

## ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PEMAIN SEPAK BOLA

**Birrul Hasani<sup>1</sup>, Ramadhan Arifin<sup>2</sup>, Lazuardy Akbar Fauzan<sup>3</sup>**

Universitas Lambung Mangkurat<sup>1,2,3</sup>

[birrulhasani08@gmail.com](mailto:birrulhasani08@gmail.com)<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan teknik dasar pemain GSI Banjarbaru dalam permainan sepak bola. Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik passing termasuk dalam kategori "Baik Sekali" dengan rata-rata skor 9.23, teknik dribbling "Baik" dengan rata-rata skor 18.45, teknik shooting "Sedang" dengan rata-rata skor 9.05, dan teknik heading "Kurang Sekali" dengan rata-rata skor 3.88. Simpulan, Pemain GSI Banjarbaru memiliki kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Sebagai Berikut : Teknik Passing termasuk dalam Kategori Baik Sekali dengan Poin Rata-Rata (9.23); Teknik Dribbling termasuk dalam Kategori Baik dengan Point rata-rata (18,45); Teknik Shooting termasuk dalam Kategori Sedang dengan Poin rata-rata (9,05); dan untuk Teknik Heading termasuk dalam kategori Kurang sekali dengan Poin rata-rata (3,88).

Kata Kunci: Pemain, Sepak Bola, Teknik Dasar

### ABSTRACT

*This study aims to determine the level of mastery of basic techniques of GSI Banjarbaru players in playing soccer. The method used is qualitative descriptive research. The results of the study indicate that the passing technique is included in the category of "Very Good" with an average score of 9.23, the dribbling technique is "Good" with an average score of 18.45, the shooting technique is "Medium" with an average score of 9.05, and the heading technique is "Poor" with an average score of 3.88. Conclusion, GSI Banjarbaru players have the following basic soccer technique abilities: Passing technique is included in the Very Good category with an average point (9.23); Dribbling technique is included in the Good category with an average point (18.45); Shooting technique is included in the Moderate category with an average point (9.05); and for Heading technique is included in the Very Poor category with an average point (3.88).*

*Keywords: Players, Soccer, Basic Techniques*

### PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan sebuah permainan yang di mainkan beregu, yang terdiri dari sebelas pemain dengan masing-masing regu terdiri dari penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan. Seorang penjaga gawang boleh menggunakan semua

anggota tubuh untuk bermain kecuali tangan (hanya untuk di daerah gawang). Sepakbola yang dalam bahasa Inggris adalah football atau soccer adalah cabang olahraga yang memainkan bola biasanya terbuat kulit serta dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari 11 orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan, dengan tujuan sebanyak mungkin memasukkan bola ke gawang lawan Nasution (2018) dan berusaha menggagalkan serangan lawan supaya gawangnya tidak kemasukan bola (Susanto & Lismadiana, 2016).

Sepak bola di Indonesia merupakan salah satu olahraga yang merakyat, Sepak bola bukan hanya menjadi gaya hidup dan tontonan menarik bagi masyarakat, tetapi sepak bola mampu menjadi sarana pemersatu bagi bangsa dan negara. Tak sekedar menjadi gaya hidup saja melainkan bisa sebagai sarana untuk meraih kesuksesan baik secara material maupun immaterial (Gutawa & Kafrawi, 2022), pemain sepak bola dituntut memiliki kemampuan teknik dasar sepak bola yang baik agar agar dapat bermain dengan baik dan optimal Handoko (2018), begitupula dengan fisik, teknik, taktik, dan mentalitas yang baik (Soniawan et al., 2019). Selain keterampilan dan teknik, pada anak-anak yang sangat penting adalah dukungan orang tua (Humaid & Wattimena, 2019).

Menurut Ardianda & Arwandi, (2018) dalam upaya meningkatkan prestasi para pemain sepak bola, latihan adalah salah satu factor yang sangat menentukan dalam mencapai prestasi, Kondisi fisik merupakan suatu persyaratan mutlak yang harus dimiliki oleh pemain sepak bola didalam meningkatkan prestasi (Ridwan, 2020). Pendapat diatas sejalan dengan yang disampaikan oleh Soniawan et al., (2019) kegiatan olahraga dapat berjalan secara maksimal dan meraih suatu prestasi diantaranya harus didukung oleh Kondisi Fisik, Teknik, taktik, dan Mental.

