

## Studi Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sekolah Sepakbola PSMP Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota

Anugrah Illahi<sup>1</sup>, Atradinal<sup>2</sup>, Aldo Naza Putra<sup>3</sup>, Jonni<sup>4</sup>

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

[anugrahillahi975@gmail.com](mailto:anugrahillahi975@gmail.com) [atradinal@fik.unp.ac.id](mailto:atradinal@fik.unp.ac.id) [aldonazaputra@fik.unp.ac.id](mailto:aldonazaputra@fik.unp.ac.id)

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

Doi: <https://doi.org/10.24036/IPDO.8.6.2025.188>

**Kata kunci** : Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola

**Abstrak** : Masalah dalam penelitian ini adalah diduga kemampuan teknik dasar pemain SSB PSMP Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Pulu Kota masih jauh dari yang diinginkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kemampuan teknik dasar pemain SSB PSMP Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Pulu Kota. Jenis penelitian deskriptif. Populasidalampenelitian ini pemain SSB PSMP yang aktif berlatih berjumlah 18 orang umur 14-17 tahun. Dengan teknik penarikan sampelnya *total sampling* (sampel jenuh) jadi sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain usia 14-17 tahun sebanyak 18 orang yang merupakan pemain yang aktif dan terdaftar sebagai pemain SSB PSMP. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini kemampuan sepakbola dengan teknik dasar yaitu, *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase  $P = F/N \times 100\%$ . Hasil penelitian bahwa : 1) Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *passing* dan *control* pada kategori sedang dengan rata-rata 24 kali. 2) Kemampuan teknik dasar pe pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *dribbling* pada kategori kurang dengan rata-rata 16,47 detik. 3) Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *shooting* pada kategori sedang dengan rata-rata 50. 4) Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada kategori sedang dengan rata-rata 50.

**Kata kunci** : Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola

**Abstrak** : Masalah dalam penelitian ini adalah diduga kemampuan teknik dasar pemain SSB PSMP Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Pulu Kota masih jauh dari yang diinginkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kemampuan teknik dasar pemain SSB PSMP Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Pulu Kota. Jenis penelitian deskriptif. Populasidalampenelitian ini pemain SSB PSMP yang aktif berlatih berjumlah 18 orang umur 14-17 tahun. Dengan teknik penarikan sampelnya *total sampling* (sampel jenuh) jadi sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain usia 14-17 tahun sebanyak 18 orang yang merupakan pemain yang aktif dan terdaftar sebagai pemain SSB PSMP. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini kemampuan sepakbola dengan teknik dasar yaitu, *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase  $P = F/N \times 100\%$ . Hasil penelitian bahwa : 1) Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *passing* dan *control* pada kategori sedang dengan rata-rata 24 kali. 2) Kemampuan teknik dasar pe pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *dribbling* pada kategori kurang dengan rata-rata 16,47 detik. 3) Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *shooting* pada kategori sedang dengan rata-rata 50. 4) Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada kategori sedang dengan rata-rata 50.

## PENDAHULUAN

Olahraga adalah aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019). Olahraga adalah kegiatan sistematis mendorong, membina, mengembangkan potensi jasmani, dan rohani (Asnaldi, 2016).

Olahraga merupakan kegiatan yang bermanfaat dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani. Selain untuk memupuk watak, kepribadian, disiplin, sportifitas, olahraga juga dapat meningkatkan kemampuan daya pikir serta perkembangan prestasi (Zulman, 2018).

“Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi (Atradinal, 2018). Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017).

Sementara menurut Sepriani, Eldawati & Oktamarini (2018) masyarakat sangat perlu untuk berolahraga karena dengan berolahraga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani seseorang. Tujuan utama melakukan aktivitas gerak berupa olahraga adalah untuk mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu (Jonni, 2018).

Salah satu hal yang paling penting adalah bagaimana suatu masyarakat selalu terlihat sehat. Perkembangan olahraga saat ini sangat berkembang dengan pesat, sehingga diperlukan penanganan yang lebih serius dan persiapan yang lebih matang (Nando, 2018).

Olahraga adalah kebutuhan setiap manusia karena olahragamerupakan kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, mengembangkan potensi jasmani, rohani dan social (Arsil, 2023).

Olahraga adalah suatu bentuk upaya dalam peningkatan kuitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak, kepribadian, disiplin, dan sportifias pada peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa nasional (Madri dkk, 2018).

