



## TINJAUAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA PADA PEMAIN SEPAK BOLA SEKOLAH SEPAK BOLA TIRTA SOCCER SCHOOL U 15-16 PADANG

Ilham Al Fajri<sup>1</sup>, Atradinal<sup>2</sup>, Yaslindo<sup>3</sup> dan Haripah Lawanis<sup>4</sup>

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

[ilhamalfajri6@gmail.com](mailto:ilhamalfajri6@gmail.com), [atradinal99@fik.unp.ac.id](mailto:atradinal99@fik.unp.ac.id), [yaslindo@fik.unp.ac.id](mailto:yaslindo@fik.unp.ac.id), [haripahlawanis@fik.unp.ac.id](mailto:haripahlawanis@fik.unp.ac.id)

Doi JPDO: <https://doi.org/10.24036/JDPO.8.6.2025.159> Vol (8), No (7) Juli 2025

Kata Kunci : *Teknik Dasar Sepakbola, SBB Tirta Soccer School U 15-16 padang*

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi sekolah Sepak Bola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang. Hal itu terlihat dari saat melakukan *passing* sering tidak tepat sasaran, selain itu pada saat *dribbling* sering terjadi kehilangan bola dan pada saat *shooting* sering menembak bola tidak sesuai tekniknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar pemain sekolah Sepak Bola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang. Penelitian ini adalah penelitian dengan metode kuantitatif dengan menggunakan analisis deskriptif. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain sepakbola (SSB) Tirta Soccer School U 15-16 Padang yang berjumlah 21 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *sensus sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 21 orang. Data dianalisis dengan statistik deskriptif. Hasil meliputi hasil tes kemampuan *passing&control* berada dikategori sedang dengan presentase 42,86%, tes kemampuan *dribbling* berada dikategori sedang dengan presentase 71,43%, tes kemampuan *shooting* berada dikategori baik dengan presentase 38,10%. Dari beberapa hasil kemampuan atlet futsal, diperoleh hasil tes kemampuan teknik dasar sepak bola pada pemain sepak bola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang berada dikategori sedang sekolah dengan presentase 38,10%. Dengan demikian, pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang harus meningkatkan kemampuan teknik dasarnya dalam bermain futsal.

Keyword : *Basic Soccer Techniques, SBB Tirta Soccer School U 15-16 Padang*

Abstract : *The problem in this research is the low performance of the SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang soccer school. This can be seen from the fact that when passing is often not on target, apart from that when dribbling the ball is often lost and when shooting the ball is often not shot according to the technique. This research aims to determine the level of basic technical abilities of*

*SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang soccer school players. This research is research with quantitative methods using descriptive analysis. The population in this study were all football players (SSB) Tirta Soccer School U 15-16 Padang, totaling 21 people. The sampling technique uses census sampling. Thus, the sample in this study amounted to 21 people. Data were analyzed using descriptive statistics. The results include the results of the passing & control ability test which is in the medium category with a percentage of 42.86%, the dribbling ability test is in the medium category with a percentage of 71.43%, the shooting ability test is in the good category with a percentage of 38.10%. From several results of the abilities of futsa athletes, the results of the basic football technical ability test of SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang football players were in the middle school category with a percentage of 38.10%. Thus, SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang football players must improve their basic technical skills in playing futsal.*

## **PENDAHULUAN**

Ridwan & Sumanto (2017) mengatakan bahwa “Tujuan keolahragaan nasional adalah olahraga pendidikan”. Pendidikan jasmani adalah salah satu pendekatan yang terpadu dalam pendidikan adalah terwujudnya pendidikan jasmani yang mantap, sehingga pengalaman yang diperoleh dapat menggambarkan intelektual, social, jasmaniah dan emosi.

Selaras dengan itu Alnedral (2016) mengatakan bahwa beberapa manfaat olahraga dalam pendidikan yang dapat menyehatkan mental atlet yaitu olahraga dapat mengurangi stress dan meningkatkan perasaan bahagia, olahraga dapat meningkatkan kekuatan otak, dan olahraga dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Berolahraga dengan teratur maka harus ada motivasi dalam diri, sebagai penggerak dan pendorong yang bersifat dinamik dapat dipengaruhi, merupakan cerminan sikap dan mendorong suatu tindakan terarah pada tujuan untuk mendapatkan kepuasan atau menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan baik yang disadari, Zulahmi, dkk (2020).

