

**TINJAUAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PEMAIN SENTRAL
SEPAKBOLA SEKOLAH DASAR KOTA SOLOK**Debi Yandri, Hanif Badri, Didin Tohidin²

Universitas Negeri Padang

debi010118@gmail.com

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah belum baiknya prestasi sepakbola pemain Sentral Sekolah Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok, di duga disebabkan oleh belum baiknya keterampilan teknik dasar sepakbola pemain. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan teknik dasar sepakbola pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok, yang meliputi teknik *passing*, teknik *dribbling* dan teknik *shooting*. Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang berjumlah 22 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 22 orang pemain. Untuk memperoleh data dilakukan tes terhadap kemampuan teknik *passing* di tes dengan melakukan *passing* dinding pantul, teknik *dribbling* di tes dengan *dribbling* bola dengan menghindari rintangan, teknik *shooting* dites dengan melakukan shooting kegawang. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase. Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut : 1) Kemampuan teknik *passing* dari 22 orang pemain, 1 (4.55%) orang pemain klasifikasi baik sekali, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi baik, 8 orang (36.36%) pemain klasifikasi sedang, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi kurang dan 1 orang (4.55%) pemain klasifikasi kurang sekali. 2) Kemampuan teknik *dribbling* dari 22 orang pemain, 2 orang (9.09%) pemain klasifikasi baik sekali, 4 orang (18.18%) pemain klasifikasi baik, 11 orang (50%) pemain klasifikasi sedang, 4 orang (18.18%) pemain klasifikasi kurang dan 1 orang (4.55%) pemain klasifikasi kurang sekali. 3) Kemampuan teknik *shooting* dari 22 orang pemain, 1 orang (4.55%) pemain klasifikasi baik sekali, 7 orang (31.82%) pemain klasifikasi baik, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi sedang, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi kurang dan 2 orang (9.09%) pemain klasifikasi kurang sekali.

Kata Kunci : Keterampilan, Teknik Dasar Sepakbola**PENDAHULUAN**

Penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam rangka pendekatan ilmiah dikalangan olahraga sebaiknya dilaksanakan secara konsisten sesuai dengan kondisi yang ada dan tidak terlepas dengan dilakukannya

pembinaan olahraga prestasi. Tujuan dilakukannya pembinaan olahraga prestasi secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi yang tinggi, baik yang bersifat nasional dan daerah, serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Dalam UU No. 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang sistem Keolahragaan Nasional (2009: 16) dijelaskan bahwa: "pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan". Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dapat dilaksanakan melalui perkumpulan olahraga dan berkelanjutan, baik ditingkat daerah maupun nasional. Olahraga prestasi menurut Syafruddin (2011: 3) mengemukakan: "kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah aktor khusus prestasi adapun faktor tersebut meliputi kondisi fisik, teknik, mental, serta sarana dan prasarana yang digunakan".

Berdasarkan kutipan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa seseorang dapat dikatakan berprestasi dalam suatu cabang olahraga, dia harus mempunyai kemampuan penguasaan teknik, taktik sesuai dengan cabang olahraga yang diminati dan mempunyai mental yang baik. Di samping itu harus memiliki kondisi fisik dan didukung oleh sarana dan prasarana yang diperlukan dalam latihan dan permainan. Keempat faktor tersebut mempunyai satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan teknik yang baik serta tanpa taktik dan mental yang baik juga tidak akan dapat melahirkan prestasi yang maksimal.

Diantara cabang olahraga prestasi yang banyak dilakukan pembinaan dan pengembangannya adalah cabang olahraga sepak bola. Permainan sepak bola adalah permainan 11 lawan 11 yang di pimpin oleh seorang wasit, dibantu oleh 2 asisten wasit dan 1 wasit cadangan. Permainan berlangsung pada suatu lapangan yang berukuran panjang 90 meter-120 meter dan lebar 45 meter-60meter.

Sedangkan ide permainan sepak bola adalah memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kebobolan. "Pemain harus dibekali dengan teknik dasar bermain sepak bola agar menghasilkan permainan yang baik. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepak bola adalah menendang bola (*shooting*), menahan bola (*control*), menggiring (*dribbling*), meyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan kedalam (*throw-in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*)" (Sucipto, 2000: 17).

Di Indonesia sepak bola sangat menarik perhatian masyarakat baik laki-laki, perempuan, kalangan orang kaya, miskin, tua, muda sampai anak-anak. Begitu juga di Sumatera Barat, sehingga tidak heran banyak berdiri SSB dan *club-club* ditengah masyarakat, seluruhnya berada dibawah naungan induk organisasi sepak bola Indonesia yaitu Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI), termasuk salah satunya Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok.

Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok salah satu club dalam sepak bola, dan mempunyai pembinaan dan diharapkan dapat melahirkan pemain-pemain muda yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan Sumatera Barat khususnya Kota Solok. Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok yang berada di Kota Solok, tepatnya Dilapangan sepak bola Ampang Kualo Kota Solok. Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok berdiri pada tahun 22 Febuari 2008. Dimana sejak tahun 2008 sampai dengan tahun 2013 Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok tidak pernah lolos pada babak penyisihan, lalu pada tahun 2014 sampai dengan selanjutnya Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok hanya sampai pada babak perempat final dalam kejuaraan Piala Danone. Berdasarkan observasi dan tinjauan penulis dilapangan pada atlet sepak bola Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok dalam beberapa kali mengikuti latihan dan pertandingan persahabatan dengan SSB atau *club* lain, kemampuan teknik dasar masih rendah. Hal ini terbukti pada saat latihan game internal, dimana latihan tersebut yaitu *shooting, passing, dribbling, kontrol* dan *heading* yang belum maksimal, sehingga seiring terjadi kesalahan mendasar dalam permainan sepakbola seperti menggiring bola menendang bola. Rendahnya kemampuan teknik dasar atlet merupakan salah satu kendala dalam mewujudkan pencapaian prestasi yang diinginkan.

Memiliki kemampuan teknik dasar sepak bola, banyak faktor yang mempengaruhinya, diantaranya faktor-faktor tersebut adalah kemampuan kondisi fisik, kualitas pelatih sepak bola, sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam latihan, mental pemain, bakat dan minat. Menurut Muhajir (2007: 3-4) teknik-teknik umum sepak bola yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola yaitu teknik gerakan tanpa bola (berlari, melompat, meloncat dan gerak tipu), dan teknik dengan bola (menendang, menahan, menyundul, lemparan kedalam, dan teknik penjaga gawang).

Berdasarkan uraian di atas, ada beberapa faktor yang ikut mempengaruhi kemampuan teknik dasar atlet sepakbola diantaranya teknik mengoper bola (*passing*), teknik menendang bola (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), teknik menyundul bola (*heading*), teknik menahan bola (*control*), maka pada kesempatan ini penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian yaitu "Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Sepak Di Sentral Sepak Bola Sekolah Dasar Kota Solok". Diharapkan dari hasil penelitian ini bisa dilahirkan suatu kesimpulan yang dapat dijadikan langkah bagi peningkatan prestasi persepakbolaan di Sentral Sepak bola Sekolah Dasar Kota Solok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif . Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang berjumlah 22 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 22 orang pemain. Untuk memperoleh data dilakukan tes terhadap kemampuan teknik *passing* di tes dengan melakukan *passing* dinding pantul, teknik *dribbling* di tes dengan *dribbling* bola dengan menghindari rintangan, teknik *shooting* dites dengan melakukan shooting kegawang. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase

HASIL

- a. Deskripsi Data
 1. Kemampuan Teknik *Passing*

Dari 22 orang pemain yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini, untuk kemampuan *passing* pada kelas interval > 17 (Baik Sekali) adalah 1 orang (4.55%) pemain, untuk kelas interval 15 -17 (Baik) 6 orang (27.27%) pemain, untuk kelas interval 13 -14 (Sedang) adalah 8 orang (36.36%) pemain, untuk kelas interval 11 - 12 (Kurang) yaitu 6 orang (27.27%) pemain dan untuk kelas interval < 11 (Kurang Sekali) adalah 1 orang (4.55%) pemain. Untuk lebih jelasnya kemampuan teknik *passing* pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.

2. Kemampuan Teknik *Dribbling*

Dari 22 orang pemain yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini, untuk keterampilan *dribbling* pada kelas interval < 16.13 (Baik Sekali) 2 orang (9.09%) pemain, untuk kelas interval 16.13 – 17.33 (Baik) 4 orang (18.18%) pemain, untuk kelas interval 17.34 – 18.54 (Sedang) adalah 11 orang (50%) pemain, untuk kelas interval 18.55 – 19.76 (Kurang) yaitu 4 orang (18.18%) dan untuk kelas interval > 19.76 (Kurang Sekali) 1 orang (4.55%) pemain. Untuk lebih jelasnya kemampuan teknik *dribbling* pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.

3. Kemampuan Teknik *Shooting*

Dari 22 orang pemain Sentral sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini, untuk keterampilan *shooting* pada kelas interval >11 (Baik Sekali) adalah 1 orang (4.55%), untuk kelas interval 9 - 11 (Baik) 7 orang (31.82%) pemain, untuk kelas interval 7 - 8 (Sedang) adalah 6 orang (27.27%) pemain, untuk kelas interval 5 - 6 (Kurang) yaitu 6 orang (27.27%) dan untuk kelas interval <5 (Kurang Sekali) adalah 2 orang (9.09%) pemain. Berdasarkan hasil tersebut terlihat masih banyak pemain yang memiliki kemampuan shooting kurang dan sedang. Untuk lebih jelasnya kemampuan teknik *shooting* sepakbola pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok.

PEMBAHASAN

1. Kemampuan Teknik *Passing*

Dalam permainan sepak bola, *passing* dan kontrol bola merupakan keterampilan teknik perseorangan yang setiap pemain harus menguasainya.

Mengumpan bola harus disertai dengan kemampuan membebaskan diri dari hadangan lawan, melindungi bola sambil melakukan gerakan lari serta gerakan maju dan tipuan, namun bola tetap dalam penguasaannya.

Hasil penelitian membuktikan bahwa 22 orang pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini, untuk kemampuan *passing* pada kelas interval > 17 (Baik Sekali) adalah 1 orang (4.55%) pemain, untuk kelas interval 15 -17 (Baik) 6 orang (27.27%) pemain, untuk kelas interval 13 -14 (Sedang) adalah 8 orang (36.36%) pemain, untuk kelas interval 11 - 12 (Kurang) yaitu 6 orang (27.27%) pemain dan untuk kelas interval < 11 (Kurang Sekali) adalah 1 orang (4.55%) pemain.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, jelas bahwa keterampilan teknik *passing* pemain masih banyak yang rendah. Hal ini perlu adanya pembinaan dan pelatihan yang serius dalam meningkatkan keterampilan teknik *passing*, karena keterampilan *passing* adalah salah satu keterampilan teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola, karena kemampuan teknik dasar yang tidak baik tentunya sulit untuk meraih prestasi yang baik.

Passing dalam permainan sepakbola menurut Mielke (2009:19) *passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan". Seseorang melakukan *passing* dengan keterampilan dan ketepatan yang tinggi, maka dia akan dapat berlari keruangan yang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi serangan.

Kemudian ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam melakukan *passing* sesuai yang dikemukakan Luxbacher (2004:4) bahwa "unsur penting yang diperlukan untuk kecermatan mengontrol bola adalah rasa percaya diri, konsentrasi dan teknik yang tepat". Dengan demikian jelaslah bahwa ada tiga hal pokok yang harus diperhatikan pemain sepakbola dalam mengontrol bola yaitu rasa percaya diri, konsentrasi dan penguasaan teknik yang tepat. Percaya diri penting artinya, karena dengan percaya diri membuat seseorang akan lebih leluasa dan selalu bersikap santai sehingga bola mudah dikontrol. Konsentrasi dan penguasaan teknik mengontrol bola yang baik, hal ini akan membuat lawan sulit merampas bola, karena bola tetap terkendali dalam penguasaan sepenuhnya.

Di samping itu pemain juga dituntut untuk memiliki kemampuan unsur kondisi fisik seperti kecepatan, kekuatan otot tungkai, kelentukan, koordinasi, sehingga *passing* yang dilakukan lebih berkualitas, tepat sasaran pada teman yang dituju. Selanjutnya pelatih sepakbola memberikan semangat, motivasi, disiplin dan keinginan yang tinggi untuk berlatih teknik sepakbola dengan cara pelatih harus langsung turun ke lapang, berlatih dan bermain dengan pemain.

2. Kemampuan Teknik *Dribbling*

Kemampuan *dribbling* merupakan salah satu teknik dasar sepakbola dalam mencapai kemenangan. Seorang pemain sepakbola harus dapat menguasai keterampilan mengiring bola (*dribbling*) dengan baik. Mengiring bola (*dribbling*) merupakan suatu teknik gerakan dalam permainan sepakbola yang mengerahkan seluruh tubuh untuk bergerak, dimana pergerakan kaki mendorong bola dengan cara berlari berpindah tempat dari suatu tempat ke tempat lain sesuai dengan yang diharapkan dan selalu tepat dalam penguasaan. Kemampuan *dribbling* sering digunakan untuk mengadakan serangan balik, melewati lawan, memancing lawan, mengatur tempo permainan serta mencetak gol ke gawang lawan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 22 orang pemain yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini, untuk kemampuan *dribbling* pada kelas interval < 16.13 (Baik Sekali) 2 orang (9.09%) pemain, untuk kelas interval $16.13 - 17.33$ (Baik) 4 orang (18.18%) pemain, untuk kelas interval $17.34 - 18.54$ (Sedang) adalah 11 orang (50%) pemain, untuk kelas interval $18.55 - 19.76$ (Kurang) yaitu 4 orang (18.18%) dan untuk kelas interval > 19.76 (Kurang Sekali) 1 orang (4.55%) pemain.

Berdasarkan temuan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok memiliki kemampuan teknik *dribbling* sedang, kurang dan kurang sekali. Artinya keterampilan teknik *dribbling* pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok masih banyak yang masih rendah, masih rendah kemampun teknik *dribbling* atau menggiring bolanya mungkin disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya mereka sering tidak latihan (latihan tidak kontiniu), kurang disiplin dan belum begitu baik kemampuan kondisi fisik seperti unsur kecepatan dan kelincahan, serta koordinasi gerakan. Di samping itu penguasaan teknik atau cara melakukan *dribbling* masih belum mengerti misalnya

Bentuk gerak kaki saat menggiring bola adalah dengan mendorong bola. posisi kaki tidak jauh dari bola, keseimbangan badan terutama gerakan yang dilanjutkan dengan gerak tipu melewati lawan. Artinya dalam melakukan mendribbel atau menggiring bola, seseorang harus memperhatikan banyak hal, sehingga menggiring bola dapat dilakukan dengan baik.

Keterampilan teknik *dribbling* artinya kesanggupan siswa dalam melakukan serangkaian gerakan untuk memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah yang lain. Dengan demikian untuk meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* pemain Sentral sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan, seperti latihan tiga pemain berebut bola, berlari zig-zag melewati cone.

3. Kemampuan Teknik *Shooting*

Shooting merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Maka teknik dasar menendang bola merupakan dasar dalam permainan sepakbola. Menurut Zalfendi dkk (2010:129) "Menendang merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki". Tujuan dari *shooting* adalah untuk mengumpan, menembak ke arah gawang dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan. Hal ini senada dengan pendapat Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat dikatakan bahwa teknik *shooting* merupakan bagian terpenting dalam permainan sepakbola yang bertujuan untuk meraih kemenangan pada suatu pertandingan. Seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik *shooting* dengan sempurna tidak mungkin bisa menciptakan gol ke gawang lawan.

Berdasarkan hasil penelitian dari 22 orang pemain Sentral Sepakbola Sekolah Dasar Kota Solok yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini, untuk kemampuan teknik *shooting* pada kelas interval >11 (Baik Sekali) adalah 1 orang (4.55%), untuk kelas interval 9 - 11 (Baik) 7 orang (31.82%) pemain, untuk kelas interval 7 - 8 (Sedang) adalah 6 orang (27.27%) pemain, untuk kelas interval 5 - 6 (Kurang) yaitu 6 orang (27.27%) dan untuk kelas interval <5 (Kurang Sekali) adalah 2 orang (9.09%) pemain.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa untuk mampu siswa melakukan shooting dengan baik, faktor penguasaan teknik dan dukungan kondisi fisik yang baik dapat

mempengaruhi kemampuan shooting atau menendang bola ke gawang. Oleh sebab itu bagi siswa yang rendah kemampuan shootingnya, diperlukan latihan-latihan kondisi fisik seperti daya ledak otot tungkai, koordinasi mata-kaki. Begitu juga penguasaan teknik seperti letak kaki tumpu, kecondongan badan, pandangan dan perkenaan kaki dengan bola.

SIMPULAN

1. Kemampuan teknik *passing* dari 22 orang pemain, 1 (4.55%) orang pemain klasifikasi baik sekali, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi baik, 8 orang (36.36%) pemain klasifikasi sedang, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi kurang dan 1 orang (4.55%) pemain klasifikasi kurang sekali.
2. Kemampuan teknik *dribbling* dari 22 orang pemain, 2 orang (9.09%) pemain klasifikasi baik sekali, 4 orang (18.18%) pemain klasifikasi baik, 11 orang (50%) pemain klasifikasi sedang, 4 orang (18.18%) pemain klasifikasi kurang dan 1 orang (4.55%) pemain klasifikasi kurang sekali.
3. Kemampuan teknik *shooting* dari 22 orang pemain, 1 orang (4.55%) pemain klasifikasi baik sekali, 7 orang (31.82%) pemain klasifikasi baik, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi sedang, 6 orang (27.27%) pemain klasifikasi kurang dan 2 orang (9.09%) pemain klasifikasi kurang sekali.

DAFTAR PUSTAKA

- Cooper, Wiel. 1985. *Sepakbola, Program Pembinaan Pemain Ideal*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Depdiknas. 2005. *Undang-Undang Republik Indonesia, No. 3*. Jakarta: Kemendiknas.
- Luxbacher, Joseph. 2011. *Sepakbola*. PT Raja Graubondia persada: Jakarta.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan*. Bandung: Yudhistira
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepak Bola*. Depdikbud: Dirjendikti
- Zalfendi, dkk. 2010. *Buku Ajar Sepak Bola*. FIK. Padang: UNP.