Upaya untuk mengubah atau mematangkan sumber daya manusia salah satunya yaitu melalui pembinaan dengan kegiatan olahraga pada generasi muda. Olahraga ini terdiri dari olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi, olahraga amatir, olahraga professional (Astuti, 2017).

Menurut Yulifri dan Arsil (2017) permainan sepakbola adalah permainan yang sangat populer dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan 12 orang. Ide permainan sepak bola adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan mempertahankan gawang kita sendiri dari kebobolan (Putra, N, A., 2022).

Menurut Yulifri dan Arsil (2017) Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasari permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola.

Latihan teknik dasar yang dilakukan dengan bola contohnya seperti teknik dasar pada umumnya seperti melakukan *passing*, *dribbling*, *shooting*, dan lain sebagainya. Latihan teknik dasar tanpa bola biasanya digunakan untuk belajar mengendalikan kecepatan.

Di Sumatera Barat permainan sepakbola banyak menyita perhatian dalam kalangan muda dan anak-anak, sehingga banyak berdiri klub-klub, sekolah sepakbola dan tempat pelatihan sepakbola yang tersebar dari kota sampai ke daerah-daerah yang nantinya akan muncul bibit-bibit berpotensi dan berkualitas.

SSB PSMP adalah salah satu tempat pembinaan sepakbola yang ada di Kecamatan Kapur IX sebagai rangkaian pembinaan yang diharapkan oleh PSSI, dan telah banyak mengikuti berbagai turnamen baik tingkat Kabupaten maupun tingkat Provinsi. Pembinaan yang dilakukan mulai dengan pengelompokan usia dari 6-9 tahun, 10-13 tahun, 14-17 tahun 18-23 tahun (data pengurus SSB PSMP).

SSB PSMP terletak di Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota. Adapun prestasi yang pernah ditorehkan oleh atlet U-14 SSB PSMP ini sebelumnya pada Tahun 2017 juara 1 Piala Bupati Kabupaten 50 Kota, Tahun 2018 Juara 2 Irman Gusman Cup se Kabupaten 50 Kota.

Akan tetapi prestasi tersebut menurun dari akhir tahun 2018 sampai saat sekarang ini tidak lagi pernah menjuarai turnamen yang diikuti. Tim SSB PSMP selalu menelan kekalahan dalam babak penyisihan.

Pada bulan maret 2023 peneliti melakukan wawancara dengan pemain serta pelatih dari SSB PSMP, SSB PSMP tidak lagi pernah menjuarai turnamen bahkan sering menelan kekalahan pada pertandingan uji coba antar SSB dan tiap-tiap turnamen yang diikuti, sehingga atlet U-14 SSB PSMP tidak lagi mencapai prestasi yang membanggakan.

Turunnya prestasi SSB PSMP belum diketahui penyebabnya secara pasti. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terhadap pelaksanaan latihan dan pada saat bertanding di open turnamen dengan Tim SSB Sialang Putra para pemain SSB PSMP masih banyak yang melakukan *passing* tidak tepat sasaran

Selanjutnya pemain yang memiliki peluang untuk melakukan tendangan ke gawang atau *shooting* tetapi bola tidak masuk sebab bola yang ditendang terlalu tinggi diatas mistar gawang, dan kadang-kadang melebar di samping gawang, adapun yang

mengarah ke gawang tetapi tendangannya tidak keras, sehingga dengan mudah ditangkap oleh penjaga gawang.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif. Menurut Suwirman (2015) mengemukakan "penelitian ini bertujuan untuk membuat penyanderaan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi tertentu".

Arikunto (2010) menyatakan bahwa, "populasi adalah keseluruhan subjek penelitian". berdasarkan data yang diperoleh bahwa pemain yang aktif mengikuti latihan di SSB PSMP berjumlah 50 orang terdiri dari umur 6-9 tahun, 10-13 tahun, 14-17 tahun, 18-23 tahun.

Sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki karakteristik yang sama dengan populasi Sugiyono (2010). Berdasarkan populasi di atas, maka sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh pemain usia 14-17 tahun sebanyak 18 orang yang merupakan pemain yang aktif dan terdaftar sebagai pemain SSB PSMP. Untuk teknik penarikan sampelnya *total sampling* (sampel jenuh).

