

## STUDI ANALISIS KETERAM PILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAK BOLA PADA PEMAIN SEPAK BOLA UHO U-21

**Laode Irlan Rufi<sup>1)\*</sup> Muhtar Asshagab<sup>2)\*</sup> Asmuddin<sup>3)\*</sup>**

<sup>1)\*</sup>prodi penjaskes-Rek/Universitas Halu Oleo  
E-mail : laodeirlanrufi10@gmail.com

<sup>2)\*</sup>Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi  
E-mail : muhtarasshagab@uho.ac.id

<sup>3)\*</sup>Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi  
E-mail : asmuddinbani@gmail.com

### **ABSTRACT**

*The objectives of this study was to gather information about the current real situation in order to determine the basic skill level of UHO U-21 soccer players in dribbling, passing, shooting, and heading. The sampling technique used in this study is total sampling. The research instruments or data collection tools used in this study were tests and measurements, which included : 1) use the slalom dribbling test to assess ball dribbling skills, 2) use the accuracy pass test to assess passing accuracy, 3) use the 30 second heading skills test to assess ball heading skills, and 4) use the kicking ball test target to assess ball shooting skills. According to the findings of data analysis, 1) the results of the basic technique skills of kicking the ball ( shooting ) for UHO U-21 players were (58,85%) with an average player reaching a score of 9.53 with a percentage of 50% in the moderate category at intervals of 41%-60%, 2) the results of the basic technical skills for heading the ball for UHO U-21 players, namely with a percentage of (74%), the average players reaches a score of 18.60 with a good category at intervals of 61%-80%. 3) the results of the basic technical skills of dribbling UHO U-21 players, namely with a percentage (90%), the average player reaches a time range of 20.30 seconds with a very good category at an interval of 81%-100%. 4) The results of the test skills of baiting and stopping the ball (passing and control) on average the players only achieved a score of 16.13 with a percentage (77%) in the good category. So it can be concluded that the basic technical skills of UHO U-21 football players, namely with a percentage of 74% are classified as good because they are at intervals of 61%-80%.*

**Keywords:** Basic soccer technical skills

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan nyata sekarang dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar permainan sepak bola yang terdiri dari *dribbling, passing, shooting, heading* pemain sepak bola UHO U-21. Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik total sampling. Instrumen penelitian atau alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran

yaitu dari 1) Tes keterampilan *dribbling* bola menggunakan tes *slalom dribbling*, 2) Tes ketepatan *passing* bola, menggunakan tes *accuracy pass*, 3) Tes keterampilan *heading* bola, menggunakan tes keterampilan *heading* 30 detik dan 4) Tes keterampilan *shooting* bola, menggunakan tes menendang bola ke sasaran. Dari hasil analisis data diperoleh bahwa: 1) hasil keterampilan teknik dasar menendang bola (*shooting*) Pemain UHO U-21 yaitu sebesar (58.85%) dengan rata-rata pemain mencapai nilai 9,53 dengan persentase sebesar (50%) dengan kategori cukup karena terletak di interval 41%-60%. 2) Hasil keterampilan teknik dasar menyundul bola (*heading*) Pemain UHO U-21 yaitu dengan persentase sebesar (74%), rata-rata pemain mencapai nilai 18,60 dengan kategori baik karena terletak di interval 61%-80%. 3) Hasil keterampilan teknik dasar menggiring bola (*dribbling*) Pemain UHO U-21 yaitu dengan persentase (90%), rata-rata pemain mencapai kisaran waktu 20,30 detik dengan kategori sangat baik karena terletak di interval 80-100%. 4) Hasil keterampilan tes mengumpan dan menghentikan bola (*passing* dan *control*) rata-rata pemain hanya mencapai nilai 16,13 dengan persentase (77%) dengan kategori baik. Maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar sepak bola pemain UHO U-21 yaitu dengan persentase sebesar 74% tergolong baik karena terletak pada interval 61% - 80%.