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga prestasi. Prestasi dalam olahraga sepakbola adalah suatu perjuangan dan kematangan yang didapatkan melalui proses yang panjang. Salah satunya melalui proses pembinaan atlet yang harus dilakukan dengan baik dan benar, Asqal, Yaslindo, dkk (2025).

BAB II pasal 4 Undang-undang Republik Indonesia Nomor 11 tentang sistem keolahragaan tahun 2022 yang dijelaskan bahwa:

“Keolahragaan bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kecerdasan, dan kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia sportifitas, kompetitif, dan disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa, dan menjaga perdamaian dunia”.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang populer di Indonesia mulai dari kalangan anak-anak, orang dewasa dan orang tua, baik itu laki-laki maupun perempuan. Sepakbola yaitu permainan yang

bisa dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri dari 11 pemain.

Setiap tim akan berusaha memainkan bola dan menjaga bola supaya tidak direbut oleh lawan dengan tujuan akhir memasukan bola ke gawang lawan untuk memperoleh skor. Selanjutnya menurut Luxbacher (2016) "Sasaran utama dalam setiap serangan adalah mencetak gol".

Permainan sepakbola salah satu cabang olahraga yang sangat populer sampai saat ini di dunia manapun. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari berbagai bentuk baik dari peraturan maupun permainannya yang di gemari oleh seluruh lapisan masyarakat, Gunadi, dkk (2020).

Olahraga juga merupakan suatu kegiatan fisik yang berkembang pesat dan disukai banyak kalangan masyarakat didunia dan digemari oleh semua lapisan masyarakat dari anak-anak sampai orang dewasa, laki-laki maupun perempuan, sampai masyarakat pelosok-pelosok desa, Barlian (2020).

Sama halnya dengan kondisi fisik, apabila taktik, teknik dan mental menghadapi lawan sudah bagus namun tidak didukung oleh kondisi fisik yang baik maka suatu prestasi tidak akan pernah tercapai, Lawanis, et al (2019).

Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar yang dilakukan pemain sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola dengan baik. Dari faktor internal terdapat teknik dasar dalam permainan sepakbola yaitu: 1) passing dan controlling (mengoper dan menahan), 2) dribbling (menggiring), 3) shooting (menembak).

Teknik yang dimaksud adalah teknik sepakbola, suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seorang atlet untuk menyelesaikan atau memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien.

Hal ini dapat dilihat dari bagaimana cara seorang menendang bola, bagaimana cara melakukan passing, mengontrol dan menggiring bola, serta bagaimana bola dapat terarah kepada sasaran yang diinginkan Safruddin (2011).

Sepakbola merupakan suatu olahraga yang sangat populer dimana permainan sepakbola ini dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim permainan dalam sepakbola ini beranggotakan sebelas orang. Sepakbola juga melatih kerjasama antara pemain dan sportivitas dalam permainan yang harus dijunjung tinggi, Atradinal (2022).

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang membutuhkan kemampuan penguasaan teknik-taktik, dan mental agar bisa melakukan permainan secara maksimal. Maka seorang atlet juga dituntut untuk melakukan latihan yang teratur dan disiplin, serta memiliki sikap sportivitas yang tinggi, Sulistio (2019).

Syahfruddin (2011) menyatakan bahwa: "Teknik dalam olahraga adalah suatu acara yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan/ memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien".

Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola. Seluruh kegiatan dalam bermain dilakukan dengan gerakan-

gerakan, baik gerakan yang dilakukan dengan bola maupun gerakan tanpa bola (Yulifri, 2018)

Teknik dasar dalam permainan sepakbola adalah “semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seorang sudah bermain sepakbola”. Teknik dasar dalam sepakbola yaitu: 1. Teknik tanpa bola dapat dibedakan menjadi 3 yaitu teknik lari, teknik melompat, merampas bola, 2. Teknik dengan bola yaitu teknik menendang bola, teknik menghentikan bola, teknik menggiring bola, teknik menyundul bola (Emral, 2018).