Untuk mendapatkan data penelitian digunakan tes *passing*, *dribbling* dan *shooting*, yang meliputi :

### Tes passing

Testee berdiri dari belakang garis batas dengan bola di kaki. Testee menendang bola untuk passing ke daerah sasaran. Testee memperoleh 2 kali pelaksanaan masing-masing 10 bola. Passing sah apabila dilakukan di belakkag garis batas *passing* dan bola masuk ke dalam daerah sasaran

Bola yang masuk pada daerah sasaran di beri skor sesuai daerah sasarannya. Bola yang masuk di daerah batas sasaran di beri skor

daerah sasaran yang tinggi. Bola yang keluar diluar sasaran diberi skor nol. Skor testee adalah skor yang diperoleh dari 2 kali pelaksanaan



**Gambar 1.** Tes *Passing*

**Sumber:** Dokumentasi Penelitian

### Tes dribbling

Pada aba-aba "ya", testi mulai menggiring bola melewati rintangan dengan zig-zag dan selanjutnya menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah di tetapkan sampai ia melewati garis finish.

Bila salah arah dalam menggiring bola ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan selain kaki di tempat kesalahan terjadi dan selama itu pula stop watch tetap berjalan



**Gambar 2.** Tes *dribbling*

**Sumber :** Dokumentasi Penelitian

### Tes shooting

Testee berdiri dibelakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 meter di depan gawang/sasaran. Pada saat kaki testee mulai menendang bola, maka stop watch dijalankan dan berhenti saat bola mengenai sasaran. Testee diberi 3 (tiga) kali kesempatan.



**Gambar 3.** Tes *Shooting*

**Sumber:** Dokumentasi Penelitian

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif adalah dengan menggunakan teknik distribusi frekuensi (statistik deskriptif).

## HASIL

### 1. Kemampuan Teknik Mengoper Bola (*Passing*) Pemain SSB PSMP

Berdasarkan hasil tes kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) diperoleh skor maksimum adalah 39 dan skor minimum 13. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 24 dan standar deviasi = 5,94. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik dasar *passing* dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kemampuan Mengoper Bola (*Passing*)**

Kelas Interval	fa	fr	Kategori
>38	1	5,56	Baik Sekali
30-37	2	11,11	Baik
22-29	10	55,56	Sedang
14-21	4	22,22	Kurang
<13	1	5,56	Kurang Sekali
Jumlah	18	100	

**Sumber:** Data Penelitian

Berdasarkan tabel di atas dari 18 orang sampel, 1 orang (5,56%) memiliki kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) berkisar antara >38 dengan kategori baik sekali, 2 orang (11,11%) memiliki kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) berkisar antara 30-37 dengan kategori baik,

10 orang (55,56%) memiliki kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) berkisar antara 22-29 dengan kategori sedang, 4 orang (22,22%) memiliki kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) berkisar antara 14-21 dengan kategori kurang dan 1 orang (5,56%) memiliki kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) berkisar antara <13 dengan kategori kurang sekali.

## 2. Kemampuan Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*) Pemain SSB PSMP

Berdasarkan hasil tes kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) diperoleh skor maksimum adalah 11,39 detik dan skor minimum 20,20 detik. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 16,47 detik dan tandar deviasi = 2,32. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*)**

Kelas Interval	fa	fr	Kategori
<11,42	1	5,56	Baik Sekali
13,63-11,42	1	5,56	Baik
15,85-13,64	4	22,22	Sedang
18,08-15,86	8	44,44	Kurang
>18,08	4	22,22	Kurang Sekali
Jumlah	18	100	

**Sumber:** Data Penelitian

Berdasarkan tabel di atas dari 18 orang sampel, 1 orang (5,56%) memiliki kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) berkisar antara <11,42 dengan kategori baik sekali, 1 orang (5,56%) memiliki kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) berkisar antara 13,63-11,42 dengan kategori baik,

4 orang (22,22%) memiliki kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) berkisar antara 15,85-13,64 dengan kategori sedang, 8 orang (44,44%) memiliki kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) berkisar antara 18,08-15,86 dengan kategori kurang dan 4 orang (22,22%) memiliki kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) berkisar antara >18,08 dengan kategori kurang sekali.