**Kata Kunci:** Keterampilan teknik dasar sepak bola

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan individu secara menyeluruh baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani juga memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya meganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Sepak bola adalah suatu cabang olahraga permainan yang populer dan sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan. Permainan sepak bola dilakukan di kota-kota besar maupun di pelosok desa. Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepak bola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepak bola berkembang dengan pesat.

Faktor penting yang berpengaruh dan dibutuhkan dalam permainan sepak bola adalah teknik dasar permainan sepak bola. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu persyaratan penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain agar permainan dapat dilakukan dengan baik.

Teknik dasar permainan sepak bola tersebut menentukan sampai dimana seorang pemain dapat meningkatkan mutu permainannya. Tujuan penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna adalah agar para pemain dapat menerapkan taktik permainan dengan mudah, karena apabila pemain mempunyai kepercayaan pada diri sendiri yang cukup tinggi, maka setiap pengolahan bola yang dilakukan tidak akan banyak membuang tenaga. Adapun macam teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola menurut Marhan Yudha Sakti dalam (Harsono, 2020) meliputi: teknik *dribble* (menggiring), *juggling* (menimang bola), *passing* (mengoper), *trapping* (menghentikan bola), *throw-in* (lemparan kedalam), *heading* (menyundul), *tricks and turns* (mengecoh dan membalik), *shooting* (menendang), tendangan *chip* dan *volley*, bergerak melewati lawan, ketrampilan bertahan, *goalkeeping* (penjaga gawang), tendangan bola mati, teknik menyerang dan bertahan.

Dari beberapa teknik dasar yang disebutkan ada beberapa teknik yang mutlak dikuasai pada usia sekolah lanjutan pertama sesuai dengan kurikulum sekolah meliputi *dribbling*, menendang bola, *passing* dan *heading*.

Universitas Halu Oleo merupakan salah satu Universitas favorit yang ada di Sulawesi Tenggara. Kampus ini memiliki sarana dan prasarana yang cukup lengkap, seperti lapangan sepak bola, basket, voli, sport center, dan lain-lain. Jadi wajar saja kampus ini memiliki kegiatan ekstrakurikuler yang berorientasi di bidang olahraga yang bersifat positif. Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan antara lain, sepak bola, karate, atletik, silat, taekwondo, futsal, mercing band, dan lain-lain. Ada pun maksud dan tujuan dibentuknya pembinaan-pembinaan ini adalah sebagai wadah penyaluran bakat, potensi, dan minat yang dimiliki mahasiswa sesuai dengan karakteristiknya masing-masing.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis, pemain sepak bola UHO U-21 masih banyak yang kurang menguasai teknik dasar sehingga penulis tertarik ingin mengetahui lebih jauh tentang penguasaan teknik dasar permainan sepak bola pemain sepak bola UHO U-21.

Keterampilan merupakan kemampuan menyelesaikan tugas, bias juga kemampuan gerak dengan tingkat tertentu. Menurut Saputra Marhan Yudha Sakti dalam (Ma'mun, 2020) keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Penggolongan keterampilan dapat dilakukan dengan cara mempertimbangkan: Stabilitas lingkungan, jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan Ketepatan gerakan yang dimaksud. Sehingga dapat dikatakan bahwa keterampilan tersebut mempunyai tujuan yang efektif dan efisien ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk, dan kemampuan menyesuaikan diri.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Heri Ishaludin tahun 2013 dalam penelitiannya yang berjudul "Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMA Negeri 1 Rembang Kabupaten Purbalingga. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Persamaan penelitian ini dengan sebelumnya adalah jenis dan metode penelitian yang digunakan sama-sama menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Sedangkan perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini yaitu subjek

penelitian sebelumnya adalah SMA Negeri 1 Rembang sedangkan dalam penelitian ini yang menjadi objeknya adalah atlet sepak bola UHO U-21.

