

## Profil Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Club PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman

Raihan Ahmad Syauqi<sup>1</sup>, Erianti<sup>2</sup>, Syahrial Bakhtiar<sup>3</sup>, Dessi Novita Sari<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

[raihansyauqi00@gmail.com](mailto:raihansyauqi00@gmail.com), [erianti@fik.unp.ac.id](mailto:erianti@fik.unp.ac.id), [syahrial@fik.unp.ac.id](mailto:syahrial@fik.unp.ac.id),

[dessinovita10@fik.unp.ac.id](mailto:dessinovita10@fik.unp.ac.id),

doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.1.2025.23>

Kata Kunci : Teknik Dasar

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah masih belum terlaksananya pembelajaran teknik dasar sepak bola dengan baik pada klub PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar pemain sepakbola club PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *sensus sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan bermain sepak bola dengan tes, *Dribbling* dan *Shooting*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dalam bentuk persentase. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan (1) *Passing* Pemain club sepak bola PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman kategori “baik sekali” sebesar 10% (2 orang), kategori “baik” sebesar 60% (12 orang), kategori “sedang” 30% (6 orang), kategori “kurang” 0% (0 atlet) dan kategori “kurang sekali” 0% (0 atlet). (2) *Dribbling* pemain club sepak bola PSPS Padang Sago kategori “baik sekali” 0 % (0 orang), kategori “baik” 45% (9 orang), kategori “sedang” 45% (9 orang) dan kategori “kurang” 10% (2 orang). (3) *Shooting* pemain club sepak bola PSPS Padang Sago kategori “baik sekali” 0% (0 orang), kategori “baik” 0% (0 orang), kategori “sedang” 0% (0 orang) dan kategori “kurang 0% (0 orang) dan kategori “kurang sekali 100% (20 orang).

Keywords : *Basic Techniques*

Abstract : *The problem in this research is that basic football technique learning has not been implemented properly at the PSPS Padang Sago club, Padang Pariaman Regency. The aim of this research is to determine the level of basic technical abilities of football players at the PSPS Padang Sago club, Padang Pariaman Regency. This type of research is descriptive. The sampling technique in this research is census sampling. The instruments used to measure the ability to play soccer are tests, Dribbling and Shooting. The data analysis technique uses descriptive analysis in the form of percentages. Based on the research results, it can be concluded that: (1) Passing players for the PSPS Padang Sago football club, Padang Pariaman Regency, are in the “very good” category by 10% (2 people), the “good” category is 60% (12 people), the “medium” category “30% (6 people), “less” category 0% (0 athletes) and “very less” category 0% (0 athletes). (2) Dribbling of PSPS Padang Sago football club players in the “very good” category 0% (0 people), the “good” category 45% (9 people), the “medium” category 45% (9 people) and the “poor” category 10 % (2 persons). (3) Shooting of PSPS Padang Sago football club players in the “very good” category 0% (0 people), the “good” category 0% (0 people), the “medium” category 0% (0 people) and the “poor” category 0% (0 people) and the category “very less than 100% (20 people).*

## PENDAHULUAN

Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan. Kegiatan olahraga bukan hanya sekedar untuk menyehatkan jasmani semata, namun banyak manfaat yang didapat jika melakukan kegiatan olahraga.

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019).

Olahraga merupakan suatu wadah dalam meningkatkan sumber daya manusia, bagi sebagian banyak orang berolahraga secara rutin dan teratur bisa meningkatkan kualitas fisik dan mental seseorang.

Secara umum olahraga mempunyai fungsi untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mental, dan rohani serta ditujukan untuk membentuk sikap, kepribadian, disiplin, dan sportifitas tinggi. Sedangkan secara khusus olahraga mempunyai tujuan untuk mencapai prestasi (Darmawan, 2016).

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).

Olahraga merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, sejahtera, dan demokratis.

Olahraga pada saat sekarang ini dapat dikatakan sebagai suatu kebutuhan yang merupakan kegiatan yang dilakukan manusia yang ingin sehat baik jasmani maupun rohaninya (Rosmawati, 2016).

“Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia

yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional” (Nur, Madri & Zalfendi, 2018).

Pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa. Prestasi yang didapat dari program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga” (Sari, Wulandari, & Hardiansyah, 2020).

“Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencampai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target”. (Putra & Vivali, 2017).

“Perkembangan olahraga saat ini sangat berkembang dengan pesat, sehingga diperlukan penanganan yang lebih serius dan persiapan yang lebih matang” (Nando, 2018). Salah satu olahraga yang rutin di lakukan pembinaan dan pengembangan di Indonesia adalah olahraga sepakbola.

Sepak bola menjadi salah satu olahraga yang begitu populer dari dulu hingga sekarang. Seluruh dunia termasuk Indonesia menjadikan sepakbola menjadi salah satu olahraga yang sangat diminati banyak orang baik dari golongan muda, anak-anak hingga orang dewasa sangat menggemari olahraga sepakbola.

Sebagai salah satu cabang olahraga yang sangat di gemari di seluruh dunia adalah dengan adanya pertandingan-pertandingan yang dilaksanakan, seperti pertandingan piala dunia, pertandingan piala champion, dan liga di negara masing-masing. Sehingga menjadikan olahraga sepakbola menjadi salah satu olahraga yang sampai saat ini sangat diminati orang.

Menurut Atradinal dan Sepriani, Rika (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".

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang populer saat ini diseluruh penjuru dunia (Atradinal, 2018). "Permainan sepakbola begitu populer dan menjadi perhatian banyak orang dalam masyarakat kita" (Nirwandi, 2018).

Sepakbola merupakan salah satu darisekian banyakolahraga yang dibina dan dikembangkan, ada tiga momen sepakbola yaitu; menyerang, transisi, dan bertahan. Pertama menyerang, semua pemain harus menyebar sehingga membuat area bermain menjadi lebih lebar.

Dengan menggunakan luas lebar lapangan, sehingga banyak celah dari pertahanan lawan yang bisa kita tembus. Dalam posisi ini, kita bisa menjaga bola, sambil melihat peluang untuk kemudian mengirimkan bola ke celah pertahanan lawan. Kedua transisi dari menyerang ke bertahan.

Begitu kehilangan bola mereka harus segera mungkin bertahan, tidak ada lagi bola salah *passing, shooting* salah, apalagi ada diskusi, itu tidak boleh lagi terjadi. Semua harus sudah saling mengerti.

Sebaliknya ketika bola dikuasai oleh kita, segera untuk menyerang. Ini adalah tujuan kita untuk memenangkan pertandingan. Ketiga bertahan, konsentrasi hal utama dalam melihat

pergerakan lawan, seluruh pemain harus kompak untuk mundur ke belakang demi memperlambat laju serangan lawan agar tidak kebobolan.

Tujuan utama dari permainan sepak bola adalah untuk mencapai kemenangan dengan cara tim dapat memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan sebaliknya menjaga gawang dari kebobolan" (Putra, A. N.2018).

Salah satu unsur yang penting dalam olahraga sepakbola adalah kemampuan kondisi fisik, teknik dan taktik yang dimiliki atlet. Menurut (Maliki et al., 2017) untuk memiliki keterampilan bermain sepakbola atau terampil dalam melakukan teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola sangat dibutuhkan aspek fisiologis berupa komponen fisik yang baik, agar dapat mencapai prestasi yang baik pula.

Untuk mempertahankan teknik-teknik dasar permainan seperti keterampilan *passing, dribbling, shooting, juggling, dan heading* yang baik perlu ditunjang oleh kondisi fisik yang lebih baik pula. Kemampuan kondisi fisik meliputi daya tahan, kekuatan, kelincahan, kecepatan, serta kordinas (Hamdi & Wahyudhi, 2019).

Disamping itu untuk melakukan *dribbling* yang baik seorang pesepakbola, membutuhkan fleksibilitas sebagai faktor penting dalam mengendalikan bola (Maryono et al., 2017).