## 3. Kemampuan Teknik Menembak Bola (*Shooting*) Pemain SSB PSMP

Berdasarkan hasil tes kemampuan menembak bola (*shooting*) diperoleh skor maksimum adalah 65 dan skor minimum 39. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 50 dan standar deviasi = 6,88. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan menembak bola (*shooting*) dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan Menembak Bola (*Shooting*)**

Kelas Interval	fa	fr	Kategori
>58	2	11,11	Baik Sekali
53-57	4	22,22	Baik
47-52	6	33,33	Sedang
42-46	5	27,78	Kurang
<41	1	5,56	Kurang Sekali
Jumlah	18	100	

**Sumber:** Data Penelitian

Berdasarkan tabel di atas dari 18 orang sampel, 2 orang (11,11%) memiliki kemampuan menembak bola (*shooting*) berkisar antara >58 dengan kategori baik sekali, 4 orang (22,22%) memiliki kemampuan menembak bola (*shooting*) berkisar antara 53-57 dengan kategori baik,

6 orang (33,33%) memiliki kemampuan menembak bola (*shooting*) berkisar antara 47-52 dengan kategori sedang, 5 orang (27,78%) memiliki kemampuan menembak bola (*shooting*) berkisar antara 42-46 dengan kategori kurang dan 1 orang (5,56%) memiliki kemampuan menembak bola (*shooting*) berkisar antara <41 dengan kategori kurang sekali.

#### 4. Kemampuan Teknik Dasar Pemain SSB PMSP

Berdasarkan hasil tes kemampuan teknik dasar diperoleh skor maksimum adalah 70 dan skor minimum 41. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 50 dan standar deviasi = 7,20. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik dasar dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar**

Kelas Interval	fa	fr	Kategori
>61	2	11,11	Baik Sekali
54-60	2	11,11	Baik
46-53	11	61,11	Sedang
39-45	3	16,67	Kurang
>38	0	0	Kurang Sekali
Jumlah	18	100	

**Sumber:** Data Penelitian

Berdasarkan tabel di atas dari 18 orang sampel, 2 orang (11,11%) memiliki kemampuan teknik dasar berkisar antara >61 dengan kategori baik sekali, 2 orang (11,11%) memiliki kemampuan teknik dasar berkisar antara 54-60 dengan kategori baik,

11 orang (61,11%) memiliki kemampuan teknik dasar berkisar antara 46-53 dengan kategori sedang, dan 3 orang (16,67%) memiliki kemampuan teknik dasar berkisar antara 39-45 dengan kategori kurang.

## PEMBAHASAN

### 1. Kemampuan Teknik Mengoper Bola (*Passing*) Pemain SSB PMSP

Dari hasil analisis didapatkan tingkat kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) pemain SSB PMSP memiliki rata-rata sebesar 24 dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) pemain SSB PMSP berada pada kategori sedang.

Berkaitan dengan teknik dasar bermain sepak bola, *passing* dalam permainan sepakbola adalah keterampilan dasar dalam permainan sepak bola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat bergerak,

berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai menguasai kemampuan *passing* dalam secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar.

Pada teknik dasar *passing* dalam permainan sepakbola terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat keterampilan *passing* salah satunya yaitu *impact* atau perkenaan kaki pada bola saat melakukan *passing*.

Selain itu faktor pribadi siswa masing-masing siswa juga sangat berpengaruh hal ini dapat dilihat dari sifat individu yang dimiliki siswa berbedabeda, baik dalam hal fisik, mental, maupun emosional.

Serta faktor situasional juga berpengaruh terhadap keterampilan siswa, karena setiap lingkungan pemain memiliki keadaan atau situasi yang berbeda-beda (Ma'mun & Saputra, 2000).

## **2. Kemampuan Teknik Menggiring Bola (*Dribbling*) Pemain SSB PMSP**

Dari hasil analisis didapatkan tingkat kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain SSB PMSP memiliki rata-rata sebesar 16,47 dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan teknik menggiring bola (*dribbling*) pemain SSB PMSP berada pada kategori kurang.

*Dribbling* artinya keterampilan dasar pada sepakbola. Permainan melakukan pergerakan lari dan melakukan dorongan menggunakan kaki yang mengakibatkan perpindahan bola dari satu tempat ketempat yang lain atau membuka daerah pertahanan lawan, pandangan tidak selalu terhadap bola, pergerakan serta selalu mengawasi lawan (Arwandi & Ardianda, 2018).

*Dribbling* bola salah satu teknik yang penting di dalam sepak bola, Ketika *mendribbling* dapat mempermudah bagi seorang dalam mengatur tempo, mengumpun

, menerima bola, mengganggu pertahanan lawan dan melakukan gol sebanyak – banyaknya ke gawang lawan (Saputra & Yennes, 2018).

Persiapan seharusnya yaitu lutut sedikit ditekuk, badan dirundukan, tubuh diatas bola, bola berada di dekat kaki tumpu, kepala tegak untuk melihat lapangan sekitar.

Selanjutnya pelaksanaan fokus perhatian pada bola, kaki yang digunakan untuk menggiring bolatidak ditarik kebelakang hanya diayunkan kedepan, gunakan gerak tipu tubuh dan kaki, kontrol bola dengan kaki yang tepat, gantilah kecepatan, arah atau keduannya.

Hasil Bola tetap berada dibawah tubuh, bola tetap berada dalam penguasaan, langkakaki harus berirama, fokus pada bola dan lapangan sekitar, kaki mudah untuk menguasai atau mengontrol bola (Fauziah & Remora, 2022).

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan bahwa kemampuan *dribbling* pemain sepakbola dapat ditingkatkan melalui metode latihan *small sided games* (Apriliyanto, 2019).

Pada saat bermain atau bertanding di lapangan, hal ini serupa dengan penelitian yang menjelaskan bahwa metode *drill* dapat meningkatkan kemampuan pemain dalam hal menggiring bola (Aprianova & Hariadi, 2016).

## **3. Kemampuan Teknik Menembak Bola (*Shooting*) Pemain SSB PMSP**

Dari hasil analisis didapatkan tingkat kemampuan menembak bola (*shooting*)pemain SSB PMSP memiliki rata-rata sebesar 50 dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan menembak bola (*shooting*) pemain SSB PMSP berada pada kategori sedang.

*Shooting* merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Salah satu

kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu kemampuan shooting baik dari jarak jauh maupun jarak dekat (Maulana & Irawan, 2020).

Menurut Afrizal (2018) teknik shooting diperlukan oleh atlet-atlet sepakbola untuk memasukan bola ke gawang lawan sebagai akhir dari skema penyerangan.

Dari pendapat di atas, maka dapat di simpulkan bahwa shooting adalah suatu usaha menendang bola ke arah gawang lawan secara kuat dan akurat dengan menggunakan kaki. Kemampuan menembak bola ke gawang merupakan faktor yang paling penting karena sasaran utama dari shooting adalah untuk mencetak gol.

Seorang pemain diharuskan memiliki keterampilan dasar untuk menendang bola serta mengembangkan metode shooting agar dapat melakukan tendangan shooting dan mencetak gol dari arah manapun di dalam lapangan (Trianda et al., 2020).

Memang untuk menendang (shooting) ke gawang merupakan hal yang tidak mudah dilakukan, sesuai dengan penjelasan Luxbacher (2011) bahwa, "mencetak gol merupakan tugas yang paling sulit dalam sepak bola.

Untuk mencetak gol ke gawang lawan, seseorang harus mampu melakukan kemampuan menembak di bawah tekanan permainan akan waktu yang terbatas, ruang yang terikat, fisik yang lelah dan lawan yang agresif".

Dengan demikian dapat diartikan bahwa untuk menciptakan tembakan bola ke gawang tidaklah mudah dilakukan, apalagi dibawah tekanan dan kondisi fisik yang sudah menurun, serta lawan yang tangguh.

#### **4. Kemampuan Teknik Dasar Pemain SSB PMSP**

Dalam upaya menggapai prestasi yang baik maka pembinaan harus dimulai dari

pembinaan usia dini dan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepakbola (Susanto et al., 2019).

Untuk menjadi pemain sepakbola yang baik dibutuhkan latihan yang teratur dan terprogram serta di bawah bimbingan pelatih yang menguasai teknik dasar sepakbola dan pengetahuan tentang metode latihan (Fadli, 2019).

Dilihat dari sudut pandang taktis, kualitas permainan suatu kesebelasan sepakbola ditentukan oleh penguasaan teknik dasar. Teknik dengan bola meliputi: menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, lemparan ke gawang dan teknik menjaga gawang (Tarista, 2017).

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa sebagai berikut: Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *passing* dan *control* pada kategori sedang dengan rata-rata 24 kali.

Kemampuan teknik dasar pe pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *dribbling* pada kategori kurang dengan rata-rata 16,47 detik. Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada indikator kemampuan teknik dasar *shooting* pada kategori sedang dengan rata-rata 50. Kemampuan teknik dasar pemain SSB PMSP pada kategori sedang dengan rata-rata 50.

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu: Bagi pemain, hendaknya agar terus termotivasi, lebih semangat berlatih, dan menjaga kedisiplinan latihan dan asupan makanan agar semakin mendukung kemampuan teknik dasar bagi yang kurang.

