

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAKBOLA
SMAN 2 PADANGPANJANG**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



OLEH :

**RAFI MURDIAN
2006 / 74560**

**JURUSAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN
SEPAKBOLA SMAN 2 PADANGPANJANG

Nama : RAFI MURDIAN

NIM/ BP : 74560 / 2006

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

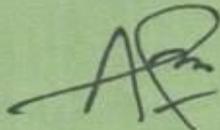
Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2012

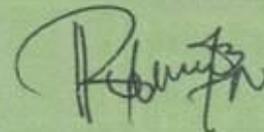
Disetujui oleh:

Pembimbing I



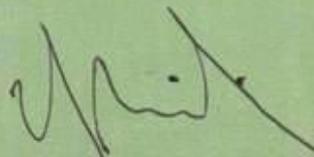
Drs. Afrizal S, M.Pd
NIP. 19590616 198603 1 003

Pembimbing II



Roma Irawan, S. Pd., M.Pd
NIP. 19810726 200604 1 002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

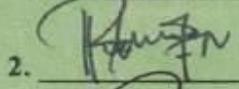
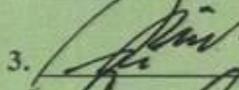
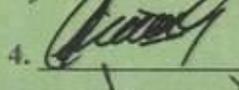
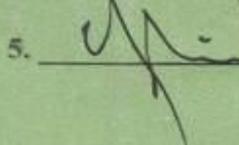
PENGESAHAN

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan
Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

Judul : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SMAN 2 Padangpanjang
Nama : Rafi Murdian
NIM : 74560
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2012

Tim Penguji :

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Afrizal S, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Roma Irawan, S.Pd.,M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Hermanzoni, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. H. Witarsyah	4. 
5. Anggota	: Drs. Maidarman, M.Pd	5. 

ABSTRAK

RAFI MURDIAN, 2012 : Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SMAN 2 Padangpanjang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang yang meliputi menendang bola (*kicking*), Menahan dan mengontrol bola (*stopping* dan *controlling*), menggiring bola (*dribbling*), dan menyundul bola (*Heading*). Penelitian dilaksanakan di SMAN 2 Padangpanjang pada bulan Januari 2012.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 2 Padangpanjang yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola tahun 2012 sebanyak 23 orang. Pengambilan data *kicking* dilakukan dengan tes menendang bola ke sasaran. *Stopping* dan *controlling* diukur dengan tes sepak dan tahan bola. *Dribbling* diukur dengan tes menggiring bola. Sedangkan *heading* diukur dengan tes memainkan bola dengan dahi.

Analisis data penelitian menggunakan deskriptif persentase dan diperoleh hasil :

1. Kemampuan menendang bola, terdapat 8 orang (34,8%) termasuk dalam kategori baik, 11 orang (47,9%) termasuk dalam kategori sedang, dan 4 orang (17,3%) termasuk dalam kategori kurang baik.
2. Kemampuan sepak dan tahan bola, terdapat 5 orang (21,8%) termasuk dalam kategori baik, sedangkan 18 orang lainnya (78,2%) termasuk dalam kategori sedang.
3. Kemampuan menggiring bola, terdapat 18 orang (78,3%) termasuk dalam kategori sedang, sedangkan 5 orang lainnya (21,7%) termasuk dalam kategori kurang.
4. Kemampuan menyundul bola, terdapat 23 orang (100,0%) termasuk dalam kategori sedang.

Kata Kunci: Menendang bola (*kicking*), Menahan dan mengontrol bola (*Stopping* dan *controlling*), Menggiring bola (*dribbling*) dan menyundul bola (*heading*).

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum warrahmatullahiwabarrakatu

Alhamdulillahirabbila'lamin, puji syukur diucapkan kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunia serta nikmat-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat utama kelulusan di Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP). Skripsi ini diberi judul "***Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SMAN 2 Padangpanjang***". Selanjutnya shalawat beriringkan salam semoga disampaikan Allah kepada nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan dalam setiap sikap dan tindakan kita sebagai khalifah dan muslim yang intelektual.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Afrizal S, M.Pd selaku dosen Pembimbing 1 dan Bapak Roma Irawan, S.Pd, M.Pd selaku dosen pembimbing 2.