Apabila dari beberapa teknik dasar tersebut dikuasai oleh pemain sepakbola dengan baik, maka pemain tersebut akan dapat bermain dengan baik pula. Teknik dasar dalam permainan sepakbola terdiri dari beberapa macam seperti *passing dan controlling, dribbling, heading dan shooting*, Firdo, et al (2024).

Adapun menurut Putra et., all (2020) *passing* merupakan cara untuk memindahkan bola dari pemain ke pemain berikutnya, menahan dan mengontrol bola merupakan usaha untuk menghentikan atau mengambil bola untuk selanjutnya dikuasai sepenuhnya, sehingga bola dapat dimainkan kembali.

*Passing* adalah salah satu teknik dasar permainan sepakbola yang sangat dibutuhkan oleh setiap pemain, karena dengan lapangan dan ukuran lapangan yang besar dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain, sebab hampir sepanjang permainan sepakbola menggunakan *passing*, Yusuf (2023).

Hal tersebut dikarenakan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat

kemampuan *passing* dalam permainan sepakbola. Teknik menahan bola merupakan kemampuan yang tidak terlepas dari kemampuan menendang bola.

Tanpa menguasai teknik menahan bola, seseorang akan terhambat kemampuan menendangnya. Teknik menahan bola akan dilakukan oleh beberapa bagian tubuh diantaranya sebagian kaki, dada dan kepala, Frananda, et all (2023).

Tujuan dari kegiatan ini adalah mengembangkan kepekaan terhadap ruang lapangan ketika mengoperkan bola. Para pemain dapat mengembangkan prespektif formasi dan bentuk tim di lapangan dan menciptakan peluang mencetak gol, Emral (2018).

Menggiring bola dapat juga diartikan salah satu teknik dalam permainan sepakbola dalam usaha membawa bola dari suatu daerah ke daerah lain dengan bergulir secara terus-menerus di atas lapangan pada saat permainan sedang berlangsung, Rafiq, dkk (2023).

Menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain *shooting* yang baik dari jarak jauh maupun jarak dekat, Maulana & Irwan, (2020).

Menendang bola (*shooting*) merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Tujuan utama menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), dan menembak ke arah gawang (*shooting at thegoal*), Kurniawan (2020).

Dilihat dan berkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan menjadi

beberapa macam, yaitu menendang dengan kaki bagian dalam (*inside*), kaki bagian luar (*outside*), punggung kaki (*instep*), dan punggung kaki bagian dalam (*inside of the instep*), Bahtara, (2022).

## METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran, sehingga memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti.

Penelitian ini akan dilakukan di tempat latihan SSB Tirta Soccer School U 15-16 yaitu di lapangan SMAN 2 Padang dan penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang yang terdaftar dan aktif latihan. Berjumlah sebanyak 21 orang pemain.

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *sensus sampling*. Berdasarkan pertimbangan peneliti memutuskan sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 21 orang yang tercatat aktif mengikuti SSB Tirta Soccer School Padang U 15-16 .

Teknik pengumpulan data berupa tes yakni *passing and control, dribbling dan shooting*. Selanjutnya peneliti melakukan proses pengolahan data dengan bantuan *software* program *microsoft excel 2010*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. *Passing & Control*

**Tabel 1.** Kategori Hasil Data *Passing & Control*  
 (Menahan bola)

| Kategori      | Skor    | FA | FR   |
|---------------|---------|----|------|
| Baik Sekali   | >17     | 2  | 10%  |
| Baik          | 15 – 16 | 3  | 14%  |
| Sedang        | 12 – 14 | 10 | 48%  |
| Kurang        | 9 – 11  | 6  | 29%  |
| Kurang Sekali | < 9     | 0  | 0%   |
| Jumlah        |         | 21 | 100% |

**Sumber:** Data Hasil Penelitian

Dari hasil gambar di atas dapat dilihat bahwa rata-rata dari tes *passing & control* pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang adalah tingkat kebugaran jasmani peserta didik SDN 8 Padang Panjang Barat berada pada kategori sedang.

### 2. *Dribbling*

**Tabel 2.** Kategori Hasil Data *Dribbling*

| Kategori      | Skor       | FA | FR   |
|---------------|------------|----|------|
| Sempurna      | <10,0      | 0  | 0%   |
| Baik Sekali   | 10,1-11,0  | 1  | 5%   |
| Baik          | 11,01-12,0 | 1  | 5%   |
| Sedang        | 12,1-13,0  | 9  | 43%  |
| Kurang        | 13,1-14,0  | 7  | 33%  |
| Kurang Sekali | >14,1      | 3  | 14%  |
| Jumlah        |            | 21 | 100% |

**Sumber:** Data Hasil Penelitian

Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 13,17 detik kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang. Dapat disimpulkan bahwan kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang berada pada kategori sedang.

### 3. *Shooting*

**Tabel 3.** Kategori Hasil Data *Shooting*

| Kategori    | Skor    | FA | FR |
|-------------|---------|----|----|
| Baik Sekali | >17     | 2  | 10 |
| Baik        | 15 – 16 | 3  | 14 |

|               |         |    |     |
|---------------|---------|----|-----|
| Sedang        | 12 – 14 | 10 | 48  |
| Kurang        | 9 – 11  | 6  | 29  |
| Kurang Sekali | < 9     | 0  | 0   |
| Jumlah        |         | 21 | 100 |

Sumber: Data Hasil Penelitian

Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 13 skor kemampuan shooting pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang. Dapat disimpulkan bahwan kemampuan shooting pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang berada pada kategori sedang.

#### 4. Teknik Dasar Kemampuan Pemain Sepakbola

Tabel 4. Kategori Hasil Data Kemampuan Teknik Dasar Pemain sepakbola

| Kategori      | Interval | FA | FR    |
|---------------|----------|----|-------|
| Baik Sekali   | 46,63    | 11 | 52,38 |
| Baik          | 42,80    | 3  | 14,29 |
| Sedang        | 38,97    | 3  | 14,29 |
| Kurang        | 35,14    | 4  | 19,05 |
| Kurang Sekali | < 35,14  | 0  | 0     |
| Jumlah        |          | 21 | 100   |

Sumber: Data Hasil Penelitian

Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 41 skor kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang berada pada kategori baik sekali.

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan teknik adalah semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seorang sudah dapat bermain sepakbola.

Menurut Emral (2018:119) teknik dasar sepakbola adalah “1) Teknik dengan bola yaitu menendang bola (memberikan bola dan menembak bola), menggiring bola, menahan bola dan mengontrol bola, melempar bola dan teknik penjaga gawang. 2) Teknik tanpa bola menyerang dan bertahan yakni lari, melompat, tackling, rempeln, dan teknik penjaga gawang”.

Dalam penelitian ini yang diteliti adalah kemampuan teknik pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang yang meliputi:

### 1. Tes *Passing & Control*

Kemampuan teknik passing dan kontrol / menahan bola pemain yang masih dalam kategori sedang pada saat diteliti untuk kategori pemain SSB kategori umur, bisa dikatakan ini sudah merupakan suatu peningkatan.

Perlunya latihan yang konsisten bagi pemain untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola dengan demikian bisa dapat dikatakan pemain akan bisa lebih percaya diri dan bisa banyak memenangkan turnamen.



Gambar 2. Tes *Passing & Control*

Sumber: Dokumentasi Penelitian

## **2. Teknik Dribbling**

Dribbling sangat penting dalam bermain sepakbola menurut Yulifri (2018) yaitu tujuan utama dari menggiring bola adalah untuk memindahkan daerah permainan, melewati pertahanan lawan, memancing lawan untuk mendekati bola hingga daerah penyerangan terbuka dan memperlambat tempo permainan.

Ketika seseorang mulai mempersiapkan diri untuk bertanding sepakbola, dribbling merupakan kemampuan utama yang pertama kali akan membuat seorang terpacu dan merasa puas ketika menggunakan kakinya untuk melakukan dribbling sesuai dengan fakta dan kenyataan ditemui di lapangan.

