

Studi Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar

Geraldo Davino¹, Atradinal², Yuni Astuti³, Mardepi Saputra⁴

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Email: vinobts@gmail.com¹ atradinal@fik.unp.ac.id² yuniasuti@gmail.com³

mardepisaputra@fik.unp.ac.id⁴

<https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.128>

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

Abstrak : Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan teknik dasar pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan *passing-control*, *dribbling*, *shooting*, dan *heading* pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jumlah populasi 78 pemain aktif dan teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 40 pemain. Data dalam penelitian ini di ambil melalui tes: 1) sepak dan tahan bola dengan dinding pantul, 2) menggiring bola melewati patok, 3) menendang bola ke sasaran, dan 4) *heading*. Analisis menggunakan teknik deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan *passing-control*: 2 pemain sangat baik, 2 baik, 11 sedang, 16 kurang, 9 sangat kurang. *Dribbling*: 8 sangat baik, 2 baik, 3 sedang, 8 kurang, 22 sangat kurang. *Shooting*: 1 sangat baik, 11 baik, 18 sedang, 9 kurang, 1 sangat kurang. *Heading*: 14 sangat baik, 8 baik, 8 sedang, 4 kurang, 6 sangat kurang. Secara keseluruhan di dapatkan 3 sangat baik, 7 baik, 19 sedang, 9 kurang, 2 sangat kurang. Kemampuan teknik dasar pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar berada pada kategori sedang, dengan kelemahan utama pada *dribbling* dan *passing-control*, sehingga memerlukan peningkatan melalui program latihan terstruktur.

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

Abstract : The problem in this study is the low basic technical ability of SSB Tunas Muda U-12 players in Tanah Datar Regency. The purpose of this study is to determine the *passing-control*, *dribbling*, *shooting*, and *heading* abilities of SSB Tunas Muda U-12 players in Tanah Datar Regency. This type of research is descriptive research with a population of 78 active players and the sampling technique in the study used *purposive sampling* with a sample of 40 players. The data in this study were taken through tests: 1) kicking and holding the ball with a rebound wall, 2) *dribbling* the ball past the stake, 3) kicking the ball to the target, and 4) *heading*. The analysis used descriptive techniques. The results of this study indicate that the *passing-control* ability: 2 players are very good, 2 good, 11 moderate, 16 less, 9 very less. *Dribbling*: 8 very good, 2 good, 3 moderate, 8 less, 22 very less. *Shooting*: 1 very good, 11 good, 18 moderate, 9 less, 1 very less. *Heading*: 14 very good, 8 good, 8 moderate, 4 less, 6 very less. Overall, 3 very good, 7 good, 19 moderate, 9 less, 2 very less. The basic technical ability of SSB Tunas Muda U-12 players in Tanah Datar Regency is in the moderate category, with the main weaknesses in *dribbling* and *passing-control*, so it requires improvement through a structured training program.

PENDAHULUAN

Olahraga di Indonesia tidak hanya sekedar aktivitas fisik saja melainkan mencerminkan nilai-nilai luhur bangsa seperti sportivitas, disiplin dan kerja sama. Olahraga merupakan salah satu cara untuk menjaga agar kesehatan jasmani tetap berada dalam kondisi yang baik.

Sering terlihat laki-laki maupun perempuan, tua atau muda melakukan latihan-latihan olahraga, baik di lapangan maupun di jalan, semua ini mereka lakukan agar kesehatan dan kesegaran jasmani tetap baik yang digunakan sebagai dasar penting untuk hidup Bahagia dan bermanfaat.

Cabang sepak bola merupakan olahraga yang populer dan banyak di minati oleh masyarakat di berbagai kalangan, anak-anak, remaja maupun orang dewasa terlibat dalam olahraga ini, baik sekedar untuk hiburan supaya menyehatkan maupun untuk mencapai prestasi.

Sepak bola di Indonesia terbukti telah menjadi olahraga yang sangat terkenal di kalangan masyarakat. 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).

Permainan sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer sampai saat ini di dunia manapun. Sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari berbagai bentuk baik peraturan maupun permainannya yang digemari oleh seluruh lapisan masyarakat.

Permainan sepakbola dilakukan di atas lapangan berumput yang berbentuk persegi panjang, rata dan dalam keadaan terbuka. Menurut Lufthansa, Y. (2025), Sepak bola adalah permainan yang sangat populer, bisa dikatakan sebagai olahraga favorit di seluruh dunia.