5. Drs. Maidarman, M.Pd, Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd dan Bapak Drs.H. Witarsyah selaku dosen penguji.
6. Bapak/ibu Dosen staff pengajar pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Teristimewa Ibunda dan Ayahanda serta keluarga yang berjuang melalui doa dan bekerja keras demi kesuksesan penulis dalam menyelesaikan skripsi dan studi ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak memiliki kekurangan, untuk itu dengan segala kerendahan hati diharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak demi sempurnanya skripsi ini.

Padang, Mei 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi masalah	6
C. Pembatasan masalah	6
D. Perumusan masalah	7
E. Tujuan penelitian	7
F. Manfaat penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	8
1. Hakikat Permainan Sepakbola	8
2. Kemampuan Teknik Dasar	13
B. Kerangka Konseptual	23
C. Pertanyaan Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	25
B. Waktu dan Tempat Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi	26
2. Sampel	26
D. Definisi Operasional	26
E. Jenis dan Sumber Data	28

F. Instrumen Penelitian	28
1. Tes Menendang Bola ke Sasaran	29
2. Tes Sepak dan Tahan Bola	30
3. Tes Menggiring Bola	32
4. Tes Memainkan Bola dengan Dahi	34
G. Teknik Pengumpulan Data	36
H. Teknik Analisa Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	38
1. Menendang bola ke Sasaran	38
2. Sepak dan Tahan Bola	39
3. Menggiring Bola	40
4. Memainkan Bola Dengan Dahi	41
B. Pembahasan	42
1. Tes Menendang Bola ke Sasaran	42
2. Tes Sepak dan Tahan Bola	43
3. Tes Menggiring Bola	45
4. Tes Memainkan Bola dengan Dahi	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	48
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Menendang Bola dengan Kaki Bagian Dalam	15
2. Menendang Bola dengan Kura – Kura Kaki Bagian Dalam	16
3. Menendang Bola dengan Kura – Kura Kaki Bagian Luar	17
4. Menendang Bola dengan Kura – Kura Kaki Bagian Atas	18
5. Menyundul Bola dengan Sikap Berdiri di Tempat	21
6. Menyundul Bola dengan Sikap Melompat	22
7. Kerangka Konseptual	24
8. Diagram Lapangan Tes Menendang Bola ke Sasaran	30
9. Diagram Lapangan Tes Sepak dan Tahan Bola.....	32
10. Diagram Lapangan Tes Menggiring Bola	34
11. Diagram Tes Memainkan Bola dengan Dahi	35
12. Histogram Kemampuan Menendang Bola ke Sasaran	39
13. Histogram Kemampuan Sepak dan Tahan Bola	40
14. Histogram Kemampuan Menggiring Bola	41
15. Histogram Kemampuan Memainkan Bola dengan Dahi.....	42

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Penilaian Tes Menendang Bola ke Sasaran.....	30
2. Penilaian Tes Sepak dan Tahan Bola	32
3. Penilaian Tes Menggiring Bola	34
4. Penilaian Tes Memainkan Bola dengan Dahi.....	35
5. Tenaga Pembantu Pelaksanaan Penelitian	36
6. Deskriptif Persentase Menendang Bola ke Sasaran.....	38
7. Deskriptif Persentase Sepak dan Tahan Bola	39
8. Deskriptif Persentase Menggiring Bola	40
9. Deskriptif Persentase Memainkan Bola dengan Dahi.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data pengukuran Kemampuan Menendang Bola ke Sasaran	50
2. Data pengukuran Kemampuan Sepak dan Tahan Bola	51
3. Data pengukuran Kemampuan Menggiring Bola	52
4. Data pengukuran Kemampuan Memainkan Bola dengan Dahi	53
5. Frekuensi Kemampuan Menendang Bola ke Sasaran	54
6. Frekuensi Kemampuan Sepak dan Tahan Bola	54
7. Frekuensi Kemampuan Menggiring Bola	54
8. Frekuensi Kemampuan Memainkan Bola dengan Dahi	54

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hakekat olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan melawan diri sendiri atau dengan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam. Melalui kegiatan olahraga diharapkan pelaku olahraga dapat mengembangkan kemampuan diri baik secara jasmani maupun rohani sehingga proses pembentukan manusia secara utuh bisa tercapai dengan baik.

Selain itu olahraga juga dapat membentuk watak dan kepribadian sehingga pelaku olahraga bisa menjadi manusia yang bermartabat. Hal tersebut dijelaskan dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional BAB II Pasal 3 yang menyatakan: “keolahragaan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan jasmani, rohani, dan sosial serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat”. (2006:5)

Pasal di atas, menyatakan bahwa salah satu fungsi keolahragaan nasional adalah pengembangan kemampuan jasmani. Untuk mencapai kemampuan jasmani yang baik dibutuhkan adanya pembinaan yang berkelanjutan, sarana dan prasarana yang lengkap, pengembangan sistem olahraga yang baik, pelatih yang professional sehingga pelaku olahraga dapat mengembangkan dan meningkatkan kemampuan olahraga yang telah dimiliki sebelumnya.

Dari sekian banyak cabang olahraga saat ini, salah satu yang harus mendapatkan perhatian adalah olahraga sepakbola. Sepakbola merupakan permainan beregu yang mampu membangkitkan keinginan dan emosi yang tidak sama dengan olahraga lainnya. Sepakbola merupakan sesuatu yang umum di antara orang-orang dengan latar belakang yang berbeda, sebuah jembatan yang menghubungkan jenjang ekonomi, sosial, politik, budaya dan agama.

Dalam pencapaian kemampuan bermain sepakbola yang maksimal, ada empat faktor yang perlu diperhatikan yaitu: 1) Kondisi Fisik, 2) Teknik, 3) Taktik dan strategi, 4) Mental. Hubungan keempat faktor tersebut merupakan satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu menguasai teknik dengan baik. Disamping itu latihan teknik juga memperbaiki kualitas kondisi fisik, kondisi fisik dan teknik merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan untuk taktik, taktik sulit direalisasikan bila belum memiliki kondisi fisik dan teknik yang baik. Selain itu taktik juga membutuhkan mental yang baik, karena mental mempengaruhi taktik baik individual maupun kelompok (Syafuruddin, 1999:24).

Permainan sepakbola saat ini merupakan permainan yang atraktif dan menarik untuk ditonton. Dengan durasi waktu permainan 2 x 45 menit, banyak kemampuan teknik dan gaya permainan ditampilkan oleh seorang pemain. Untuk menampilkan teknik dan gaya permainan yang menarik setiap pemain sepakbola harus memiliki kemampuan fisik yang baik.

Kemampuan fisik, merupakan komponen biomotor yang diperlukan dalam permainan sepakbola untuk disusun dalam program latihan. Kondisi fisik tidak dapat ditingkatkan dan dikembangkan hanya dalam waktu sesaat atau dalam beberapa pertemuan saja, melainkan perlu dilakukan dalam jangka waktu yang relatif lama.

Dalam peningkatan kecakapan permainan sepakbola, teknik dasar erat sekali hubungannya dengan kemampuan koordinasi gerak fisik, taktik dan mental. Teknik dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal untuk mengembangkan mutu permainan yang merupakan salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam pertandingan.

Zulfar Djezed dkk (2006:63-78) menjelaskan bahwa untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar, biasanya pelatih akan melakukan penekanan (*drill*) mengenai cara menendang (*kicking*), menahan dan mengontrol bola (*stopping* dan *controlling*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*) dan lainnya. Tanpa teknik dasar bermain sepakbola yang baik maka seorang pemain tidak akan dapat mengembangkan permainannya.

Setelah pemain sepakbola memiliki kemampuan fisik dan teknik yang baik maka diperlukan penguasaan taktik atau strategi permainan dengan baik pula. Hal ini bertujuan untuk membentuk kerjasama dan koordinasi antar pemain untuk mencapai kemenangan dalam sebuah pertandingan.

Oleh karena itu, semua pemain dalam sebuah kesebelasan harus memahami taktik atau strategi yang telah ditetapkan. Jika tidak demikian, permainan kesebelasan tersebut tidak akan menyatu. Masing-masing pemain akan bermain secara individu tanpa kerjasama dan koordinasi yang baik.

Kemampuan mental juga mempunyai pengaruh besar dalam merealisasikan konsep-konsep taktik. Baik taktik secara individu, taktik kelompok, maupun taktik tim atau kesebelasan. Kemampuan mental yang kurang baik dapat menjadi penghambat dalam pengembangan segala bentuk taktik. Disamping itu ada juga faktor lain yang bisa menjadi penentu baik buruknya prestasi sepakbola, seperti sarana dan prasarana, pelatih yang berkualitas, pendanaan, pembinaan yang terstruktur, serta program yang terarah sangat mendukung sekali untuk meningkatkan kemampuan bermain sepakbola.

SMAN 2 Padangpanjang adalah salah satu sekolah menengah atas yang berada di Kota Madya Padangpanjang yang banyak memiliki pemain sepakbola muda. Bakat dan minat mereka dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler. Adapun cabang yang dibina antara lain : sepakbola, bola basket, bola volly, dan atletik. Melalui kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan SMAN 2 Padangpanjang khususnya dalam cabang sepakbola diharapkan mampu meningkatkan mutu atau kualitas para pemainnya.

Berdasarkan pengamatan baik dalam kompetisi maupun non kompetisi, kemampuan pemain SMAN 2 Padangpanjang dari segi kondisi fisik atau taktik yang terdiri dari cara bertahan, menyerang dan cara mengkoordinir antar teman di dalam permainan sudah cukup baik. Hal itu bisa dilihat dalam setiap pertandingan yang telah mereka lakukan. Mereka selalu menjadi finalis dalam kompetisi antar SMA dan SMK se-pabasko (Padangpanjang, Batipuh, X Koto) namun dalam 2 tahun terakhir ini prestasi itu mulai menurun. Salah satu penyebab yang dirasa mungkin karena kurangnya penguasaan teknik dasar permainan sepakbola bagi para pemainnya.

Berdasarkan uraian di atas seharusnya kemampuan fisik dan penguasaan taktik permainan yang telah dimiliki oleh SMAN 2 Padangpanjang akan lebih sempurna apabila diikuti dengan kemampuan teknik dasar permainan yang baik pula, Sehingga kematangan juara akan terbentuk dengan sendirinya dan proses pencapaian prestasi juga akan membaik.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: ***“Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola SMAN 2 Padangpanjang”***.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Apakah kondisi fisik mempengaruhi prestasi SMAN 2 Padangpanjang?
2. Apakah teknik dasar mempengaruhi prestasi SMAN 2 Padangpanjang?
3. Apakah taktik mempengaruhi prestasi SMAN 2 Padangpanjang?
4. Apakah mental atau kematangan juara mempengaruhi prestasi SMAN 2 Padangpanjang?
5. Apakah pelatih mempengaruhi prestasi SMAN 2 Padangpanjang?
6. Apakah program latihan yang ada menyebabkan rendahnya prestasi yang dicapai SMAN 2 Padangpanjang?
7. Apakah sarana dan prasarana mempengaruhi prestasi SMAN 2 Padangpanjang?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan masalah di atas, maka peneliti membatasi permasalahan penelitian mengenai kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang yang meliputi: 1) Menendang bola (*Kicking*), 2) Menahan dan mengontrol bola (*Stoping* dan *Controlling*) 3) Menggiring bola (*Dribbling*), 4) Menyundul bola (*Heading*).

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, Identifikasi masalah serta pembahasan masalah diatas maka rumusan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan menendang bola (*kicking*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang?
2. Bagaimana kemampuan menahan dan mengontrol bola (*stoping* dan *controlling*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang?
3. Bagaimana kemampuan menggiring bola (*dribbling*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang?
4. Bagaimana kemampuan menyundul bola (*heading*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kemampuan menendang bola (*kicking*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang.
2. Untuk mengetahui kemampuan menghentikan bola (*controlling*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang.
3. Untuk mengetahui kemampuan menggiring bola (*dribbling*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang.
4. Untuk mengetahui kemampuan menyundul bola (*heading*) pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Peneliti untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Sebagai bahan masukan dalam peningkatan kemampuan teknik dasar bagi pemain sepakbola SMAN 2 Padangpanjang.
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti pada SMAN 2 Padangpanjang dalam membina dan menciptakan bibit-bibit pemain sepakbola yang profesional dan handal bagi perkembangan sepakbola di Kota Madya Padangpanjang.