Dalam sepak bola bukan hanya teknik, taktik, fisik dan mental saja yang harus diajarkan, sekolah sepak bola padang united juga mengajarkan pembentukan karakter kongrit yang mengajarkan anak-anak dengan mempratekkan langsung nilai nilai jujur dan kepedulian. Anak anak memiliki ritual membershkan 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 (Irfan et al., 2020). Dalam upaya untuk mencapai suatu prestasi dalam permainan sepak bola, ada beberapa komponen dan faktor yang menunjang, salah satunya kemampuan teknik dasar sepakbola.

Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar pada permainan, yang dalam permainan sepak bola menjadi modal maupun pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepak bola. Adapun teknik-teknik dasar dalam olahraga sepak bola antara lain: passing, Heading, shooting, dan dribbling (Handoko, 2018). Passing sangat dibutuhkan dalam permainan sepak bola. Karena passing adalah salah satu cara untuk menciptakan peluang dan gol ke gawang lawan. Ketepatan dan keakuratan passing sangat dibutuhkan oleh seorang pemain. Dalam melakukan passing pemain harus memperhatikan prinsip melakukan passing yaitu, pandangan mata, tumpuan kaki, ayunan kaki, perkenaan kaki pada bola, posisi badan, dan gerakan lanjutan (Alkhadaaf & Syafii, 2019). Mengoper bola bisa dilakukan 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 sepak bola. Artinya passing football sebuah usaha untuk memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain. Tim bagus ketika atlit bisa menguasai teknik dalam mengoper bola yang baik, sesuai dengan sasaran

atau tepat dalam melakukan gol pada gawang lawan (Syukur & Soniawan, 2015). Passing adalah sebuah kerampilan memindahkan bola pada pemain kepada pemain lainnya yang dilaksanakan melalui akurasi dan ketepatan tinggi (Wiriawan & Irawan, 2019). Passing menjadi menghidupkan bola dikarekan kesalahan serta untuk pembersihan dengan menyapu bola-bola berbahaya dalam daerah atau ketika usaha menahan serangan lawan dan berada didaerah pertahanan sendiri (Yudi, 2019).

Heading Atau biasa yang kita sebut kopen bola, nah teknik ini biasa di pakai oleh para pengegol sepak bola yang menghasilkan gol-gol yang cantik. Gol menggunakan heading kerap sekali jarang bisa di tangkap oleh penjaga gawang, karena memang dengan heading bola begitu tiba tiba menyerang, kita contohkan saja pada permainan sepak bola ketika terjadi tendangan sudut yang melambungkan bola keatas, pada saat inilah heading untuk mencetak gol (Aleksander et al., 2016). Kemudian menurut Maslikhah & Darmawan, (2013) Teknik heading ball adalah sundulan yang terarah sangat bermanfaat untuk mengawali serangan efektif, atau bahkan bisa menghasilkan gol.

Shooting adalah tendangan yang dilakukan pemain sepak bola dengan kekuatan punggung kaki untuk menciptakan gol ke gawang lawan. Shooting merupakan teknik dasar sepak bola yang harus dikuasai pemain terutama pemain depan, karena peluang paling besar untuk menciptakan gol adalah menembak bola dengan kekuatan kaki ke gawang lawan dengan akurat. Teknik shooting yang paling baik dilakukan dengan punggung kaki. Kunci kekuatan shooting ada pada kekuatan tungkai dan sudut pengambilan tendangan yang optimal (Junaidi et al., 2018).

Seorang yang mampu mengumpan dan menggiring bola dengan baik tanpa mampu melakukan shooting dengan baik bukanlah pemain yang menguasai teknik dasar sepak bola, karena bermain sepak bola bertujuan mencetak goal sedangkan bermain cantik tidak diberi nilai. Pemain sepak bola diharuskan bisa menendang bola ke gawang lawan dengan baik (Scheunemann, 2012).

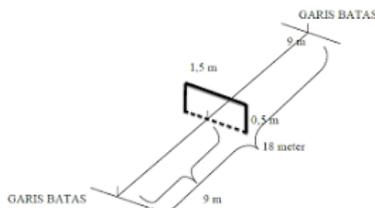
Teknik menggiring si kulit bundar (dribbling) merupakan teknik mengontrol bola dengan lekat dengan memanfaatkan keterampilan dua kaki dan secara terus menerus mengubah arah lintasan bola sehingga sulit direbut lawan dan keterampilan menggiring bola yang baik sangat membantu dalam menyerang dan menciptakan gol (Emral & Tangkudung, 2015).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini berjenis deskriptif kuantitatif, yaitu penelitian yang bertujuan menjelaskan dan menggambarkan peristiwa secara natural yang dilakukan dengan menganalisis data dan hasil dari data tersebut dengan menggunakan hasil data yang diperoleh dari proses yang sudah berlangsung. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan kemampuan Teknik dasar bermain Sepak Bola pada GSI Banjarbaru. Adapun sampel dalam penelitian ini ialah seluruh Atlet Siswa/I GSI banjarbaru yang berjumlah 17 Orang. Sedangkan sumber data sekunder diperoleh dari berbagai sumber kepustakaan yang relevan dengan penelitian dan internet. Adapun Teknik Analisis data yang digunakan ialah dengan menghimpun langsung Hasil tes yang dilakukan oleh peneliti mengenai Teknik Kemampuan Dasar sepakbola (Passing, Dribbling, Shooting dan Heading), Kemudian untuk Teknik Pengumpulan Data dilakukan dengan instrument sebagai berikut.

*Passing*

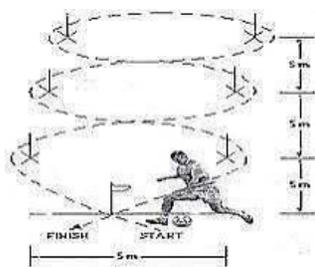
Petunjuk Pelaksanaan : 1) 1) Testee berdiri di belakang garis yang berjarak 9 meter dari sasaran, dengan posisi kaki kanan atau kiri siap menembak sesuai dengan kebiasaan testee, 2) 2) Aba-aba "ya", testee mulai menendang bola kesasaran sebanyak 10 kali, 3) 3) Tendangan dianggap sah dan dihitung masuk apabila masuk pada bidang sasaran, mengenai batas atas dan atau mengenai pancang, dan kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas dari arah berseberangan (jarak 9 meter). Penilaiannya adalah Jumlah tendangan yang masuk sah dari sepuluh kali tendangan.



Gambar. 1  
Tes *Passing*

### *Dribbling*

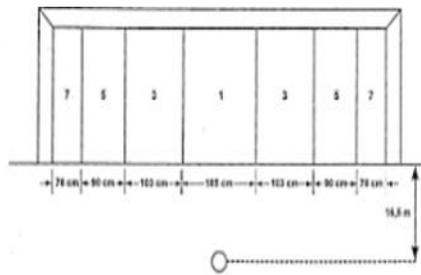
Petunjuk Pelaksanaan : 1) Pada aba-aba "siap", testee berdiri di belakang garis start dengan bola dalam penguasaan kakinya. Pada aba-aba "ya", testee mulai menggiring bola melewati rintangan pertama dan berikutnya, menuju rintangan berikutnya sesuai dengan arah panah yang telah ditetapkan sampai ia melewati garis finish, 2) Bila salah arah, ia harus memperbaikinya dengan waktu tetap berjalan, 3) Bola digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian, atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh Bola.



Gambar. 2  
Tes *Dribbling*

### *Shooting*

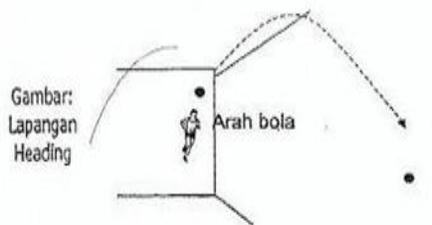
Petunjuk Pelaksanaan : 1) Testee berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang. Testee diberi 3 (tiga) kali melakukan tendangan ke arah sasaran. Serta memiliki 3 kali kesempatan, 2) Skor tertinggi dari 3 kali kesempatan dijadikan data penelitian, 3) Bila bola hasil tendangan mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.



Gambar. 3  
Tes Shooting

### Heading

Petunjuk Pelaksanaan : 1) Testi berdiri pada sebuah titik dengan jarak 12 meter, 2) Testi melambungkan bola ke atas lalu heading bola ke arah gawang yang sudah ada skornya tanpa melompat, 3) Heading dilakukan sebanyak 3 kali. Yang mampu memperoleh skor tertinggi termasuk kategori baik sekali.



Gambar. 4  
Tes Heading

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini ialah penelitian Deskriptif Kualitatif, yang merupakan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui seberapa mahir para pemain GSI Banjarbaru dalam melakukan Teknik Dasar sepakbola. Adapun akibat dari penelitian ini ialah diperolehnya hasil pengamatan/penelitian dari pemain GSI Banjarbaru. Dalam permainan sepakbola ada beberapa kemampuan teknik dasar sepakbola yang sangat penting untuk dikuasai ialah passing, dribbling, shooting dan Heading, karena keempat teknik tersebut merupakan faktor utama agar suatu tim dapat bermain dengan baik dan menghasilkan kemenangan.

### Data Hasil Penelitian

Tabel. 1  
Hasil Tes Penelitian

No	Nama	Hasil Pengukuran			
		Passing	Dribbling	Shooting	Heading
1	Rahman	9	16,25	15	2
2	Raditya Ali	10	18,81	13	9
3	Surgi Hadi	9	17,38	10	13

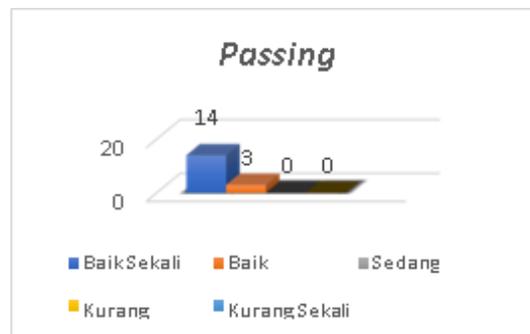
4	Reza	10	17,00	14	5
5	Rifky	10	18,38	3	11
6	Raffa	9	20,81	16	1
7	Reza Radhitya	10	17,12	1	7
8	Jovan	8	18,25	3	2
9	Ahmad Noval	10	19,00	18	1
10	M. Fazrie	7	17,12	1	1
11	Ariya	8	18,45	2	1
12	Najril	9	16,00	13	2
13	Dedet	10	14,75	5	1
14	Aditya	10	17,15	7	1
15	Yudha	9	17,69	5	6
16	Ajam	10	17,13	14	2
17	Adit	9	18,75	14	1

## Tes Passing

Tabel. 2  
Frekuensi Tes Passing

No	Kelas Interval Passing	Frekuensi		Klasifikasi
		F	P	
1	9-10	14	82,35 %	Baik Sekali
2	7-8	3	17,65 %	Baik
3	5-6	0	0 %	Sedang
4	3-4	0	0 %	Kurang
5	0-2	0	0 %	Kurang Sekali
	Jumlah	17	100 %	

Berdasarkan Tabel 2. hasil tes passing dari 17 orang pemain GSI Banjarbaru menunjukkan bahwa 14 Orang (82,35%) dalam kategori baik sekali dan 3 orang (17,65%) dalam Kategori Baik. Jika dilihat dari hasil tes rata-rata kemampuan Teknik dasar Sepakbola pemain GSI Banjarbaru dapat dilihat dari hasil data penelitian pada tes Passing dari rata-rata perhitungan diperoleh hasil 9,23 Poin dari 17 Orang Pemain dan termasuk dalam kategori Baik Sekali.



