

KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA

Muhammad Irfan¹, Ronni Yenes², Roma Irawan³, Irfan Oktavianus⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Padang, Indonesia.

E-mail: irfan210997@gmail.com¹, ronniyenes@fik.unp.id², romairawan@fik.unp.ac.id³,
irfanadhe@fik.unp.id⁴

ABSTRAK

Masalah yang muncul dalam penelitian adalah masih rendahnya prestasi pemain sekolah sepakbola (SSB) padang united kota padang. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana kemampuan teknik dasar pemain sekolah sepakbola (SSB) padang united kota padang. Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian adalah pemain sekolah sepakbola (SSB) padang united kota padang sebanyak 45, pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan 20 orang sampel. Instrument yang digunakan dalam penelitian adalah menggunakan tes teknik dasar yaitu passing dan control, dribbling, shooting dan heading. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian adalah analisis deskriptif persentatif. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh passing dan control memiliki rata-rata 42,80 dengan kategori kurang, dribbling memiliki rata-rata 63,45 dengan kategori baik, shooting memiliki rata-rata 50,60 dengan kategori sedang, heading 53,13 dengan kategori cukup. Teknik dasar sekolah sepakbola (SSB) padang united kota padang memiliki rata-rata sebanyak 52,12, dari hasil tersebut kemampuan teknik dasar sekolah seapakbola (SSB) padang united U13 kota padang berada pada kategori cukup. Dengan demikian teknik dasar sepakbola (SSB) padang united U13 kota padang perlu lebih ditingkatkan lagi, karna teknik dasar menjadi modal utama dalam sepakbola, karna dengan keterampilan bagus dapat mendukung prestasi.

Kata Kunci : Kemampuan; Teknik Dasar; Sepakbola

PENDAHULUAN

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui sebuah kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi (UU No.3, 2005). Untuk meraih dan mencapai prestasi optimal dimulai dari pembinaan usia dini (Arifianto, 2005). Pengucapan sangat begitu mudah, tetapi begitu sulit untuk mencapai sebuah prestasi olahraga. Untuk sampai kesana diperlukan pembinaan yang baik, terutama meliputi teknik, taktik, fisik dan mental, maka dalam memenuhinya, atlet harus mempunyaisemua itu, paling diutamakan teknik karena menjadi gagasan serius pembinaan (Oktavianus, 2018). Kemampuan tubu akan berada dalam kondisi yang masial dengan terus melatih dengan cara berolahraga (Haryanto, J., & Welis, W., 2019)

Kegiatan olahraga ada beberapa pendukung agar bisa meraih suatu prestasi, seperti : fisik, teknik, taktik, serta mental. didalam sepakbolaterdapat unsur fisik, teknik, taktik, dan mental sangat diperlukan, namun menjadi pondasi utama adalah sebuah teknik bagi setiap atlet, sebab dengan kurangnya menguasai teknikbagi atlet, maka tidak akan terciptanya prestasinya. Permainan yang bagus membutuhkan menguasai teknik sepakbola, dikarekan teknik menjadi sebuah pendukung dan sebuah pondasi utama seseorang dalam bermain sepakbola. Maka untuk memperbaiki dan peningkatkan kualitas didalam permainan suatu menuju prestasi, permasalahan dalam teknik menjadi penentu permainan sepakbola (Soniawan, V., & Irawan, 2018).

Menurut (Ardianda & Arwandi, 2018) dalam upaya peningkatan prestasi para pemain sepakbola, latihan adalah salah satu faktor yang sangat menentukan dalam pencapaian prestasi. Bentuk latihan yang dipilih juga akan sangat menentukan dalam mencapai target latihan yang diinginkan. Menurut (Ridwan, 2020) kondisi fisik merupakan suatu persyaratan yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola di dalam meningkatkan dan mengembangkan prestasi olahraga yang optimal, sehingga kondisi fisiknya harus dikembangkan dan ditingkatkan sesuai dengan ciri, karakteristik, dan kebutuhan masing-masing cabang olahraga.

