

Tinjauan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok

Muhammad Yogi¹, Willadi Rasyid², Arsil³, Mardepi Saputra⁴

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

muhammadyogi2020c@gmail.com¹, willadirasyid@fik.unp.ac.id²,

arsilfik@unp.ac.id³, mardepi@fik.unp.ac.id⁴

Doi JPDO: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.1.2025.117> Vol (8), No (5) 2025

Kata Kunci : Teknik Dasar, *Passing, Dribbling, Shooting, Heading*, Sepak Bola.

Abstrak : Masalah dalam penelitian belum maksimalnya prestasi pemain sepakbola PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, penyebabnya diduga rendahnya kemampuan teknik dasar yang dimiliki pemain. Tujuan penelitian untuk mengetahui kemampuan teknik dasar passing, dribbling, shooting, dan heading pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok. Jenis penelitian ini deskriptif. Populasi penelitian 33 orang pemain. Teknik pengambilan sampel purposive sampling. Sampel yang diambil hanya 17. Data dikumpulkan menggunakan tes yaitu: 1) kemampuan sepak dan tahan bola dengan papan pantul, 2) kemampuan menggiring bola melewati patok, 3) tes menendang bola ke sasaran, 4) Kemampuan menyundul bola (heading). Analisis data digunakan teknik analisis deskriptif. Hasil penelitian keterampilan passing dan stopping 2 orang kategori baik, 12 orang kategori sedang, 3 orang kategori kurang. Untuk kemampuan dribbling 10 orang kategori baik, 5 orang kategori sedang, 2 orang kategori kurang. Untuk keterampilan shooting 4 orang kategori baik sekali, 4 orang kategori baik, 6 orang kategori sedang, 3 orang kategori kurang. Keterampilan teknik heading 1 orang kategori baik, 6 orang kategori sedang, 10 orang kategori kurang. Dan secara keseluruhan total kemampuan teknik dasar pemain PS Talang Babungo yaitu 3 orang kategori baik sekali, 1 orang kategori baik, 9 orang kategori sedang dan 4 orang kategori kurang.

Keywords : *Basic Techniques, Passing, Dribbling, Shooting, Heading, Football.*

Abstract : *The problem in the study is the less than optimal achievement of PS Talang Babungo football players in Hiliran Gumanti District, Solok Regency, the cause is suspected to be the low basic technical skills possessed by the players. The purpose of the study was to determine the basic technical skills of passing, dribbling, shooting, and heading of PS Talang Babungo players in Hiliran Gumanti District, Solok Regency. This type of research is descriptive. The population of the study was 33 players. The sampling technique was purposive sampling. The sample taken was only 17. Data were collected using tests, namely: 1) the ability to kick and hold the ball with a backboard, 2) the ability to dribble the ball past the stake, 3) the test of kicking the ball to the target, 4) the ability to head the ball (heading). Data analysis used descriptive analysis techniques. The results of the study were 2 people in the good category of passing and stopping skills, 12 people in the moderate category, 3 people in the poor category. For dribbling skills, 10 people were in the good category, 5 people in the moderate category, 2 people in the poor category. For shooting skills, 4 people were in the very good category, 4 people in the good category, 6 people in the moderate category, 3 people in the poor category. The heading technique skill of 1 person is in the good category, 6 people are in the moderate category, 10 people are in the poor category. And overall, the total basic technique ability of PS Talang*

Babungo players is 3 people in the very good category, 1 person is in the good category, 9 people are in the moderate category and 4 people are in the poor category.

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan sepakbola modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang. Menurut Saputra (2019) Sepakbola merupakan salah satu cabang populer dan mendapat perhatian di seluruh dunia, hal ini terbukti dengan banyaknya klub dan tempat pelatihan yang muncul baik di tingkat anak-anak, remaja, dan dewasa.

Menurut Darussalam (2018) dalam (Naldi & Irawan, 2020) Sepakbola merupakan sebuah permainan yang beregu, yang masing-masing regu terdiri penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah dan pemain depan. Sepak bola dimainkan oleh dua tim masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang dan waktu pertandingannya yaitu selama 2x45 menit. Sepakbola juga sudah menjadi sebuah olahraga yang dipertandingkan di setiap daerah di seluruh Indonesia.

Teknik dasar dalam bermain sepakbola adalah hal yang sangat penting karena merupakan dasar keterampilan bermain sepak bola bagi para pemain. Syafruddin (2011) menyatakan bahwa teknik dasar dalam olahraga adalah suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang atau atlet untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien. Yulifri (2010) menjelaskan bahwa teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan benar. Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang

mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seorang sudah dapat bermain sepakbola.

Dapat diartikan bahwa teknik dasar sepakbola merupakan suatu tugas gerakan efektif dan efisien yang harus dikuasai oleh seorang pemain dimana gerakan tersebut merupakan bentuk-bentuk aksi, perbuatan yang dilakukan seseorang untuk mencapai tujuan suatu gerakan dalam olahraga sepakbola.

PS Talang Babungo, sebuah klub sepakbola di Kecamatan Hiliran Gumanti, Kabupaten Solok, didirikan pada 16 September 2019. Klub ini telah mengikuti berbagai turnamen lokal, kota, dan provinsi. Namun, hasil yang diraih masih belum memuaskan. Berdasarkan wawancara dengan pelatih, salah satu penyebab rendahnya prestasi adalah penguasaan teknik dasar yang kurang maksimal. Banyak pemain melakukan kesalahan mendasar seperti kesalahan passing dan rendahnya kemampuan heading, yang berdampak pada rendahnya penguasaan bola di pertandingan.

Berdasarkan observasi, pemain PS Talang Babungo sering kali kalah dalam penguasaan bola selama pertandingan 2x45 menit, dengan rata-rata penguasaan bola di bawah 50%. Masalah ini memengaruhi peluang mencetak gol dan menyebabkan tim sering terhenti pada babak penyisihan turnamen. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk meninjau kemampuan teknik dasar pemain PS Talang Babungo, meliputi passing, dribbling, shooting, dan heading.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu (Yusuf, 2005).

Arikunto (2010) mengemukakan bahwa Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yang masih mengikuti latihan serta terdaftar sebagai pemain pada tahun 2020 yang berjumlah 33 orang pada Under-10 Sampai Under-13 sebanyak 16 orang dan Under-14 sampai Under-17 sebanyak 17 orang.

Menurut Arikunto (2010) Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, purposive sampling adalah sampel yang sengaja dipilih berdasarkan karakteristik tertentu, yang diperlukan dalam penelitian dengan beberapa pertimbangan. Jadi jumlah sampel yang akan diambil hanya 17 pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok Under-17 berjumlah 17 pemain.

Jenis data dalam penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dengan melakukan tes kemampuan teknik dasar yang meliputi shooting, passing dan mengontrol bola, dribbling dan heading pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok. Sedangkan data sekunder yaitu data yang diperoleh dari dokumen-dokumen yang diberikan oleh pelatih PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok yaitu daftar nama pemain,

usia dan sebagainya.

Sumber data dalam penelitian ini adalah dari hasil tes kemampuan teknik passing, mengontrol/stopping bola, dribbling, shooting, dan heading pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, dan yang terpilih sebagai sampel.

Pengumpulan data dilakukan melalui tes kemampuan teknik dasar sepakbola yang mencakup:

1. Passing dan stopping : Menggunakan tes operan dan kontrol bola dengan papan pantul untuk mengukur ketepatan passing dan kontrol bola.
2. Dribbling : Menggunakan tes menggiring bola melewati patok untuk mengukur kelincahan dan penguasaan bola.
3. Shooting : Tes menendang bola ke sasaran untuk mengukur akurasi dan kekuatan tendangan.
4. Heading : Tes menyundul bola untuk mengukur kemampuan heading pemain.

Teknik Analisa data menggunakan analisa deskriptif dengan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Presentase hasil yang dicari

F = Frekuensi dari masing-masing

N = Jumlah Responden

Kemudian standard penilaian untuk mempresentasikan hasil tes menggunakan skala nilai untuk 5 kategori, yaitu nilai keterampilan 61 ke atas digolongkan baik sekali, nilai 53-60 golongan baik, nilai 46-52 golongan sedang, nilai 37-45 golongan kurang, dan nilai kurang dari 37 golongan kurang sekali.

HASIL

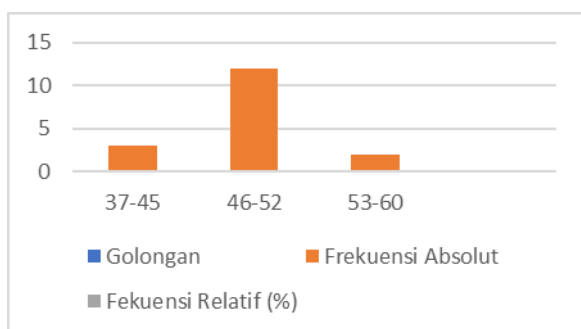
Berikut akan diuraikan tentang kemampuan teknik dasar sepakbola tersebut yang terdiri dari kemampuan teknik mengoper bola (passing), control (stopping), menggiring bola (dribbling), menendang bola ke gawang (shooting), dan menyundul bola (heading).

1. Kemampuan Teknik Passing dan Stopping

Kemampuan teknik mengoper bola (passing) dan mengontrol bola (stopping) pemain PS Talang Babungo terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 3,41, simpangan baku 1,03, skor tertinggi 6, skor terendah 2, dan nilai tengah yaitu 3.

Tabel 1. Distribusi data kemampuan mengoper bola (passing) dan mengontrol bola pemain PS Talang Babungo

Nilai Keterampilan	Golongan	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
37-45	Kurang	3	17,64
46-52	Sedang	12	70,60
53-60	Baik	2	11,76
Jumlah		17	100%



Grafik 1. Frekuensi kemampuan passing pemain PS Talang Babungo

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 17 orang pemain PS Talang Babungo, pemain yang memiliki teknik mengoper dan menahan

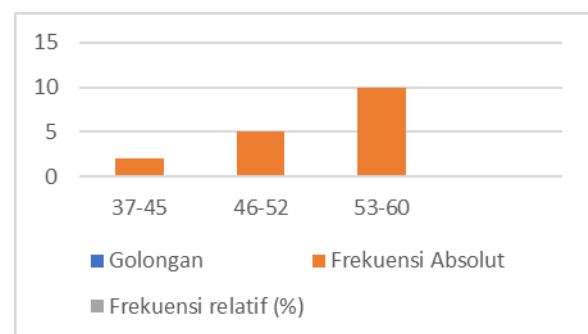
bola pada kategori baik berjumlah 2 orang (11,76%), kategori sedang yaitu sebanyak 12 orang (70,60%), kategori kurang sebanyak 3 orang (17,64%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya pada kategori kurang sekali.

2. Kemampuan Teknik Dribbling

Kemampuan teknik menggiring bola (dribbling) pemain PS Talang Babungo terhadap 17 orang pemain diperoleh nilai rata-rata adalah 18,74, simpangan baku yaitu 1,04, skor tertinggi 17,2, skor terendah 21,1, dan nilai tengah yaitu 3.

Tabel 2. Distribusi data kemampuan menggiring bola (dribbling) pemain PS Talang Babungo

Nilai Keterampilan	Golongan	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
37-45	Kurang	2	11,76
46-52	Sedang	5	29,42
53-60	Baik	10	52,82
Jumlah		17	100%



Grafik 2. Frekuensi kemampuan dribbling pemain PS Talang Babungo

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa 17 orang pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, pemain yang memiliki kemampuan teknik dribbling pada kategori baik berjumlah 10 orang

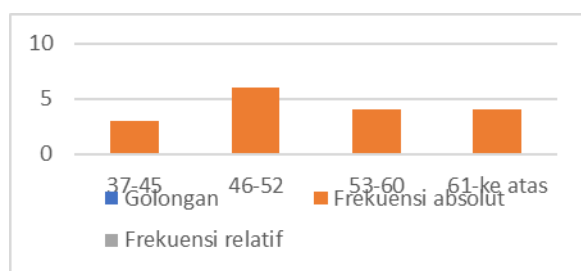
(58,82%), kategori sedang yaitu sebanyak 5 orang (29,42%), kategori kurang sebanyak 2 orang (11,76%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya berada pada kategori kurang sekali.

3. Kemampuan Teknik Shooting

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik shooting pemain PS Talang Babungo terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 54,16, simpangan baku 4,84, skor tertinggi 63,5, dan skor terendah 44,5.

Tabel 3. Distribusi data kemampuan menendang bola (shooting) pemain PS Talang Babungo

Nilai Keterampilan	Golongan	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
37-45	Kurang	3	17,65
46-52	Sedang	6	35,29
53-60	Baik	4	23,53
61-ke atas	Baik sekali	4	23,53
Jumlah		17	100%



Grafik 3. Frekuensi kemampuan shooting pemain PS Talang Babungo

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 17 orang pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, pemain yang memiliki kemampuan teknik shooting pada kategori baik sekali terdapat 4 orang (23,53%), pada kategori baik terdapat 4

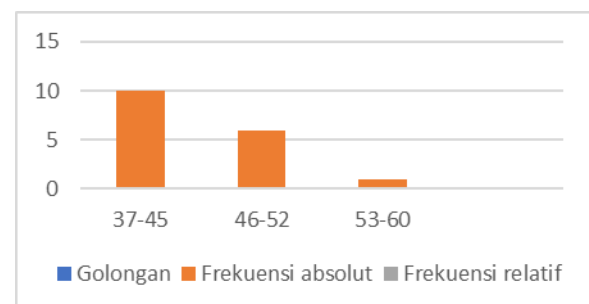
orang (23,53%), pada kategori sedang sebanyak 6 orang (35,29%), pada kategori kurang sebanyak 3 orang (17,65%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya berada pada kategori kurang sekali.

4. Kemampuan Teknik Heading

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik heading (menyundul bola) pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 2,53, simpangan baku 0,92, skor tertinggi 5, dan skor terendah 1.

Tabel 4. Distribusi data kemampuan menyundul bola (heading) pemain PS Talang Babungo

Nilai Keterampilan	Golongan	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
37-45	Kurang	10	58,82
46-52	Sedang	6	35,29
53-60	Baik	1	5,89
Jumlah		17	100%



Grafik 4. Frekuensi kemampuan heading pemain PS Talang Babungo

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 17 orang pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, pemain yang

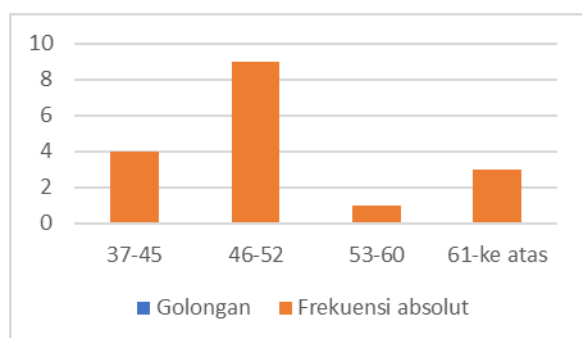
memiliki kemampuan teknik heading pada kategori baik berjumlah 1 orang (5,89%), pada kategori sedang sebanyak 6 orang (35,29%), pada kategori kurang sebanyak 10 orang (58,82%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya berada pada kategori kurang sekali.

5. Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain PS Talang Babungo

Berdasarkan data kemampuan teknik dasar sepakbola teknik *passing*, *stopping*, *dribbling*, dan *shooting* yang dilakukan terhadap 17 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 55,75, simpangan baku 4,45, skor tertinggi 65,12, dan skor terendah 48,62.

Tabel 5. Distribusi data kemampuan teknik dasar pemain PS Talang Babungo

Nilai Keterampilan	Golongan	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
37-45	Kurang	4	23,52
46-52	Sedang	9	52,95
53-60	Baik	1	5,88
61-ke atas	Baik sekali	3	17,65
Jumlah		17	100%



Grafik 5. Frekuensi kemampuan teknik dasar pemain PS Talang Babungo

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa dari 17 orang pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, pemain yang memiliki

kemampuan teknik dasar keseluruhan pada kategori baik sekali terdapat 3 orang (17,65%), pada kategori baik terdapat 1 orang (5,88%), pada kategori sedang sebanyak 9 orang (52,95%), pada kategori kurang sebanyak 4 orang (23,52%), dan tidak ada pemain yang kemampuannya berada pada kategori kurang sekali.

PEMBAHASAN

1. Kemampuan *Passing* dan *Stopping*

Passing adalah salah satu teknik penting yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola, karena dengan passing merupakan seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. Passing yang baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh yang lain juga bisa digunakan. Sesuai dengan pendapat Koger (2005) mengoper bola (*passing*) berarti memindahkan bola dari kaki seorang pemain ke kaki pemain yang lain dalam satu tim, dengan cara menendangnya.

Dalam penelitian ini kemampuan passing pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok diukur dengan menyepak atau menendang bola ke papan pantulan dan mengontrol/menghentikan bola kemudian ditendang kembali dengan teknik passing yang benar sesuai dengan ketentuan tes kemampuan passing. Pemain untuk mampu melakukan passing sangat diperlukan kemampuan mengontrol dan menghentikan bola dengan baik. Menahan dan mengontrol bola merupakan usaha untuk menghentikan atau mengambil bola untuk selanjutnya dikuasai sepenuhnya.

Berdasarkan hasil penelitian kemampuan teknik passing dan stopping bola dari 17 pemain PS Talang Babungo, hanya 2 orang dengan kategori baik.

Artinya sebagian besar pemain masih memiliki kemampuan yang rendah dalam teknik passing dan stopping, hal ini diketahui dari skor atau hasil tes kemampuan menyepak bola ke dinding sasaran dengan teknik passing kemudian bola dikontrol atau dihentikan lalu dipassing lagi ke dinding sasaran selama 10 detik.

2. Kemampuan Teknik *Dribbling*

Dalam permainan sepakbola keterampilan pertama yang membuat seorang pemain terpacu dan merasa puas adalah kemampuan untuk melakukan *dribbling* atau menggiring bola dengan menggunakan kaki. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan sepakbola akan sangat besar. Zalfendi dkk (2010) mengatakan menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah yang lain pada saat permainan berlangsung.

Sesuai dengan fakta yang ditemui di lapangan ketika pemain sepakbola PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok melakukan tes kemampuan *dribbling* ternyata tidak ada satu orang pun dari 17 pemain yang memiliki kemampuan *dribbling* baik sekali. Untuk kategori baik ada 10 orang, dan selebihnya mempunyai kemampuan *dribbling* pada kategori sedang, kurang dan kurang sekali. Memang pengkategorian ini berlaku dalam kelompok ini, akan tetapi hal ini jelas mencerminkan kemampuan *dribbling* yang dapat diartikan bahwa sebagian dari jumlah pemain yang terpilih sebagai sampel dalam penelitian ini belum memiliki kemampuan *dribbling* dengan baik.

Oleh sebab itu, pemain harus meningkatkan kemampuan *dribbling* melalui latihan dengan teknik yang benar, karena pada umumnya pemain yang belum memiliki kemampuan *dribbling* atau menggiring bola dengan baik, disebabkan oleh kesalahan teknik atau cara melakukan *dribbling* belum mereka kuasai. Hal ini terlihat dari cara mereka menggiring bola atau bergerak memindahkan bola dari satu daerah ke daerah yang lain dengan melewati beberapa rintangan (*cone*), jarak bola dengan kaki yang terlalu rapat, sikap badan kaku, dan perhatian terlalu terfokus pada bola, sehingga kurang perhatian pada jarak rintangan yang akan dilewati.

Mielke (2009) mengatakan bahwa melakukan *dribbling* dengan sisi kaki bagian dalam walaupun sedikit mengurangi kecepatan, tetapi menjaga bola tetap di daerah terlindung diantara kedua kaki, akan memberikan perlindungan yang lebih baik dari lawan. Artinya *dribbling* dengan sisi kaki bagian dalam, meskipun gerakannya tidak terlalu cepat tetapi mempunyai keuntungan dalam penguasaan bola, sehingga bola tidak mudah dirampas oleh lawan. Hal ini memang sangat tepat dilakukan ketika sedang bermain, akan tetapi dalam pelaksanaan tes untuk mengukur kemampuan *dribbling* dalam penelitian ini ditentukan oleh waktu, tentu terkait dengan kecepatan pemain untuk menggiring bola melewati rintangan. Oleh sebab itu mungkin menggunakan teknik atau cara yang lebih efektif dalam hal ini adalah menggunakan kura-kura kaki atas sehingga dapat menambah kecepatan gerak dalam melakukan *dribbling*.

3. Kemampuan Teknik Shooting

Sasaran utama dari setiap serangan dalam permainan sepakbola adalah untuk menciptakan gol, untuk menciptakan gol tersebut salah satunya dengan melakukan tendangan ke gawang. Menendang bola ke gawang merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke arah gawang dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. Menendang bola dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, menggelinding maupun melayang di udara.

Dalam penelitian ini untuk mengukur kemampuan teknik shooting atau menendang bola ke gawang dilakukan bola dalam keadaan diam, dengan jarak 16 meter dengan sasaran gawang yang telah diberi angka. Skor dan kecepatan waktu tendang merupakan ukuran kemampuan teknik shooting pemain.

Berdasarkan hasil pengukuran kemampuan shooting dari 17 pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, 5 orang berada pada kategori baik dan 8 orang pada kategori sedang. Sedangkan pemain yang lainnya memiliki kemampuan shooting pada kategori kurang dan kurang sekali. Hasil ini menunjukkan bahwa masih banyak pemain PS Talang Babungo yang belum memiliki kemampuan shooting yang baik.

Berdasarkan kenyataan yang terjadi di lapangan, pemain belum memiliki kemampuan teknik shooting dengan baik antara lain karena kegagalan dalam melakukan shooting atau mengarahkan bola tidak tepat pada sasaran gawang yang diinginkan. Diantara faktor penyebabnya adalah penguasaan teknik shooting masih rendah seperti letak kaki tumpu terlalu jauh sehingga bagian bola

yang ditendang terlalu ke bawah mengakibatkan bola melayang tinggi, seharusnya kaki tumpu berada di samping bola. Kemudian menendang bola menggunakan sisi kaki bagian dalam, hal ini mengurangi kekuatan tendangan dan kecepatan bola pada gawang. Selanjutnya kaki tendang, ayunannya tidak lurus ke belakang dan sikap badan condong ke depan dengan lutut agak ditekuk dan pergelangan ketika menendang bola harus dikunci atau dikuatkan, mungkin cara menendang dengan teknik yang benar belum sepenuhnya dikuasai pemain, sehingga banyak terjadi kesalahan teknik dalam melakukannya. Seperti yang dikemukakan oleh Danny Mielke (2007) cara yang paling tepat untuk mengembangkan teknik shooting adalah melatih tendangan shooting berkali-kali menggunakan teknik yang benar.

4. Kemampuan Teknik Heading

Rata-rata tingkat penguasaan teknik dasar heading yang dimiliki pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok dikategorikan cukup, hanya satu orang yang berada pada kategori baik. Artinya penguasaan teknik dasar heading yang dimiliki pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok masih jauh dari yang diharapkan. Apabila penguasaan kemampuan teknik menyundul bola yang dimiliki belum maksimal akan dapat mempengaruhi kualitas penampilan permainan pemain khususnya pada hasil kemampuan menyundul yang dilakukan. Sebaliknya apabila penguasaan kemampuan teknik menyundul yang dimiliki baik sekali akan dapat membantu meningkatkan kualitas penampilan permainan pemain seperti pemain dapat membantu menyusun

serangan ataupun mempertahankan daerah sendiri bahkan dapat menciptakan gol ke gawang lawan.

Oleh karena itu, penguasaan kemampuan teknik dasar menyundul bola yang dimiliki oleh pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok harus terus ditingkatkan melalui program Latihan serta bentuk-bentuk latihan peningkatan terhadap penguasaan teknik menyundul bola agar prestasi yang baik dan maksimal dapat diwujudkan.

5. Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepakbola PS Talang Babungo

Kemampuan teknik dasar sepakbola merupakan salah satu unsur kematangan berkaitan dengan pengetahuan atau keterampilan teknik dasar sepakbola yang diperoleh dari pendidikan, pelatihan, dan pengalaman.

Teknik dapat diartikan sebagai suatu cara yang dilakukan atau dilaksanakan seseorang dalam mencapai suatu tujuan secara efektif dan efisien. Efektif maksudnya yaitu pencapaian tujuan/target dalam batas waktu yang sudah ditetapkan. Efisien adalah kemampuan untuk melakukan sesuatu atau menghasilkan sesuatu tanpa banyak membuang material, waktu, dan energi.

Untuk mengetahui kemampuan teknik sepakbola pemain PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok dengan melakukan beberapa bentuk tes kemampuan yang meliputi tes kemampuan teknik passing, mengontrol/stopping atau menahan bola, teknik dribbling (menggiring bola), teknik shooting (menendang bola ke gawang), dan teknik heading (menyundul bola). Kemudian menganalisa dari keempat jenis teknik dasar sepakbola tersebut dengan

analisa deskriptif, dan hasilnya ditemui bahwa dari 17 orang pemain, 3 orang kategori baik sekali, 1 orang kategori baik, 7 orang kategori sedang, 4 orang kategori kurang.

