

**ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA
SSB SUNGAI ABANG U16 LUBUK ALUNG
KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Olahraga (S.Pd)*



Oleh:

**DHANI HARIADI SAPUTRA
21086113**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Analisis Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola SSB Sungai Abang U16 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman

Nama : Dhani Hariadi Saputra

NIM : 21086113

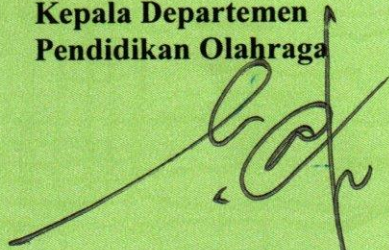
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2026

**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**

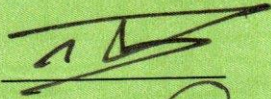
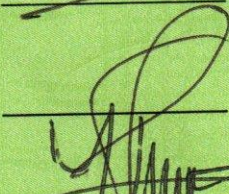
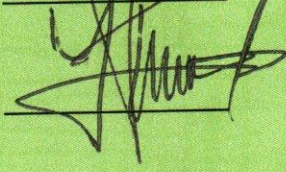
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Dhani Hariadi Saputra
NIM : 21086113

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

Analisis Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola SSB Sungai
Abang U16 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman

Padang, Februari 2026

- | Nama | Tanda Tangan |
|--|--|
| 1. Ketua : Dr. Muhammad Arnando, S.Si., M.Pd | 1.  |
| 2. Anggota : Dr. Atradinal, S.Pd., M.Pd | 2.  |
| 3. Anggota : Dr. Yuni Astuti, S.Pd., M.Pd | 3.  |

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **Analisis Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola SSB Sungai Abang U16 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman** 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 kepastakaan.
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, Febaruari 2026
Yang membuat pernyataan,



Dhani Hariadi Saputra
21086113

ABSTRAK

Dhani Hariadi Saputra. 2026. Analisis Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola Ssb Sungai Abang U16 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman.

Masalah dalam penelitian ini adalah diduga masih rendahnya kemampuan teknik dasar permainan Sepakbola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar permainan Sepakbola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman.

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman yang berjumlah sebanyak 25orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *proportional stratified random sampling* sehingga berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan data adalah dengan tes kemampuan kemampuan teknik dasar sepakbola meliputi: *passing and contorl*, *dribbling* dan *shooting*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$.

Hasil penelitian dari analisis kemampuan teknik dasar permainan sepakbola yaitu, 1) Sebagian besar kemampuan teknik dasar mengoper dan mengontrol bola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman berada pada kategori sedang. 2) Sebagian besar kemampuan teknik dasar menggiring bola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman berada pada kategori kurang. 3) Sebagian besar kemampuan teknik dasar menendang bola ke gawang pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman berada pada kategori sedang. 4) Sebagian besar kemampuan teknik dasar sepakbol pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: Kemampuan ,Teknik Dasar, Permainan Sepakbola

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “ Analisis kemampuan teknik dasar permainan sepak bola SSB Sungai Abang U16 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman”.

Shalawat beriring salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai suri tauladan dan pemimpin bagi umat di seluruh dunia yang ada di alam semesta ini.

Dalam menyelesaikan proposal skripsi ini penulis tidak terlepas dari kerjasama dan bantuan semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, arahan dan masukan. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Terkhususnya dan yang teristimewa, pintu surgaku, bunda tercinta Titik irawati tidak ada kata sepenuhnya menggambarkan rasa syukur ini. Namun, dengan penuh cinta dan ketulusan terimakasih atas segalanya, terimakasih mengandung selama lebih dari 9 bulan, terimakasih sudah melahirkan, merawat, membesarkanku dengan penuh cinta dan menerima semua keadaanku yang mungkin tidak lebih baik dari anak-anak lainnya, terimakasih doa-doa tulus yang selalu menyertai langkah kaki ini, terimakasih telah menjadi ibu yang supportif dan mengusahakan apapun, terimakasih telah mengorbankan banyak waktu, tenaga dan upaya. Menjadi suatu kebanggaan

memiliki orang tua hebat yang selalu mendukung anaknya untuk mencapai cita-citanya.

2. Kepada Ayah joni dani mengucapkan terima kasih atas semua pelajaran yang telah di berikan,dan terima kasih banyak telah merawat, membesarkanku dengan penuh cinta dan menerima semua keadaanku yang mungkin tidak lebih baik dari anak-anak lainnya, terimakasih doa-doa tulus yang selalu menyertai langkah kaki ini, terimakasih telah menjadi ayah yang supportif dan mengusahakan apapun, terimakasih telah mengorbankan banyak waktu, tenaga dan upaya. Menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua hebat yang selalu mendukung anaknya untuk mencapai cita-cita.
3. Kepada Dr.Ir. Krissmadinata, S.T.,M.T selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama perkuliahan.
4. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas,kesempatan pada peulisan dalam menyelesaikan perkuliahan dan melaksanakan penelitian.
5. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku ketua departemen pendidikan olahraga yang telah memberikanbantuan administrasi dan konsultatif serta izin untuk melakukan penelitian ini.
6. Ibuk Dr.Yuni Astuti,S.Pd, M.Pd selaku dosen penasihat akademik dan dosen penguji yang telah memberikan arahan, dukungan, motivasi, kesabaran, dan ilmu yang telah diberikan kepada penulis selama Menyusun skripsi ini.
7. Bapak Dr .Muhammad Arnando,S.Si, M.Pd dosen pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama menyusun skripsi serta telah

8. bersedia memberikan saran dan kritikan untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini.
9. Bapak Dr.Atradinal,S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji yang telah bersedia memberikan saran dan kritikan untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini.
10. Kepada Kakak Kandungku Qori Anggraini yang telah memberikan dukungan selama penulis menjalani perkuliahan sehingga penulis sampai memperoleh gelar sarjana.
11. Kepada SSB Sungai Abang Lubuk ALUNG yang telah memberikan fasilitas untuk melaksanakan penelitian
12. Kepada Almamaterku Pendidikan Olahraga 21 yang telah membersamai penulis selama 4,5 tahun perkuliahan ,semua suka duka dijalani bersama ,saling berbagi kebahagiaan dan tentunya saling menguatkan satu sama lain
13. Kepada keluarga besar Tonggak Resort dimana tempat penulis bercerita,berkeluh kesah, tempat penulis untuk singgah dari hiruk pikuk perkuliahan yaitu Sahabat Sahabatku Bryan Prasetyo, Adilal Hakami As Syauqi, Asep Maulana,Afdoli Zikri,Irfan Maulana yang selalu ada di saat suka maupun duka yang penulis alami, terimakasih sahabat sahabatku.
14. Dengan segala kerendahan hati, izinkan saya menyampaikan terima kasih yang tulus kepada seluruh rekan-rekan dari keluarga besar Teras Calling yang tak dapat saya sebutkan satu per satu. Terima kasih atas setiap waktu, tenaga, dan pemikiran yang kalian curahkan selama proses panjang penyusunan skripsi ini. Kehadiran, dukungan, dan semangat kalian menjadi cahaya di tengah lelah dan keraguan, menjadi pengingat bahwa saya tidak berjalan

sendiri. Kalian adalah bagian penting dari perjalanan ini, dan saya sangat menghargai setiap bentuk bantuan yang telah diberikan—baik dalam kata, tindakan, maupun doa yang mungkin tak terdengar tapi begitu berarti

15. Untuk diriku sendiri, Dhani Hariadi Saputra. Terima kasih telah bertahan sejauh ini. Terima kasih karena tetap memilih untuk terus berusaha, meski berkali-kali diuji oleh rasa putus asa dan kegagalan. Di tengah segala keterbatasan, kamu masih memilih untuk melangkah, mencoba, dan tidak menyerah. Terima kasih karena telah bertahan dalam proses penyusunan skripsi yang tidak mudah. Ini adalah pencapaian berharga yang layak untuk diapresiasi oleh dirimu sendiri. Di manapun kamu berada, semoga bahagia selalu menyertai. Mari rayakan segala kekurangan dan kelebihan yang menjadikanmu utuh sebagai manusia.

Atas bantuan dan bimbingan selama ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya,

Padang, Januari 2026

Dhani Hariadi Saputra

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Hasil Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Permainan Sepak bola	8
2. Prinsip Empat Situasi Penting dalam Permainan Sepak bola.....	10
3. Teknik Dasar Menahan dan Mengontrol	14
4. Teknik Dasar <i>Dribbling</i>	19
5. Teknik Dasar <i>Shooting</i>	26
B. Penelitian Relevan	35
C. Kerangka Konseptual.....	37
D. Pertanyaan Penelitian	39
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian Penelitian	40
B. Populasi dan Sampel	40
C. Definisi Operasional	41
D. Jenis dan Sumber Data.....	42
E. Instrumen Penelitian	43
F. Teknik Analisis Data.....	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	49
1. Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> dan <i>Control</i>	49
2. Kemampuan Teknik Dasar <i>Dribbling</i>	50
3. Kemampuan Teknik Dasar <i>Shooting</i>	51
4. Kemampuan Teknik Dasar	53
B. Pembahasan	54

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	60
B. Saran	60

DAFTAR PUSTAKA	64
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	41
2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing dan Control</i>	49
3. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar <i>Dribbling</i>	50
4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar <i>Shooting</i>	52
5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik menahan dan mengontrol bola dengan bagian samping dalam kaki.....	17
2. Teknik menahan dan mengontrol bola dengan bagian samping luar kaki. ..	18
3. Teknik <i>dribbling</i> bola dengan kura-kura bagian dalam.....	23
4. Teknik <i>dribbling</i> bola dengan kura-kura kaki bagian luar	24
5. Teknik <i>dribbling</i> bola dengan kura-kura kaki bagian atas.	26
6. Tembakan Bola Dengan Kura-Kura Kaki	30
7. Teknik tembakan side volley	34
8. Kerangka Konseptual	39
9. Tes <i>Passing</i> dan <i>Control</i>	44
10. Diagram Lapangan Tes <i>Dribbling</i> bola	46
11. Diagram Lapangan Tes Menembak Ke Sasaran Gawang (<i>Shooting</i>).	48
12. Histogram <i>Passing dan Control</i>	49
13. Histogram <i>Dribbling</i>	51
14. Histogram <i>Shooting</i>	52
15. Histogram Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola.....	53

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembinaan olahraga prestasi secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi tinggi, baik yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan. Dalam UU. RI No. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 tahun 2022 Bab II Pasal IV tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi: “Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, Prestasi, kecerdasan, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, kompetitif, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa dan menjaga perdamaian dunia”.

Berdasarkan kutipan tersebut, pembinaan olahraga berprestasi dilaksanakan secara terstruktur dan berkelanjutan dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk lembaga pendidikan, organisasi keolahragaan, serta masyarakat, guna meraih prestasi yang mampu mengharumkan nama bangsa. Salah satu unsur dalam organisasi keolahragaan yang dimaksud adalah cabang olahraga sepak bola

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dan mendapat perhatian di seluruh dunia, hal ini terbukti dengan banyaknya klub

dan tempat pelatihan yang muncul baik di tingkat anak-anak, remaja, dan dewasa. Perkembangan sepak bola pada saat ini telah banyak mengalami perubahan dari berbagai bentuk baik peraturan maupun permainan sepak bola itu sendiri serta menuntut kemampuan sangat tinggi dari seseorang pemain sepak bola agar mencapai prestasi yang optimal. Syafruddin (2011:179) menyatakan bahwa “teknik dalam olahraga adalah suatu acara yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan atau memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien”.

Adapun macam-macam teknik dasar dalam sepak bola yaitu *passing*, *shooting*, dan *dribbling*. Menurut Mielke (2007:19), “*passing* adalah memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan untuk melakukan *passing*. *Passing* membutuhkan kemampuan teknik yang sangat baik agar dapat berlari ke ruang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi permainan.” Sedangkan *dribbling* menurut Mielke (2007: 19) menyatakan bahwa “*dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepak bola yang wajib dikuasai oleh setiap pemain. *Dribbling* memungkinkan pemain untuk mengendalikan bola saat bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan maupun tembakan.” Menurut Istofian & Amiq (2016) “*shooting* merupakan komponen utama dalam permainan sepak bola. Pemain harus menguasai teknik ini dengan kedua kaki untuk meningkatkan peluang mencetak gol.”

Dari sudut pandang penyerangan, tujuan sepak bola adalah melakukan *shooting* ke gawang. Seorang pemain harus menguasai kemampuan dasar menendang bola dan mengembangkan teknik *shooting* yang memungkinkannya untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan. Agar pemain berhasil menendang bola pemain perlu mengembangkan kemampuan menggiring (*dribbling*) bola dan juga kemampuan menngontrol (*controlling*) bola, seperti menerima *passing* atau menyundul bola.

Menurut Emral (2016:129), mengontrol bola dalam bermain sepak bola merupakan usaha untuk menghentikan atau mengambil bola untruk selanjutnya dikuasai sepenuhnya. Dengan demikian bola akan dapat dimainkan dengan baik dalam menyusun serangan begitu juga dalam membangun serangan baik. Jadi tindakan menahan bola merupakan kegiatan pendahuluan dari mengontrol bola. Istilah menahan bola (*stopping*) dalam perkembangan persepak bolaan moderen bukan menghentikan bola, melainkan pemain berusaha mengurangi kecepatan dari bola dengan menggunakan bagian-bagian dari tubuh yang dibolehkan oleh peraturan permainan. Mengontrol bola berarti bola yang sudah di tahan dapat dikuasai sepenuhnya hingga tidak mungkin dirampas oleh lawan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan terhadap pelatih di SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung penulis memperoleh bahwa hasil kemampuan teknik dasar belum terlaksana dengan baik. Selanjutnya penulis melakukan observasi dan pengamatan serta penilaian secara objektif oleh

penulis hasil latihan teknik dasar pada materi pokok sepak bola di SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung masih banyak yang belum bisa melakukan teknik dasar sepak bola

Hal ini terlihat dari hasil pengamatan yang dilakukan pada pemain saat uji coba di Puabuh Sicincin. *Passing* yang dilakukan pemain sering mengalami kesalahan *passing* dan *control* yang tidak sesuai dengan yang diinginkan sebenarnya, dan selajutnya dalam *dribbling* pemain sering mengalami kesulitan saat mendribbling bola melewati akun, dan saat melakukan *shooting* kegawang sering tidak tepat sasaran, Dalam pembelajaran belum menggunakan alat bantu dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar bola, pembelajaran dasar bola belum berjalan efektif karna belum menggunakan metode pembelajaran yang tepat, Pembelajaran teknik dasar bola belum menunjukan pembelajaran yang bervariasi dan belum diketahui tingkat kemampuanteknik dasar sepak bola pemain SSB Sungai Abang U16 Lubuk Alung. Hal ini dikarenakan masih banyak siswa yang belum menguasai teknik dasar sepak bola. Selama ini pelatih belum pernah melakukan tes kemampuan teknik dasar secara ilmiah. Berdasarkan hal ini maka perlu diadakan penelitian tentang “Analisis kemampuan teknik dasar permainan sepak bola SSB Sungai Abang U16 Lubuk Alung”.

B. Identifikasi Masalah

Sehubungan permasalahan dalam penelitian ini, banyak faktor yang mempengaruhi SSB Sungai Abang U16 untuk meraih prestasi. Faktor tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum diketahui tingkat kemampuan teknik dasar sepak bola pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung.
2. Pembelajaran teknik dasar bola belum menunjukkan pembelajaran yang bervariasi.
3. Pembelajaran dasar bola belum berjalan efektif karna belum menggunakan metode pembelajaran yang tepat.
4. Dalam pembelajaran belum menggunakan alat bantu dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar bola.
5. Kemampuan teknik dasar *passing* dan control kurang baik
6. Kemampuan teknik dasar *dribbling* yang kurang baik
7. Kemampuan teknik dasar *shooting* yang kurang baik.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang ikut berperan dalam meraih prestasi bagi pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung, dan terlalu luasnya permasalahan yang diteliti serta keterbatasan penulis. maka dalam penelitian ini tidak semua faktor yang teridentifikasi di atas dapat diteliti, penulis hanya membatasi pada yaitu sebagai berikut:

1. *Teknik dasar sepak bola*
2. *Passing* dan *control*
3. *Dribbling*
4. *Shooting*

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah yaitu,

1. Bagaimana kemampuan teknik dasar *passing* dan *control* pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung?.
2. Bagaimana kemampuan teknik dasar *dribbling* pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung?.
3. Bagaimana kemampuan teknik dasar *shooting* pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung?.
4. Bagaimana kemampuan teknik pemain SSB U16 sungai abang Lubuk Alung?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian ini yaitu,

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana kemampuanteknik dasar *passing* dan *control* pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung.
2. Untuk mendeskripsikan bagaimana kemampuanteknik dasar *dribbling* pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung.
3. Untuk mendeskripsikan bagaimana kemampuanteknik dasar *shooting* pemain SSB U16 Sungai Abang Lubuk Alung.
4. Kemampuan teknik pemain SSB U16 sungai abang Lubuk Alung

F. Manfaat Penelitian

Hasil Penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan.
2. Pemerintah dan klub-klub sepak bola sebagai pedoman untuk mengetahui lebih jauh lagi kemampuan siswa dalam meningkatkan prestasinya.

3. Pelatih dan Pembina sebagai pedoman dalam membuat dan melaksanakan program latihan.
4. Sumbangan bagi ilmu pengetahuan, pengembangan ilmu pengetahuan serta sebagai pengetahuan bagi pembaca

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa:

1. Sebagian besar kemampuan teknik dasar mengoper dan mengontrol bola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman berada pada kategori sedang.
2. Sebagian besar kemampuan teknik dasar menggiring bola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman berada pada kategori kurang.
3. Sebagian besar kemampuan teknik dasar menendang bola ke gawang pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman berada pada kategori sedang.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan maka penulis dapat memberikan saran yang diharapkan mampu mengatasi masalah yang ditemui dalam “Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman ” sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada pelatih untuk dapat memperhatikan tingkat penguasaan teknik dasar sepakbola yang ada pada saat sekarang agar lebih ditingkatkan menjadi lebih baik.

2. Diharapkan kepada pemain agar dapat meningkatkan kemampuan menendang bola, kemampuan menggiring bola, kemampuan menahan dan mengontrol bola melalui latihan terprogram secara sistematis.
3. Penelitian ini hanya terbatas pada permainan Sepakbola pemain ssb Sungai Abang Lubuk Alung U16 Padang Pariaman, untuk itu perlu dilakukan penelitian pada pemain lain ditempat atau didaerah yang berbeda dengan jumlah sampel yang lebih banyak lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldo Naza Putra. (2017) *Multilateral. Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 16 (2), 2017.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Al Mubarak, F. and Sukoco, P. (2019). The Effectiveness of *Shooting* and Sprint Training Variations on *Shooting* Improvement for 13-15 Year Old Soccer Players. In *Proceedings of the 3rd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science in conjunction with the 2nd Conference on Interdisciplinary Approach in Sports* (YISHPESS and CoIS 2019), pages 115-120, DOI: 10.5220/0009214201150120.
- Afrizal, S. (2018). *Daya ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepak bola*. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 81.
- Arsil Dan Yulifri. (2017). *Permainan Sepak Bola*. Padang: FIK UNP.
- Çağlayan, Atakan. (2020). Futbolcularda Uygulanan Kararsız Antrenmanların Pozisyon Duygusu, Statik Denge ve Beceri Belirlenmesine Etkileri. *Journal of Health and Sport Sciences* (JHSS), Vol.3, No.1, 2020.
- Charalampos Panagoulis. (2018). In-Season Ntegrative Neuromuscular Strength Training Improves Performance Of Early-Adolescent Soccer Athletes. *ournal of Strength and Conditioning Research*, VOLUME 00 | NUMBER 00 | MONTH 2018.
- Emral (2016). *Sepak bola Dasar : Padang :Sukabina Press*
- Fifa. (2010). *Laws Of The Game*. Jakarta: PSSI.
- Hammami. (2019). Effects Of contrast strength Vs. Plyometric training On lower-Limb explosive performance, Ability Tochange direction And neuromuscular adaptation In soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, VOLUME 33 | NUMBER 8 | AUGUST 2019.
- Indra, P., & Marheni, E. (2020). *Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih terhadap Kemampuan Bermain Sepak Bola Ssb Persija Jaya Sikabau*. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 39-47.
- Joseph.A Luxbacher. (2012). *Sepak Bola*. Jakarta: PT RAJA GRAFINDO PERSADA.
- Koger, Robert. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepak bola Remaja, Latihan Dan KemampuanAndal Untuk Pertandingan Dasar Yang Lebih Baik*. Jakarta : Macana Jaya Cemerlang Edisi Peratama 2007.

- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepak bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Naldi, I., & Irawan, R. (2020). *Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pada Atlet Ssb (Sekolah Sepak bola) Balai Baru Kota Padang*. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 6-11.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta, penerbit Direktorat Jendral Olahraga.
- Putra, Ded, & Ridwan, M. (2019). Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki Dan Keseimbangan Berhubungan Dengan Kemampuan *Shooting* Sepak bola. *Jurnal Patriot*, 1(2), 749-761. <https://doi.org/10.24036/Patriot.V1i2.366>.
- Pratama, Agung. (2017). Effectiveness Of *Shooting* Training Model Based Drill Ofshootingproduct In Youth Soccer. *International Journal Of Physiology, Nutrition And Physical Education* 2017; 2(2): 313-316, ~ 313~*International Journal Of Physiology, Nutrition And Physical Education* 2017; 2(2): 313-316ISSN: 2456-0057.
- PSSI. (2017). *Kurikulum Pembinaan Sepak bola Indonesia*. Jakarta: Menara.
- Syafruddin. (2011). *Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga*. FIK UNP Padang.
- Safiuddin. (2017). Evaluation Program Of The Football Athlete Developments. *Indonesian Journal Of Educational Review* P-Issn 2338-2017 | E-Issn 2335-8407 Vol. 4, No.1 , Desember 2017, P 39-55.
- Soniawan, V., & Irawan, R. (2018). *Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepak bola*. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(01), 42.
- Sujarweni, Wiratna. (2014). *Metodologi penelitian: Lengkap, praktis, dan mudah dipahami*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.
- Taufiq, A, M. (2019). *Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Akurasi Shooting SSB Balai Baru Padang*, *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 2(1), 238-242.
- UU No. 3 (2005). *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Depdikbud.
- Zhang, Xiang. (2020). Soccer Scoring Techniques —a Scientific Re-conception of Time and Spacevia Biomechanical Modeling. Preprints (www.preprints.org) | NOT PEER-REVIEWED | Posted: 14 December 2020doi:10.20944/preprints202012.0334.v1.
- TH, Shin. (2020). The Impact of Concentration Toward Soccer Player *Shooting* Ability of Soccer School Batuang Taba Padang City. *International Journal of Research in Counseling and Education* Volume 04 Number 01 2020 ISSN: Print 1412-9760 – Online 2541-5948 DOI: 10.24036/00245za0002.