



## Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar dalam Permainan Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur Provinsi Bengkulu

**Pranata Dirgantoro, Aldo Naza Putra, Yulifri, Sri Gusti Handayani**

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia  
[franatadirgantara@gmail.com](mailto:franatadirgantara@gmail.com), [aldoaquino87@fik.unp.ac.id](mailto:aldoaquino87@fik.unp.ac.id), [yulifri@fik.unp.ac.id](mailto:yulifri@fik.unp.ac.id),  
[srigusti@fik.unp.ac.id](mailto:srigusti@fik.unp.ac.id)

**Kata Kunci** : Teknik dasar sepakbola, passing, dribbling dan shooting.

**Abstrak** : Masalah dalam penelitian ini diduga yaitu rendahnya teknik dasar pemain sepak bola SMA N 2 Kaur, hal ini terlihat saat mengikuti pertandingan. masalah penelitian ini diduga rendahnya Teknik dasar sepakbola seperti passing, dribbling dan shooting yang terlihat pada saat pertandingan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Teknik dasar yang dimiliki pemain sepakbola SMA N 2 Kaur yang berkenaan passing, dribbling dan shooting. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah pemain sepak bola dengan usia 16-18 tahun. Terdiri dari siswa ekstrakurikuler SMA 2 Kaur putra. Penarikan sampel dilakukan dengan Sensus 15 orang siswa dari SMN 2 Kaur. Pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan tes dan pengukuran pada masing-masing unsur Teknik dasar untuk mendapatkan data. passing kearah target, dribbling menggunakan bola sejauh 10- 20 meter bolak-balik sebanyak 3 kali pengulangan, dan shooting dengan bola kearah target sebanyak 10 kali dengan pengulangan 3 kali. Sedangkan analisa data dilakukan menggunakan deskriptif statistik. Dari hasil penelitian ini menunjukkan: 1) teknik dasar Passing siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA N 2 kaur kategori cukup. 2) Teknik dribbling dasar siswa ekstrakurikuler bola SMA N 2 Kaur berada pada kategori kurang. 3) teknik dasar shooting siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA N 2 Kaur. berada pada kategori cukup.

**Keywords** : *Basic football techniques, passing, dribbling and shooting.*

**Abstract** : *The problem in this research is thought to be the low level of basic technique of football players at SMA N 2 Kaur, this can be seen when taking part in matches. The problem of this research is thought to be the low level of basic football technique such as passing, dribbling and shooting which can be seen during the match. Therefore, this research aims to to find out the basic techniques possessed by SMA N 2 Kaur football players regarding passing, dribbling and shooting. This type of research is descriptive research. The population in this study were soccer players aged 16-18 years. Consisting of male extracurricular students from SMA 2 Kaur. Sampling was carried out by taking a census of 15 students from SMN 2 Kaur. Data collection is carried out by carrying out tests and measurements on each basic technical element to obtain data. passing towards the target, dribbling with the ball 10-20 meters back and forth 3 times, and shooting with the ball towards the target 10 times with 3 repetitions. Meanwhile, data analysis was carried out using descriptive statistics. The results of this research show: 1) the basic passing technique for extracurricular soccer students at SMA N 2 Kaur is in the sufficient category. 2) The basic dribbling technique of extracurricular ball students at SMA N 2 Kaur is in the poor category. 3) the basic shooting techniques of extracurricular soccer students at SMA N 2 Kaur are in the sufficient category.*

## **PENDAHULUAN**

Permainan sepak bola merupakan olahraga yang paling banyak di gemari dengan masyarakat didunia khususnya Indonesia (Prawira 2016) sepak bola sendiri mempunyai komponen-komponen yang harus dikuasi seperti kondisi fisik, teknik, taktik dan mental (Muhammad 2022, Irfan 2020). Semua komponen itu harus di kuasi oleh pemain sepak bola, tetapi yang lebih mendasar yaitu teknik. Teknik itu sendiri terbagi menjadi beberapa aitem seperti passing, dribbling dan shooting (Naldi 2020), ketiga komponen tersebut harus di kuasi agar jalannya suatu permainan yang baik.

Kurangnya keterampilan teknik dasar itu sendiri menjadi masalah dalam permainan seperti yang telah dilihat pada penelitian sebelumnya bahwa keterampilan teknik dasar masih kurang (Atiq 2012), adapula penelitian sebelumnya menyampaikan bahwa teknik dasar pada usia 16 tahun baik, dan usia 12 tahun cukup (Rahman 2020).