Faktor-faktor yang mendukung keterampilan di lapangan, seperti kekuatan otot kaki, daya tembak, koordinasi, *body kinetic, save body*, kelenturan, dan fleksibilitas. Selain itu, faktor psikologis, seperti motivasi,

kepercayaan diri, konsentrasi, kecemasan, dan kerjasama juga diperlukan untuk meningkatkan keterampilan. (Habibie et al., 2019).

Salah satu klub yang ada di Sumatera Barat adalah PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman yang telah berdiri pada tahun 1974, terdaftar di ASKAB pada tahun 1970.

Klub PSPS Padang Sago pernah mengikuti turnamen antar nagari se kecamatan Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman dengan meraih prestasi juara satu, terakhir mengikuti turnamen pada tahun 2021 pada ajang turnamen Hengki Irawan cup dan berhasil membawa pulang juara 3.

Setelah itu klub PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman tidak ada lagi mengikuti event baik tingkat daerah maupun nasional, dari turnamen terakhir klub PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman mengalami penurunan prestasi.

Untuk dapat bermain dengan baik membutuhkan menguasai teknik sepak bola, dikarenakan teknik menjadi sebuah pendukung dan sebuah pondasi utama seseorang dalam bermain sepak bola.

Maka untuk memperbaiki dan peningkatan kualitas didalam bermain menuju prestasi, permasalahan teknik menjadi penentu permainan sepak bola (Soniawan, V., & Irawan, 2018).

Dari gambaran prestasi yang diraih oleh pemain sepakbola klub PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman dapat dikatakan masih jauh dari maksimal seperti yang diharapkan.

Memang tidak mudah untuk meraih prestasi karena banyak faktor yang mempengaruhinya, diantaranya adalah

kemampuan teknik dasar yang belum dikuasai dengan baik.

Robert Koger (2005) menyatakan bahwa pembelajaran dan pelatihan merupakan foundation (dasar) harus menjadi menu latihan yang paling mendasar atau paling penting saat menguasai permainan, untuk itu ditunjukkan untuk mengembangkan keterampilan dasar yang diperlukan oleh semua pemain.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan pada klub PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman, penulis sampai saat ini club PSPS Padang Sago belum memiliki data tentang profil kemampuan teknik dasar. Berdasarkan hal tersebut penulis merasa tertarik untuk mengajukan sebuah penelitian yaitu "Profil Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Club PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman"

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif. Menurut Lehmann dalam A.Muri Yusuf (2007) "penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail".

Dalam penelitian ini peneliti ingin mengungkapkan bagaimana keterampilan teknik dasar yang meliputi komponen *passing*, *dribbling*, dan *shooting* club PSPS Sago. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan PSPS Padang Sago club.

Pelaksanaan penelitian baik berupa tes maupun pemberian perlakuan dilaksanakan di lingkungan tempat latihan club sepak bola PSPS Padang Sago di Padang Pariaman. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2023.

Menurut Arikunto (2010) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain sepak bola PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman sebanyak 30 orang.

Berdasarkan populasi di atas pengambilan sampel dilakukan dengan teknik "purposive sampling", menyatakan teknik Purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono 2012).

Sugiyono (2015) mengatakan teknik pengumpulan data adalah salah satu hal yang dapat mempengaruhi kualitas data, diperoleh dari lapangan untuk mengetahui data relevan, akurat, dan reliabel.

Jadi dibawah ini adalah tes yang dilakukan di Lapangan PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman yaitu tes *Passing*, *Driblling* dan *Shooting At The Ball* :

**1. Tes Passing**



Gambar 1 : pelaksanaan tes passing  
 Sumber: dokumentasi penelitian

**2. Tes Dribbling (Arsil,2018)**



Gambar 2 : pelaksanaan tes dribbling  
 Sumber: dokumentasi penelitian

**3. Tes Shooting At The Ball**



Gambar 3 : pelaksanaan tes shooting  
 Sumber: dokumentasi penelitian

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Tingkat keterampilan yang akan dihitung yaitu meliputi tes *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Hasil dari penilaian keempat item tersebut kemudian dijumlahkan.