Lebih lanjut, menurut (Amirullah dan Haris Budiyono, 2014) menjelaskan bahwa keterampilan adalah suatu kemampuan untuk menerjemahkan pengetahuan ke dalam praktik sehingga tercapai tujuan yang diinginkan. Sedangkan menurut Singer dikutip oleh (Ma'mun, 2020) keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif. Sedangkan menurut Schmidt yang dikutip oleh (Ma'mun, 2020), keterampilan merupakan kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian yang maksimum, tetapi dengan pengeluaran energi dan waktu yang minimum.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas mengenai pengertian keterampilan, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan ialah suatu derajat keberhasilan seseorang dalam melaksanakan tugas dengan efisien dan efektif untuk mencapai suatu tujuan tertentu atau tujuan yang diinginkan untuk menghasilkan hasil yang optimal dan sesuai apa yang diharapkan.

Keterampilan merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara muda dan cermat. (Nur Rohmah dan Sri Widiastuti, 2016). Keterampilan adalah kemampuan teknis untuk melakukan suatu perbuatan (Marfiah, 2017). Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan teori belajar. Teori-teori belajar tersebut mengarah pada pemahaman metode pembelajaran yang efektif untuk pencapaian keterampilan. Faktor Pribadi/Genetika (*personal factor*) Setiap siswa mempunyai pribadi yang berbeda, baik secara fisik, mental, maupun keterampilan. Keterampilan dapat dipahami dan membuktikan bahwa bakat siswa berbeda-beda. Semakin baik bakat dalam keterampilan tertentu, semakin mudah siswa menguasai suatu keterampilan. Faktor Situasional Lingkungan (*situational factor*) Faktor situasional dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran yang tertuju pada keadaan lingkungan. Hal itu dipengaruhi oleh tugas belajar siswa dan peralatan yang digunakan atau media pembelajaran. Siswa akan mudah menguasai keterampilan jika tugas belajar dan media pembelajaran sesuai dengan usia siswa.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor keterampilan seseorang ditentukan oleh tiga faktor yaitu faktor proses belajar, faktor pribadi dan faktor situasional. Faktor proses belajar dan situasional bermanfaat untuk mengubah pengetahuan dan perilaku siswa yang setiap siswa mempunyai pribadi yang berbeda, baik secara fisik, Sepak bola merupakan permainan yang menggunakan bola sepak yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing terdiri atas 11 orang pemain. Saat memainkan bola, pemain diperbolehkan untuk menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan, hanya penjaga gawang yang diperbolehkan untuk memainkan bola dengan menggunakan tangan di dalam kotak penalti.

Permainan sepak bola dimainkan oleh dua tim yang bertanding, setiap tim terdiri dari 11 pemain. Terdapat seorang penjaga gawang yang dapat memainkan bola menggunakan tangan untuk menangkap bola di daerahnya. Penjaga gawang bertugas untuk menjaga gawang agar tidak kebobolan oleh lawan. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan

tungkai, kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.

Berdasarkan pada uraian latar belakang maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu: penguasaan teknik dasar menggiring bola (*dribbling*) pemain sepak bola UHO U-21 baik, penguasaan teknik dasar mengumpan bola dan menghentikan bola (*passing* dan *control*) pemain sepak bola UHO U-21 baik, penguasaan teknik dasar menyundul bola (*heading*) pemain sepak bola UHO U-21 baik, penguasaan teknik dasar menendang bola (*shooting*) pemain sepak bola UHO U-21 baik.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan deskriptif dengan menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan teknik tes dan pengukuran. Metode penelitian deskriptif dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan nyata sekarang dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar permainan sepak bola yang terdiri dari *dribbling*, *passing*, *shooting* dan *heading* pemain sepak bola UHO U-21. Penelitian ini hanya ada satu variabel (X) yaitu keterampilan dasar permainan sepak bola. Sedangkan sub variabelnya adalah: *dribbling*, *passing* dan *control*, *heading*, *shooting*.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepak bola UHO U-21 yang berjumlah 30 orang.

Sampel ditarik menggunakan teknik sampling jenuh atau total sampling. Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2019). Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut, tes keterampilan *dribbling* bola menggunakan tes *slalom dribbling*, tes ketepatan *passing* bola, menggunakan tes *accuracy pass*, tes keterampilan *heading* bola, menggunakan tes ketrempilan *heading* 30 detik, tes keterampilan *shooting* bola, menggunakan tes menendang bola ke sasaran (Nurhasan, 2013).

## **Analisis Data**

Data yang diperoleh dalam penelitian ini, akan menggunakan teknik statistik deskriptif persentase pada setiap indikator penelitian. Adapun teknik statistik yang digunakan adalah dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{JIP}{JI} \times 100 \%$$

(Nurhasan, 2013)

Keterangan :

P = Jumlah persentase

JIP = Jumlah indikator yang diperoleh

Jl = Jumlah indikator

Untuk menentukan kategori tersebut menggunakan kriteria pengkategorian norma tes sepak bola menurut (Hulfian, 2014).

Tabel 1. Kriteria Pengkategorian Norma Tes Sepak Bola

Kategori	Skala
Baik	61- ke atas
Cukup	53- 60
Sedang	46- 52
Kurang	37- 45
Sangat kurang	36- ke bawah

Berdasarkan table di atas dapat di lihat bahwa sampel yang melakukan tes masuk di skala 61-ke atas masuk di kategori baik, selanjutnya apabila sampel yang melakukan tes masuk di skala 53-60 masuk di kategori cukup, apabila sampel yang melakukan tes masuk di skala 46-52 masuk di kategori sedang, apabila sampel yang melakukan tes masuk di skala 37-45 masuk di kategori kurang, dan apabila sampel yang melakukan tes masuk di skala 36-ke bawah masuk di kategori sangat kurang.

## HASIL PENELITIAN

Berikut adalah ringkasan data dalam bentuk analisis statistik sederhana hasil rekapitulasi kemampuan teknik dasar sepak pemain UHO U-21. Dari hasil analisis data yang dilakukan maka dapat dideskriptifkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Rekapitulasi Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola UHO U-21

No	Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepakbola	Hasil Jumlah Tes	Hasil Jumlah Nilai Maksimal	Presentase (%)
1	Tes <i>dribbling</i>	668,92	743,1	90%
2	Tes <i>passing dan control</i>	484	630	77%
3	Tes <i>heading</i>	558	750	74%
4	Tes <i>shooting</i>	286	570	50%
	<b>Jumlah</b>	2289,92	2693,1	74%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat dari 30 sampel yang melakukan tes Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola tim UHO U-21 (F) yaitu hasil tes seluruh pemain adalah 2289,92 untuk jumlah (N) atau alternative nilai tertinggi didapat dari nilai seluruh skor maksimal yaitu 2693,1 sehingga untuk mendapatkan persentase atau (P) jumlah (F) 2289,92 dibagi jumlah alternative nilai tertinggi atau nilai maksimal (N) 2693,1 dan dikali 100% dengan persentase sebesar 74% tergolong “**BAIK**” karena terletak pada interval 61% - ke atas.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan deskripsi data hasil penelitian, untuk mengetahui Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain UHO U-21 peneliti melakukan 4 item tes pengukuran antara lain adalah tes menggiring bola (*dribbling*), tes mengumpan dan menghentikan bola (*passing* dan *control*), tes menyundul bola (*heading*), dan tes menendang bola (*shooting*) dengan sampel penelitian 30 orang pemain sepak bola UHO U-21. Hasil tes pengukuran menunjukkan bahwa untuk hasil tes Untuk hasil tes menendang bola (*shooting*), rata-rata pemain hanya mencapai nilai 9,53 dengan persentase sebesar (50%) dengan kategori sedang. Untuk hasil tes menyundul bola (*heading*), rata-rata pemain mencapai nilai 18,60 dengan persentase sebesar (74%) dengan kategori baik. menggiring bola (*dribbling*), rata-rata pemain mencapai kisaran waktu 20,30 detik dengan persentase (90%) dengan kategori baik. Untuk hasil tes mengumpan dan menghentikan bola (*passing* dan *control*) rata-rata pemain hanya mencapai nilai 16,13 dengan persentase sebesar (77%) dengan kategori baik.

Secara keseluruhan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain UHO U-21 adalah sebesar 74% tergolong “baik” karena terletak pada interval 61% - ke atas. Maka dapat diartikan bahwa keterampilan teknik dasar sepakbola pada pemain UHO U-21 memiliki kemampuan yang baik.

Sedangkan untuk hasil penelitian sebelumnya milik Heri Islahudin tahun 2013 yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMA Negeri 1 Rembang” adalah penggabungan hasil ke empat tes siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola memiliki mean 200,00, maka masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan sepak bola siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Rembang Purbalingga Sedang.

Meskipun hasil keseluruhan tersebut sudah masuk dalam kategori baik namun masih sangat riskan untuk dipertahankan dan perlu ditingkatkan kearah baik sekali, karena dalam permainan sepakbola menggunakan kekuatan tim bukan kekuatan individual, sehingga apabila dalam suatu tim tersebut terdapat pemain dalam posisi tertentu yang lemah maupun yang kurang maupun sangat kurang dalam sisi penguasaan teknik, maka akan menjadi titik lemah dan masalah besar dalam tim tersebut. Sedangkan untuk kategori cukup masih perlu dilakukan latihan-latihan untuk mengembangkan tingkat keterampilan pemain. Seorang pelatih harus memberikan materi seperti: kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dasar atau teknik dasar dalam permainan sepakbola secara efektif dan efisien baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun dengan bola. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, keterampilan adalah kecakapan untuk menyelesaikan tugas. Sedangkan gerak diartikan sebagai peralihan tempat atau kedudukan, baik hanya sekali maupun berkali-kali. Menurut Ahmad Komar Ruzamin dalam (Syafudin, 2018) pada dasarnya gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat, dan lempar. Gerak dasar manusia merupakan pola gerakan yang melibatkan bagian tubuh yang berbeda seperti kaki, lengan, dan kepala.

Teknik dasar dapat diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan tugas-tugas gerak tertentu dengan baik. Hasil penelitian tes kemampuan teknik dasar diketahui secara keseluruhan, sebagian pemain UHO U-21 dalam kategori baik. Untuk dapat bermain sepak bola dengan baik, maka pemain harus dibekali dengan

kemampuan gerak dasar atau teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik pula. Karena sepak bola merupakan salah satu jenis olahraga yang membutuhkan aktivitas jasmani atau latihan fisik yang baik, membutuhkan gerakan lari, lompat, loncat, menendang, menghentakkan dan menangkap bola bagi penjaga gawang.

Semua gerakan tersebut merupakan serangkaian pola gerak yang diperlukan pemain dalam menjalankan tugasnya bermain sepakbola. Selain untuk mengenalkan bagaimana cara-cara bermain sepak bola dengan teknik yang bagus, seorang pelatih juga mengenalkan aturan-aturan yang tertuang dalam peraturan PSSI supaya seorang pemain bisa mengenal peraturan yang ada. Jadi pemain tidak hanya memiliki keterampilan gerak yang baik akan tetapi juga memiliki pengetahuan dan wawasan bermain sepakbola yang baik pula. Dalam melakukan penilaian kemampuan gerak dasar digunakan beberapa tes sebagai alat ukurnya. Berikut penjelasan hasil penelitian untuk tiap item tes yang digunakan.

Menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung. Latihan dribbling bola diberikan kepada pemain untuk meningkatkan keterampilan (skill) pemain dalam membawa atau menggiring bola. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan para pemain dalam menggiring bola atau dribbling masih perlu untuk ditingkatkan. Selain dari hasil latihan yang diberikan oleh pelatih, pemain juga harus memiliki kesadaran untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* bola dengan menambah porsi latihan sendiri. Dengan demikian berdasarkan penelitian diatas membuktikan bahwa pelaksanaan teknik menggiring bola yang diperagakan oleh pemain UHO U-21 termasuk dalam kategori baik karena para pemain telah mampu bergerak sesuai penguasaan teknik membawa atau menggiring (*Dribbling*) dengan baik.

Permainan sepak bola merupakan permainan tim, jadi keberhasilan dalam memenangkan suatu permainan sangat dipengaruhi oleh kekompakan tim itu sendiri. Untuk menjadi sebuah tim yang bagus harus terdapat koordinasi yang baik antar pemain. Koordinasi sendiri akan terlihat sangat baik jika tendangan atau umpan yang diberikan tepat sasaran dan dapat di kontrol dengan baik oleh pemain yang akan menerima bola. Oleh sebab itu dibutuhkan kemampuan *passing* dan *control* yang baik oleh setiap pemain, karena hal ini adalah salah satu teknik dasar bermain sepak bola yang harus dikuasai oleh pemain. Jadi berdasarkan penelitian diatas membuktikan bahwa teknik *passing* dan *control* bola yang diperagakan oleh pemain UHO U-21 termasuk dalam kategori baik karena para pemain telah mampu memenuhi standar penguasaan teknik *passing* dan *control* dengan baik pula.

Cara lain untuk mengumpan bola dan mencetak gol adalah dengan mengheading bola (kop). Apabila dilakukan dengan benar kemampuan pemain dalam menanduk bola akan sangat membantu sebuah tim untuk melakukan seranganserangan yang variative (Luxbacher, n.d.). Jadi berdasarkan penelitian diatas membuktikan bahwa teknik *Heading* bola yang diperagakan oleh pemain UHO U-21 telah mampu memenuhi standar penguasaan teknik *passing* dan *control* dengan baik pula.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari 4 item tes di atas, maka dapat disimpulkan bahwa Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Pemain UHO U-21 yaitu dengan persentase sebesar 74% tergolong baik karena terletak pada interval 61% - ke atas.

## **SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut, bagi atlet yang mempunyai ketepatan penalti kurang sebaiknya lebih ditingkatkan lagi dengan melatih kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-kaki, bagi pelatih selalu melakukan tes fisik dan keterampilan sehingga dapat terpantau keterampilan siswanya dalam permainan sepak bola serta bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian dengan variabel bebas lain, sehingga variabel yang mempengaruhi kemampuan penalti dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Alhamdulillah wa syukurillah, hanya dengan pertolongan Allah azza wa jalla penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul, Studi Analisis Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola Pada Pemain Sepak Bola UHO U-21. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Prof. Dr. Muhtar Asshagap, M.Pd selaku pembimbing I, Dr. Asmuddin, S.Pd., M.Pd, AIFO-FIT selaku pembimbing II dan Jumiliano,S.Pd selaku pelatih kepala tim UHO U-21 yang telah memberi izin melakukan penelitian sehingga penelitian berjalan dengan lancar, serta seluruh atlet sepak bola UHO U-21 yang telah berpartisipasi dalam penelitian saya.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik dari pembaca, demi kesempurnaan tulisan ini. Sesungguhnya ilmu dan kesempurnaan itu datangnya hanya dari allah SWT dan kesalahan itu datangnya dari diri saya pribadi, akhir kata penulis mengucapkan jazakumullah khair (semoga allah membalas kebaikan kalian) dan semoga dapat digunakan di kemudian hari, aamin.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amirullah dan Haris Budiyono. (2014). *Pengantar Manajemen*. Graha Ilmu.
- Harsono. (2020). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Tambak Kusuma CV.
- Hulfian, L. (2014). *Penelitian Dikjas*. Garuda Ilmu.
- Luxbacher, J. A. (n.d.). *Sepak Bola Edisi Kedua*. PT Raja Grafindo Persada.
- Ma'mun, A. dan Y. M. S. (2020). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

- Marfuah. (2017). *Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Peserta Didik Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw*. Jurnal Pendidikan ilmu social.
- Nurhasan. (2013). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. STKIP .
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syafrudin, A. dan M. (2018). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud.