



## Teknik Dasar SepakBola Dribling Siswa SMA 9 Padang

**Andika Putra, Syahrial Bakhtiar, Yulifri, Ibnu Adli Marta**

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

[ap3191894@gmail.com](mailto:ap3191894@gmail.com), [syahrial@fik.unp.ac.id](mailto:syahrial@fik.unp.ac.id), [Yulifri.unp@gmail.com](mailto:Yulifri.unp@gmail.com),  
[ibnuandlimarta@fik.unp.ac.id](mailto:ibnuandlimarta@fik.unp.ac.id)

Kata Kunci : Teknik Dasar dribbling SepakBola

**Abstrak** : Pembinaan prestasi olahraga di sekolah dengan ekstrakurikuler sepakbola harus dilaksanakan dengan perencanaan yang matang serta proses latihan secara berkala dari belum diketahuinya kemampuan teknik dasar dribbling siswa SMA 9 Padang membuat penelitian ini harus dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana kemampuan teknik dasar dribbling siswa SMA 9 Padang. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian deskriptif dimana penelitian bertujuan untuk mengungkapkan bagaimana kemampuan teknik dasar dribbling siswa SMA 9 Padang. Sampel penelitian berjumlah 30 orang siswa diambil dengan menggunakan teknik random sampling. Yaitu teknik penentuan sampel yang baik untuk memproses pemilihan sampel karena memberi setiap individu dalam populasi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Instrument penelitian ini menggunakan tes menggiring bola (dribbling) . Analisis data menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa kemampuan teknik dasar dribbling siswa SMA 9 Padang meliputi: kemampuan dribbling 33.3% Cukup. Kesimpulan setelah diakumulasikan dengan kemampuan teknik dasar dribbling siswa SMA 9 Padang Cukup .

**Keywords :** *Basic Soccer Dribbling Techniques*

**Abstract :** *The development of sports achievement in schools with extracurricular football must be carried out with careful planning and a regular training process because the basic dribbling technical skills of Padang 9 High School students are not yet known, so this research must be carried out with the aim of finding out how the basic dribbling technical skills of Padang 9 High School students are. This research is a quantitative research using descriptive research methods where the research aims to reveal how the basic dribbling technique skills of SMA 9 Padang students are. The research sample consisted of 30 students taken using a random sampling technique. It is a good sampling technique for processing sample selection because it gives every individual in the population an equal chance of being selected for the sample. The research instrument used the dribbling test. Data analysis using descriptive statistics. The results of this study revealed that the basic dribbling technical skills of SMA 9 Padang students included: dribbling ability 33.3% Enough. The conclusion after being accumulated with the basic dribbling technique skills of SMA 9 Padang Enough students*

### PENDAHULUAN

Olahraga adalah aktifitas yang bersifat kompetitif yang melibatkan kemampuan fisik dan mental, yang dalam kegiatannya harus ada tata aturannya. Kegiatan olahraga

saat ini juga sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun

kesenangan. Kesegaran jasmani merupakan suatu hal yang dipengaruhi oleh aktifitas fisik dan latihan olahraga yang dilakukan seseorang (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017).

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan olahraga modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang (Atradinal dan Sepriani, Rika, 2017).

Menurut Putra & Gazali (2017) Sepakbola merupakan salah satu olahraga di dunia yang telah populer dan disukai banyak masyarakat.

Menurut Yulifri dan Arsil (2016), permainan sepakbola adalah, Permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan sebelas orang. Selanjutnya untuk lebih Emral (2016) sebagai orang yang mengemukakan bahwa, Permainan sepakbola adalah permainan 11 orang dengan lawan 11 yang di pimpin seorang wasit, dibantu asisten 1 dan asisten 2, serta satu orang wasit cadangan Keterampilan yang di tuntutan dalam permainan sepakbola adalah kemampuan teknik dasar sepakbola pemain tersebut. Setiap pemain sepakbola harus memiliki kemampuan teknik dasar di dalam permainan sepakbola supaya dapat bermain sepakbola dengan baik.

Yulifri (2012) mengemukakan bahwa terdapat dua komponen teknik dasar sepak bola yaitu teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Salah satu teknik dasar yang penting dalam sepakbola adalah dribbling bola yang mempunyai tujuan antara lain untuk melewati lawan, mendekati jarak sasaran, dan menghambat permainan (Didi, M, 2021) . *Dribbling* merupakan suatu cara

membentuk penyerangan kearah gawang lawan untuk mencetak gol pada saat pertandingan sedang berlangsung (Putra,A.N, 2017)

Dribbling merupakan teknik yang cukup dominan dalam pembinaan sepakbola khususnya pada usia dini. Banyak pakar sepakbola menjelaskan bahwa, untuak anak usia dini keterampilan yang sangat dominan untuk dikuasai adalah menggiring bola (*dribbling*) (Marta, I A, & Oktarifaldi, O, 2020).

Dinata (2007) menerangkan bahwa menggiring bola sangat perlu dikuasai oleh seorang pemain bola, karena menggiring bola merupakan kelanjutan dari suatu penyerangan kepihak lawan . *Dribbling* merupakan suatu teknik dasar yang paling dominan digunakan dalam menyerang bertahan maupun transisi.Fungsi menggiring bola (*dribbling*) yaitu untuk mempertahankan bola saat berlarimelintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka.

Badri (2021) juga berpendapat bahwa menggiring atau *dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepak bola, karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakulam operan atau tembakan. *Dribbling* merupakan teknik harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola dengan tujuan mencetak gol.

Menurut Bakhtiar (2015) kemampuan gerak dasar yang baik adalah modal bagi anak dalam mengembangkan potensinya pada cabang olahraga.Gerak dasar merupakan dasar untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai keterampilan teknik dalam berolahraga dan aktivitas fisik seumur hidup.

Berdasarkan uraian diatas, maka pada

kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang kemampuan teknik dasar *dribbling* atlet sepakbola SMA Negeri 9 Kecamatan Pauh, Kota Padang di lapangan sepakbola kampung dalam, kecamatan pauh, kota padang. Dengan suatu harapan penelitian ini nantinya dapat dijadikan sebagai masukan dan dapat dijadikan sebagai evaluasi tentang kemampuan teknik dasar *dribbling* atlet sepakbola SMA Negeri 9 Padang.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian deskriptif dimana penelitian bertujuan untuk mengungkap tentang teknik dasar sepakbola yaitu *dribbling*. Sujarweni (2014: 65) menyatakan bahwa Poulasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya populasi nya sebanyak 30 Orang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *random sampling*. *Random sampling* Dalam menentukan sampel, Arikunto (2006) menyatakan bahwa jika populasi kurang dari 100, semua responden akan diambil sebagai sampel. Jadi peneliti menyimpulkan jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi test *dribbling* atau mengiring bola.

## HASIL

Penelitian ini akan dilakukan di lapangan sepakbola Kampung Dalam Kecamatan Pauh Kota Padang.

### 1. Test *dribbling*

Berdasarkan analisis data yang dilakukan diperoleh nilai rata-rata kemampuan menggiring bola siswa SMA 9 Padang.

**Table 1. Distribusi Frekuensi kemampuan *dribbling* siswa SMA 9 Padang**

Waktuk (detik)	Frekuensi (f)	Presentase (%)	Klasifikasi
>16.48	3	10%	Baik sekali
16.49-18.37	4	13,3%	Baik
18.37-20.26	10	33,3%	Sedang
20.27-22.16	6	20%	Kurang
< 22,17	7	23,3%	Kurang sekali
	30	100%	

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian kemampuan *dribbling* siswa SMA Negeri 9 Padang berada pada klasifikasi sedang dengan perolehan rata-rata 20,17 detik dengan akumulasi persentase sebanyak 33,3%. Berdasarkan uraian tersebut dapat dipastikan kemampuan siswa SMA 9 Padang berada pada kategori sedang, jika mengacu dengan tabel norma. Selanjutnya untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* bola siswa harus banyak melakukan pola latihan bermain-main dengan kecepatan atau yang biasa disebut dengan *fartlek*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar menggiring bola pada siswa SMA Negeri 9 Padang berada pada kategori sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

Asra, M. R., Bakhtiar, S., Emral, E., & Atradinal, A. (2022). Hubungan

- Koordinasi Gerak terhadap Kemampuan Dribbling Pemain SSB Muspan FC Padang. *Jurnal JPDO*, 5(11), 108-114.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian*, Rineka Cipta. Jakarta.
- Arsil, Y. (2016). *Permainan Sepak Bola Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universtas Negeri Padang*.
- Badri, Hanif. 2021. Latihan *Zig-zag Run* dan *Shuttle Run* terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Stamina*. Vol (4) No (2).
- Bakhtiar, S. (2015). *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. Padang: UNP Press.
- Bakhtiar, S., Khairuddin, K., Yelis, R., Putri, L. P., & Sari, S. N. (2020). Pengaruh Umpan Balik, Koordinasi Terhadap Kemampuan Objek Kontrol Siswa Paud Kota Padang Panjang. *Sporta Sainatika*, 5(1), 59-71.
- Didi, M. (2021). Peningkatan Kemampuan Dribbling melalui Variasi Latihan Dribbling Menggunakan Metode Circuit Training With The Ball pada Pemain Sepakbola.
- Emral, E. (2016). *Sepakbola Dasar*.
- Koger, R. (2007). *Latihan dasar andal sepakbola remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi.
- Luxbacher, J. A. (2011a). *Sepak Bola edisi kedua*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Luxbacher, J. A. (2011b). *Sepakbola*. PT Raja Grafindo Persada.
- Mathisen, G. E., & Pettersen, S. A. (2015). The effect of speed training on sprint and agility performance in 15-year-old female soccer players. *LASE JSport Sci*, 6, 63-72.
- Marta, I. A., & Oktarifaldi, O. (2020). Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 1-14.
- Michailidis, Y. (2013). Small sided games in soccer training. *Journal of Physical Education and Sport*, 13(3), 392.
- Muluri, M. (2017). *Meningkatkan Heading dengan Bola Karet dalam Permainan Sepak Bola di Sdn 14 Sungai Putat*. Tanjungpura University.
- Perdana, R., Yulifri, Y., Rasyid, W., & Syamsuar, S. (2023). Tinjauan Teknik Dasar Sepak Bola SSB Menara Batam FC Lima Puluh Kota. *Jurnal JPDO*, 6 (4), 54-59
- Putra, A. N. 2017. Hubungan antara Rasa Percaya Diri, Kelentukan Togok, dan Koordinasi Mata-Kaki dengan Keterampilan Menggiring Bola Atlet Sepakbola Klub PSTS Tabing Padang. *Motion*, Vol (8) No (1).
- Putra, A. N., & Gazali, V. (2017). Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 16(2).
- Sepriadi, S., Hardiansyah, S., & Syampurma, H. (2017). Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 24-34.
- Susilawati, D. (2018). *Tes dan pengukuran*. UPI Sumedang Press.