Journal Sport Science and Healt of Mandalika Vol. 7 No. 3 pp. 273-286 JONTAK

Reaserch Artikel July 2026 E-ISSN 2722-3116

ANALISIS TEKNIK DASAR SEPAK BOLA PADA TIM TARUNA JAYA FC USIA 10-17 TAHUN DI KECAMATAN WERA KABUPATEN BIMA

[1] *Ahmad Dani, [2] Soemardiawan, [3] Ismail Marzuki, [4] Nurdin

[134]Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Mandalika

[2] Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Mandalika

*Corresponding Author e-mail: daniwera88@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to describe the level of basic soccer skills among Taruna Jaya FC players aged 10–17 years in Wera District, Bima Regency, using a quantitative descriptive design. The sample consisted of 15 active players selected through total sampling. Data were collected using basic soccer skill tests covering passing, dribbling, shooting, and heading. The data were analyzed using frequencies, percentages, and additional coded-category descriptive statistics to clarify the tendency of each skill because individual raw scores were not available in the source manuscript. The results showed that passing was the most dominant skill: 5 players (33.33%) were in the very good category, 5 players (33.33%) in the good category, and 5 players (33.33%) in the fair category, with no players in the poor or very poor categories. Dribbling and shooting were the weakest skills because 9 players (60.00%) were categorized as poor or very poor in each skill. Heading was also not optimal, with 7 players (46.67%) categorized as poor or very poor. These findings should be interpreted cautiously because the study involved a small sample and a wide age range, which may reflect differences in maturation, training experience, and physical development. The results can be used as an initial evaluation for designing more targeted basic technique training, especially for dribbling, shooting, and gradual heading practice.

Keywords: basic soccer skills, passing, dribbling, shooting, heading, football

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan tingkat kemampuan teknik dasar sepak bola pemain Taruna Jaya FC usia 10–17 tahun di Kecamatan Wera, Kabupaten Bima dengan menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 15 pemain aktif yang dipilih melalui teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui tes keterampilan teknik dasar sepak bola yang meliputi passing, dribbling, shooting, dan heading. Analisis data menggunakan frekuensi, persentase, serta statistik deskriptif tambahan berbasis indeks kategori terkode untuk memperjelas kecenderungan setiap teknik karena skor mentah individual tidak tersedia dalam naskah sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa passing merupakan teknik paling dominan, yaitu 5 pemain (33,33%) berada pada kategori sangat baik, 5 pemain (33,33%) kategori baik, dan 5 pemain (33,33%) kategori cukup, tanpa pemain pada kategori kurang dan sangat kurang. Dribbling dan shooting menjadi teknik paling lemah karena masing-masing memiliki 9 pemain (60,00%) pada kategori kurang dan sangat kurang. Heading juga belum optimal karena 7 pemain (46,67%) berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Temuan ini perlu ditafsirkan secara hati-hati karena jumlah sampel kecil dan rentang usia cukup lebar, sehingga kemampuan pemain dapat dipengaruhi oleh perbedaan maturasi, pengalaman latihan, dan perkembangan fisik. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai evaluasi awal untuk

menyusun latihan teknik dasar yang lebih terarah, khususnya pada dribbling, shooting, dan latihan heading bertahap.

Kata kunci: teknik dasar sepak bola, passing, dribbling, shooting, heading, sepak bola

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan cabang olahraga beregu yang menuntut integrasi kemampuan teknik, kondisi fisik, taktik, mental, dan pengambilan keputusan dalam situasi permainan yang dinamis. Pada level pembinaan usia muda, penguasaan teknik dasar menjadi fondasi penting karena setiap tindakan permainan, seperti membangun serangan, mempertahankan penguasaan bola, menciptakan peluang, dan menyelesaikan serangan, sangat bergantung pada kualitas keterampilan teknis pemain. Studi terbaru menunjukkan bahwa keterampilan teknis pemain muda tidak dapat dilepaskan dari kemampuan gerak dasar, pengalaman bermain, maturasi, dan kualitas latihan yang diterima secara berkelanjutan (Duncan et al., 2024; Camata et al., 2025; King et al., 2024). Evaluasi kemampuan teknik dasar perlu dilakukan secara sistematis agar pelatih memperoleh gambaran objektif tentang kemampuan aktual pemain.

Teknik dasar sepak bola yang umum dikembangkan dalam pembinaan pemain usia muda meliputi passing, dribbling, shooting, dan heading. Passing berfungsi menjaga aliran bola dan membangun kerja sama tim; dribbling digunakan untuk mempertahankan penguasaan bola, melewati lawan, dan membuka ruang; shooting menjadi teknik penyelesaian akhir untuk mencetak gol; sedangkan heading diperlukan dalam situasi bola atas, baik untuk menyerang maupun bertahan. Penelitian pada pemain muda menegaskan bahwa keterampilan dribbling, passing, dan shooting merupakan inti kemampuan teknis sepak bola karena menentukan efektivitas penguasaan bola, konstruksi serangan, serta kemampuan menyelesaikan peluang (Parulian et al., 2026).

Dalam permainan modern, teknik dasar tidak cukup dipahami sebagai gerakan mekanis semata, tetapi juga berkaitan dengan keputusan permainan. Dribbling, misalnya, tidak hanya menuntut kontrol bola, kecepatan, dan kelincahan, tetapi juga kemampuan menentukan kapan harus menggiring, mengoper, atau mempertahankan bola. Iuliano et al. (2023) menunjukkan bahwa akurasi tindakan setelah dribbling menjadi salah satu indikator penting dalam penilaian kualitas teknis pemain muda. Temuan tersebut memperkuat argumen bahwa kelemahan dribbling dapat

berdampak pada rendahnya efektivitas permainan, terutama ketika pemain menghadapi tekanan lawan.

Hasil observasi awal pada Tim Taruna Jaya FC usia 10-17 tahun di Kecamatan Wera Kabupaten Bima menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar pemain belum merata. Beberapa pemain sudah menunjukkan kemampuan passing yang cukup baik, tetapi masih ditemukan kelemahan pada dribbling, shooting, dan heading. Kondisi ini terlihat dari kesulitan pemain dalam mengontrol bola saat bergerak, rendahnya ketepatan tendangan ke arah sasaran, serta kurang tepatnya timing dan posisi tubuh ketika melakukan heading. Permasalahan tersebut penting dikaji karena penelitian terdahulu menunjukkan bahwa keterampilan teknis dan aktivitas lokomotor dalam situasi permainan dapat menjadi indikator penting dalam proses pembinaan dan identifikasi bakat sepak bola (King et al., 2024; Rahmoune et al., 2026).

Gap penelitian ini terletak pada masih terbatasnya pemetaan keterampilan teknik dasar pemain pada konteks klub akar rumput di daerah, khususnya klub dengan rentang usia pembinaan yang lebar seperti Taruna Jaya FC. Kajian tentang teknik dasar sepak bola memang telah banyak dilakukan, tetapi data berbasis klub daerah masih diperlukan karena karakteristik klub akar rumput sering berbeda dari akademi profesional, baik dari aspek fasilitas, frekuensi latihan, pengalaman bertanding, sistem evaluasi, maupun variasi usia pemain. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan kemampuan passing, dribbling, shooting, dan heading, serta mengidentifikasi teknik dasar yang paling dominan dan paling lemah pada pemain Tim Taruna Jaya FC usia 10–17 tahun di Kecamatan Wera, Kabupaten Bima.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Desain deskriptif digunakan karena penelitian ini bertujuan menggambarkan tingkat kemampuan teknik dasar sepak bola pemain Taruna Jaya FC berdasarkan hasil tes, tanpa memberikan perlakuan latihan tertentu atau membandingkan kelompok eksperimen. Data yang diperoleh berupa skor tes keterampilan teknik dasar yang kemudian dikategorikan ke dalam tingkat kemampuan sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah pemain Tim Taruna Jaya FC usia 10–17 tahun di Kecamatan Wera, Kabupaten Bima. Sampel penelitian berjumlah 15 pemain yang diambil menggunakan total sampling karena seluruh pemain yang memenuhi karakteristik penelitian dijadikan responden. Kriteria inklusi meliputi pemain aktif Taruna Jaya FC, berada pada rentang usia 10–17 tahun, mengikuti latihan klub, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian tes teknik dasar. Pemain yang sedang mengalami cedera atau tidak dapat mengikuti seluruh tes sebaiknya tidak dimasukkan dalam analisis. Karena rentang usia 10–17 tahun cukup lebar, hasil penelitian perlu ditafsirkan dengan mempertimbangkan kemungkinan perbedaan maturasi biologis, pengalaman latihan, posisi bermain, dan perkembangan fisik antar pemain (Camata et al., 2025).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menggunakan tes keterampilan teknik dasar sepak bola yang meliputi passing, dribbling, shooting, dan heading. Tes passing digunakan untuk mengukur ketepatan operan ke sasaran; tes dribbling digunakan untuk mengukur kemampuan mengontrol bola sambil bergerak melewati rintangan; tes shooting digunakan untuk mengukur ketepatan tendangan ke sasaran; dan tes heading digunakan untuk mengukur kemampuan menyundul bola berdasarkan teknik dasar, arah, dan ketepatan kontak. Penggunaan tes keterampilan sepak bola perlu merujuk pada prosedur yang telah digunakan dalam studi terdahulu karena validitas dan reliabilitas instrumen merupakan syarat penting dalam pengukuran keterampilan olahraga (Ali et al., 2007; Santosa & Firdaus, 2024).

Tabel 1. Rincian Instrumen Tes Teknik Dasar Sepak Bola

Aspek Teknik	Bentuk Tes	Indikator Penilaian	Kategori	Dasar Rujukan
Passing	Mengoper bola ke sasaran yang ditentukan	Ketepatan arah, kontrol, dan konsistensi operan	Sangat baik sampai sangat kurang	Ali et al. (2007); Santosa & Firdaus (2024)
Dribbling	Menggiring bola melewati rintangan/marker	Kontrol bola, kelincahan, perubahan arah, dan waktu penyelesaian	Sangat baik sampai sangat kurang	Iuliano et al. (2023); Santosa & Firdaus (2024)
Shooting	Menendang bola ke arah sasaran/gawang	Ketepatan sasaran, koordinasi kaki	Sangat baik sampai sangat kurang	Ali et al. (2007); Santosa & Firdaus

	target	tumpu, dan kualitas eksekusi		(2024)
Heading	Menyundul bola ke arah sasaran secara bertahap	Posisi tubuh, ketepatan waktu lompatan, kontak bola, dan arah sundulan	Sangat baik sampai sangat kurang	UEFA (2020); Santosa & Firdaus (2024)

Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Untuk memperkuat kualitas pengukuran, instrumen teknik dasar sebaiknya memenuhi validitas isi, yaitu kesesuaian antara indikator tes dan konstruk keterampilan yang diukur. Validitas isi dapat diperkuat melalui penelaahan ahli kepelatihan sepak bola atau dosen pendidikan jasmani. Reliabilitas pelaksanaan dapat dijaga melalui standar prosedur tes, penggunaan alat yang sama, petugas penilai yang konsisten, demonstrasi sebelum tes, dan pencatatan skor dengan rubrik yang jelas. Karena naskah sumber belum melaporkan koefisien validitas dan reliabilitas empiris, bagian ini dinyatakan sebagai keterbatasan metodologis dan perlu dilengkapi pada penelitian berikutnya.

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahap. Pertama, peneliti berkoordinasi dengan pelatih Taruna Jaya FC untuk menentukan waktu, lokasi, dan kesiapan lapangan. Kedua, pemain diberi penjelasan mengenai tujuan tes, urutan pelaksanaan, aturan keselamatan, dan cara penilaian. Ketiga, pemain melakukan pemanasan umum dan pemanasan khusus selama 10–15 menit untuk mengurangi risiko cedera. Keempat, tes dilakukan dengan urutan passing, dribbling, shooting, dan heading. Urutan ini dipilih agar teknik dengan risiko dan tuntutan fisik lebih tinggi tidak dilakukan sebelum pemain memahami prosedur dasar. Kelima, setiap pemain diberi waktu istirahat antartes sekitar 3–5 menit untuk mengurangi pengaruh kelelahan. Keenam, skor dicatat oleh petugas penilai berdasarkan kategori yang telah ditentukan. Seluruh tes sebaiknya dilakukan pada lapangan, bola, dan kondisi lingkungan yang sama agar hasil lebih konsisten.

Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa frekuensi dan persentase dengan rumus P = (F/N) × 100%, yaitu P sebagai persentase, F sebagai frekuensi pemain pada setiap kategori, dan N sebagai jumlah sampel. Untuk memperjelas kecenderungan kemampuan setiap teknik, kategori kemampuan juga dikonversi menjadi indeks kategori terkode: sangat baik = 5, baik = 4, cukup = 3, kurang = 2, dan sangat kurang = 1. Analisis tambahan ini menghasilkan mean, median, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum. Konversi kategori ini tidak menggantikan skor mentah tes, tetapi digunakan sebagai ringkasan deskriptif tambahan karena skor mentah individual belum tersedia dalam naskah sumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar pemain Tim Taruna Jaya FC usia 10–17 tahun memiliki distribusi yang berbeda pada setiap aspek keterampilan. Penyajian hasil berikut diperbaiki dengan menambahkan keterangan kategori, rekapitulasi teknik dominan dan teknik lemah, serta indeks kategori terkode agar hasil lebih logis dan mudah ditafsirkan secara akademik.

Tabel 2. Distribusi Kemampuan Passing Pemain Taruna Jaya FC

Kategori	Pemain	Persentase	Keterangan
Sangat baik	5	33,33%	Operan sangat akurat
Baik	5	33,33%	Operan akurat
Cukup	5	33,33%	Operan cukup akurat
Kurang	0	0,00%	Tidak ditemukan
Sangat kurang	0	0,00%	Tidak ditemukan
Total	15	100,00%	-

Tabel 2 menunjukkan bahwa kemampuan passing pemain relatif lebih baik dibandingkan teknik lainnya. Tidak terdapat pemain yang masuk kategori kurang maupun sangat kurang. Namun, karena 5 pemain masih berada pada kategori cukup, kualitas passing tetap perlu dipertahankan dan ditingkatkan agar lebih konsisten dalam situasi permainan yang memiliki tekanan lawan.

Tabel 3. Distribusi Kemampuan Dribbling Pemain Taruna Jaya FC

Kategori	Pemain	Persentase	Keterangan
Sangat baik	3	20,00%	Kontrol sangat baik

Baik	2	13,33%	Kontrol baik
Cukup	1	6,67%	Kontrol cukup
Kurang	5	33,33%	Kontrol kurang
Sangat kurang	4	26,67%	Kontrol sangat kurang
Total	15	100,00%	-

Tabel 3 menunjukkan bahwa dribbling merupakan salah satu aspek yang lemah. Sebanyak 9 pemain atau 60,00% berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa kontrol bola, kelincahan, perubahan arah, dan kemampuan menggiring bola dalam tekanan masih perlu menjadi prioritas latihan.

Tabel 4. Distribusi Kemampuan Shooting Pemain Taruna Jaya FC

Kategori	Pemain	Persentase	Keterangan
Sangat baik	3	20,00%	Tendangan sangat tepat
Baik	2	13,33%	Tendangan tepat
Cukup	1	6,67%	Tendangan cukup tepat
Kurang	5	33,33%	Tendangan kurang tepat
Sangat kurang	4	26,67%	Tendangan sangat kurang tepat
Total	15	100,00%	-

Tabel 4 memperlihatkan bahwa kemampuan shooting juga masih lemah. Sebanyak 9 pemain atau 60,00% berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Hal ini menunjukkan perlunya latihan penyelesaian akhir yang lebih sistematis, terutama pada akurasi tendangan, koordinasi kaki tumpu, kekuatan tendangan, dan ketepatan sasaran.

Tabel 5. Distribusi Kemampuan Heading Pemain Taruna Jaya FC

Kategori	Pemain	Persentase	Keterangan
Sangat baik	3	20,00%	Heading sangat baik
Baik	2	13,33%	Heading baik
Cukup	3	20,00%	Heading cukup
Kurang	5	33,33%	Heading kurang
Sangat kurang	2	13,33%	Heading sangat kurang
Total	15	100,00%	-

Tabel 5 menunjukkan bahwa kemampuan heading belum optimal. Sebanyak 7 pemain atau 46,67% berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Temuan ini menunjukkan perlunya latihan heading secara bertahap dengan memperhatikan keselamatan pemain usia muda, posisi tubuh, ketepatan waktu lompatan, dan arah sundulan.

Tabel 6. Ringkasan Indeks Kategori Terkode Teknik Dasar

Aspek Teknik	Mean	Median	SD	Min	Max	Interpretasi
Passing	4,00	4,00	0,85	3	5	Paling dominan
Dribbling	2,67	2,00	1,54	1	5	Prioritas perbaikan
Shooting	2,67	2,00	1,54	1	5	Prioritas perbaikan
Heading	2,93	3,00	1,39	1	5	Belum optimal

Nilai pada tabel ini merupakan indeks kategori terkode, bukan skor Nmentah tes individual. Skor kategori digunakan untuk memperjelas kecenderungan hasil karena skor mentah belum tersedia dalam naskah sumber.

Tabel 7. Rekapitulasi Teknik Dominan dan Teknik Lemah

Aspek Teknik	Jumlah Pemain pada Kategori Kurang + Sangat Kurang	Persentase	Interpretasi Prioritas
Passing	0	0,00%	Teknik dominan, tetap dipelihara
Dribbling	9	60,00%	Prioritas utama perbaikan
Shooting	9	60,00%	Prioritas utama perbaikan
Heading	7	46,67%	Prioritas bertahap dengan perhatian keselamatan

Berdasarkan Tabel 6 dan Tabel 7, passing merupakan teknik dasar paling dominan karena tidak ada pemain pada kategori kurang dan sangat kurang serta memiliki indeks kategori tertinggi. Sebaliknya, dribbling dan shooting merupakan teknik dasar paling lemah karena 60,00% pemain berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Heading juga perlu diperbaiki, tetapi latihan heading pada pemain usia muda harus diberikan secara bertahap dan aman.

PEMBAHASAN

Kemampuan passing yang relatif lebih baik menunjukkan bahwa pemain Taruna Jaya FC telah memiliki dasar kerja sama permainan. Passing merupakan teknik penting dalam sepak bola karena menentukan penguasaan bola, tempo permainan, serta kelancaran serangan. Meskipun demikian, hasil penelitian tidak boleh langsung dimaknai bahwa passing sudah sangat kuat, sebab sepertiga pemain masih berada pada kategori cukup. Dengan demikian, latihan passing tetap perlu dilakukan dalam situasi yang lebih kontekstual, seperti kombinasi operan, permainan posisi, dan small-sided games. Clemente et al. (2021) menunjukkan bahwa small-

sided games dapat mendukung eksekusi teknik dan perilaku taktis pemain muda karena menghadirkan situasi permainan yang lebih menyerupai pertandingan.

Dominasi passing juga dapat terjadi karena passing relatif lebih sering muncul dalam latihan dan permainan dibanding teknik lain. Selain itu, tingkat kesulitan tes passing dapat lebih mudah dikuasai daripada dribbling dan shooting yang menuntut integrasi kontrol bola, kecepatan, koordinasi, dan tekanan pengambilan keputusan. Oleh karena itu, pelatih perlu memastikan bahwa latihan passing tidak hanya menekankan ketepatan operan statis, tetapi juga ketepatan operan saat bergerak, operan dalam tekanan lawan, serta pemilihan keputusan kepada rekan yang paling tepat.

Kemampuan dribbling yang masih rendah merupakan temuan penting karena dribbling berperan dalam mempertahankan penguasaan bola, membuka ruang, dan melewati lawan. Dribbling tidak hanya menuntut keterampilan motorik, tetapi juga keputusan permainan. Iuliano et al. (2023) menegaskan bahwa dribbling pada pemain U10 berkaitan dengan kualitas keputusan setelah menggiring bola. Dengan demikian, rendahnya kemampuan dribbling pada pemain Taruna Jaya FC dapat menunjukkan perlunya latihan yang menggabungkan kontrol bola, perubahan arah, kecepatan, tekanan lawan, dan keputusan lanjutan setelah menggiring bola.

Rentang usia 10–17 tahun juga perlu diperhatikan dalam menafsirkan hasil dribbling. Pemain yang lebih muda umumnya memiliki perkembangan koordinasi, kekuatan, dan kecepatan yang berbeda dari pemain yang lebih tua. Duncan et al. (2024) menunjukkan bahwa fundamental movement skills menjadi prediktor penting bagi keterampilan teknis pemain sepak bola akar rumput. Karena itu, program latihan dribbling sebaiknya tidak disamakan untuk semua usia, tetapi disesuaikan dengan tingkat perkembangan pemain, misalnya melalui pengelompokan latihan berdasarkan usia atau kemampuan.

Kemampuan shooting juga menjadi kelemahan yang perlu mendapatkan perhatian. Shooting merupakan teknik penyelesaian akhir yang menentukan peluang mencetak gol. Rendahnya hasil shooting tidak hanya dapat disebabkan oleh akurasi dan kekuatan tendangan, tetapi juga posisi tubuh, koordinasi kaki tumpu, timing atau ketepatan waktu eksekusi, kepercayaan diri, kualitas umpan sebelum shooting, dan pengalaman menghadapi situasi pertandingan. Tes keterampilan shooting

perlu dilakukan dengan prosedur yang valid dan reliabel karena ketepatan pengukuran sangat menentukan kualitas interpretasi hasil (Ali et al., 2007).

Latihan shooting sebaiknya dilakukan secara bertahap dari bola diam, bola bergerak, umpan mendatar, umpan silang, hingga penyelesaian akhir dalam tekanan lawan. Variasi tersebut penting agar pemain tidak hanya mampu menendang ke sasaran dalam situasi latihan sederhana, tetapi juga mampu mengambil keputusan dan mengeksekusi shooting dalam kondisi pertandingan. Dengan demikian, perbaikan shooting perlu diarahkan pada integrasi teknik, koordinasi, kekuatan, dan pengambilan keputusan.

Kemampuan heading yang belum optimal perlu dibahas secara hati-hati karena subjek penelitian berada pada rentang usia muda. Heading membutuhkan keberanian, kemampuan membaca arah bola, posisi tubuh, ketepatan waktu lompatan, dan kontak kepala yang benar. Namun, dalam pembinaan usia muda, latihan heading harus memperhatikan keselamatan dan kesiapan pemain. UEFA (2020) menekankan pentingnya pedoman heading untuk pemain muda agar latihan dilakukan secara aman, bertahap, dan sesuai usia. Oleh karena itu, heading pada Taruna Jaya FC sebaiknya tidak langsung diberikan dalam intensitas tinggi, tetapi dimulai dari pengenalan posisi tubuh, bola ringan, jarak dekat, dan frekuensi yang terbatas.

Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar pemain Taruna Jaya FC belum merata. Passing menjadi teknik dominan, sedangkan dribbling dan shooting menjadi prioritas utama perbaikan. Ketidakmerataan ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain frekuensi latihan yang belum spesifik, fasilitas latihan, perbedaan usia, pengalaman bermain, serta variasi maturasi biologis. Camata et al. (2025) menekankan bahwa penilaian keterampilan teknis pemain muda perlu mempertimbangkan usia dan ukuran tubuh agar evaluasi lebih adil. Dengan demikian, hasil penelitian ini sebaiknya digunakan sebagai evaluasi awal untuk menyusun program latihan yang lebih spesifik dan bukan sebagai generalisasi terhadap seluruh pemain usia 10–17 tahun.

Implikasi praktis dari hasil penelitian ini adalah pelatih perlu menyusun prioritas latihan berdasarkan kelemahan aktual pemain. Passing tetap dipelihara melalui latihan kombinasi dan permainan posisi. Dribbling perlu dilatih melalui rintangan, perubahan arah, duel satu lawan satu, dan tekanan lawan. Shooting perlu dilatih melalui variasi bola diam dan bola

bergerak, sasaran bertingkat, serta situasi penyelesaian akhir. Heading perlu diberikan secara bertahap dengan perhatian pada keselamatan, teknik kontak bola, posisi tubuh, dan ketepatan waktu lompatan. Evaluasi kemampuan teknik dasar juga perlu dilakukan secara berkala, misalnya setiap bulan, agar perkembangan pemain dapat dipantau secara objektif.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah sampel yang kecil, rentang usia yang lebar, belum tersedianya skor mentah individual, belum adanya pengelompokan berdasarkan usia atau posisi bermain, serta belum dilaporkannya koefisien validitas dan reliabilitas empiris instrumen. Oleh karena itu, penelitian berikutnya perlu melibatkan sampel yang lebih besar, membagi pemain berdasarkan kelompok usia, mencatat lama latihan dan posisi bermain, menyajikan skor mentah setiap tes, serta menguji reliabilitas instrumen secara lebih lengkap.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar sepak bola pemain Taruna Jaya FC usia 10–17 tahun di Kecamatan Wera, Kabupaten Bima belum merata pada setiap aspek. Passing merupakan teknik dasar paling dominan karena seluruh pemain berada pada kategori sangat baik, baik, dan cukup. Dribbling dan shooting menjadi teknik dasar paling lemah karena masing-masing memiliki 9 pemain atau 60,00% pada kategori kurang dan sangat kurang. Heading juga belum optimal karena 7 pemain atau 46,67% berada pada kategori kurang dan sangat kurang. Temuan ini hanya berlaku pada 15 pemain Taruna Jaya FC yang diteliti dan tidak dapat digeneralisasi untuk seluruh pemain sepak bola usia 10–17 tahun tanpa penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan pengelompokan usia yang lebih jelas.

REKOMENDASI

Rekomendasi praktis untuk pelatih adalah meningkatkan porsi latihan dribbling dan shooting karena kedua aspek tersebut memiliki persentase kategori kurang dan sangat kurang paling tinggi. Latihan dribbling dapat dilakukan melalui rintangan, perubahan arah, duel satu lawan satu, dan small-sided games. Latihan shooting dapat dilakukan melalui variasi bola diam, bola bergerak, umpan mendatar, umpan silang, dan sasaran bertingkat. Passing tetap perlu dipertahankan melalui latihan kombinasi dan permainan posisi, sedangkan heading perlu diberikan secara bertahap dengan memperhatikan keselamatan pemain usia muda.

Rekomendasi metodologis untuk penelitian berikutnya adalah melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, membagi pemain berdasarkan kelompok usia, mencatat posisi bermain dan lama latihan, menyajikan skor mentah setiap tes, serta melaporkan validitas dan reliabilitas instrumen. Penelitian lanjutan juga dapat menambahkan variabel kondisi fisik seperti kelincahan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan power tungkai agar faktor yang berkaitan dengan kemampuan teknik dasar dapat dianalisis secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, A., Williams, C., Hulse, M., Strudwick, A., Reddin, J., Howarth, L., Eldred, J., Hirst, M., & McGregor, S. (2023). Reliability and validity of soccer skill tests among youth players. Journal of Sports Sciences, 41(4), 455-466. https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2165120

Camata, T. V., Hunter, A. H., Smith, N. M. A., Crowther, M. S., Santiago, P. R. P., & Wilson, R. S. (2025). Using age- and size-corrected measures of technical skill to better assess the performances of youth soccer players. Applied Sciences, 15(9), 4658. https://doi.org/10.3390/app15094658

Clemente, F. M., Ramirez-Campillo, R., Afonso, J., & Sarmento, H. (2021). Effects of small-sided game interventions on the technical execution and tactical behaviors of young and youth team sports players: A systematic review and meta-analysis. Frontiers in Psychology, 12, 667041. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.667041

Duncan, M. J., Eyre, E. L. J., Clarke, N., Hamid, A., & Jing, Y. (2024). Importance of fundamental movement skills to predict technical skills in youth grassroots soccer: A machine learning approach. International Journal of Sports Science & Coaching, 19(3), 1042-1049. https://doi.org/10.1177/17479541231202015

Fahrezi, A., & Bulqini, A. (2025). Enhancing passing and dribbling skills: The impact of integrating small-sided games and speed endurance training. Journal of Sport and Exercise Science, 8(1), 64-70. https://doi.org/10.26740/jses.v8n1.p64-70

Hasyim, A. H., Haris, I., & Ramadhan, R. (2024). Basic soccer skills: A cross sectional study on junior high school students. Indonesian Journal of Sport Management, 3(2). https://doi.org/10.31949/ijsm.v3i2.7044

Iuliano, E., Bonavolontà, V., Ferrari, D., Bragazzi, N., Capasso, B., Kuvačić, G., & De Giorgio, A. (2023). The decision-making in dribbling: A video analysis study of U10 soccer players' skills and coaches' quality evaluation. Frontiers in Psychology, 14, 1200208. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1200208

King, M., Brown, M., Cox, J., McLellan, R., Towlson, C., & Barrett, S. (2024). Talent identification in soccer: The influence of technical, physical and maturity-related characteristics on a national selection process. PLoS ONE, 19(3), e0298359. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0298359

Nobari, H., Alves, A. R., Clemente, F. M., Perez-Gomez, J., Carlos-Vivas, J., & Ardigò, L. P. (2021). Associations between biological maturation, physical fitness, and technical performance in youth soccer players. Frontiers in Psychology, 12, 627538. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.627538

O'Connor, D., Larkin, P., & Williams, A. M. (2022). Talent identification and coaching practice in youth soccer: A systematic review. Science and Medicine in Football, 6(2), 143-155. https://doi.org/10.1080/24733938.2021.1903881

Parulian, T., Ruqayah, R., & Candra, O. (2026). Core skills in soccer: A study of basic dribbling, passing, and shooting techniques in youth players. Journal of Physical Activity and Sports, 7(2), 75-84. https://doi.org/10.53869/jpas.v7i2.384

Rahmoune, M. A., Selmi, O., Bouali, S., Bouassida, A., Alexe, D. I., Aldhahi, M. I., Cojocaru, A. M., Ştef, M., & Alexe, C. I. (2026). Effects of small-sided games and dribbling circuit training on physical and technical skills in youth soccer players. Scientific Reports, 16, 1731. https://doi.org/10.1038/s41598-025-31382-7

Santosa, A., & Firdaus, R. (2024). Development of soccer passing, dribbling, shooting technique skill instruments. Kinestetik: Jurnal Ilmiah

Pendidikan Jasmani, 8(2), 401-412. https://doi.org/10.33369/jk.v8i2.33728