



## Teknik Dasar Pemain SSB Tuah Sakato

Akbar<sup>1</sup>, Maidarman<sup>2\*</sup>, Roma Irawan<sup>3</sup>, Vega Soniawan<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Padang, Indonesia.  
Email Korespondensi: maidarman@gmail.com

Informasi Artikel:

Dikirim: 10 Maret 2021 Direvisi: 2 Maret 2021 Diterbitkan: 6 Juli 2021

### ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi yang diraih SSB Tuah Sakato. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar sepakbola yang meliputi, passing control, dribbling, shooting dan heading pemain SSB Tuah Sakato. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2020 di lapangan SSB Tuah Sakato. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain SSB Tuah Sakato yang berjumlah 18 orang pemain. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik total sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 orang pemain. Instrument dalam penelitian ini adalah: 1) tes kemampuan passing kontrol dengan tes passing bola berpasangan, 2) tes kemampuan dribbling dengan tes menggiring bola, 3) tes kemampuan shooting dengan tes shooting ke gawang, dan tes heading dengan tes kemampuan heading. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif persentatif. Hasil penelitian ini adalah: Kemampuan teknik dasar *passing control* pemain SSB Tuah Sakato berada pada kategori sedang, Kemampuan teknik dasar *dribbling* pemain SSB Tuah Sakato berada pada kategori sedang, Kemampuan teknik dasar *shooting* pemain SSB Tuah Sakato berada pada kategori sedang. Kemampuan teknik dasar *heading* pemain SSB Tuah Sakato berada pada kategori sedang.

**Kata Kunci:** Tinjauan; Teknik Sepak Bola; Tuah Sakato

### *Basic Techniques of Tuah Sakato SSB Players*

#### ABSTRACT

*The problem in this research is that the achievements of SSB Tuah Sakato are still low. The purpose of this study was to determine the ability of basic football techniques which include, passing control, dribbling, shooting and heading SSB Tuah Sakato players. This type of research is descriptive research. This research was carried out (Afrizal, 2018) (Afrizal, 2018) in July 2020 at the SSB Tuah Sakato field. The population in this study were all 18 players of SSB Tuah Sakato. The sampling technique used total sampling technique, so the number of samples in this study amounted to 18 players. The instruments in this study were: 1) a test of control passing ability with a paired ball passing test, 2) a dribbling ability test with a dribbling test, 3) a shooting ability test with a shooting test at the goal, and a heading test with a heading ability test. The data analysis technique used descriptive statistical analysis of percentages. The results of this study are: The basic passing control technique ability of SSB Tuah Sakato players is in the medium category, the basic dribbling technique of SSB Tuah Sakato players is in the medium category, the basic shooting technique ability of SSB Tuah Sakato players is in the medium category. The basic heading technique ability of SSB Tuah Sakato players is in the medium category.*

**Keywords:** Overview; Soccer Techniques; Tuah Sakato



## PENDAHULUAN

Perkembangan olahraga mengalami peningkatan dalam kurun waktu yang panjang hal ini mengingat kemajuan teknologi yang terus berkembang. Olahraga merupakan segala aktivitas yang dapat mengembangkan potensi jasmaniah seseorang (Santika, 2015). Olahraga menjadi aktifitas yang digemari segala lapisan usia, olahraga dijadikan aktivitas yang wajib dilakukan pada zaman sekarang ,olahraga telah menjadi kebutuhan yang sangat perlu di lakukan oleh setiap kalangan (Setiawan 2018). Penjelsana ini selaras dengan pendapat (umar, 2019) olahraga bagian dari upaya peningkatan kualitas yang ditunjukkan untuk pembentukan watak, kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan pada diri sendiri, masyarakat, bangsa dan Negara.

Aktifitas gerak merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dengan olahraga pada kegiatannya. Dalam kegiatan olahraga menuntut pelakunya untuk mengkombinasikan pola berfikir ketika pelaksanaan aktifitasnya selaras dengan pendapat (Purnomo 2019) memaparkan ketika berolahraga atlet dituntut untuk cerdas dan tegas dalam mengambil suatu keputusan serta pendapat. Kemampuan berfikir ialah kemampuan kritis untuk melaksanakan tujuan, maka penting suatu cabang olahraga mengembangkan kemampuan pola gerak yang telah dimiliki untuk mengasah keahlian dalam suatu cabang olahraga (Aziz & Donie 2017).Kemudian olahraga memiliki manfaat bagi semua kalangan meliputi olahraga pendidikan, olahraga rekreasi serta prestasi.

Olahraga pendidikan dapat diartikan bahwa aktifitas gerak dalam media pembelajaran, (Putri rahayu 2018) menjelaskan melalui pelaksanaan media pembelajaran yang tepat akan memberikan minat dan keinginan baru. Prestasi menjadi bagian dari pada manfaat serta tujuan olahraga hal ini diperoleh melalui pengelolaan sumber daya manusia. Dalam proses pembelajaran olahraga juga dijadikan aktifitas rutin dalam ajang prestasi dibidang olahraga yang membuat keterkaitan antara olahraga pendidikan dan prestasi. Dalam pencapaian prestasi kondisi fisik menjadi pendorong untuk memperoleh prestasi melalui latihan selaras dengan (Argantos 2019) menjelaskan proses latihan menentukan hasil dari prestasi yang akan diperoleh latihan ialah kegiatan yang terulang dilakukan dengan terencana untuk memperoleh target yang telah ditetapkan.

Proses pencapaian prestasi memiliki landasan yang tentu perlu dipenuhi oleh pelaku olahraga salah satu komponen ialah motivasi, makna motivasi berprestasi yakni guna meningkatkan pencapaian prestasi yang lebih baik, khususnya atlet muda yang berperan sebagai penerus bangsa dalam mencapai prestasi dikancah internasional (Cahyani 2019). Sesuai pendapat (Marheni 2019) atlet muda atau pemula sering mengalami tekanan mental saat dihadapkan dalam pertandingan yang lawan tandingnya memiliki kemampuan yang lebih serta usia yang matang dalam artian unggul serta lebih senior. Pencapaian prestasi berasal dari dalam diri tidak hanya kemampuan fisik, akan tetapi juga ditentukan oleh kesiapan yang memenuhi secara maksimal baik dari dalam maupun dari luar dan faktor pendukung lainnya seperti fisik, psikis, pelatih, sarana dan

prasarana latihan yang tersedia dan lingkungan disekitarnya, karena semua itu adalah bagian utama seseorang atlet dalam berlatih (Sukriah & Azizi 2019).

Selaras dengan itu Alnedral (2016) mengatakan bahwa beberapa manfaat olahraga dalam pendidikan yang dapat menyehatkan mental peserta didik/atlet yaitu 1) olahraga dapat mengurangi stress dan meningkatkan perasaan bahagia, 2) olahraga dapat meningkatkan kekuatan otak, dan 3) olahraga dapat meningkatkan kepercayaan diri. Olahraga sepak bola merupakan olahraga yang tergolong kepada olahraga prestasi serta olahraga pendidikan, dalam pencapaian prestasi khususnya sepak bola tidak terlepas dari permasalahan yang harus di hadapi oleh setiap pelakunya menurut (Soniawan & Irawan 2018) memaparkan Permasalahan mendasar dalam sepakbola nasional adalah kurangnya perhatian tentang pembinaan pada usia dini (*grassroots*) dan usia remaja (*youth*). Kunci keberhasilan sepakbola suatu negara apabila memperhatikan pembinaan pada tingkat usia dini dan remaja.

Sepak bola merupakan suatu cabang olahraga yang sangat populer didunia, sepakbola banyak mengalami perkembangan hal ini dilihat dari sepakbola yang masih memakai pola lama hingga menjadi sepakbola modern yang banyak dikagumi semua kalangan baik kalangan atas sampai lapisan bawah, hal ini di karenakan perkembangan teknologi yang pesat menjadi pendorong berkembangnya olahraga sepakbola (Indra & Marheni 2020). Perkembangan olahraga sepak bola yang semakin meningkat membuat pelakunya semakin bertambah dari sekian banyak cabang olahraga selain bertambah peminat sepak bola hal yang perlu di ketahui penyebab pemeratan berkembangnya olahraga sepakbola.

Proses ini tentu bukan tanpa alasan tetapi penyelenggaraan pertandingan yang kurang merata sesuai dengan pendapat (Ridwan & Irawan 2018) menjelaskan salah satu penyebab belum berkembang pengelolaan sepakbola yaitu kurangnya perhatian pada pembinaan atlet usia dini (*grassroots*) dan usia muda (kelompok umur) dimana kompetisi yang diadakan pada pembinaan olahraga usia dini dan usia muda sangat sedikit salah satunya adalah cabang sepakbola. Yang terbukti bukan saja di Indonesia akan tetapi masyarakat dunia sangat menggemari sepakbola. Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia memainkan lebih dari 20 juta permainan sepakbola (Afrizal 2018). Jumlah peminat olahraga sepakbola yang terus berkembang tentu menjadi asset yang perlu dilakukan pembinaan sehingga atlet yang dihasilkan terus berkelanjutan, senada dengan pendapat (Surohmat & Yudi 2020) memaparkan alet sepak bola tersebut harus dilatih dengan pola baik, disiplin dan benar sehingga kedepannya atlet sepak bola bisa mengukir prestasi yang lebih baik lagi kedepannya.

Yulifri (2010) juga mengemukakan “sepak bola adalah permainan yang terdiri dari 2 tim dan setiap tim terdiri dari 11 orang pemain yang dimainkan untuk memasukkan bola ke gawang lawan (mencetak gol). Dalam pelaksanaan sepak bola tidak terlepas dari teknik yang harus dikuasi atlet, Adapun teknik dasar dalam permainan sepakbola menurut Tim Pengajar Sepakbola (2005) adalah: (1) menendang, memberikan bola, menembak bola, (2) menahan dan mengontrol bola, (3) mengiring bola, (4) melempar bola, (5) teknik penjaga gawang dan (6) menyundul bola.

Teknik dalam sepakbola menjadi hal yang harus dikuasai oleh atlet, seluruh teknik-teknik yang tergolong sebagai *foundation* (dasar) tersebut merupakan menu latihan yang paling mendasar atau paling rendah tingkatnya latihan-latihan teknik itu ditunjukkan untuk mengembangkan keterampilan dasar yang diperlukan oleh semua pemain (Koger, 2007). Teknik yang dimaksud meliputi teknik *passing, dribbling, shooting dan heading*.

Teknik *passing* merupakan kemampuan seorang atlet dalam memindahkan bola, *passing* ialah suatu proses dalam permainan sepakbola yang dilakukan saat pertandingan serta latihan yang bertujuan memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat yang lain (Yogatama & Irawadi 2019). Dalam permainan sepak bola kemampuan dalam pelaksanaan *passing* ini menjadi momentum dalam mencapai kemenangan saat melaksanakan pertandingan. Teknik kontrol berperan dalam pelaksanaan *passing*, proses kontrol bola dilakukan pada saat akan memindahkan bola ke pemain lain dalam tim kesalahan terjadi apabila pemain berada dalam situasi yang belum siap untuk menerima bola. Kontrol bola dari pemain juga sering salah, baik dalam kontrol bola atas maupun kontrol bola bawah, bola cenderung sering jauh dari kaki sehingga bola dapat mudah dirampas oleh pemain lawan (Aprizul & Kiram 2018).

Teknik *dribbling* dalam permainan sepak bola merupakan suatu teknik yang harus dikuasai agar mampu mencapai prestasi maksimal, proses *dribbling* memiliki peran penting dalam menciptakan momentum dalam mencetak gol yakni terjadi ketika pemain melakukan *dribbling* untuk melewati penjaga gawang (Saputra & Yenes 2018). Kemampuan dalam *dribbling* memiliki fungsi yang banyak dalam menciptakan peluang saat pertandingan hal ini membuat setiap pemain sepakbola harus terampil dalam pelaksanaan *dribbling*.

*Shooting* atau tembakan merupakan salah satu cara untuk memasukkan bola atau menciptakan gol ke gawang lawan dengan menggunakan kaki sebagai subyek geraknya. Selaras dengan pendapat (Saputra & Maidarman 2019) menjelaskan atlet diharuskan menguasai keterampilan dasar melakukan tendangan pada bola dengan berbagai posisi pada saat berada dalam lapangan untuk menciptakan gol ke gawang lawan. Kemampuan *shooting* berperan penting dalam menciptakan gol dikarenakan keahlian dalam melakukan *shooting* membuat penjaga gawang lawan kesulitan untuk mengantisipasi gawang dari serangan lawan.

*Heading* ialah salah satu teknik yang sering digunakan dalam permainan sepak bola adalah menyundul bola. Dalam kemampuan *heading* kelentukan tubuh berperan untuk mengarahkan bola ke arah di targetkan selaras dengan pendapat (Maidarman 2017) menjelaskan untuk memperoleh keterampilan olahraga atlet harus memiliki kelentukan tubuh yang baik. Menyundul digunakan dalam setiap kejadian seperti mengumpan, mencetak gol dan membuang bola saat berduel di udara dengan pemain lawan lainnya untuk menjauhkan bola saat mendekati garis gawang. Tingkat keberhasilan dalam pelaksanaan *heading* ialah perkenaan bola yang tepat dengan bagian kepala ini bertujuan agar arah bola tepat mengarah kepada target yang diinginkan selaras dengan pendapat (Wijaya & Afrizal 2018) memaparkan perkenaan bola saat melakukan

sundulan terhadap bola akan menentukan arah yang telah ditargetkan, perkenaan bola dengan kening bagian depan dengan tolakan kedua kaki sebagai tumpuan.

Dari fenomena yang ditemukan dilapangan pada saat observasi yang dilakukan pada, Juli 2020, masih rendahnya prestasi yang diraih SSB Buah Sakato. Kemudian ditemukan beberapa orang pemain yang masih belum bisa menggunakan teknik heading dengan baik. Dari uraian yang telah disampaikan sebelumnya, mengingat di dalam prestasi sepakbola suatu kemampuan teknik dasar sangat berkaitan dengan prestasi, teknik dalam olahraga merupakan kemampuan untuk melaksanakan gerakan secara cepat, tepat dan harmonis. Jadi teknik dasar merupakan keterampilan dan kemampuan untuk bergerak secara tepat dan sesuai dengan tujuan, hal ini merupakan dasar permulaan untuk mencapai prestasi yang setinggi – tingginya, maka peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui kemampuan teknik dasar pemain sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Baratagar mencapai prestasi yang baik.

## **METODE**

Penelitian ini bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengungkapkan tentang kemampuan teknik dasar pemain Sekolah Sepakbola (SSB). Penelitian ini meninjau teknik dasar yang meliputi *passing*, menahan dan *control*, *dribbling*, *shooting* dan *heading* Sekolah Sepakbola (SSB) Buah Sakato Pasaman Barat. Instrumen yang digunakan pada tes *passing* dan *control* pelaksanaanya meliputi Masing masing pemain menghentikan dan menendang bola dengan bagian dalam kaki kanan kearah teman pasangannya, bola harus melalui tengah tangan kedua cone. Dua orang pemain berhadapan, dengan jarak masing-masing kurang lebih 8 meter. Bola dalam keadaan berhenti, contoh : si A menendang bola dengan bagian dalam kaki kanan, kemudian si B menerima bola dengan bagian dalam kaki kiri, bola berhenti ditendang dengan bagian dalam kaki kanan dan seterusnya. Dua orang pemain A dan B saling berhadapan dan melakukan passing tanpa menghentikan bola. Lakukan passing dan control selama 60 detik (Soekatamsi, 1984). Tes *dribbling* meliputi Peserta tes berdiri di belakang garis *start* dengan sebuah bola di garis *start*. Pada aba-aba “ya” peserta tes mendribble bola secepat mungkin melewati semua rintangan *zig-zag* sampai garis *finish* (Arsil, 2017). Testee berdiri dibelakang bola yang diletakan pada sebuah titik berjarak 16,5m 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 ( Arsil 2017). Tes *heading* meliputi Pengambil waktu memberi aba-aba siap dan *testee* berdiri menghadap ke dinding pantul dengan bola di tangan dalam keadaan siap memulai tes. Pengambil waktu kemudian memberi aba-aba siap ya, selanjutnya *testee* memantulkan bola kembali ke dinding dengan menggunakan kepala, dan ini harus dilakukan secara terus menerus selama 10 detik. Apabila bola jatuh ketanah, maka *testee* harus mengambil bola tersebut dan memainkan bola kembali sampai batas waktu yang di tentukan ( Arsil 2017). Penelitian ini akan dilakukan dilapangan Sekolah Sepakbola (SSB) Buah Sakato Pasaman Barat. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2020. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 18 orang. Populasi merupakan sekumpulan

objek yang akan diteliti. Menurut Arikunto (2006) populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Kemudian sampel dalam penelitian ini sebanyak 18 orang. Menurut Riduwan (2005) adalah “*sampling* pertimbangan, ialah teknik *sampling* yang digunakan peneliti jika mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu didalam sampelnya. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 18 orang dengan kelompok umur 14 – 17 dan besar dari 18 tahun.

## HASIL

### 1. Teknik Dasar *Passing Control*

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *passing* sepakbola diperoleh skor maksimum 7 dan skor minimum 5. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 5.94 dan Simpangan baku (standar deviasi) 0.87. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *passing* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Passing* Sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>8	0	0.00	Baik sekali
7	6	33.33	Baik
6	5	27.78	Sedang
5	7	38.89	Kurang
< 4	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	18	100	

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel di atas dari 18 orang sampel memiliki teknik dasar *passing control* antara lain: tidak ada pemain yang memiliki teknik dasar *passing control* pada kelas interval >8 berada pada kategori baik sekali, 6 orang (33.33%) memiliki teknik dasar *passing control* pada kelas interval 7, berada pada kategori baik. 5 orang (27.78%) memiliki teknik dasar *passing control* pada kelas interval 6, berada pada kategori sedang, dan 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *passing* pada kelas interval 5 berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *passing* pemain memiliki rata-rata sebesar 5.94, maka teknik *passing control* pemain berada pada kategori sedang.

### 2. Teknik Dasar *Dribbling*

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *dribbling* sepakbola diperoleh skor maksimum 10.84 dan skor minimum 14.97. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 13.32 dan Simpangan baku (standar deviasi) 1.21. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *dribbling* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Dribbling* Sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
<11.50	2	11.11	Baik sekali
11.51-12.71	3	16.67	Baik
12.72-13.92	7	38.89	Sedang
13.93-15.13	6	33.33	Kurang
> 15.14	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	18	100	

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel di atas dari 18 orang sampel, 2 orang (11.11%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval <11.50 berada pada kategori baik sekali, 3 orang (16.67%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval 11.51-12.71, berada pada kategori baik. 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval 12.72-13.92, berada pada pada kategori sedang, dan 6 orang (33.33%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval 13.93-15.13 berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *dribbling* pemain memiliki rata-rata sebesar 13,32, maka teknik *dribbling* pemain berada pada kategori sedang.

### 3. Teknik Dasar *Shooting*

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *Shooting* sepakbola diperoleh skor maksimum 133 dan skor minimum 80. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 99.98 dan Simpangan baku (standar deviasi) 15.51. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *Shooting* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Shooting* Sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
> 123	2	11.11	Baik sekali
108 – 122	4	22.22	Baik
92 – 107	7	38.89	Sedang
77 – 91	5	27.78	Kurang
< 76	0	0.00	Kurang Sekali
Jmlah	18	100	

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel di atas dari 18 orang sampel, 2

orang (11.11%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval >123 berada pada kategori baik sekali, 4 orang (22.22%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval 108 - 122, berada pada kategori baik. 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval 92 - 107, berada pada pada kategori sedang, dan 5 orang (27.78%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval 77-91 berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *Shooting* memiliki rata-rata sebesar 99.98, maka teknik *Shooting* berada pada kategori sedang.

#### 4. Teknik Dasar *Heading*

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *Heading* sepakbola diperoleh skor maksimum 6 dan skor minimum 4. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 4.61 dan Simpangan baku (standar deviasi) 0.70.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Heading* Sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
7	0	0.00	Baik sekali
6	2	11.11	Baik
5	7	38.89	Sedang
4	9	50.00	Kurang
3	0	0.00	Kurang Sekali
<b>Jumlah</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel di atas dari 18 orang sampel, tidak ada pemain yang memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 7 berada pada kategori baik sekali, 2 orang (11.11%) memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 6, berada pada kategori baik. 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 5, berada pada pada kategori sedang, dan 9 orang (50%) memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 4, berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *Heading* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 4.61, maka teknik *Heading* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang

## PEMBAHASAN

### 1. Kemampuan Teknik Dasar *Passing control* Pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan terhadap Pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat dari 18 orang sampel memiliki teknik dasar *passing control* antara lain: tidak ada pemain yang memiliki teknik dasar *passing control* pada kelas interval >8 berada pada kategori baik sekali, 6 orang (33.33%) memiliki teknik dasar *passing control* pada kelas interval 7, berada pada kategori baik. 5 orang (27.78%) memiliki



teknik dasar *passing control* pada kelas interval 6, berada pada pada kategori sedang, dan 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *passing* pada kelas interval 5 berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *passing* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 5.94, maka teknik *passing control* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang. Hal ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauzan Fajri, (2017) bahwa hasil penelitian dari 20 orang pemain sepakbola putra painan kecamatan IV Kurai Kabupaten Pesisir Selatan, ternyata sebagian dari para pemain sepakbola dalam teknik dasar *Passing Control* berada pada kategori sedang.

Hasil tersebut bisa dikatakan belum maksimal dan harus ditingkatkan lagi. Latihan *passing control* dapat ditingkatkan melalui metode-metode latihan teknik dasar. Untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar yang dimiliki oleh Pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat, maka disarankan kepada pelatih untuk menerapkan beberapa program latihan, seperti penerapan metode bermain, penerapan metode filanesia, dan penerapan latihan teknik dasar lainnya. Semua itu tidak akan meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing control* dengan cepat kalau pelatih dan pemain tidak satu visi dalam menciptakan dan melaksanakan program latihan yang telah disusun secara teratur dan kontinu.

## 2. Kemampuan Teknik Dasar *Dribbling* Pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat

Berdasarkan analisis data hasil penelitian yang dilakukan pada pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat, dari 18 orang sampel, 2 orang (11.11%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval <11.50 berada pada kategori baik sekali, 3 orang (16.67%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval 11.51-12.71, berada pada kategori baik. 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval 12.72-13.92, berada pada pada kategori sedang, dan 6 orang (33.33%) memiliki teknik dasar *dribbling* pada kelas interval 13.93-15.13 berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *dribbling* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 13,32, maka teknik *dribbling* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Dio dio, (2018) yang menjelaskan bahwa Teknik dasar *Dribbling* pemain sepakbola SMP Negeri 3 Kota Payakumbuh dalam kategori sedang.

Hasil tersebut masih jauh dari kata maksimal dan harus ditingkatkan lagi. *Dribbling* adalah hal yang mendasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola. Untuk itu seorang pelatih sepakbola khususnya pelatih SSB Buah Sakato Pasaman Barat, untuk menyusun program-program latihan yang bisa meningkatkan kemampuan teknik dasar pemain.

## 3. Kemampuan Teknik Dasar *Shooting* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat, dari 18 orang sampel, 2 orang (11.11%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval >123 berada pada kategori baik sekali, 4 orang (22.22%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval 108 - 122, berada pada kategori baik. 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval 92 - 107, berada pada pada

kategori sedang, dan 5 orang (27.78%) memiliki teknik dasar *Shooting* pada kelas interval 77-91 berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *Shooting* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 99.98, maka teknik *Shooting* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh dilakukan oleh Dio dio, (2018) yang menjelaskan bahwa Teknik dasar *Shooting* pemain sepakbola SMP Negeri 3 Kota Payakumbuh menunjukkan bahwa kemampuan bermain sepakbola dalam hal teknik *Shooting* yaitu dalam kategori baik.

#### 4. Kemampuan Teknik Dasar *Heading* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat

dari hasil penelitian terhadap kemampuan heading pemain SSB buah sakato, dari 18 orang sampel, tidak ada pemain yang memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 7 berada pada kategori baik sekali, 2 orang (11.11%) memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 6, berada pada kategori baik. 7 orang (38.89%) memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 5, berada pada pada kategori sedang, dan 9 orang (50%) memiliki teknik dasar *Heading* pada kelas interval 4, berada pada kategori kurang. Berdasarkan analisis data kemampuan *Heading* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 4.61, maka teknik *Heading* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu maka dapat disimpulkan Kemampuan teknik dasar *passing control* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 5.94, maka kemampuan teknik dasar *passing control* sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang. Kemampuan teknik dasar *dribbling* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 13.32, maka kemampuan teknik dasar *dribbling* pemain sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang. Kemampuan teknik dasar *shooting* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 99.98, maka kemampuan teknik dasar *shooting* sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang. Kemampuan teknik dasar *heading* pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat memiliki rata-rata sebesar 4.61, maka kemampuan teknik dasar *heading* sepakbola pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat berada pada kategori sedang. Hasil ini masih jauh dari kata maksimal, dan perlu ditingkatkan lagi, karena jika dibiarkan dengan keadaan heading pemain yang seperti ini maka sangat wajar tim SSB akan mengalami kekalahan dalam bertanding. Karena seperti yang telah dijelaskan diatas, setiap sector pemain harus memiliki kemampuan heading yang baik. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan lebih mendalami variabel yang akan diteliti agar hasil yang diperoleh dapat membantu sebagai referensi untuk perbaikan olahraga sepakbola.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. (2018). *Dayaledak Otot Tungkai dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting SepakBbola*.
- Afrizal. (2018). *Dayaledak Otot Tungkai dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shootig Sepakbola*. Jakarta: Peforma.
- Alnedral, A. (2016). Pembentukan Karakter Cerdas Atlit Tarung Derajat. *Jurnal Performa Olahraga*, 44.
- Aprizul, A. &. (2018). Kemampuan Teknik Dasar Pemain U-15 Sekolah Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 101-108.
- Argantos. (2019). Peningkatan Usaha Sanggar Senam dan fitness Centre melalui Pelatihan Dasar Bagi Instruktur Kebugaran di Kecamatan Koto Tangah Padang. *Jurnal Humanities Pengabdian Kepada Masyarakat*, 60-66.
- Cahyani F.I, P. E. (2019). Application of Character Education for Children With Special Needs in Special Schools of Perwari Padang. *In International Corference of Mental Health Neourosience and Cyber Phsychology*, 22-31.
- Cahyani, M. E. (2018). *The Role of Motivation in increasing Achievement Perspective SPorts Psychology in 2nd International conference on Sport Science and Health*. Jakarta: Atlantis Press.
- Donnie, A. P. (2017). Profil Kondisi Fisik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 132-142.
- Irawan, R. M. (2018). Validitas Dan Reliabilitas Tes Kondisis Fisik Atlet Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang. *Battery Test Of Physical Conditioning Performa*, 90.
- Irawan, S. &. (2018). Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola. *Performa*, 42.
- Maidarman. (2017). Kontribusi Daya letak Otot Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kemampuan Start Renang Gaya Bebas Atlet Women SWIMMING cLUB. *Performa*, 13-21.
- Marhaeni, P. E. (2018). *The Personality influence on GPA A Case Study of Sports Phsychology in 2nd international Conference on sports science and Health*. Jakarta: Atlantis Press.
- Purnomo, R. S. (2018). *Modification of Snakers and Ladder Game Psychosection Learning Media in Retarded Children*.

- Santika. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Umur Terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahasiswa Putra Semester II kelas A Fakultas Pendidikan (Olahraga Dan Kesehatan) IKIP PGRI Bali . *Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 42-47.
- Saputra. (2019). Studi Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 14-20.
- Sepakbola, T. P. (2005). *Buku Ajar Sepak Bola*. Padang: FIK UNP.
- Setiawan Y, S. I. (2018). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Dollyo Chagi Atlet Putra Tae Kwon Do di BTTC Kabupaten Rokan Hulu. *Performa*, 15.
- Suharsimi, A. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yennes, S. A. (2018). Hubungan Kelincahan dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribbling pemain Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 71-78.