Bagi pemain yang memiliki kategori kemampuan teknik dasar baik sekali dan baik untuk dapat mempertahankannya, untuk kategori cukup lebih meningkatkan lagi latihannya, untuk kategori kurang dan kurang sekali pemain harus lebih giat, disiplin dan termotivasi dalam latihan agar meningkatkan kemampuan teknik dasarnya.

Bagi pelatih, agar mengevaluasi program latihan untuk kemampuan teknik dasar sehingga teknik dasar pemain bisa berkategori baik. Pelatih harus dapat menyeimbangkan porsi latihan fisik, taktik dan teknik sehingga prestasi maksimal akan tercapai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. (2018). Daya ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 6–14.
- Arikunto, Suharmisi. (2010). *Prosedur Penelitian Jakarta* : PT Rineka Cipta
- Arsil, A., & Lawanis, H. (2023). Pengaruh Moel Latihan Filanesia terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola di SMP Negeri 15 Padang. *Jurnal JPDO*, 6(6), 11-8
- Apriliyanto, R. (2019). Pengaruh Pelatihan Small Sided Games terhadap Peningkatan Kapasitas Aerobik Maksimal dan Keterampilan Dribbling pada Pemain Sepakbola. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 5(01), 56–64.
- Asnaldi, A. (2016). Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 1(2), 20. <https://doi.org/10.24036/jm.v1i2.51>
- 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. <https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.30>
- Astuti. 2017. Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang). *JURNAL PENDIDIKAN GURU MI* (2017) Vol 4 (1): 01-16
- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing. *Sporta Sainatika*, 3(1), 432-441.
- Fadli, M. (2019). Survei Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepakbola pada Pemain Usia 14-16 Tahun di Sekolah Sepakbola (SSB) Persis Makassar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 1(1), 1–14
- Jonni. 2018. Perbedaan Latihan Senam Mixed Impact Aerobic Dan Body Language Terhadap Indeks Massa Tubuh (Studi Eksperimen Pada Anggota Studio Senam Haryati Kota Padang). *Jurnal Menssana*, Volume 3, Nomor 2, 37-46.
- Luxbacher, Joseph A. (2012). *Sepak Bola*. Jakarta : PT Raja Drafindo Persada.
- Madri and Zalfendi Fik UNP (2018). Tinjauan Tingkat Kesegarab jasmani Pada siswa Putera Ekstrakurikuler Gulat di SMP N 30 Padang. *Jm*, vol.3, no.1, pp.67-76.
- Ma'mun, A., & Saputra, M. P. D. Y. M. (2000). Perkembangan gerak dan belajar. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Maulana, G., & Irawan, R. (2020). Pengaruh

- Metode Bentuk Bermain Dan Bentuk Latihan Terhadap Kemampuan Shooting Pemain SSB Balai Baru U-15 Kota Padang. *Jurnal Patriot*, 2(2019), 220–232.
- 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.
- Putra, N, P. 2022. Efektivitas Latihan Small Side Games Terhadap Keterampilan Shooting Siswa SSB Usia 12 Tahun. *JURNAL SPORTA SAINTIKA* Vol. 7 No. 1, 111-120.
- Saputra, A., & Yennes, R. (2018). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 71–78
- Sepriadi. 2018. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Otot Lengan Dengan Ketepatan Smash Atlet Bolavoli Gempar Kabupaten Pasaman Barat. *JurnalMensana*, Vol 3, No 1, 19-32.
- Sepriani and E. Eldawaty, 2018. “kebugaran jasmani ibu-ibu di jorong kp. Alai nagari jambak kecamatan lubuk sikaping kabupaten pasaman”, *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 47-52
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Susanto, N., & Lismadiana, L. (2016). Manajemen program latihan sekolah sepakbola (SSB) GAMA Yogyakarta. *Jurnal Keolahragaan*, 4(1), 98.
- Suwwirman. (2015). *Dasar-Dasar Penelitian. Padang* : FIK UNP.
- Tarista, F. (2017). Survei Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola (Studi pada SSB Rheza Mahasiswa KU-14 Tahun). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1–14
- Yulifri dan arsil. (2017). *Permainan Sepak Bola*. Padang : FIK UNP
- Zulman. FIK-UNP, A. Umar, and A. FIK-UNP. 2018. “Hubungan Keseimbangan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Sepak Sila Pemain Sepaktakraw Smp Negeri 2 Batang Anai”, *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 77-88, Jun. 2018.