Berpedoman pada gambaran tentang kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sepak bola PS Talang Babungo Kecamatan Hiliran Gumanti Kabupaten Solok, jelas terlihat bahwa tidak semua pemain memiliki kemampuan teknik dasar sepakbola dengan baik. Kenyataan seperti ini merupakan suatu hal yang wajar, karena kemampuan seseorang terhadap penguasaan teknik dasar sepakbola ditentukan oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor pengetahuan pemain tentang sepakbola secara teori, keterampilan teknik sepakbola yang diperoleh dari latihan dan pengalaman mereka bermain dalam mengaplikasikan atau mempraktekan teknik-teknik dasar sepakbola tersebut.

Menurut Syafruddin (2011) latihan adalah suatu proses aksi/tindakan/perbuatan yang kompleks dari pengaruh yang terencana dan objektif dengan tujuan meningkatkan prestasi olahraga. Berpedoman pada pendapat ini, maka latihan yang dimaksud adalah proses aksi/tindakan/perbuatan yang kompleks dari pengaruh yang terencana dan objektif dengan tujuan meningkatkan prestasi kemampuan teknik dasar sepakbola. Proses ini tentu sangat terkait dengan kesiapan pemain untuk menjalankan latihan secara baik sesuai dengan program yang telah dipersiapkan oleh pelatih.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas pemain PS Talang Babungo memiliki kemampuan teknik dasar yang tergolong sedang. Teknik passing dan shooting menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan dribbling dan heading. Oleh karena itu, program latihan yang lebih spesifik dan intensif perlu diterapkan untuk meningkatkan kemampuan pemain, terutama dalam aspek dribbling dan heading.

DAFTAR PUSTAKA

- Abus, Emral. (2005). Buku Ajar Sepak Bola. Padang: FIK UNP Padang.
- Ardiansyah, Ari. (2019). Tinjauan Kemampuan Teknik Dribbling Pemain Sepak Bola Seven Fc Ulakan Padang Pariaman. *Jurnal Stamina*, 2 (5), Halaman 31-36.
- Danny Mielke. (2007). "Dasar-dasar Sepakbola". Bandung: Pakar Raya.
- Joseph.A Luxbacher. (2010). *Sepak Bola*. Jakarta: PT RAJA GRAFINDO PERSADA.
- Joseph.A Luxbacher. (2011). *Sepak Bola*. Jakarta: PT RAJA GRAFINDO PERSADA.
- Joseph.A Luxbacher. (2012). *Sepak Bola*. Jakarta: PT RAJA GRAFINDO PERSADA.
- Misbahuddin, Hafidz M. 2020. Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang Kelompok Usia 15-16 Tahun. *Sport Science and Health* Vol. 2(4), halaman 21 5-223.
- Muta A, Aris Toriq. (2019). Pengaruh Latihan Passing Dengan Variasi Target Terhadap Kemampuan Passing Pada Tim Sepakbola Sman 3 Bungo. *Jurnal Stamina*, 2 (6), Halaman 12-20.
- Muhammad Suhdy. (2019). Studi Tentang Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 3(1), Halaman 102-107.
- Nur Samsudin Jaya Ilhami Putra. (2020). Survei Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Akademi Kelompok Usia 17 Tahun. *Sport Science and Health* Vol. 2 (9), halaman 446-455.
- Pratama, Windo. (2020). Pengaruh Latihan Pliometrik Jump To Box Dan Sit Up Terhadap Kemampuan Heading Pemain Sepakbola. *Jurnal Stamina*, 3 (4), Halaman 276-286.
- Randi. (2019). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sepakbola Club Amos Fc Palangki Kecamatan IV Nagari Kabupaten Sijunjung. *Jurnal Stamina*, 2 (4), Halaman 25-34.
- Rafiantoni, Seprori. (2020). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Gerak Shooting Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Bariti Kota Padang Panjang. *Jurnal Stamina*, 3 (12), Halaman 854-864.
- Saleh, Umar. (2019). Studi Tentang Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Klub Sepakbola Garuda Tapus Kecamatan Padang Gelugur Kabupaten Pasaman. *Jurnal Stamina*, 2 (2), Halaman 32-45.