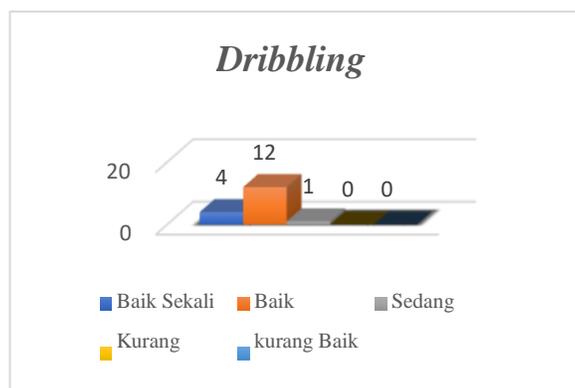
Gambar. 5  
Grafik Sebaran Hasil Tes Passing

## Tes Dribbling

Tabel. 3  
Frekuensi Tes Dribbling

No	Kelas Interval Dribbling	Frekuensi		Klasifikasi
		F	P	
1	17,00	4	23,52 %	Baik Sekali
2	17,01-19,00	12	70,58 %	Baik
3	9,01-21,0	1	5,88 %	Sedang
4	21,01-23,0	0	0 %	Kurang
5	$\geq 23,01$	0	0 %	Kurang Sekali
Jumlah		17	100 %	

Berdasarkan Tabel 3, Hasil Tes Dribbling dari 17 Orang pemain GSI Banjarbaru menunjukkan bahwa 4 Orang (23,52%) dengan kategori Baik Sekali, 12 Orang (70,58%) dengan kategori Baik dan 1 Orang (5,88%) dengan Kategori Sedang. Jika dilihat dari tes rata-rata kemampuan teknik dasar pada hasil tes Dribbling diperoleh 18,45 Poin dari 17 Orang Pemain dan termasuk dalam kategori Baik.



Gambar. 6  
Grafik Sebaran Hasil Tes Dribbling

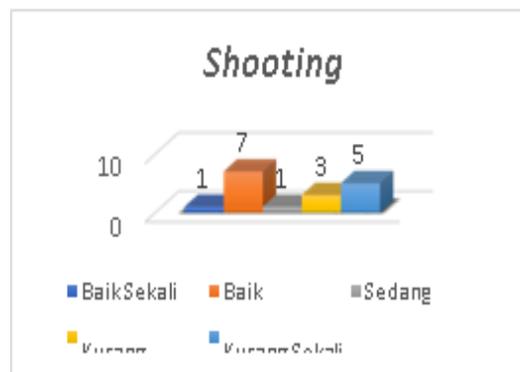
## Tes Shooting

Tabel. 4  
Frekuensi Tes Shooting

No	Kelas Interval Dribbling	Frekuensi		Klasifikasi
		F	P	
1	$\geq 17$	1	5,88 %	Baik Sekali
2	12-16	7	41,17 %	Baik
3	8-11	1	5,88 %	Sedang
4	4-7	3	17,65 %	Kurang

5	$\leq 3$	5	29,41 %	Kurang Sekali
Jumlah		17	100 %	

Berdasarkan Tabel 4. Hasil Tes Shooting dari 17 Orang pemain GSI Banjarbaru Menunjukkan hasil bahwa 1 Orang (5,88%) Dengan kategori Sangat baik, 7 Orang (41,17) Dengan kategori Baik, 1 Orang (5,88) dengan kategori Sedang, 3 Orang (17,65) dengan kategori Kurang dan 5 Orang (29,41) dengan kategori sangat Kurang . Jika dilihat dari tes rata-rata kemampuan Teknik dasar pada hasil tes Shooting diperoleh 9,05 Poin dari 17 Orang pemain dan dengan rata-rata kategori Sedang.



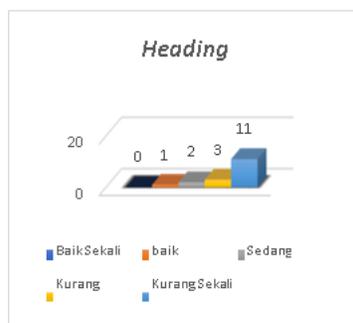
Gambar. 7  
Grafik Sebaran Hasil Tes Shooting

### Tes Heading

Tabel. 5  
Frekuensi Tes Heading

No	Kelas Interval Dribbling	Frekuensi		Klasifikasi
		F	P	
1	$\geq 17$	0	0 %	Baik Sekali
2	12-16	1	5,88 %	Baik
3	8-11	2	11,76 %	Sedang
4	4-7	3	17,65 %	Kurang
5	$\leq 3$	11	64,70 %	Kurang Sekali
Jumlah			17	100 %

Berdasarkan tabel 5. Hasil tes Heading dari 17 Orang Pemain GSI Banjarbaru menunjukkan Hasil 0 pada kategori Baik sekali, 1 Orang (5,88) dengan kategori Baik, 2 Orang (11,76) dengan kategori Sedang, 11 Orang (64,70) dengan kategori Kurang dan 11 Orang (64,70) dengan kategori Kurang Sekali. Jika dilihat dari tes rata-rata kemampuan Teknik dasar pada hasil tes Heading diperoleh 3,88 Poin dari 17 Orang Pemain dan dengan rata-rata kategori Kurang Sekali.



Gambar. 8  
Grafik Sebaran Hasil Tes Heading

## PEMBAHASAN

Penelitian ini termasuk kategori penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan dasar Teknik bermain sepakbola pada 17 Atlet/Siswa GSI Banjarbaru. Akibat yang ada dalam penelitian ini dapat dilihat dari hasil yang diperoleh. Dalam olahraga sepakbola suatu prestasi tidak dapat diperoleh dari hanya kondisi fisik dan Kerjasama tim saja Handoko (2018), namun juga harus didukung dengan penguasaan Teknik dasar sepak bola oleh setiap pemain, dalam permainan sepak bola diantaranya ialah Passing, Dribbling, Shooting dan Heading. Karena keempat Teknik tersebut ialah Teknik dasar bermain sepak bola. Syarat yang harus dimiliki oleh setiap pemain adalah penguasaan teknik dasar, agar permainan dapat dilakukan dengan baik. Teknik dasar menentukan sampai dimana seorang pemain dapat meningkatkan mutu permainannya (Arifin & Warni, 2018).

Dari hasil tes kemampuan Teknik dasar sepak bola pemain GSI banjarbaru, hasil data penelitian pada tes Passing dari rata-rata perhitungan diperoleh 9,23 Poin termasuk dalam kategori baik sekali. Adapun hasil kemampuan masing-masing individu diperoleh hasil Hasil tes passing dari 17 orang pemain GSI Banjarbaru menunjukkan bahwa 14 Orang (82,35%) dalam kategori baik sekali dan 3 orang (17,65%) dalam Kategori Baik. Menurut Cahyadi et al., (2021) ada beberapa faktor yang mendukung terhadap latihan passing sepak bola yaitu: antusias yang tinggi dalam memberikan respon dalam mengikuti Latihan. Respon yang baik dari siswa terhadap pemberian Latihan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam bermain sepak bola.

Pada tes Dribbling dari rata-rata perhitungan diperoleh 18,45 Poin dan berada pada kategori Baik. Adapun kemampuan individu pemain SGI Banjarbaru setelah dilakukan perhitungan diperoleh hasil dari 17 Orang pemain GSI Banjarbaru menunjukkan bahwa 4 Orang (23,52%) dengan kategori Baik Sekali, 12 Orang (70,58%) dengan kategori Baik dan 1 Orang (5,88%) dengan Kategori Sedang. Dribbling berguna untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Dribbling memerlukan ketrampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kon- disi fisik yang baik pula seperti keseim- bangan dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat Anggi et al., (2018), dari paparan data diatas kemampuan dribbling GSI Banjarbaru Masuk dalam kategori baik dan hal ini dapat menambah peluang bermain baik dalam permainan sepakbola.

Pada tes Shooting dari rata-rata perhitungan diperoleh hasil 9,05 poin dan termasuk dalam kategori sedang, Adapun kemampuan individu tes Shooting diperoleh hasil dari 17 Orang pemain GSI Banjarbaru Menunjukkan hasil bahwa 1 Orang (5,88%) Dengan kategori Sangat baik, 7 Orang (41,17) Dengan kategori Baik, 1 Orang (5,88) dengan kategori Sedang, 3 Orang (17,65) dengan kategori Kurang dan 5 Orang (29,41) dengan kategori sangat Kurang. Dalam hal ini Shooting juga sangat penting dalam bermain sepakbola, Pemain GSI Banjarbaru tergolong dalam Kategori Baik untuk tes Dribbling dan Passing Namun masih tergolong sedang dalam kemampuan Shooting karena menurut Istofian & Amiq (2016) shooting adalah tendangan yang diarahkan pada Gawang lawan yang bertujuan untuk mencetak Gol/Poin. Jika kemampuan pemain dalam Shooting masih kurang baik ini akan memperkecil kesempatan tim untuk memenangkan pertandingan, oleh karenanya dibutuhkan Latihan yang terjadwal dan terarah yang bertujuan untuk lebih mengasah kemampuan pemain dalam mencetak gol. Hal ini juga akan melatih kebiasaan untuk memanfaatkan peluang dalam mencetak gol dan menghasilkan kemenangan. Pada awal latihan alangkah baiknya pemain diberikan kesempatan untuk latihan shooting beberapa menit pada saat para pemain melakukan pemanasan. Oleh karena itu peranan pelatih sangat penting dalam memuwujudkan tujuan tersebut.

Terakhir, pada tes Heading diperoleh hasil rata-rata perhitungan diperoleh hasil kemampuan Teknik dasar pada tes Heading adalah 3,88 Poin dari 17 Orang Pemain dan dengan kategori Kurang Sekali. Sedangkan perolehan kemampuan individu tes Heading ialah dari 17 Orang Pemain GSI Banjarbaru menunjukkan Hasil 0 pada kategori Baik sekali, 1 Orang (5,88) dengan kategori Baik, 2 Orang (11,76) dengan kategori Sedang, 11 Orang (64,70) dengan kategori Kurang dan 11 Orang (64,70) dengan kategori Kurang Sekali. Menurut Saputra (2021) Kemampuan heading sangat membantu dalam situasi mencetak gol dari bola- bola atas dan kemampuan heading harus didukung oleh kemampuan Jump Heading yang baik. Dalam kasus yang dijumpai pada GSI Banjarbaru diperoleh Hasil tes Shooting dan Heading yang kurang memuaskan hal ini dapat memperkecil kemungkinan Tim untuk dapat memenangkan pertandingan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan data yang diperoleh diketahui bahwa Pemain GSI Banjarbaru memiliki kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Sebagai Berikut : Teknik Passing termasuk dalam Kategori Baik Sekali dengan Poin Rata-Rata (9,23); Teknik Dribbling termasuk dalam Kategori Baik dengan Point rata-rata (18,45); Teknik Shooting termasuk dalam Kategori Sedang dengan Poin rata-rata (9,05); dan untuk Teknik Heading termasuk dalam kategori Kurang sekali dengan Poin rata-rata (3,88)

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aleksander, H., Purnomo, E., & Haetami, M. (2016). *Meningkatkan Heading Sepak Bola Melalui Media Bola Plastik di SDN 07 Sebabas*. <https://www.neliti.com/id/publications/215112/meningkatkan-heading-sepak-bola-melalui-media-bola-plastik-di-sdn-07-sebabas>
- Alkhadaaf, D. M., & Syafii, I. (2019). Pengaruh latihan Diamond Pass dan Amall Side Game terhadap Passing Sepakbola Pada SSB Roket FC U-14 Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(4), 1–6. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi->