Tancha AS, dkk, (2008:62) berpendapat bahwa untuk dapat bermain sepak bola dengan baik seseorang pemain harus dibekali dengan skill/teknik dasar yang baik, tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi

juga di perlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola.

Ada 5 (lima) teknik dasar yaitu teknik dasar mengumpan (*passing*), teknik dasar menahan bola (*control*), teknik menyundul bola (*heading*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), teknik dasar menembak bola (*shooting*).

Teknik dasar sepak bola harus dikuasai oleh setiap pemain sepak bola, karena dalam sepak bola pemain dituntut untuk melakukan teknik dasar dengan tepat dan cepat di bawah tekanan ritme permainan. Tidaklah mudah untuk melatih teknik dasar tersebut sehingga dapat melahirkan pemain-pemain yang berkualitas.

Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya meningkatkan kualitas manusia Indonesia seutuhnya dan diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental, dan kerohanian masyarakat (Asnaldi, 2019).

Menurut Suparman, dkk. (2025), Potret cabang sepakbola sebagai olahraga yang populer membawa dampak strategis terhadap aspek kebijakan Negara yang pada pokoknya berfungsi menciptakan syarat dan kondisi serta infrastruktur yang cukup untuk memperoleh kesejahteraannya.

Atradinal, A., & Sepriani, R. (2017). mengatakan bahwa, "Permainan sepak bola adalah permainan 11 dengan lawan 11 yang di pimpin seorang wasit, dibantu asisten 1 dan asisten 2, serta satu orang wasit cadangan".

Permainan berlangsung pada satu lapangan sepakbola yang berukuran panjang 100 sampai 110 m dan lebar 64 m sampai 75 m dalam permainan akan terjadi kontak langsung antar pemain satu kesebelasan dengan pemain kesebelasan lawan.

Selain itu, pendidikan ini juga bertujuan membentuk perilaku disiplin, kerja sama, kejujuran, dan kepatuhan terhadap aturan permainan, sehingga dapat mencetak atlet sepak bola yang kompeten secara fisik, mental, dan moral, Hasmyati, H., Badaru, B., & Dalle, A. (2025).

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa permainan sepakbola merupakan olahraga permainan

beregu yang sudah diatur sedemikian rupa dan ketentuan ini berlaku untuk semua pertandingan yang telah ditetapkan oleh Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI).

Akan tetapi untuk program bagi remaja dan anak sekolah menurut Nirwandi, N. (2017). diperbolehkan untuk memodifikasi mencakup "Ukuran lapangan, ukuran dan berat bola, ukuran gawang, jumlah pergantian pemain yang dibolehkan, dan durasi permainan".

Yogatama, R., & Irawadi, H. (2019), menjelaskan bahwa daya tarik sepakbola secara umum adalah "Sebenarnya bukan lantaran olahraga ini mudah dimainkan tetapi, karena sepakbola lebih banyak menuntut keterampilan atlet dibanding olahraga lain".

Keterampilan yang di tuntut dalam permainan sepakbola adalah kemampuan teknik dasar sepakbola pemain tersebut. Setiap pemain sepakbola harus memiliki kemampuan teknik dasar di dalam permainan sepakbola supaya dapat bermain sepak bola dengan baik.

Cabang sepakbola yang merupakan salah satu cabang yang masuk dalam Desain Besar Olahraga Nasional memiliki peran strategis sebagai pilar pembangunan melalui salah satu dukungan pada sektor kesehatan menjadi bukti dan komitmen.

Negara yang terus melakukan upaya pembenahan tata kelola keolahragaan nasional melalui sinergi dan harmonisasi dengan multi sektor antara lain ekonomi, budaya, sosial, pendidikan dan kesehatan, Suparman, dkk (2025).

Menurut Jamil, A. M., & Yaslindo, Y. (2025), " Suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki". Menurut Martinus, D. (2023). " Passing adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya".

Menurut Saputra, D. R. (2021), "Passing adalah teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam permainan sepak bola".

Menurut Gumilar, R. C.dkk (2025). Salah satu teknik yang perlu diberikan sebagai alat penyaluran kualitas pendidikan jasmani adalah teknik passing. Passing tidak hanya soal keterampilan teknis, tetapi juga melibatkan kecerdasan taktis pemain. Pemain harus bisa memprediksi pergerakan lawan dan rekan setim, sehingga dapat mengirimkan umpan yang tepat waktu.