**HASIL**

**1. Passing**

Pada bagian ini yang diukur adalah kemampuan *passing* pemain sepak bola PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman berdasarkan tes yang dilakukan maka diperoleh hasil penelitian sebagai berikut.

**Tabel 1. Hasil Tes Kemampuan Passing**

No	Klasifikasi	Kelas Interval T	Frekuensi	
			Absolute	Relatif
1	Baik Sekali	≥ 9	2	10%
2	Baik	7-8	7	35%
3	Sedang	5-6	9	45%
4	Kurang	3-4	2	10%
5	Kurang Sekali	≤ 2	0	0%
Jumlah			20	100%

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel diatas dari 20 orang pemain, 2 orang (10%) yang memiliki kemampuan *Passing* "Baik Sekali" yaitu pada interval  $\geq 9$ , 7 orang (35%) memiliki

kemampuan Passing “Baik” yaitu pada kelas interval 7-8, 9 orang (45%) memiliki kemampuan Passing “Sedang” yaitu pada kelas interval 5-6,

2orang (10%) memiliki kemampuan Passing “Kurang” yaitu pada kelas interval 3-4, dan 0 orang (0%) lainnya memiliki kemampuan Passing “Kurang Sekali” yaitu pada kelas interval  $\leq 2$ .

## 2. Dribbling

Pada bagian ini yang diukur adalah kemampuan *dribbling* pemain sepak bola PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman berdasarkan tes yang dilakukan maka diperoleh hasil penelitian sebagai berikut.

**Table 2. Hasil Tes Kemampuan Dribbling**

No	Kelas Interval T score	Frekuensi		Klasifikasi
		Absolute	Relatif	
1	$\geq 66$	0	0%	Baik Sekali
2	53 - 65	9	45%	Baik
3	41 - 52	9	45%	Sedang
4	$\leq 40$	2	10%	Kurang
Jumlah		20	100%	

Sumber : hasil penelitian

Dari 20 orang pemain, 0 orang (0%) yang memiliki kemampuan *Dribbling* “Baik Sekali” yaitu pada interval  $\geq 66$ , 9 orang (45%) memiliki kemampuan *Dribbling* “Baik” yaitu pada kelas interval 53 – 65, 9 orang (45%) memiliki kemampuan *Dribbling* “Sedang” yaitu pada kelas interval 41 – 52, dan 2 orang (10%) lainnya memiliki kemampuan *Dribbling* “Kurang” yaitu pada kelas interval  $\leq 40$ .

## 3. Shooting

Pada bagian ini yang diukur adalah kemampuan *shooting* pemain sepak bola PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman berdasarkan tes yang dilakukan maka diperoleh hasil penelitian sebagai berikut.

**Table 3. Hasil Tes Kemampuan Shooting**

No	Kelas Interval T score	Frekuensi		Klasifikasi
		Absolute	Relatif	
1	$\geq 67$	0	0%	Baik Sekali
2	55 - 66	0	0%	Baik
3	44 - 54	0	0%	Sedang
4	32 - 43	0	0%	Kurang
5	$\leq 31$	20	100%	Kurang Sekali
Jumlah		20	100%	

Sumber : hasil penelitian

Dari 20 orang pemain, 0 orang (0%) yang memiliki kemampuan *Shooting* “Baik Sekali” yaitu pada interval  $\geq 67$ , 0 orang (0%) memiliki kemampuan *Shooting* “Baik” yaitu pada kelas interval 55 - 66, 0 orang (0%) memiliki kemampuan *Shooting* “Sedang” yaitu pada kelas interval 44 - 54, 0 orang (0%) memiliki kemampuan *Shooting* “Kurang” yaitu pada kelas interval 32 - 43, dan 20 orang (100%) lainnya memiliki kemampuan *Shooting* “Kurang Sekali” yaitu pada kelas interval  $\leq 31$ .