Menurut Wiriawan dan Irawan (2019), passing adalah suatu bakat yang melibatkan pemindahan bola dengan ketelitian dan ketepatan yang ekstrim dari satu pemain ke pemain lainnya. Pemain sepak bola memanfaatkan passing untuk mengatur serangan dan mencetak gol. Mereka juga menggunakannya untuk memulai kembali permainan setelah terjadi kesalahan, membersihkan area dengan menyapu bola-bola berbahaya, atau mencoba menghentikan serangan lawan saat berada di zona pertahanannya sendiri (Yudi, 2019).

Menggiring bola adalah tindakan berlari cepat dengan bola sambil mencoba berlari lebih cepat dari banyak pemain bertahan sambil mengendalikan bola dengan menjaganya tetap dekat dengan kaki setiap saat. Selalu menjaga bola saat memukul lawan dan memanfaatkan bagian luar kaki

atau bagian luar kaki saat bergerak untuk mendorong bola ke depan. Penipuan dan gerakan poros digunakan (Akmal & Lesmana, 2019). Menggiring bola merupakan suatu keterampilan dasar dimana pemain bergerak cepat sambil mendorong bola dengan kakinya untuk memindahkannya dari satu tempat ke tempat lain atau untuk menembus pertahanan lawan. Perhatian pemain senantiasa tertuju pada lawan saat menggerakkan dan menggiring bola (Ardianda, 2018). Menggiring bola tidak tepat. Pemain sepak bola dapat mengontrol kecepatan, mengoper bola, menerimanya, mengganggu pertahanan lawan, dan mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawangnya dengan menggunakan teknik dribbling kunci (Saputra & Yenes, 2019).

Tujuan menembak adalah untuk mencoba mengarahkan bola ke gawang lawan (FIFA, 2015, p. 66). Setelah sentuhan terakhir, tetapi juga setelah merebut bola saat melakukan penyerangan, menembak adalah sebuah pilihan. Memotret dari jarak jauh adalah pilihan tambahan. Jika Anda tidak memiliki kemampuan menembak yang kuat untuk mengikuti semua pendekatan lainnya, pendekatan tersebut tidak akan berguna saat bermain sepak bola. Menurut Yulifri (2018), menembak harus menjadi komponen dalam setiap sesi latihan. Banyak dari kita telah melihat bahwa meskipun tim atau individu dapat mengoper, menggiring bola, dan menyundul dengan cukup efektif, mereka kesulitan untuk menembak dengan baik (Nusri, 2018).

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan pada saat latihan serta dalam beberapa kali uji coba pertandingan dan kejuaraan yang pernah diikuti, bahwasannya salah satu factor penurunan prestasi sepak bola pada ekstrakurikuler siswa sekolah menengah

akhir negeri 2 kaur terlihat berbagai kesalahan dalam teknik dasar seperti passing dribbling dan shooting jauh dari yang diharapkan. Pada passing dan control pemain SMA 2 Kaur melakukannya tidak sesuai yang diinginkan, selanjutnya melakukan dribbling para pemain mengalami kesusahan melakukan dribbling bola ketika berada dalam keadaan berhadapan lawan, ketikas hooting kearah gawang, selalu bola jauh dari sasaran kegawang lawan, yang dilakukan tidak sempurna dilakukan. Hal ini yang disebabkan kurangnya kemampuan teknik dasar para pemain, banyak hal ditemukan dalam sebuah pertandingan, para pemain belum menguasai teknik dasar dalam tim sepakbola, karna dalam permainan sepakbola teknik dasar menjadi modal utama untuk bermain sepakbola

## METODE

Penelitian ini tergolong kepada penelitian *deskriptif* yang menggunakan metode survey yang bertujuan untuk menggambarkan atau mengungkapkan keadaan nyata kondisi teknik dasar meliputi, *shooting, passing, dribbling*. Pengambilan sampel menggunakan *sensus sampling* jika semua populasi tidak terlalu banyak yaitu sebanyak 15 orang, instrumen shooting menggunakan finalty, tes menggiring bola zig-zak, dan tes passing, Sedangkan analisa data dilakukan menggunakan teknik *statistic deskriptif*.

## HASIL

Keterampilan sepak bola merupakan hal yang mendasar di dalam permainan seperti passing, dribbling, dan shooting hal ini harus sudah dimiliki oleh pemain sepak bola (Kuswoyo 2018), sebab bila teknik dasar kurang dikuasai akan mengakibatkan kegagalan dalam penguasaan bola (Nusufi

2016), seperti hasil penelitian dapat di lihat pada tabel 1, 2 dan 3.