Sidik, N. M. dkk (2021), Passing atau operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang dioperkan dari satu pemain ke pemain lainnya yang satu tim guna memberikan kesempatan untuk menguasai bola tersebut.

Mardela, R. (2020), Passing atau operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang dioperkan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu.

Passing dalam permainan sepak bola memiliki tujuan yaitu mengoper bolapada teman satu tim agar dapat menciptakan ruang, sehingga pemain dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain bertahan.

Mengontrol bola adalah kemampuan pemain saat menerima bola, kemudian berusaha menguasainya sampai saat pemain tersebut akan mengoper bola kepada temannya.

Penguasaan dapat dilakukan dengan semua bagian tubuh yang diperbolehkan dalam peraturan yaitu kaki, paha, dada, dan kepala.

Terjadi ketika seorang pemain menerima Passing atau menyambut bola dan mengontrolnya sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan dribbling, Passing atau shooting.

Teknik dasar yaitu menggiring (dribbling) agar memudahkan dalam membangun sebuah serangan, dan sangat penting untuk menghindari penjagaan lawan.

Menurut Anhar, A. (2023), Dribbling adalah teknik menggiring bola yang melibatkan kontrol bola dan kelincahan

tubuh untuk melewati lawan dalam permainan sepak bola”.

Menurut Arwandi, J., & Ardianda, E. (2018), Ketika pemain telah menguasai kemampuan dribbling secara efektif, maka pengaruhnya di dalam pertandingan akan sangat besar.

Teknik dalam menendang bola itu, jika kita lihat secara terputus-putus atau pelan-pelan, sehingga bagian kaki yang digunakan baik untuk menendang atau menggiring bola adalah sama.

Teknik menggiring bola merupakan teknik fundamental yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola khususnya pada saat melakukan serangan. Selain itu gerakan menggiring bola memerlukan serangkaian gerakan yang kompleks, sebagai akibatnya karena tidak semua pemain dapat melakukan teknik menggiring bola dengan baik.

Menurut Wiradarma,dkk (2018), Tujuan dari menggiring bola adalah untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong, melepaskan diri dari kawalan, membuka ruang untuk kawan, serta menciptakan peluang untuk melakukan tembakan.

Menurut Muhajirin, dkk (2019), Teknik dalam melakukan gerakan menggiring bola bertujuan untuk mendekatkan jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Kemahiran menggiring bola merupakan tuntutan utama dalam teknik perorangan.

Pelaksanaan menggiring bola adalah membawa bola dengan cepat ke depan dan umpan pendek serta kedua kaki silih berganti.

Menyundul bola pada hakekatnya memainkan bola dengan kepala. Salah satu teknik dasar yang dapat digunakan pada semua posisi dan sudut lapangan yaitu menyundul bola, yang umumnya dilakukan menggunakan anggota tubuh bagian kepala.

Menyundul bola memerlukan koordinasi yang baik antara kedua lengan, bahu, leher, kepala, serta kaki sebagai tumpuan atau tolakan pada saat melakukan duel di udara.

Tujuan menyundul bola dalam permainan sepakbola adalah untuk

mengumpan, mencetak gol, dan untuk mematahkan serangan lawan/membuang bola.

Gerakan menyundul bola yang harus dilakukan diantaranya, gerakan tubuh ke jalur melayangnya bola, usahakan mata tetap tertuju pada bola, perkenaan atau sentuh bola dengan dahi.

Menurut Hartian, dkk (2022), “Shooting adalah tendangan ke arah gawang. Teknik ini kelihatannya mudah tetapi sebenarnya dibutuhkan konsentrasi dan ketepatan sasaran agar shooting yang kita lakukan menjadi sebuah gol.”

Kemampuan seseorang menendang bola harus diimbangi dengan cara memperoleh, membawa, dan menembak bola ke dalam gawang. Penendang bola harus bisa menembak dengan tepat dan kencang.

Dasar atau pondasi yang penting dan harus memiliki pemain sepak bola yaitu teknik dasar yang baik, sehingga teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain.

Seperti yang kita ketahui prestasi olahraga di pengaruhi oleh kondisi fisik, teknik,taktik atau strategi, dan mental. Terutama kondisi fisik sangat diperlukan, makin baik kualitas kondisi fisik seseorang, maka semakin bagus pulalah hasil kerja yang ia lakukan.