## 4. Kemampuan Teknik Dasar pemain Sepak Bola

Berdasarkan hasil analisis kemampuan dasar pemain sepak bola club PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman yang meliputi kemampuan *passing*, *dribbling*, dan *shooting* memperoleh hasil seperti berikut:

**Table 4. Hasil kemampuan teknik dasar**

NO	Kategori	Kelas Interval	F. Absolut	F. Relatif
1	Baik Sekali	$>104$	0	0%
2	Baik	$>86 - 104$	2	10%
3	Sedang	$>67 - 86$	16	80%
4	Kurang	$>49 - 67$	2	10%
5	Kurang Sekali	$>49$	0	0%
Jumlah			20	100%

Sumber : hasil penelitian

Dari 20 orang pemain, terdapat pemain yang memiliki kemampuan teknik dasar “Baik Sekali” yaitu pada interval  $>104$  terdapat 0 orang (0%), terdapat pemain yang memiliki

kemampuan teknik dasar "Baik" yaitu pada kelas interval  $>86 - 104$  terdapat 2 orang (10%), terdapat pemain yang memiliki kemampuan Teknik Dasar "Sedang" yaitu pada kelas interval  $>67 - 86$  terdapat 16 orang (80%), terdapat pemain yang memiliki kemampuan Teknik Dasar "Kurang" yaitu pada kelas interval  $>49 - 67$  dan 2 orang (10%), dan lainnya memiliki kemampuan Teknik Dasar "Kurang Sekali" yaitu pada kelas interval  $\leq 49$  sebanyak 0 orang (0%). Untuk lebih jelasnya bisa dilihat dari diagram dibawah ini:

## PEMBAHASAN

Teknik dasar dalam permainan sepak bola merupakan pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepak bola. seorang pemainan sepak bola harus memiliki kemampuan melakukan seluruh kegiatan gerakan-gerakan dalam bermain di lapangan, baik gerakan yang dilakukan tanpa bolamaupun gerakan-gerakan dengan bola.

Berpedoman pada penjelasan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa untuk memperoleh semua itu tentu banyak factor yang dapat mempengaruhi teknik dasar sepak bola tersebut diantaranya latihan.

Latihan adalah proses yang sistematis dalam latihan yang dilakukan secara berulang-ulang dengan setiap harinya beban latihannya bertambah untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar sepak bola.

Berdasarkan pada pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai kemampuan teknik dasar bermain sepak bola memerlukan tahapan-tahapan dalam berlatih, misalnya tahapan perencanaan, memerlukan waktu selama proses latihan dan proses latihan tersebut harus dilaksanakan secara teratur dan progresif.

Progresif adalah untuk memaksimalkan hasil dengan memberikan tantangan pada tubuh secara teratur. Dalam arti latihan beban

prpgresif melibatkan peningkatan intensitas atau tingkat kesulitan latihan secara bertahap dari waktu ke waktu.

Hal ini dapat meningkatkan perkembangan massa dan kekuatan otot yang dibutuhkan dalam bermain sepak bola. Di samping latihan teknik dasar sepak bola, kemampuan teknik dasar sepak bola juga dipengaruhi oleh kondisi fisik atau didukung oleh kemampuan kondisi fisik yang prima. Persiapan kondisi fisik penting artinya dalam meningkatkan kualitas teknik dasar permainan sepakbola.

Kondisi fisik adalah kapasitas seseorang untuk melakukan kerja fisik dengan kemampuan bertingkat. Kondisi fisik dapat diukur secara kuantitatif dan kualitatif. Fisik berarti mengembangkan dan meningkatkan kemampuan fisik ( physical abilities ) atlet atau pemain.

### 1. Kemampuan Passing

Tes *passing* atau tes *short pass* adalah tes menendang bola dari beberapa tempat dan kesasaran tertentu dalam waktu tercepat. Tujunnya untuk mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam melakukan passing secara cepat dan tepat.