Berbicara tentang sepakbola biasa dikatakan menjadis suatu bidang pembangunan nasional yang sangat melekat dari cabang olahragayaitu sepakbola, sepakbola cabang yang begitu paling digemari. Permainan sepakbola lebih dominan dengan menggunakan kaki dimaikan oleh masyarakat dari berbagai kalangan sosial. Begitu banyak manfaat yang didapatkan diantaranya hiburan, pendidikan, rekreasi, organisasi dan mebentuk prestasi (Dinata & Arwandi, 2007). Sepakbola adalah permainan yang dimaikan11 dengan lawan 11 yang langsung dipimpin seorang wasit yang mempunyai asisten 1 dan asisten 2, danmemilki satu orang wasit sebagai cadangan atau pengganti. Permainan berlangsung pada suatu lapangan sepakbola berukuran panjang100 sampai 110m dan lebar 64m sampai 75m dalam permainan terjadi kontak langsung antar pemain satu kesebelasan dengan pemain kesebelasan lain (Emral, 2018).

Sepak bola merupakan permainan tim dimana setiap pemain memiliki tugas masing-masing, seperti bek, gelandang, penyerang dan penjaga gawang. Tugas tercantumserta mendukung dengan menguasai teknik sangat baik. Teknik dasar sepakbola sangatmenguasai dan dipahami setiapatlit sepak bola. Teknik gerak sepak

bola terdiri dari berbagai macam keterampilan dasar seperti berlari, menggiring bola, mengoper dan menembak, yang disebut juga keterampilan teknis (Bozkurt, 2020). Teknik dasar menjadi hal terpenting dalam sepakbola. Perlu diketahui untuk bermain sepakbola perlu mempunyai keterampilan dasar dalam bermain sepakbola (Naldi & Irawan, 2020).

Prinsip sepakbola sangat sederhana sekali, melakukan dan membuat gol dan mencegah lawan untuk melakukan hal yang sama kepada gawang kita sendiri, yang memasukkan gol terbanyak memenangkan pertandingan. Karena prinsip sederhana inilah sepakbola menjadi sangat berkembang di Indonesia. Hal ini dibuktikan semakin banyaknya klub, Sekolah Sepakbola (SSB) ataupun akademi yang didirikan di Indonesia (Priyono & Yudi, 2018).

SSB merupakan suatu wahana pembinaan sepakbola usia dini paling tepat, saat ini sekolah-sekolah sepakbola kebanyakan siswa. Hal menjadikan suatu gagasan bagus mengingat peran sekolah sepakbola sebagai salah satu pembinaan prestasi dalam sepakbola nasional sehingga mampu menyediakan pemain pada klub yang membutuhkan. Tujuan dari sebuah SSB adalah menampung dan memberikan kesempatan bagi siswanya untuk biasa mengembangkan bakat yang dimilikinya dan selanjutnya pemberian mengenai dasar bagaimana untuk bermain sepakbola yang semestinya juga pembentukan karakter pribadi juga memberikan perilaku terpuji pada siswanya. SSB dijadikan tempat pembinaan pesepakbolaan Indonesia (Muttaqin & Widodo, 2014).

Pembinaan dalam sepakbola harus dimulai dari usia dini, agar prestasi dan tujuan yang akan dicapai bisa berjalan dengan baik. Sekolah sepakbola Padang United Kota Padang yang didirikan Miko Kamar pada tanggal 19 Mei 2012 dipadang, telah melaksanakan pembinaan dan pengembangan olahraga sepakbola, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknik. Upaya untuk mencapai suatu prestasi sepakbola, ada beberapa komponen dan faktor-faktor yang menunjang diantaranya yaitu: kemampuan teknik dasar sepakbola. Kualitas permainan dalam sepakbola dilihat bagaimana keterampilan teknik sepakbola (NST & Adnan, 2019).

Passing adalah sebuah keterampilan memindahkan bola pada pemain kepada pemain lainnya yang dilaksanakan melalui akurasi dan ketepatan tinggi (Wiriawan & Irawan, 2019). Passing menjadi penyusunan serangan dalam sepakbola dan menciptakan

gol, juga dipergunakan menghidupkan bola dikarekankesalahanserta untuk pembersihan dengan menyapu bola-bolaberbahaya dalam daerah atau ketika usaha menahan seranganlawan dan berada didaerah pertahanan sendiri(Yudi, 2019).

Mengoper bola bisa di lakukan berbagai cara dengan bola diam, melayang dan dalam bergerak. Mengoper adalah beberapa dari teknik dasar yang sangat penting.Pada seorang atlet tidak bisa melakukan passing tidak akan bisa untuk bermain dalam sepakbola. Artinya pasing football sebuah usaha untuk memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain. Tim bagus ketika atlit bisa menguasai teknikdalam mengoper bola yang baik, sesuai dengan sasaranatau tepat dalam melakukan gol pada gawang lawan(Syukur & Soniawan, 2015).

Mengiring bola adalahberlarimembawa bola dan mencoba mengalahkan beberapa pemain bertahan, ini disebut mengiring, dan mencoba menjaga bola selalu berada dekat dengan kaki dan selalu terkontrol, Ketika pergerakan dorong bola kedepan lalu menggunakan bagian luar pada kaki maupun kaki bagian luarnya, ketika menaklukkan lawan selalu bola dilindungi dan lakukanlah gerakan-gerakan berbelok serta tipuan (Akmal & Lesmana, 2019). *Dribbling* adalah keterampilan dasar dalamsepakbola, pemain melakukan pergerakan lari serta melakukan dorongan pada bola dengan kaki yang mengakibatkan perpindahan bola dari tempat ketempat lainnya atau membuka daerah pertahanan lawan, padangan tidak selalu terhadap bola, pergerakan dan selalu mengawasi pemain lawan(Ardianda & Arwandi, 2018).*Dribbling* bola salah satu teknik yang penting di dalam sepakbola, ketika men *dribbling*, dapat mempermudah bagi seorang dalam mengatur tempo, mengumpan, menerima bola, mengganggu pertahanan lawan dan melakukan gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan(Saputra & Yenes, 2019).

Menurut kamus bahasa Indonesia, *dribbling* artinya membawa bola lari dengan kaki. Ketika membawa bola, menggunakan bagian kaki dalam maupun luar agar bergerak di tanah.Mengiring dilaksanakan ketika dalam keadaan cepat serta berguna intinya dalam keadaan leluasadalam penjagaan.Berdiri ketika mengarahkan gerakan bola dan pandagan selalu ke muka.lengan harus santai, saat melakukan dengan membuka pergelangan kaki ke luar, sehingga bola bisamenyentuh kaki. Doronglah bola, beban tubuh harus kaki bukan kawan(Atiq, 2017).

Shooting adalah menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak bola ke gawang (*shooting at the goal*). pemain mempunyai tendangan yang bagus akan begitu mudah melakukan sebuah gol apalagi ketika saat tendangan penalti (Mustafa & Adnan, 2019). Menjadi teknik yang utama dalam sepakbola serta harus dikuasai seluruh pesepakbola adalah menendang ke gawang sering juga disebut shooting. Shooting merupakan usaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Teknik *shooting* dapat dilakukan pada seluruh bagian kaki. Tanpa melakukan shooting tim tidak akan bisa mencetak gol dan meraih kemenangan dalam pertandingan (Zulwandi & Irawan, 2018). tujuan utama setiap permainan sepakbola adalah mencetak gol". Untuk mencetak sebuah gol ke gawang lawan maka dituntut melakukan keterampilan shooting dengan keadaan dibawah tekanan dalam pertandingan, dengan waktu terbatas, fisik yang terkuras dengan lawan yang selalu agresif. Melakukan usaha shooting bisa menjadi terciptanya sebuah gol dan mendapatkan tujuan kemenangan. Seluruh pemain harus bisa melakukan tendangan ke gawang lawan, gol akan terjadi ketika setiap usaha tendangan yang dilakukan ke gawang lawan (Afrizal, 2018).

Menembak adalah upaya tujuannya memasukkan bola pada gawang lawannya (FIFA, 2015, h. 66). Penembakan bisa dilakukan setelah sentuhan terakhir tetapi juga bisa dilakukan setelah mencuri bola dalam penyerangan. Pilihan lainnya adalah menembak dari jarak jauh. Semua teknik yang dipelajari sebelumnya tidak akan banyak berguna dalam permainan sepak bola jika tidak dilengkapi dengan keterampilan menembak yang baik. The LA84 Foundation (2008, p.124) menyatakan bahwa menembak harus menjadi bagian dari setiap sesi pelatihan. Banyak dari kita mencatat bahwa tim atau pemain mampu melakukan passing, dribbling, dan heading dengan cukup baik tetapi tidak dapat melakukan tembakan dengan baik (Nusri, 2018).

Heading adalah teknik dasar yang penting dalam sepakbola, sundulan bukan hanya sekedar cara mengoper bola dengan kepala, melainkan juga dapat sebagai andalan untuk mencetak gol ke gawang lawan, Oleh sebab itu kecepatan pergerakan tubuh mengakibatkan bola yang disundul semakin tajam ke gawang lawan yang berakibat sulit diantisipasi kiper lawan. Ada beberapa konsep Dasar saat melakukan heading 1. Pada saat melihat datangnya bola, langsung menuju ke arah bola dengan menghadang atau menghalau datang bola. 2. Perhatikan arah datang bola, perhatikan bola tersebut mengenai kening. 3. Jangan memejamkan mata atau agar tidak kesakitan, perhatikan arah

bola menjauhi anda. 4. Menyundul bola dengan bagian atas kening, jangan pada bagian pelipis maupun kepala atas. 5. Lakukan Gerakan ke belakang dan lakukan sundullah bola dengan kuat, jangan sampai kepala diam dan menimpa kepala anda (Arifan, 2020).

Menyundul bola dilakukan bias dilakukan dengan berbagai cara, sambil terbang (melayang), dan meloncat (*jump headear*) yaitu melakukan loncatan untuk menyundul bola. Heading termasuk teknik sepakbola harus dikuasai bagi setiap pemain berguna untuk bertahan dan melakukan peluang dalam membuat gol pada pertandingan (Putra & S, 2020). Istilah teknik dasar ini adalah heading yang bertujuan untuk mengoper, melempar bola, mematahkan serangan dari tim lawan, dan mencetak gol. Dalam pelatihan dasar, siswa sangat perlu belajar menyundul bola dengan menggunakan dahi, karena dahi sangat kuat untuk menyundul bola. Posisi tubuh pemain saat menyundul bola bisa dalam posisi melompat atau berdiri. Penting untuk dipahami bahwa pemain sepak bola bukan hanya tentang seorang pemain, tetapi seorang pemain yang menyundul bola ketika datang ke arahnya (Paramitha, 2020).

Dalam sepakbola bukan hanya teknik, taktik, fisik dan mental saja yang harus diajarkan, sekolah sepakbola padang united juga mengajarkan pembentukan karakter kongrit yang mengajarkan anak-anak dengan mempratekkan langsung nilai-nilai jujur dan kepedulian. Anak-anak memiliki ritual membersihkan lapangan dari sampah yang berserakan sebelum dan sesudah latihan, tidak hanya ketika latihan, dalam melakukan uji coba maupun kompetisi atau kejuaraan lain, hal serupa juga diterapkan sebelum melakukan atau sesudah melakukan pertandingan.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan pada saat latihan serta dalam beberapa kali uji coba pertandingan dan kejuaraan yang pernah diikuti, bahwasannya salah satu factor penurunan prestasi sekolah sepakbola padang united kota padang sangat terlihat berbagai kesalahan dalam teknik dasar seperti *passing controlling, dribbling, shooting dan heading* jauh dari yang diharapkan. Pada *passing* dan *control* pemain padang united kesalahan dalam melakukannya tidak sesuai yang diinginkan, selanjutnya melakukan *dribbling* para pemain mengalami kesusahan melakukan *dribbling* bola ketika berada dalam keadaan berhadapan lawan, ketika *shooting* kearah gawang, selalu bola jauh dari sasaran kegawang lawan, dan heading sering terjadi kesalahan pada bagian dahi yang mengakibatkan bola melenceng dan heading yang dilakukan tidak sempurna dilakukan. Hal ini yang disebabkan kurangnya

kemampuan teknik dasar para pemain, banyak hal ditemukan dalam sebuah pertandingan, para pemain belum menguasai teknik dasar dalam tim sepakbola, karna dalam permainan sepakbola teknik dasar menjadi modal utama untuk bermain sepakbola.

METODE

Jenis penelitian adalah jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Deskriptif adalah penelitian dimaksud mengambil dan mengumpulkan informasi mengenai fenomena yang ada yaitu keadaan sebenarnya ketika penelitian dilakukan. Penelitian ini, menjelaskan kejadian pada objek atau wilayah yang diteliti, setelah itu memaparkan dengan apa adanya (Hamdi 2019). Dimana peneliti mengukur keterampilan teknik pemain Padang United dalam permainan sepakbola, peneliti langsung mengambil data ke lapangan. Tempat penelitian dilaksanakan di Sekolah Sepakbola Padang United Kota Padang. Penelitian ini dilaksanakan pada Sabtu 11 Juli 2020 di lapangan Sepakbola Bung Hatta Kota Padang.

Populasi merupakan sekumpulan objek yang akan diteliti, populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek, dengan demikian populasi Sekolah Sepakbola Padang United Kota Padang sebanyak 45 orang. Karena banyaknya jumlah populasi maka peneliti memilih sampel dengan teknik penarikan sampel purposive sampling. Maka yang menjadi sampel pada penelitian dari umur 10-13 sebanyak 20 sampel. Pada Instrument dan teknik pengumpulan dan pengambilan item tes keteampilan sepakbola yang terdiri tes passing dan control, tes dribbling, tes shooting dan tes heading, dimana pada tes tersebut sudah menggambarkan kemampuan teknik dasar sepakbola para pemain dalam bermain sepakbola (winarno, 2006).

Sebelum melakukan analisis data untuk mengetahui persentase kemampuan teknik dasar sekolah sepakbola padang united kota padang, untuk memperoleh gambaran tentang karakteristik dari masing masing variable penelitian digunakan analisis statistic deskriptif persentatif, penjelasan dilihat pada berikut ini :

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

P: Persentase

F: Frekuensi

N : Jumlah Sampel

HASIL

1. Teknik Dasar Passing dan Control

Teknik Dasar Passing dan Control Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang

Berdasarkan data penelitian teknik dasar passing dan control sepakbola diperoleh skor maksimum 58 dan skor minimum 34. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 42,80 dan standar deviasi 7,74. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar passing dan control dapat dilihat pada table berikut ini.

Table 1. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Passing dan Control Sepakbola Pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	0	0.00	Baik
53 – 60	2	10.00	Cukup
46 – 52	4	20.00	Sedang
37– 45	9	45.00	Kurang
≤36	5	25.00	Kurang Sekali
Jumlah	20	100	

2. Teknik Dasar Dribbling

Teknik Dasar Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang

Berdasarkan data penelitian teknik dasar dribbling sepakbola diperoleh skor maksimum 72 dan skor minimum 56. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 63,45 dan standar deviasi 5,12. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar dribbling dapat dilihat pada table berikut.

Table 2. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Dribbling Sepakbola Pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	15	75.00	Baik
53 – 60	5	25.00	Cukup
46 – 52	0	0.00	Sedang
37– 45	0	0.00	Kurang
≤36	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	20	100	

3. Teknik Dasar Shooting

Teknik Dasar Shooting Pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang

Berdasarkan data penelitian teknik dasar shooting sepakbola diperoleh skor maksimum 62 dan skor minimum 40.5. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 50.60 dan standar deviasi 6,30. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar shooting dapat dilihat pada table berikut ini

Table 3. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar Dribbling Sepakbola Pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	1	05.00	Baik
53 – 60	8	40.00	Cukup
46 – 52	6	30.00	Sedang
37– 45	5	25.00	Kurang
≤36	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	20	100	

4. Teknik Dasar Heading

Teknik Dasar Heading Pemain Sekolah Sepakbola Padang united U13 Kota Padang

Berdasarkan data penelitian teknik dasar heading sepakbola diperoleh skor maksimum 68 dan skor minimum 39. Dari analisi data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 53,15 dan standar deviasi 9,29. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar heading dapat dilihat pada table berikut ini.

Table 4. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar heading Sepakbola Pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang.

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	6	30.00	Baik
53 – 60	6	30.00	Cukup
46 – 52	5	25.00	Sedang
37– 45	3	15.00	Kurang
≤36	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	20	100	

PEMBAHASAN

Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang

Teknik dasar menjadi suatu keharusan dikuasai pada setiap pemain pesepakbola. Pemain dilihat memiliki penguasaan teknik yang bagus, cenderung pemain itu bisa bermain bola dengan sangat baik. Teknik dijadikan komponen setiap pemain sehingga bisa memainkan sepakbola (Candra, 2015). Berdasarkan analisis data kemampuan teknik dasar sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 memiliki rata-rata sebesar 52,12, maka berdasarkan tabel normalitas kemampuan teknik dasar sepakbola, maka kemampuan teknik dasar sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang berada pada kategori cukup. Menurut Alnedral, A., Bakhtiar, S., & Umar, U. (2018), Faktor kunci serta faktor stimulator yang berkembang dan berkelanjutan terkait proses membentuk karakter cerdas dan meningkatkan kemampuan atlet untuk mencapai usia keemasan pada SSB Padang United U13, transformasi atlet, banyak atlet potensial yang dibina, pengelola peran, peran orang tua, media pelatihan dan penerapan pembelajaran teknologi / pelatihan.

Bisa kita lihat dari penelitian ini menunjukkan bahwa pemain Sekolah Sepakbola Padang United U13 Kota Padang masih belum berapa pada kemampuan maksimal, sehingga dengan merujuk pada hasil penelitian ini, seluruh pemain sekolah sepakbola Padang United U13 Kota Padang harus lebih memperhatikan dan terus melakukan peningkatan apalagi latihan teknik dasar menjadi pondasi utama dalam permainan sepakbola, supaya kemampuan para pemain selanjutnya bias berada pada kemampuan teknik dasar maksimal. Sehingga nantinya dapat menciptakan bermain sepakbola dengan benar karena sudah menguasai teknik dasar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pemain sekolah sepakbola Padang United U13 Kota Padang, berada pada kategori cukup. Diharapkan bagi para pelatih agar lebih memperhatikan para pemain dimana kekurangan masing-masing pemain tersebut, agar program yang akan diberikan sesuai dengan kebutuhan dan dapat meningkatkan teknik pemain tersebut khususnya teknik dasar pemain tersebut, karena hal yang sangat diperlukan untuk sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling. *Jurnal Patriot*, 2, 1197–1210.
- Alnedral, A., Bakhtiar, S., & Umar, U. (2018). Strategies to Improve Intelligent Characters and Fighting Ability Of Self-Defense Athletes og Tarung Derajat. *International Journal of Mechanical Engineering and Technology (IJMET)*, 9(11), 1003-1013.
- Ardianda, E., & Arwandi, J. (2018). Latihan Zig-Zag Run dan Latihan Shuttle Run Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Performa Olahraga*, 3(01), 32–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo16019>
- Arifan, Ikhwanul, Barlian, Eri, S. A. (2020). Pengaruh Latihan Jump To Box Terhadap Kemampuan Heading. *Performa Olahraga*, 5(1), 73–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo143019>
- Arifianto, I. (2005). Kontribusi Kecepatan Terhadap Kelincahan Atlet Tenis Junior Sumatra Barat. *Jurnal Performa Olahraga*, 126–131.
- Atiq, A. (2017). Model Development Basic Dribbling Football-Based Training Techniques for Beginning Athletes Aged 8-12 Years. *The 1st Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sports Science*, 511–516.
- Bozkurt, S., Çoban, M., & Demircan, U. (2020). The Effect Of Football Basic Technical Training Using Unilateral Leg On Bilateral Leg Transfer In Male Children. *Journal of Physical Education*, 31, 1–10. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v31i1.3164>
- Candra, R. D., Sulaiman, & Hidayah, T. (2015). Pengaruh Metode Latihan Dan Kemampuan Motor Educability Terhadap Hasil Latihan Teknik Dasar Sepakbola. *Journal of Physical Education and Sports*, 4(2), 159–164.
- Dinata, N., & Arwandi, J. (2007). Pengaruh Latihan Plyometrics Terhadap Kemampuan Long Passing Pemain Sepakbola. *Jurnal Patriot*, (3), 840–850.
- Hamdi, A., Sultan, A., Susandi, B., & Wahyudi, E. (2019). PROFIL KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA TERHADAP SISWA SMP NEGERI 2 KASIMBAR. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 7, 103–113.
- Haryanto, J., & Welis, W. (2019). Exercising Interest in the Middle Age Group. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(02), 214-223. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo131019>
- Mustafa, H., & Adnan, A. (2019). Penyebab Kurangnya Akurasi Shooting Ditinjau dari Pelaksanaan Gerak. *Jurnal Patriot*, 2, 1064–1076.
- Muttaqin, H., & Widodo, A. (2014). IMPLEMENTASI KURIKULUM SEPAKBOLA PSSI SESUAI KELOMPOK UMUR DALAM PELATIHAN USIA 9-12 TAHUN (U-12) DI SSB BOJONEGORO. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 02, 96–102.