Menurut Septiawan,dkk (2025),Menurunnya prestasi SSB Tunas Muda diduga dipengaruhi oleh teknik dasar para pemain yang kurang baik.

Program latihan yang kurang dan tidak diikuti atlet secara serius mengakibatkan lamanya peningkatan kemampuan pemain, kurangnya tenaga pelatih dalam membina atlet.

Beberapa indikator yang harus dikuasai oleh atlet yaitu : operan(passing), kontrol (controlling), menggiring (dribbling), menyundul (heading) dan menembak/menendang bola ke gawang (shooting).

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dimana penelitian bertujuan untuk mengungkapkan sesuatu apa adanya. Sebagaimana yang dikemukakan Suharsimi (2019) bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, serta hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.

Sedangkan menurut Sukardi (2003) penelitian deskriptif merupakan metode penelitian yang menggambarkan objek atau subjek yang diteliti sesuai dengan apa adanya, yang bertujuan menggambarkan secara sistematis fakta yang diteliti dengan tepat.

Penelitian ini dilakukan dengan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar sekolah sepak bola (SSB) Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah 80 orang.

Berdasarkan populasi di atas, pengambilan sampel dilakukan dengan teknik "purposive sampling". Purposive sampling yaitu menentukan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dipandang dapat memberikan data secara maksimal (Sugiyono, 2012).



Gambar 1. Pemain SSB U-12 Kabupaten Tanah Datar

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan kutipan di atas peneliti hanya mengambil sampel kelompok under 12 tahun berjumlah 40 orang, dengan karakteristik telah mengikuti latihan kurang lebih satu tahun sehingga bisa dijadikan sebagai subjek penelitian ini.

Teknik pengumpulan yang digunakan penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran teknik dasar sepak bola. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif (tabulasi frekuensi).

HASIL

1. Kemampuan Teknik Passing dan Stopping

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik mengoper bola (*passing*) dan mengontrol bola (*stopping*) SSB Tunas Muda Under-12 Kabupaten Tanah Datar terhadap 40 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata adalah 12,03 Standar deviasi yaitu 2,58 skor tertinggi 19, skor terendah 9, dan nilai tengah yaitu 12.

Untuk lebih jelas, distribusi hasil data teknik *passing* dan *stopping* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Data Teknik Heading dan Stopping Pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar

Norma Tes	Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
>18	Sangat Baik	2	5%
16-18	Baik	2	5%
13-15	Sedang	11	27,5%
10-12	Kurang	16	40%
<10	Kurang Sekali	9	22,5%
Jumlah		40	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

Dengan demikian, dapat disimpulkan 40 orang pemain SSB Tunas Muda, pemain yang memiliki teknik mengoper dan menahan bola pada kategori sangat baik berjumlah 2 orang (5%).

Kategori baik yaitu sebanyak 2 orang (5%), kategori sedang sebanyak 11 orang (27,5%), kategori kurang sebanyak 16 orang (40%) dan kategori kurang sekali sebanyak 9 orang (22,5%).

2. Kemampuan Teknik Heading

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik menyundul bola (*heading*) pemain SSB Tunas Muda terhadap 40 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata adalah 14,65, standar deviasi yaitu 4,66 skor tertinggi 24 skor terendah 7 dan nilai tengah yaitu 15.

Tabel 2. Distribusi Data Kemampuan Teknik Heading Pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar

Norma Tes	Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
>17	Sangat Baik	14	35%
15-16	Baik	8	20%
12-14	Sedang	8	20%
9-10	Kurang	4	10%
<9	Kurang Sekali	6	15%
Jumlah		40	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel dibawah dapat disimpulkan bahwa 40 orang pemain SSB Tunas Muda, pemain yang memiliki kemampuan teknik *Heading* pada kategori Sangat baik berjumlah 14 orang (35%).

Kategori baik yaitu sebanyak 8 orang (20%), kategori sedang sebanyak 8 orang (20%), kategori kurang 4 orang (10%) dan pada kategori kurang sekali sebanyak 6 orang 15%.

3. Kemampuan Teknik *Dribbling*

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik *Dribbling* pemain SSB Tunas Muda terhadap 40 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 14,58, standar deviasi 3,30 skor tertinggi 9,31 dan skor terendah 22,3. Selanjutnya distribusi kategori kemampuan teknik *Dribbling* dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Distribusi Data Kemampuan Menggirig Bola (*Dribbling*) Pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar

Norma(Waktu)	Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
< 10	Sangat Baik	5	12,50
11-12	Baik	3	7,5
12-13	Sedang	2	5
13-14	Kurang	8	20
>14	Sangat Kurang	22	55
Jumlah		40	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel dibawah dapat disimpulkan bahwa dari 40 orang pemain SSB Tunas Muda, pemain yang memiliki kemampuan teknik *Dribbling* pada kategori sangat baik terdapat 8 orang (20%), pada kategori baik terdapat 2 orang (5%), pada kategori sedang sebanyak 3 orang (7,5%), pada kategori kurang sebanyak 8 orang (20%), dan berada pada kategori sangat kurang sebanyak 22 orang (55%).

4. Kemampuan Teknik *Shooting*

Berdasarkan deskripsi data di lapangan kemampuan teknik *shooting* (menendang bola)

pemain SSB Tunas Muda terhadap 40 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 10,85, standar deviasi 2,39, skor tertinggi 16, dan skor terendah 7. Selanjutnya distribusi kategori kemampuan teknik *shooting* dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4. Distribusi Data Kemampuan menendang bola (*Shooting*) Pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar

Norma Tes	Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
>17	Sangat Baik	0	0%
12-16	Baik	19	47,5%
8-11	Sedang	16	40%
4-7	Kurang	5	12,5%
> 3	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah		40	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian

5. Kemampuan Teknik Dasar Pemain SSB U-12 Kabupaten Tanah Datar

Berdasarkan data kemampuan teknik dasar sepakbola teknik *passing dan, stopping, dribbling, dan shooting ,heading* yang dilakukan terhadap 40 orang pemain, diperoleh nilai rata-rata 50, standar deviasi 7,53, skor tertinggi 67, dan skor terendah 39. Distribusi kategori teknik dasar pemain sepakbola dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5. Distribusi Data Kemampuan Teknik Dasar Pemain SSB Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
< 61	Sangat Baik	3	7,5%
54-60	Baik	7	17,5%
46-53	Sedang	19	47,5%
39-45	Kurang	9	22,5%
> 39	Sangat Kurang	2	5%
Jumlah		40	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel dibawah dapat disimpulkan bahwa dari 40 orang pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar, pemain yang memiliki kemampuan teknik dasar keseluruhan pada kategori Sangat Baik terdapat 3 orang (7,5%)

Pada kategori baik terdapat 7 orang (17,5%), pada kategori sedang sebanyak 19 orang (47,5%), pada kategori kurang sebanyak 9 orang (22,5%), dan pada kategori Sangat Kurang sebanyak 2 orang (5%).

PEMBAHASAN

Perhitungan data diperoleh rata-rata studi keterampilan teknik dasar SSB U-12 Kabupaten Tanah Datar adalah sebagai berikut:

1. Kemampuan Teknik *Passing* (Mengopor Bola) dan *Control* (Mengontrol Bola)

Dalam penelitian ini kemampuan *passing* pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar diukur dengan menyepak atau menendang bola ke dinding 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 40 pemain Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar, hanya 2 orang dengan kategori Sangat 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 30 detik.

Memang tidak mudah bagi pemain untuk memiliki kemampuan teknik *passing* dan *stopping*, dalam hal ini yang terpenting adalah penguasaan bola harus dimiliki dulu oleh pemain. *Passing* yang baik dimulai ketika tim yang sedang menguasai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang disekeliling pemain.

Untuk mampu melakukan *passing* dengan baik, pemain harus memiliki keterampilan mengontrol bola dan perlu dilatih secara berulang-ulang sehingga pemain mempunyai percaya diri untuk melakukan

passing dengan tegas dan terarah kepada teman satu tim yang tidak dijangkau oleh lawan.

2. Teknik *Dribbling* (Menggiring Bola)

Sesuai dengan fakta yang ditemui di lapangan ketika pemain sepakbola SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar melakukan tes kemampuan *dribbling* pemain yang memiliki kemampuan *dribbling* sangat baik sebanyak 8 orang.

Untuk kategori baik ada 2 orang, kategori sedang sebanyak 3 orang, kategori kurang sebanyak 8 orang dan kategori sangat kurang sebanyak 22 orang. 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.



Gambar 2. Pelaksanaan Tes Keterampilan *Dribbling*

Sumber: Dokumentasi Penelitian

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.

3. Kemampuan Teknik Shooting (Menendang Bola ke Gawang)

Berdasarkan hasil pengukuran kemampuan *shooting* dari pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar, tidak ada satu orangpun berada pada kategori baik sekali dan 19 orang pada kategori baik, 16 orang pada kategori sedang, kategori kurang sebanyak 5 orang dan tidak ada yang memperoleh kurang sekali.



Gambar 3. Pelaksanaan Tes Kemampuan Shooting

Sumber: Dokumentasi Penelitian

Hasil ini menunjukkan pemain SSB Tunas Muda memiliki kemampuan *shooting* yang tidak terlalu buruk dan juga tidak terlalu bagus.

Berdasarkan kenyataan yang terjadi di lapangan, pemain memiliki kemampuan teknik *shooting* dengan baik, dalam proses melakukan *shooting* atau mengarahkan bola tepat pada sasaran gawang yang diinginkan.

Diantara faktor penyebabnya adalah penguasaan teknik *shooting* baik. Teknik *shooting* memang merupakan teknik atau tugas yang paling sulit dalam permainan sepakbola.

Hal yang sering terjadi adalah pemain banyak melakukan *shooting* atau menendang bola ke gawang tetapi *shooting* tersebut seringkali gagal menciptakan gol. Oleh sebab itu untuk memiliki kemampuan *shooting* ke gawang dengan baik agar gol tercipta harus banyak melakukan latihan.

4. Kemampuan Teknik Heading (Menyundul Bola)

Rata-rata tingkat penguasaan teknik dasar *heading* yang dimiliki pemain SSB Tunas Muda

Kabupaten Tanah Datar dikategorikan baik, 14 orang yang berada pada kategori sangat baik, kategori baik sebanyak 8 orang, 8 orang kategori sedang, 4 orang kategori kurang dan kurang sekali sebanyak 6 orang.

Artinya penguasaan teknik dasar *heading* yang dimiliki pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar dikategorikan baik. 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.

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi pemain sebelumnya skor yang diperoleh dari tingkat penguasaan kemampuan teknik dasar menyundul bola pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar dapat merealisasikan atau memaksimalkan kemampuan teknik dasar menyundul bola dengan baik sekali.

Oleh karena itu, penguasaan kemampuan teknik dasar menyundul bola yang dimiliki oleh pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar harus terus ditingkatkan.

5. Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola Pemain

Untuk mengetahui kemampuan teknik sepakbola pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar 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 40 orang pemain, kategori sangat baik terdapat 3 orang, kategori baik 7 orang, kategori sedang 19 orang, kategori kurang 9 orang, dan pada kategori sangat kurang sebanyak 2 orang.

Keterampilan teknik sepakbola yang diperoleh dari latihan dan pengalaman mereka bermain dalam mengaplikasikan atau mempraktekan teknik-teknik dasar sepakbola tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai studi keterampilan teknik dasar pemain Sekolah Bola (SSB) Tunas Muda U-12 Kabupaten Tanah Datar dapat disimpulkan yaitu :

Tingkat penguasaan kemampuan teknik *passing* (mengoper bola) dan *controlling* (menahan bola) pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar spesifikasinya adalah pada kategori baik sekali berjumlah 2 orang.

Pada kategori baik berjumlah 2 orang, pada kategori sedang 11 orang, dan pada kategori kurang sebanyak 16 orang, dan pada kategori kurang sekali 9 orang.

Tingkat penguasaan kemampuan teknik *dribbling* (menggiring bola) pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar. Spesifikasinya adalah pada kategori sangat baik berjumlah 8 orang, pada kategori baik yaitu 2 orang.

Pada kemampuan teknik dasar *dribbling* kategori sedang sebanyak 3 orang, kemampuan pada kategori kurang 8 orang, dan kategori sangat kurang sebanyak 22 orang.

Tingkat penguasaan kemampuan teknik *shooting* (menendang bola) pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar, spesifikasinya adalah pada kategori sangat baik tidak ada satu orangpun.

Sedangkan pada kategori baik yaitu 19 sebanyak orang, pada kategori sedang 16 orang, pada kategori kurang sebanyak 5 orang, dan pemain yang berkemampuan kurang tidak ada seorangpun.

Tingkat penguasaan kemampuan teknik *heading* (menyundul bola) pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar. Spesifikasinya adalah pada kategori sangat baik berjumlah 14 orang, pada kategori baik berjumlah 8 orang, pemain yang kemampuan sedang sebanyak 8 orang dan kurang sekali sebanyak 6.

Kemampuan teknik dasar sepakbola pemain SSB Tunas Muda Kabupaten Tanah Datar, 3 orang kategori sangat baik, 7 orang kategori baik, 19 orang kategori sedang, 9 orang kategori kurang dan kategori sangat kurang tidak sebanyak 2 orang, artinya dengan lebih dari sebagian jumlah sampel beragam yang memiliki kemampuan teknik dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anhar, A. (2023). Pengaruh Latihan Zig-Zag Run Terhadap Kelincahan Menggiring Bola pada Atlet Tim Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 13(2), 21-26.
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yosdan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 17-29.
- Arwandi, J., & Ardianda, E. (2018). Latihan zig-zag run dan latihan shuttle run berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling* sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(01), 322212.
- Atradinal, A., & Sepriani, R. (2017). Pemulihan Kekuatan Otot Pada Atlet Sepakbola. *Jurnal MensSana*, 2(2), 99-105.
- Gumilar, R. C., Solihin, A. O., & Syamsudar, B. Model Pembelajaran Passing Sepakbola Berbasis Permainan di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 6(1), 559-569.

- Hartian, A., Dewi, C., & Apriansyah, D. (2022). Analisis keterampilan shooting dengan punggung kaki dan kaki bagian dalam pada ekstrakurikuler futsal SMAN 4 Bengkulu Selatan. *Educative Sportive*, 3(2), 164-169.
- Jamil, A. M., & Yaslindo, Y. (2025). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Persatuan Sepakbola Pasar Sarinah Kecamatan Rimbo Bujang Kabupaten Tebo Provinsi Jambi. *Jurnal JPDO*, 8(4), 713-724.
- Lufthansa, Y. (2025). Pengaruh Latihan Zig-Zag Terhadap kemampuan Dribble Dalam Permainan Sepak Bola Prambon Football Club u-16. *Jayabama: Journal Peminat Olahraga*, 5(1), 21-30.
- Mardela, R. (2020). Pengaruh passing group terhadap passing pemain sepakbola SMAN 4 SUMBAR FA kelompok usia 15-17 tahun. *Jurnal Patriot*, 2(1), 182-192.
- Martinus, D. (2023). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Dalam Permainan Sepak Bola Menggunakan Metode Kooperatif Tipe Tgt (Teams Games Tournament) Pada Siswa Kelas Xi Tkj 1 Smk Negeri 1 Sambas* (Doctoral dissertation, IKIP PGRI PONTIANAK).
- Nirwandi, N. (2017). Tinjauan Tingkat VO2 Max Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola Bima Junior Bukittinggi. *Jurnal Penjakora*, 4(2), 18-27.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Saputra, D. R. (2021). Pengaruh Latihan Merobohkan Cone Lawan Terhadap Akurasi Passing Dalam Permainan Sepak Bola Ssb Porsil. *Jurnal Muara Olahraga*, 4(1), 1-10.
- Suharsimi, A. (2019). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina aksara.
- Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Prakteknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suparman, Y., Sinaga, M. P. P. M., Putri, Z. M., & Bahari, S. (2025). Aspek Hukum Positif Nasional dalam Tata Kelola Olahraga Sepakbola (Suatu Perspektif Instruksi Presiden Nomor 3 Tahun 2019 tentang Percepapan Pembangunan Persepakbolaan Nasional). *JUSTLAW: Journal Science and Theory of law*, 2(01), 87-96.
- Sidik, N. M., Kurniawan, F., & Effendi, R. (2021). Pengaruh Latihan Sepakbola Empat Gawang Terhadap Kemampuan Passing Stopping Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Islam Karawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 60-67.
- Tancha, A. S., Arnando, M., Rasyid, W., & Lawanis, H. (2025). Hubungan Daya Ledak otot Tungkai terhadap kemampuan Shooting dalam permainan Futsal pada pemain Futsal Salingka. *Jurnal JPDO*, 8(1), 158-168.
- Wiradarma, I. P. B., Hulfian, L., & Isnaini, I. (2018). Hubungan motor Ability Dengan Kecepatan Menggiring Bola Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Sd Smp Negeri Satap 1 Lingsar Tahun 2015. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram*, 3(1), 385-392.
- Yogatama, R., & Irawadi, H. (2019). Metode bermain berpengaruh terhadap akurasi passing sepakbola. *Jurnal Patriot*, 1(2), 704-714.