Dari hasil tes kemampuan *passing* yang diambil dari pemain sepak bola Club PSPS Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman. Diketahui dari 20 orang pemain, 2 orang (10%) yang memiliki kemampuan *passing* "Baik Sekali" yaitu pada interval  $\geq 9$ ,

7 orang (35%) memiliki kemampuan *Passing* "Baik" yaitu pada kelas interval 7-8, 9 orang (45%) memiliki kemampuan *passing* "Sedang" yaitu pada kelas interval 5-6, 2orang (10%) memiliki kemampuan *Passing* "Kurang" yaitu pada kelas interval 3-4,

0 orang (0%) lainnya memiliki kemampuan *passing* "Kurang Sekali" yaitu pada kelas interval  $\leq 2$ . Berdasarkan nilai rata rata kemampuan *passing* yaitu 6,3 dari 10 maka

kemampuan atlet club PSP Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman termasuk dalam kategori "sedang"

## 2. Kemampuan Dribbling

Tes dribbling adalah tes dengan mengiring bola secepat mungkin melewati semua rintangan yang telah ditentukan. Tujuannya adalah mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam mendribel bola.

Dari hasil tes kemampuan *dribbling* yang diambil dari 20 orang atlet, 0 orang (0%) yang memiliki kemampuan *dribbling* "Baik Sekali" yaitu pada interval  $\geq 66$ , 9 orang (45%) memiliki kemampuan *dribbling* "Baik" yaitu pada kelas interval 53 - 65, 9 orang (45%) memiliki kemampuan *dribbling* "Sedang" yaitu pada kelas interval 41 - 52,

2 orang (10%) lainnya memiliki kemampuan *dribbling* "Kurang" yaitu pada kelas interval  $\leq 40$ . Berdasarkan nilai rata rata kemampuan *dribbling* yaitu 51,05 maka kemampuan atlet club PSP Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman termasuk dalam kategori "sedang".

## 3. Kemampuan Shooting

Tes *shooting* adalah tes menendang bola dari tempat dan dengan kaki tertentu ke sasaran yang telah ditentukan. Tujuannya adalah untuk mengukur keterampilan ketetapan menembak bola.

Dari hasil tes kemampuan *shooting* dari 20 orang atlet, 0 orang (0%) yang memiliki kemampuan *shooting* "Baik Sekali" yaitu pada interval  $\geq 67$ , 0 orang (0%) memiliki kemampuan *shooting* "Baik" yaitu pada kelas interval 55 - 66, 0 orang (0%) memiliki kemampuan *shooting* "Sedang" yaitu pada kelas interval 44 - 54,

0 orang (0%) memiliki kemampuan *shooting* "Kurang" yaitu pada kelas interval 32 - 43, dan 20 orang (100%) lainnya memiliki kemampuan *shooting* "Kurang Sekali" yaitu

pada kelas interval  $\leq 31$ . Berdasarkan nilai rata rata kemampuan *shooting* yaitu 19,45 maka kemampuan atlet club PSP Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman termasuk dalam kategori "kurang sekali".

## 4. Kemampuan Teknik Dasar

Berdasarkan hasil analisis kemampuan atlet sepakbola PSP Padang Sago Kabupaten Padang Pariaman dari 20 orang pemain, terdapat pemain yang memiliki kemampuan teknik dasar "Baik Sekali" yaitu pada interval  $>104$  terdapat 0 orang (0%), terdapat pemain yang memiliki kemampuan teknik dasar "Baik" yaitu pada kelas interval  $>86 - 104$  terdapat

2 orang (10%), terdapat pemain yang memiliki kemampuan Teknik Dasar "Sedang" yaitu pada kelas interval  $>67 - 86$  terdapat 16 orang (80%), terdapat pemain yang memiliki kemampuan Teknik Dasar "Kurang" yaitu pada kelas interval  $>49 - 67$  dan 2 orang (10%), dan lainnya memiliki kemampuan Teknik Dasar "Kurang Sekali" yaitu pada kelas interval  $\leq 49$  sebanyak 0 orang (0%). Berdasarkan nilai rata rata analisa Kemampuan Teknik Dasar yaitu 76 maka kemampuan atlet club PSP Padang Sago termasuk dalam kategori "sedang".