- olahraga/article/view/31255
- Anggi, M., Dinata, M., & Jubaedi, A. (2018). Pengaruh Latihan Dribble 20 Yards Square terhadap Kemampuan Menggiring Bola. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 14(2), 149. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1502174&val=17912&title=pengaruh%20latihan%20dribble%2020%20yards%20square%20terhadap%20kemampuan%20menggiring%20bola>
- Ardianda, E., & Arwandi, J. (2018). Latihan Zig-Zag Run dan Latihan Shuttle Run Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(1), 32–41. <https://doi.org/10.24036/kepel.v3i01.16>
- Arifin, R., & Warni, H. (2018). Model Latihan Kelincahan Sepakbola. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 17(2). <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/multilateralpjk/article/view/5702>
- Cahyadi, A., Surisman, Tarigan, H., & Armanjaya, S. (2021). Model Latihan Passing Sepakbola Untuk Peningkatan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal SPEED*, 4(2), 78–85. <http://repository.lppm.unila.ac.id/42119/1/jurnal%20unsika%20s5.pdf>
- Emral, E., & Tangkudung, J. A. P. (2015). Development of Dribbling Basic Skill Technique Skill of Students of PSTS Tabing Padang Football School. *JIPES - Journal of Indonesian Physical Education and Sport* 1(1),12. <http://dx.doi.org/10.21009/JIPES.011.02>
- Gutawa, W. A., & Kafrawi, F. R. (2022). Analisis Teknik Dasar Sepak Bola pada Anak Usia Dini pada Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Kecamatan Kunjang Kabupaten Kediri. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(2), 183–190. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/46420>
- Handoko, A. H. (2018). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 14(1), 64–80. <http://dx.doi.org/10.21831/jorpres.v14i1.19982>
- Humaid, H., & Wattimena, F. Y. (2019). The Role of Parent for Their Children's Confidence in Soccer Activity U-11 Players. *2nd International Conference on Sports Sciences and Health 2018 (ICSSH 2018)*, 208–211. <https://www.atlantispress.com/proceedings/icssh-18/55914062>
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720–731. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i3.664>
- Istofian, R. S., & Amiq, F. (2016). Metode Drill untuk Meningkatkan Teknik Menendang Bola (Shooting) dalam Permainan Sepakbola Usia 13-14 Tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 105–113. <https://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/view/912>
- Junaidi, A., Sugihartono, T., & Sutisyana, A. (2018). Pengaruh Latihan Variasi Shooting ke Arah Gawang TERHADAP Akurasi Shooting dalam Permainan Sepak Bola Pada Pemain U-14 Ssb Tunas Muda Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 1–6. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.6490>
- Nasution, A. (2018). *Survei Teknik Dasar Bermain Sepakbola Pada klub SMKT Somba Opu Kabupaten Gowa*. Universitas Negeri Makassar. <https://eprints.unm.ac.id/11140/>
- Ridwan, M. (2020). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 65–72. <https://doi.org/10.24036/jpo142019>

- Saputra, D. I. M. (2021). Analisis Kemampuan Heading sepakbola Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 276/VI Air Batu II Kecamatan Tabir Ilir Kabupaten Merangin. *Jurnal Muara Olahraga*, 3(2), 101–109. <https://doi.org/10.52060/jmo.v3i2.585>
- Scheunemann, T. (2012). *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. PSSI.
- Soniawan, V., Setiawan, Y., & Eval Edmizal, &. (2019). An Analysis of the Soccer Passing Technique Skills. International Conference on Sport Sciences, Health and Tourism (ICSSHT 2019). *Atlantis Pres*. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210130.005>
- Susanto, N., & Lismadiana. (2016). Manajemen program latihan sekolah sepakbola (SSB) GAMA Yogyakarta. *Jurnal Keolahragaan*, 4(1), 98–110. <http://journal.uny.ac.id/index.php/jolahraga/article/view/8133>
- 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), 73–84. <https://doi.org/10.21009/JIES.012.07>
- Wiriawan, W., & Irawan, R. (2019). Modifikasi Instrument Mengoper Bola Rendah Untuk Tes. *Jurnal Patriot*. 438-451. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i2.505>
- Yudi, A. A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Keterampilan Passing Siswa SMAN 4 Sumbar. *Cerdas Sifa*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.22437/csp.v8i2.8002>