### 1. Passing

Tabel 1. *Passing*

Kelas Interval	Fa	Fr (%)	Klasifikasi
<5	4	27%	Kurang
6-7	11	73%	Cukup
>8	0	0%	Baik
Jumlah	15	100%	

Hasil frekuensi kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur memiliki nilai rata-rata 5,93 dengan demikian dapat disampaikan kemampuan passing cukup. Terlihat dari 15 orang sampel, 4 orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (27%) dengan kategori kurang. 11 orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (73%) dengan kategori di cukup, untuk kategori baik dan tidak ada.

### 2. Dribbling

Tabel 2. *Dribbling*

Kelas Interval	Fa	Fr (%)	Klasifikasi
<6,62	1	7%	Baik Sekali
6,63-7,67	4	27%	Baik
7,68-8,72	7	47%	Cukup
8,73-9,77	1	7%	Kurang
>9,78	2	13%	Kurang Sekali
Jumlah	15	100%	

Hasil frekuensi kemampuan dribbling siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur dengan nilai rata-rata 8,19 dapat di sampaikan dribbling bola berada pada kategori cukup. Terlihat dari 15 orang sampel, 1 orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (7%) dengan kategori sangat baik. 4 orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (27%) dengan kategori baik. 7 orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (47%) kategori kurang, 2

orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (13%) kategori kurang sekali.

### 3. Shooting

Tabel 3. Shooting

Kelas Interval	Fa	Fr (%)	Klasifikasi
<5	4	27%	Kurang
6-7	11	73%	Cukup
>8	0	0%	Baik
Jumlah	15	100%	

Hasil frekuensi kemampuan *shooting* siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur memiliki nilai rata-rata 5,67 dengan demikian dapat disampaikan kemampuan passing cukup. Terlihat dari 15 orang sampel, 4 orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (27%) dengan kategori kurang. 11 orang siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur (73%) dengan kategori di cukup, untuk kategori baik dan tidak ada

## PEMBAHASAN

Keterampilan passing merupakan keterampilan yang paling mendasar yang harus dimiliki oleh pemain sepak bola sebab apabila keterampilan passing kurang dikuasai oleh pemain maka bola akan cepat direbut dengan lawan, hal inilah yang akan merugikan tim dalam permainan,

Keterampilan passing perlu di terapkan kembali model latihan agar pemain sepak bola bisa menguasai passing untuk jalannya permainan yang di inginkan, Metode latihan yang digunakan yaitu metode latihan El rondo, El rondo merupakan bentuk latihan dengan skema lingkaran di isi beberapa pemain dan menempatkan satu atau dua pemain di tengah lingkaran. Bentuk latihannya yaitu para pemain yang berdiri dikelilingi lingkaran harus berusaha untuk terus menguasai bola dengan cara

mengumpulkan bola satu sama lain. Sebaliknya, pemain yang berada di tengah lingkaran harus berusaha untuk memotong bola. Dan 1-2 combination pass atau wall pass adalah kombinasi operan dengan seorang pemain yang bertindak sebagai dinding untuk mengarahkan jalur gerakan bola. Pemain segera berlari ke depan keruang terbuka untuk menerima operan balik (Soemardiawan 2022).

Diribbling sangat bermanfaat untuk mencari peluang serangan ke arah lawan, menyusup pertahanan lawan dan mengacaukan formasi lawan (Darma2023), Dribbling merupakan salah satu Teknik pada permainan sepak bola yang bermanfaat untuk menguasai permainan Darni (2016), Nirwandi (2016), serta mampu sebagai cara untuk mampumelewati pertahanan lawan sebagai akibatnya bisa lebih simpel untuk membangun peluang serta memasukan bola (gol) kegawang lawan Amra (2016). Menggiring bola atau yang bisa dianggap pula dengan *Dribbling*, merupakan suatu Teknik buat memahami bola dengan baik di waktu bola terletak dikakinya (Putra 2017, Syafiq 2023).

Shooting adalah tendangan yang dilakukan pemain sepakbola dengan kekuatanpunggung kaki untuk menciptakan gol ke gawang lawan. Shooting 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. Kunci kekuatan shooting ada pada kekuatan tungkai dan sudut pengambilan tendangan yang optimal (Darminto2023).

Kemampuan shooting sudah dalam kategori cukup, akan tetapi perlu di

tingkatkan lagi dalam mendapatkan kesempurnaan dalam permainan sepak bola, hal ini diperlukan lagi tahapan latihan yang secara kontinue untuk keberhasilan kedepannya(Putra2023).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan bahwa teknik dasar sepak bola siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur dapat di sampaikan bahwa, passing berada pada kategori cukup, dribbling berada pada kategori cukup, dan shooting berada pada kategori cukup.

Dari hasil yang dilakukan pada saat penelitian terlihat bahwa masih banyak yang perlu ditingkatkan kembali seperti passing, dribbling dan shooting itu perlu ditingkatkan untuk menunjang keterampilan teknek dasar sepak bola, peneliti berharap dengan dilaksanakannya penelitian ini mampu membuat gambaran guna meningkatkan keterampilan daasr sepak bola siswa ekstrakurikuler SMA N 2 Kaur kedepannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling. *Jurnal Patriot*, 2, 1197-1210
- Amra, F. (2016). *Pengaruh Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi Mata-Tangan Dan Percaya Diri Terhadap Hasil Three Point Shoot Ektrakurikuler Bola Basket Sma Pembangunan Laboratorium Padang* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta).
- Ardianda, E., & Arwandi, J. (2018). Latihan Zig-Zag Run dan Latihan Shuttle Run Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Performa Olahraga*, 3(01), 32-41. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo16019>
- Atiq, A. (2012). Tingkat Keterampilan Tehnik Dasar Sepakbola LPI SMP 3 Pontianak Tahun 2012. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 2(1).
- Darma, I. Z., & Fernando, R. (2023). Kontribusi kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan dribbling sepakbola: Studi korelasi pada siswa ekstrakurikuler. *Sport, Education, and Technology*, 1(1), 1-6.
- Darminto, A. O., Maulana, A. A., & Mutmainna, A. (2023). Pengaruh Latihan Koordinasi Mata Kaki Melalui Media Karet Resistance Dalam Meningkatkan Hasil Akurasi Shooting Dalam Permainan Sepakbola Siswa Kelas VIII MTs Daarul Quran Pajalele. *Athena: Physical Education and Sports Journal*, 1(1), 24-30.
- Darni, F. U. (2016). Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil Shooting Bolabasket Siswa SMP Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *Jurnal MensSana*, 1(2), 35-49.
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Kuswoyo, D. D. (2018). Identifikasi Tingkat Keterampilan Sepak Bola Siswa Putra Kelas V SDN Monta Kecamatan Monta Kabupaten Bima Tahun Ajaran 2018-2019. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 6-10.

- Muhammad, A., Putra, A. N., Atradinal, A., & Syampurma, F. (2022). Profil Kondisi Fisik dan Teknik Dasar Pemain Sepakbola Sonyak Pratama FC Kota Payakumbuh. *Jurnal JPDO*, 5(8), 26-32.
- Naldi, I. Y., & Irawan, R. (2020). Kontribusi kemampuan motorik terhadap kemampuan teknik dasar pada atlet ssb (sekolah sepakbola) balai baru kota padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 6-11.
- Nirwandi, F. U. (2016). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Klub Bolabasket Putra Sekolah Menengah Atas Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *Jurnal MensSana*, 1(2), 27-34.
- Nusri, A., Setijono, H., & Rahayu, T. (2018). Development Developing Instruments to Measure Long Passing and Shooting Skills of the Football School Students of Medan City. *The Journal of Educational Development*, 6(3), 280-290
- Nusufi, M. (2016). Hubungan kemampuan motor ability dengan keterampilan bermain sepak bola pada klub Himadirdga Unsyiah. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 2(1), 1-10.
- Prawira, R. R. Z., & Tribinuka, T. (2016). Pembinaan pemain muda melalui akademi sepak bola. *Jurnal Sains Dan Seni ITS*, 5(2), 13-17.
- 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).
- Putra, W. G., & Sumantri, A. (2023). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Dribbling Dan Ketepatan Shooting Dalam Keterampilan Bermain Sepakbola di Klub Persetab. *Silampari Journal Sport*, 3(1), 25-33.
- Rahman, K. S., & Padli, P. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. *Jurnal Patriot*, 2(2), 369-379.
- Saputra, A., & Yenes, R. (2019). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 1, 71-78.
- Soemardiawan, S., & Yundarwati, S. (2022). Efektifitas Metode Latihan El Rondo Dan 1-2 Combination Pass Untuk Meningkatkan Passing Pemain Undikma Fc. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(3).
- Syafiq, A., Santoso, D. A., Pramuja, A., & Dermawan, D. F. (2023). Tingkat Pemahaman Siswa Terhadap Teknik Dasar Dribbling Dalam Permainan Bola Futsal Di Sman 4 Karawang. *Journal Transformation of Mandalika*, 4(7), 50-56.
- Wiriawan, W., & Irawan, R. (2019). Futsal, Modifikasi Instrument Mengoper Bola Rendah Untuk Tes Passing. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2, 438-451
- Yudi, A. A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Keterampilan Passing Siswa SMAN 4 Sumbar. *Jurnal Cerdas Sifa*, (2), 1-8
- Yulifri, Y. (2018). Pembinaan Prestasi Sekolah Sepakbola di Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Stamina*, 1(1), 451-457.