Ketika melakukan tes kemampuan menggiring bola yang dilakukan oleh 21 orang pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang ada 9 orang pemain yang masuk dalam kategori sedang untuk melakukan dribbling.

Kebanyakan kemampuan dribbling bola pemain pada kategori sedang yaitu sebanyak 9 orang pemain, bahkan ada 2 orang yang termasuk dalam kategori kurang sekali yaitu Zidan dan Noval.

Artinya pemain yang belum memiliki kemampuan dribbling bola

dari satu cone (patok) ke cone yang lain terlihat dari waktu yang terpakai untuk melewati rintangan terlalu lama, gerakannya lambat dan penguasaan bola dikaki sering lepas dan jauh dari jangkauan, sehingga membutuhkan waktu untuk memulai kembali



**Gambar 3. Tes Dribbling**

Sumber: Dokumentasi Penelitian

## **3. Teknik Shooting**

Kemampuan teknik shooting merupakan teknik penting yang harus dimiliki oleh seorang pemain karena shooting bola adalah cara yang efisien bagi sebuah tim untuk memenangkan permainan jika ada beberapa pemain yang memiliki kemampuan shooting yang baik. Menurut R. Bahtar (2022) mengatkan prinsip-prinsip menendang bola terdiri dari: pandangan mata, kaki tumpu, kaki yang menendang, bagian bola yang ditendang, dan sikap badan.

Dari hasil penelitian tentang kemampuan shooting bola ke gawang dari 21 pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang dapat dikatakan masih banyak yang belum

memiliki kemampuan shooting bola yang baik.

Di samping penguasaan teknik, menendang bola ke gawang shooting bola di dukung oleh faktor kondisi fisik seperti kekuatan otot tungkai, koordinasi mata kaki yang dapat mengarahkan bola ke sasaran yang memiliki skor tinggi.

Daya ledak otot tungkai akan menghasilkan kualitas tendangan yaitu bola dengan cepat bergerak ke arah gawang karena didukung oleh kekuatan otot tungkai yang berkerja secara eksplosif.

Kemampuan kondisi fisik seperti itu dapat meningkatkan kemampuan teknik menendang bola ke gawang seseorang, oleh sebab itu pemain memiliki kemampuan shooting bola ke gawang harus terlebih dahulu meningkatkan kondisi fisik yang dibutuhkan dalam pelaksanaan teknik tersebut.



**Gambar 1. Tes Shooting**

Sumber: Dokumentas Penelitian

#### 4. Teknik Dasar Sepak Bola Pada Pemain Sepak Bola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang

Semua cabang olahraga membutuhkan teknik yang berbeda-beda, contohnya kebutuhan teknik dalam permainan sepakbola akan berbeda dengan kebutuhan teknik dalam bermain bola basket, bola voli dan sebagainya.

Teknik dasar ini sangat diperlukan oleh seorang pemain sepakbola agar dapat menguasai bola dengan beberapa teknik yang ada sehingga pemain tersebut mampu mencetak gol menuju gawang lawan dan memperoleh kemenangan. Teknik dasar merupakan hal-hal dasar yang harus diketahui dan dikuasai oleh pemain sepakbola.

Apabila dari beberapa teknik dasar tersebut dikuasai oleh pemain sepakbola dengan baik, maka pemain tersebut akan dapat bermain dengan baik pula. Teknik dasar dalam permainan sepakbola terdiri dari beberapa macam seperti passing dan controlling, dribbling, dan shooting yang telah dilakukan.

Berdasarkan analisis data tentang teknik dasar (*passing&control, dribbling dan shooting*) kemampuan pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang di atas dapat dilihat bahwa rata-rata dari tes teknik pemain

sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang adalah skor rata-rata 38,89 yang dibulatkan menjadi 39 skor.

Keseluruhan teknik dasar dengan simpangan baku (standar deviasi) sebesar 3,83 dan dilakukan uji Tscore, maka dapat diketahui bahwa yang termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 8 dengan presentasi (38,10%).

Perincian kategori baik terdapat frekuensi 7 dengan presentasi (33,33%), kategori kurang sekali terdapat 1 frekuensi dengan presentasi (4,76%), selanjutnya kategori kurang terdapat 5 frekuensi dengan presentasi (23,81%).

Dari analisis data yang diperoleh terdapat skor rata-rata 39 skor kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang.

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang berada pada kategori sedang. Atlet sepakbola yang memiliki kemampuan teknik dasar sepakbola baik maka harus memiliki latihan yang rutin dan kondisi fisik yang baik juga.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan teknik pemain yang berjumlah 21 pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang yang

meliputi hasil tes kemampuan passing & control/menahan berada dikategori sedang dengan presentase 42,86%, tes kemampuan dribbling berada dikategori sedang dengan presentase 71,43%.

Tes kemampuan shooting berada dikategori baik dengan presentase 38,10%. Dari beberapa hasil kemampuan atlet futsal dapat dirangkum bahwa hasil tes kemampuan teknik dasar sepak bola pada pemain sepak bola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang berada dikategori sedang sekolah dengan presentase 38,10%.

Dengan begitu, pemain sepakbola SSB Tirta Soccer School U 15-16 Padang harus meningkatkan kemampuan teknik dasarnya dalam bermain futsal.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alnedral, A. (2016). Pembentukan Karakter-Cerdas Atlet Tarung Derajat. *Jurnal Performa Olahraga*, 1(1), 44-55
- Asqal, Yaslindo, Arsil dan Mardepi Saputra. (2025). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Sekolah Pemain SSB Persatuan Sepakbola Pasar Sarinah Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo Provinsi Jambi. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*. 8(4). 2025.
- Atradinal, A., & Sepriani, R. (2017). Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola. *Jurnal MensSana*, 2(2), 99-105.
- Bahtara. (2022). *Buku Ajar Permainan Sepakbola*. Padang: Sukabina Press.

- Barlian, E. (2020). Pengaruh Latihan Jump To Box Terhadap Kemampuan Heading. *Performa*, 5(1), 101-109.
- Emral. (2018). *Sepakbola Dasar*. Padang : Sukabina Press
- Frananda, M., Atradinal, A., Edwarsyah, E., & Putra, A. N. (2023). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pada Pemain Sekolah Sepakbola Persatuan Sepakbola Situjuah Gadang. *Jurnal JPDO*, 6(11), 174-181.
- Firdo, S., Yulifri, Y., Atradinal, A., & Suwirman, S. (2024). Studi Keterampilan Teknik Dasar Pemain SSB PSMP Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal JPDO*, 7(2), 159-164.
- Gunadi, dkk (2020). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Shooting. *Jurnal Patriot*. 2(4). 1092 – 1103.
- Kurniawan, R. (2020). Pengaruh Latihan Decline Hop Terhadap Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Adik Fc Desa Apitaik Kecamatan Pringgabaya Kabupaten Lombok Timur. *Journal Sport Science, Health and Tourism of Mandalika (Jontak)*, 1(1), 8-15.
- Lawanis, H, dkk (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Hockey. *Jurnal Performa*. 4(1). 6-12.
- Luxbacher, Joseph A. (2016). *Sepak Bola*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Putra, M., Hermazoni, Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020) Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Akurasi Passing. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1036-1046.
- Rafiq, M., Bakhtiar, S., Jonni, J., & Atradinal, A. (2023). Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Dribbling Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Rajawali Tanjung Jati Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal JPDO*, 6(12), 175-181.
- Sulistio, D. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Passing, Dribbling, Dan Shooting Pada Pemain Sepak Bola SSB Putra U 10-12 Tahun Di Kabupaten Kaur. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(2), 241-248.
- Undang-Undang Negara Republik Indonesia No.11 Tahun 2022. *Keolahragaan*. Jakarta: Depdiknas
- Yulifri, Y. (2018). Pembinaan Prestasi Sekolah Sepakbola di Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Stamina*, 1(1), 451-457.
- Yusuf, P. M., & Zainuddin, F. (2023). Pengaruh Latihan Variasi Passing Control Terhadap Kemampuan Passing Control Pemain Ps. Lingsar Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(1).
- Zulfahmi, Padli, Alnedral dan Desi Purnama Sari. (2020). Pengaruh Latihan Memukul Bola Digantung Terhadap Ketepatan Smashopen. *Jurnal Patriot*. 2(3). 757 – 768.