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat kesimpulan, yaitu : 1) *Passing* pemain club PSPS Padang Sago 2 orang (10%) yang memiliki kemampuan *Passing* "Baik Sekali" yaitu pada interval  $\geq 9$ , 7 orang (35%) memiliki kemampuan *Passing* "Baik",

9 orang (45%) memiliki kemampuan *Passing* "Sedang" , 2orang (10%) memiliki kemampuan *Passing* "Kurang", dan 0 orang (0%) lainnya memiliki kemampuan *Passing* "Kurang Sekali". 2) *Dribbling* pemain club PSPS



Padang Sago 0 orang (0%) yang memiliki kemampuan Dribbling “Baik Sekali”,

9 orang (45%) memiliki kemampuan Dribbling “Baik”, 9 orang (45%) memiliki kemampuan Dribbling “Sedang”, an 2 orang (10%) lainnya memiliki kemampuan Dribbling “Kurang”. 3) Shooting pemain club PSPS Padang Sago 0 orang (0%) yang memiliki kemampuan Shooting “Baik Sekali”,

0 orang (0%) memiliki kemampuan Shooting “Baik”, 0 orang (0%) memiliki kemampuan Shooting “Sedang”, 0 orang (0%) memiliki kemampuan Shooting “Kurang”, dan 20 orang (100%) lainnya memiliki kemampuan Shooting “Kurang Sekali”.

## DAFTAR PUSTAKA

A. Muri Yusuf. 2007. Metodologi Penelitian. Padang: Universitas Negeri Padang Press

Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta:Rineka Cipta.

Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 17-29.

Atradinal, A., & Sepriani, R. (2017). Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola. *Jurnal MensSana*, 2(2), 99-105.

Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing. *Sporta Sainatika*, 3(1), 432-441.

Darmawan, A. (2016). Analisis Swot Pembinaan Prestasi Di Pgsi (Persatuan

Gulat Seluruh Indonesia) Kabupaten Lamongan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2), 43-52.

H. Nur, M. M, and zalfendi FIK-UNP, “Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang”, *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 67-76, Jun.2018

Habibie, M., Widiastuti, W., & Nuriani, S. (2019). Pengaruh Metode Latihan Dan Kordinasi Mata – Kaki Terhadap Keterampilan Shooting Dalam Sepakbola. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, No.1, Vol. 18.

Hamdi, A., & Wahyudhi, A. S. B. S. E. (2019). Profil Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola Terhadap Siswa SMP Negeri 2 Kasimbar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, No. 1. Vol. 7.

Koger, Robert. 2005. Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja. Klaten: PT Saka Mitra Kompetensi

Maliki et al. (2017). Analisis Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Klub Persepu Upgris Tahun 2016. *Jurnal Jendela Olahraga*, No. 2. vol. 2.

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 Keolahragaan*, 6(1), 1-14.

Maryono, Rahayu, S., & Rustiana, E. R. (2017). Metode latihan kelincahan dan fleksibilitas pergelangan kaki terhadap

- keterampilan menggiring bola. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 66–71.
- 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.
- Nirwandi, N. (2018). Tinjauan Tingkat VO2 Max Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola Bima Junior Bukittinggi. *Jurnal Penjakora*, 4(2), 18-27.
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- Putra, A. N. (2018). Development of skill training model football basic techniques through approach global analytical global. *Jipes-journal of indonesian physical education and sport*, 4(2), 26-31.
- Rosmawati, F. U. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Pemain Club Futsal Sekolah Menengah Kejuruan Nusatama Padang. *Jurnal Menssana*, 1(2), 11-19
- Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020, August). Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)* (pp. 120-123). Atlantis Press.
- Soniawan, V. (2018). Metode bermain berpengaruh terhadap kemampuan long passing sepakbola.
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta