

TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA

Khinta Sani Rahman¹, Padli²

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

E-mail: kintasar123@gmail.com¹, padliflik85@gmail.com²

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi pemain sekolah sepakbola liberty kota payakumbuh. Tujuan penelitian ini untuk melihat bagaimanakah kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola liberty kota payakumbuh. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan januari 2020 di lapangan sepakbola GOR Kubu Gadang kota payakumbuh. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 46 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang pemain. Instrument dalam penelitian ini adalah menggunakan tes kemampuan teknik dasar yang terdiri dari 1) tes kemampuan heading, 2) tes kemampuan passing, 3) tes kemampuan dribbling, 4) tes kemampuan shooting. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif persentatif. Hasil penelitian ini adalah: 1) Kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty memiliki rata-rata sebesar 62,02, maka kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty kota payakumbuh U16 berada pada kategori baik. 2) Kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty memiliki rata-rata sebesar 60,45, maka kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty kota payakumbuh U12 berada pada kategori cukup.

Kata Kunci: kemampuan, teknik dasar, sepak bola.

PENDAHULUAN

Pembinaan olahraga prestasi secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi tinggi, baik yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan. Dalam UU. RI No. 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa: “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat Nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia. Sepakbola telah banyak menjalani perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana dan primitif sampai menjadi permainan sepakbola modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang, baik dari anak-anak, orang tua, bahkan

wanita. Kemajuan teknologi yang pesat juga mempengaruhi perkembangan permainan sepakbola.

Di Indonesia olahraga sepakbola merupakan salah satu dari sekian banyak olahraga yang dibina dan dikembangkan, perkembangan ini ditandai dengan lahirnya perkumpulan-perkumpulan atau klub-klub dan sekolah sepak bola (SSB) diberbagai daerah di tanah air, tidak hanya di kota tetapi sudah menjalar hingga ke desa-desa. Sehingga sekarang permainan sepak bola boleh dikatakan sebagai olahraga rakyat. Seiring dengan perkembangan ini, maka akan tersedia bibit-bibit pemain sepakbola untuk masa yang akan datang.

Untuk pencapaian prestasi yang tinggi pembinaan dan pengembangan olahraga sepakbola hendaknya dimulai pada usia dini agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai dengan baik. Sekolah sepak bola Liberty Kota Payakumbuh telah melaksanakan pembinaan dan pengembangan olahraga sepakbola, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknik. Diantaranya adalah teknik menendang dan mengontrol bola, menggiring bola serta menyundul bola yang berguna untuk membangun serangan ke daerah lawan, mengumpan dan mengontrol bola, selanjutnya melakukan *shooting* ke gawang lawan, serta mempertahankan gawang dari serangan lawan.

Syafruddin (2011:179) menyatakan bahwa: “teknik 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”. Berdasarkan pendapat sebelumnya, 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.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang penulis lakukan di lapangan pada saat latihan serta dalam beberapa kali pertandingan pada kejuaraan yang pernah diikuti, seperti pada kejuaraan tingkat daerah dan kejuaraan tingkat provinsi, bahwasanya salah satu faktor penurunan prestasi sepakbola Sekolah Sepak Bola Liberty Kota Payakumbuh dikarenakan adanya kesalahan dari teknik dasar yaitu, *passing*, *dribbling*, *heading* serta *shooting* yang tidak sesuai dengan sasaran yang diinginkan. Dimana *passing* yang dilakukan pemain Liberty Kota Payakumbuh sering mengalami kesalahan

passing dan *control* yang tidak sesuai dengan yang diinginkan sebenarnya, dan selanjutnya dalam *dribbling* pemain Liberty Kota Payakumbuh sering mengalami kesulitan saat mendribbling bola berhadapan satu lawan satu, dan saat melakukan *shooting* kegawang lawan sering tidak tepat sasaran, selanjutnya saat melakukan *heading* sering tidak pas pada bagian dahi yang mengakibatkan bola melenceng dari tujuan semula. Hal ini disebabkan kurangnya kemampuan teknik dasar pemain, baik pada teknik *passing*, *controlling*, *dribbling*, *heading*, *shooting*. Oleh karena itu hal yang ditemukan saat mengikuti turnamen, pemain yang ada hanya bermodalkan keinginan untuk bermain tetapi tidak diiringi dengan teknik dasar yang cukup untuk menunjang permainan tim.

METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dimana peneliti mengukur kemampuan teknik dasar pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh dalam permainan sepakbola, peneliti langsung mengambil data ke lapangan. Tempat penelitian ini dilakukan di klub Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh. Penelitian ini dilaksanakan pada Januari 2020 di lapangan sekolah sepakbola Liberty Kota Payakumbuh.

Dalam setiap penelitian, populasi yang dipilih erat kaitannya dengan masalah yang ingin diteliti, populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto,2002:108). Hal ini sejalan dengan pendapat martono (2012:74) yang mengatakan bahwa “populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu terkait dengan masalah penelitian.

Untuk memperoleh data yang relevan dan akurat maka diperlukan alat pengukur data yang dapat dipertanggung jawabkan, yaitu alat ukuran atau instrument penelitian yang valid dan reliabel, karena instrumen penelitian yang baik harus memenuhi dua persyaratan yaitu valid dan reliabel (Arikunto : 2006).

Tes dan pengukura yang dilakukan oleh masing-masing cabang olahraga yang satu dengan yang lain berbeda, hal ini dikarenakan tes dan pengukuran disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing cabang olahraga. Walaupun tes tersebut belum dapat menggambarkan kebutuhan yang sebenarnya atau secara keseluruhan, tetapi tes tersebut sudah dapat menggambarkan kemampuan teknik dasar seorang pemain.

Menurut Winarno (2006:64), Untuk mengukur keterampilan teknik dasar sepakbola yang menyangkut tes *passing dan control, dribbling, heading* dan *shooting*.

Sebelum data dianalisa maka dilakukan tabulasi data untuk mengetahui presentase kemampuan teknik dasar sepakbola pemain Sekolah. Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh dalam melakukan peaktek pengambilan data di lapangan berdasarkan kategori baik, sedang dan kurang baik dengan mengacu kepada skor yang telah ditetapkan untuk ketiga kategori tersebut. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan perhitungan statistik menggunakan analisis deskriptif persentase. Adapun rumus yang digunakan adalah:

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

Keterangan:

P = Presentasi

F = Frekuensi

n = Jumlah sampel

HASIL

1. Teknik Dasar *Heading*

Teknik Dasar *Heading* Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *heading* sepakbola diperoleh skor maksimum 90 dan skor minimum 39. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 62,55 dan Simpangan baku (standar deviasi) 16,20. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar heading dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Heading* sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	5	45.45	Baik
53 – 60	4	36.36	Cukup
46 – 52	1	9.09	Sedang
37– 45	1	9.09	Kurang
36	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	11	100	

Teknik Dasar Heading Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *heading* sepakbola diperoleh skor maksimum 83 dan skor minimum 47. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 60 dan Simpangan baku (standar deviasi) 14,02. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar heading dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Heading* sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	6	40.00	Baik
53 – 60	5	33.33	Cukup
46 – 52	4	26.67	Sedang
37– 45	0	0.00	Kurang
36	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	15	100	

2. Teknik Dasar *Passing* dan *control*

Teknik Dasar *Passing* dan *control* Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *passing* sepakbola diperoleh skor maksimum 66 dan skor minimum 33. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 52,09 dan Simpangan baku (standar deviasi) 10,96. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *passing* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Passing dan control* Sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	1	9.09	Baik
53 – 60	6	54.55	Cukup
46 – 52	1	9.09	Sedang
37– 45	1	9.09	Kurang
36	2	18.18	Kurang Sekali
Jumlah	11	100	

Teknik Dasar *Passing dan control* Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *passing dan control* sepakbola diperoleh skor maksimum 66 dan skor minimum 34. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 48,55 dan Simpangan baku (standar deviasi) 10,62. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *passing dan control* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Passing* Sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	1	6.67	Baik
53 – 60	3	20.00	Cukup
46 – 52	8	53.33	Sedang
37– 45	0	0.00	Kurang
36	3	20.00	Kurang Sekali
Jumlah	15	100	

3. Teknik Dasar Dribbling

Teknik Dasar *Dribbling* Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16.

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *dribbling* sepakbola diperoleh skor maksimum 75 dan skor minimum 62. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata

(Mean) sebesar 69,45 dan Simpangan baku (standar deviasi) 4,32. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *dribbling* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Dribbling* sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	11	100.00	Baik
53 – 60	0	0.00	Cukup
46 – 52	0	0.00	Sedang
37– 45	0	0.00	Kurang
36	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	11	100	

Teknik Dasar *Dribbling* Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12.

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *dribbling* sepakbola diperoleh skor maksimum 76 dan skor minimum 48. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 69,18 dan Simpangan baku (standar deviasi) 8,42. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *dribbling* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Dribbling* sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Kelas Interval	Frekuensi Absolut		Kategori
	Absolute	Relatif (%)	
>61	12	80.00	Baik
53 – 60	1	6.67	Cukup
46 – 52	2	13.33	Sedang
37– 45	0	0.00	Kurang
36	0	0.00	Kurang Sekali
Jumlah	15	100	

4. Teknik Dasar Shooting

Teknik Dasar *Shooting* Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *shooting* sepakbola diperoleh skor maksimum 71,5 dan skor minimum 51,5. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata

(Mean) sebesar 63 dan Simpangan baku (standar deviasi) 5,86. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *shooting* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Shooting* sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16

Kelas Interval	Frekuensi absolut	Frekuensi relatif	Kategori
>61	8	72.73	Baik
53 – 60	2	18.18	Sedang
46 – 52	1	9.09	Cukup
37– 45	0	0.00	Kurang
36	0	0.00	Kurang sekali

Teknik Dasar *Shooting* Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Berdasarkan data penelitian untuk teknik dasar *shooting* sepakbola diperoleh skor maksimum 68 dan skor minimum 57,5. Dari analisis data diperoleh nilai rata-rata (Mean) sebesar 62,27 dan Simpangan baku (standar deviasi) 3,42. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar *shooting* dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Shooting* sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Kelas Interval	Frekuensi absolut	Frekuensi relatif	Kategori
>61	11	73.33	Baik
53 – 60	4	26.67	Sedang
46 – 52	0	0.00	Cukup
37– 45	0	0.00	Kurang
36	0	0.00	Kurang sekali

PEMBAHASAN

Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U16

Berdasarkan analisis data kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty memiliki rata-rata sebesar 62,02, maka berdasarkan table normalitas kemampuan teknik dasar, maka kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty kota payakumbuh U16 berada pada kategori baik.

Hasil diatas menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar pemain sekolah sepakbola liberty kota payakumbuh sudah berada pada tingkat yang baik. Walaupun

kemampuan teknik dasar sudah baik, bukan tidak mungkin kemampuan teknik dasar yang dimiliki oleh pemain sekolah sepakbola liberty kota payakumbuh akan mengalami penurunan jika pemain tidak mengasah kemampuan teknik dasar dengan baik dan kontinu. Karena teknik dasar sepakbola adalah suatu kemampuan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola.

Menurut Febrianto (2017:2) Permainan Sepakbola merupakan olah raga yang menuntut kerjasama yang baik, maka dari itu setiap pemainnya dituntut untuk menguasai teknik dasar individu yang baik agar kerjasama antar pemain dapat terjalin dengan sempurna. Teknik dasar merupakan komponen yang paling penting dalam permainan sepak bola. Perlu diketahui untuk dapat bermain sepakbola perlu mempunyai keterampilan dasar dalam bermain sepakbola. Untuk itu dalam mempertahankan teknik dasar yang dimiliki, seorang pemain harus selalu menjaga kemampuan teknik dasarnya salah satunya dengan rutin menjaga kemampuan teknik dengan latihan.

Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain Sekolah Sepakbola Liberty Kota Payakumbuh U12

Berdasarkan analisis data kemampuan teknik dasar sepakbola pemain Sekolah Sepakbola Liberty memiliki rata-rata sebesar 60,45, maka berdasarkan table normalitas kemampuan teknik dasar, maka kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola liberty kota payakumbuh U12 berada pada kategori cukup.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemain Sekolah Sepakbola Liberty U12 masih belum berada pada kemampuan yang maksimal, sehingga dengan merujuk pada hasil penelitian ini, seluruh pemain sekolah sepakbola liberty kota payakumbuh harus terus meningkatkan latihan teknik dasar untuk bisa berada pada kemampuan yang maksimal. Teknik dasar dalam sepakbola adalah hal yang sangat penting, karena teknik dasar adalah modal awal untuk bermain sepakbola. Ada empat teknik dasar dalam bermain sepakbola yaitu passing, shooting, stooping, heading. Empat komponen ini harus dikuasai dengan baik, sehingga nantinya dapat bermain sepakbola dengan benar.

Mengingat pentingnya teknik dasar dalam permainan sepakbola, maka diperlukannya latihan yang kontiniu, untuk dapat memberikan latihan yang kontiniu pelatih harus mampu menyusun program yang baik untuk meningkatkan teknik dasar. Pada pemain U12 pelatih harus benar-benar memberikan perhatian yang lebih, selain

melatih pada teknik dasar, pelatih juga harus tahu dengan psikologi pemain. Pada pemain usia dini memang sangat rentan dengan rasa bosan pada saat latihan. Sehingga pelatih dituntut untuk mampu membuat bentuk latihan yang menarik bagi anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty memiliki rata-rata sebesar 62,02, maka berdasarkan table normalitas kemampuan teknik dasar, maka kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty kota payakumbuh U16 berada pada kategori baik. Berdasarkan analisis data kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty memiliki rata-rata sebesar 60,45, maka berdasarkan table normalitas kemampuan teknik dasar, kemampuan teknik dasar sepakbola pemain sekolah sepakbola Liberty kota payakumbuh U12 berada pada kategori cukup. Bagi Pelatih harus mampu membuat program latihan yang bagus sehingga tujuan dari latihan dapat tercapai dengan maksimal. Untuk U16 pelatih harus tetap memberikan latihan yang maksimal karena pemain pada usia ini adalah tahap perkembangan yang sangat produktif. Untuk U12 pelatih harus memperhatikan bentuk latihan yang menarik sehingga tidak menimbulkan rasa bosan namun tetap pada tujuan dari latihan.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur penelitian*. (edisi revisi). Jakarta : Eka Cipta.
- Arsil (2009). *Tes Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. FIK UNP Padang
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola* (Alih Bahasa: Eko Wahyu Setiawan). Bandung: Pakar Raya.
- Muchtar, Remy. 1992. *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta : Dapertemen pendidikan dan kebudayaan.
- Nurhasan, 2000. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Depdikbud.

Syafruddin. (2006). *Ilmu Kepelatihan Olahraga (Teori dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga)*.

Syafruddin. (2011). *Pengantar Ilmu Melatih*. Padang : FIK UNP.

Syafruddin (2011). *Teori Kepelatihan Olahraga*. Padang : FIK UNP.

UU no.3 (2005). *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta. Menpora RI.