

Latihan yang dilakukan 3X dalam satu minggu kurang efektif karena didalam latihan hanya melakukan beberapa teknik dan langsung melakukan game internal, dimana pelatih yang kurang pengalaman dalam melatih dimana sang pelatih hanya mempunyai lisensi rendah.

Penulis juga melakukan wawancara kepada pelatih SSB Persebal Junior Balai Selasa, berdasarkan wawancara pelatih mengatakan klub sering mengikuti pertandingan kejuaraan baik antar kampung maupun di Kecamatan. Dari sekian banyak pertandingan yang dilakukan klub SSB Persebal Junior Balai Selasa juga sering mengalami kekalahan dan pada pertandingan terakhir hanya mampu sampai perempat final dan di pertandingan terakhir mengalami kekalahan yang sangat telak.

Sejak berdirinya klub Persebal 1980 yang dimana nama awal klub ini adalah Pespel yang dimana banyak menuai prestasi dan banyak mendapatkan piala. Pada tahun 2000 klub ini berganti nama menjadi Persebal dan ditahun itu sampai tahun 2015 klub ini konsisten mengikuti turnamen dan mendapatkan juara. Pada tahun yang sama pelatihnya berganti, dan setelah bergantinya pelatih disitu mulai menurunnya prestasi Persebal Junior dan dimana banyak pemain inti yang mulai tidak mengikuti latihan ataupun yang cidera.

Berdasarkan fenomena tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang teknik dasar dalam permainan sepakbola yaitu (*Passing, dribbling* dan *shooting*) dengan harapan dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dalam pelaksanaan pelatih SSB Persebal Junior Balai Selasa sekaligus mengambil langkah inovasi dalam permainan sepakbola di masa yang akan datang yang lebih tepat. Diharapkan pula dengan adanya penelitian kemampuan dasar bermain sepakbola dalam program pelatihan SSB mampu meningkatkan keterampilan dasar gerak bermain sepakbola para pemain

sehingga dapat meninjau keterampilan bermain sepakbola dan memahami tentang sepakbola itu sendiri.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi prestasi pemain sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa. Diduga faktor penyebab tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Teknik mengoper dan menahan bola (*Passing*)
2. Teknik menggiring bola (*dribbling*)
3. Teknik menendang bola ke gawang (*shooting*)
4. Sarana dan prasarana
5. Pelatih

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi kurang bagusnya teknik dasar pemain SSB Persebal Junior Balai Selasa dan terlalu luasnya permasalahan yang diteliti serta keterbatasan penulis, maka dalam penelitian ini tidak semua faktor yang teridentifikasi diatas dapat diteliti, penulis hanya membatasi hanya tentang teknik dasar pemain SSB Persebal Junior yaitu : *Passing, dribbling, dan shooting*.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini dapat dirumuskan:

1. Bagaimana kemampuan teknik mengoper bola (*Passing*) pemain SSB Persebal junior Balai Selasa?
2. Bagaimana kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain SSB Persebal junior Balai Selasa?
3. Bagaimana kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) pemain SSB Persebal junior Balai Selasa?
4. Bagaimana teknik dasar pemain SSB Persebal Junior Balai Selasa?

E. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Kemampuan teknik mengoper (*Passing*) pemain SSB Persebal Junior Balai Selasa.
2. Kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain SSB Persebal junior Balai Selasa.
3. Kemampuan teknik menendang bola ke gawang (*shooting*) pemain SSB Persebal junior Balai Selasa.
4. Kemampuan teknik dasar pemain SSB Persebal junior Balai Selasa Balai Selasa.

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. Sebagai masukan untuk Pembina dan pelatih sekolah SSB Persebal junior Balaiselasa mencapai prestasi yang lebih baik lagi.
4. Sebagai referensi bagi mahasiswa di perpustakaan fakultas ilmu keolahragaan.
5. Sebagai pedoman untuk mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu maka dapat disimpulkan:

1. Kemampuan teknik *passing* Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 119,48 berada pada kategori baik
2. Kemampuan teknik *dribbling* Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 60 berada pada kategori baik
3. Kemampuan teknik *shooting* Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 50 berada pada kategori sedang.
4. Kemampuan teknik dasar sepakbola Pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir rata-rata sebesar 229,52 berada pada kategori baik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka ada beberapa saran yang peneliti ingin sampaikan:

1. Bagi pihak Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir untuk memperhatikan licence kepelatihan sepakbola yang dimiliki oleh seorang pelatih, karena licence kepelatihan sangat menentukan seorang

pelatih dalam menerapkan program-program latihan yang akan dijalankan.

2. Pengurus sebagai penanggung jawab tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir melengkapi fasilitas yang menunjang untuk kemajuan tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir.
3. Bagi Pelatih agar memberikan latihan dengan berbagai metode yang efektif, sehingga penguasaan teknik dasar *Passing*, *dribbling*, *shooting*, dan *heading* akan bisa meningkat sesuai dengan yang diharapkan.
4. Bagi pemain tim Sepakbola SSB Persebal Junior Balai Selasa Ranah Pesisir untuk satu visi dengan pelatih dan juga menambah dengan latihan-latihan mandiri di luar jadwal yang diberikan pelatih tetapi harus memperhatikan intensitas dan repetisi yang teratur.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldo Naza, Putra (2022). Efektivitas Latihan Small Side Games Terhadap Keterampilan Shooting, Siswa SSB Usia 12 Tahun. *Jurnal Sporta Saintika*. Vol. 7. No. 1 ISSN: 2502-565
- Al-Hadiqie. (2013). *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional*. Jakarta: Kata Pena.
- Arikunto, (2010). *Menajemen penelitian*. Jakarta: Rineka cipta
- Atradinal. (2017). Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola. *Jurnal Mensa*. Vol.2. No.2
- Emral. (2016). *Bahan Ajar Sepakbola Dasar*. Padang: Sukabina Press.
- Febrian, W., Arsil, A., Atradinal, A., & Arnando, M. (2024). Tinjauan Penguasaan Teknik Dasar Passing Dribbling dan Shooting Pemain Sepak Bola SMP Negeri 3 X Koto Singkarak. *Jurnal JPDO*, 7(11), 2429-2439.
- Hidayat Nur Wibawa (2016). Pengaruh permainan target terhadap kemampuan shooting dalam permainan sepakbola pada siswa kelas khusus olahraga di SMA N 2 Playen. *Skripsi*. FIK: UNY
- Hagger, M & Chatzisarantis, N. (2005). *Applying social psychology: social psychology of exercise and sport*. Berkshire: Open University Press
- Ilham, I., Emral, E., Arsil, A., & Lawanis, H. (2023). Pengaruh Mode Latihan Filanesia Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola di SMP Negeri 15 Padang. *Jurnal JPDO*, 6(6), 1-8
- Joko Sutopo & Juli, (2015) *Kemampuan Dribbling, Shooting Dan Throw in Permainan Sepakbola Siswa Kelas V Sd Negeri Tembakrejo Kecamatan Tempel Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2012/2015*. *Skripsi*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Koger, Robert. (2007). *Latihan Dasar Sepak Bola Remaja*. Penerbit PT Saka Mitra Kompetensi. Klaten.
- Kurt, C., Catikkas, F, Omurulu, K. D., & Atalag, O. (2012). *Comparison of loneliness, trait anger-anger expression style self-esteem attributes with different playing position in soccer*. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(1), pp: 39 – 43.
- Luxbacher, J. A. (2014). *Soccer Steps To Success "Fourth Edition"*. United States: Human Kinetics.
- Luxbacher, Joe. (2004). *Sepak bola*. Penerbit PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.

- Marta Dinata (2007). *Dasar-dasar Mengajar sepakbola*. Jakarta: Hukum Kinetics.
- Marta, I. A., & Neldi, H. (2023). Hand Eye Coordination and Explosive Power of Limb Muscles for Under Ring Ability in playing Basketball. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragan*.
- Martadini, M. H (2023). Survei Keterampilan Teknik Dasar Service Atas, Passing Atas, Passing Bawah Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 1 Paiton Kabupaten Probolinggo, *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(1), 20-24.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Yudhistira Nurkencana
- Nando, M. A. (2018). Pengaruh Latihan Ledder Drill (Agility) terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis Mahasiswa Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 109-109.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran Dalam Penelitian Jasmani*. Jakarta pusat: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Ridwan. (2005). *Skala Pengukuran Variabel Penelitian*. Jakarta: Afa Beta.
- Setu, F. A. P., & Annas, M. (2021). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Pemahaman Law Of The Game Wasit Askab Magelang 2020. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 153-159.
- Sucipto, & dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan dasar dan menengah proyek penataran guru SLTP Serta D-II
- Supron, S., Atiq, A., & Purnomo, E (2022) Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Club Indonesia Muda Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 11(5), 1-8. <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i5.55278>.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung.
- Sudjarwo & Iwan. 2018. *Permainan Sepak Bola*. Tasikmalaya: PJKR FKIP UNSIL.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga Teori dan Aplikasinya dalam Pembinaan Latihan*. Padang: UNP Press Padang
- Winarno. (2004). *Evaluas Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Center for Human Capacity Development.

Wulandari, I., & Arnando, M. (2019). Contribution of Arm Muscle Explosion Power to Speed of Tennis Service. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(01), 19-28.

Yulifri & Arsil. (2016). *Permainan Sepakbola*. Padang: FIK UNP.