- Naldi, I. Y., & Irawan, R. (2020). Padang, Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pada Atlet Ssb (Sekolah Sepakbola) Balai Baru Kota. *Jurnal Performa Olahraga*, 5, 9–16.
- NST, G. Z. A., & Adnan, A. (2019). Tinjauan Keterampilan Teknik Sepakbola bagi Anak Usia Remaja pada Klub Sepakbola Garuda FC Kabupaten Pasaman. *Jurnal Patriot*, 1, 56–62.
- Nusri, A., Setijono, H., & Rahayu, T. (2018). Development Developing Instruments to Measure Long Passing and Shooting Skills of the Football School Students of Medan City. *The Journal of Educational Development*, 6(3), 280–290.
- Oktavianus, I., Bahtiar, S., & Bafirman. (2018). Bentuk Latihan Pliometrik, Latihan Beban Konvensional Memberikan Pengaruh Terhadap Kemampuan Three Point Shoot Bolabasket. *Jurnal Performa Olahraga*, 3, 21–29.
- Paramitha, S. T., Imanudin, I., Hardwis, S., & Suwanta, D. M. (2020). *Development of Basic Football Learning Techniques (Kicking) Through Digitalization of Learning Material*. 394(Icirad 2019), 419–424. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200115.069>
- Priyono, R. E., & Yudi, A. A. (2018). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Jauhnya Tendangan Long Pass. *Jurnal Patriot*, 554–564.
- Putra, A. T., & S, A. (2020). KONTRIBUSI KELENTUKAN DAN DAYALEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP HEADING SEPAKBOLA. *Jurnal Patriot*, 2, 212–214.
- Ridwan, M. (2020). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang. *Performa Olahraga*, 5(2018), 65–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo142019>
- S Afrizal. (2018). Dayaledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Performa Olahraga*, 3(02), 6–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo15019>
- Saputra, A., & Yenes, R. (2019). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 1, 71–78.
- Soniawan, V., & Irawan, R. (2018). Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola. *Performa Olahraga*, 3(01), 42–49. <https://doi.org/10.31227/osf.io/6vgxz>
- Syukur, A., & Soniawan, V. (2015). The Effects of Training Methods and Achievement Motivation Toward of Football Passing Skills. *Jipes - Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 1(2), 73. <https://doi.org/10.21009/jies.012.07>
- Wirawan, W., & Irawan, R. (2019). Futsal, Modifikasi Instrument Mengoper Bola Rendah Untuk Tes Passing. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2, 438–451.
- Yudi, A. A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Keterampilan Passing Siswa SMAN 4 Sumbar. *Jurnal Cerdas Sifa*, (2), 1–8.
- Zulwandi, Y., & Irawan, R. (2018). Metode Latihan Sirkuit Berpengaruh Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola Yogi. *Jurnal Patriot*, 2, 975–983.