



**TINJAUAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR FUTSAL PEMAIN
TAMAR U-16 KOTA PARIAMAN**

Mhd Adil Abdillah¹, Bafirman², Andri Gemaini³, Alimuddin⁴

¹Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

²Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

³Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

⁴Program Studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Email : adilabdillah1414@gmail.com

Received: artikel dikirim 19 Juni 2025; Revised: artikel revisi 13 Juli 2025; Accepted: artikel diterima 14 Agustus 2025

Mhd Adil Abdillah. 2025. Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Pemain Tamar U-16 Kota Pariaman

Review of Basic Futsal Technical Skills of Tamar U-16 Players from Pariaman City

Abstract:

This study aims to determine the Basic Futsal Technique skills of Tamar U-16 Players in Pariaman City. This study includes descriptive research with a quantitative approach, the population is Tamar Futsal Players in Pariaman City, totaling 52 people. In this study, the sample was taken using the Total Sampling Technique, totaling 25 people, namely U-16 players in Pariaman City. The research instrument used a 30-second passing and control test, a dribbling test over obstacles, a shooting test shooting at the target and a heading test. Analysis of the research data used a frequency distribution technique with a percentage calculation of $P = F / N \times 100\%$. The results of the analysis showed that the ability of basic passing and control techniques, basic shooting techniques, basic dribbling techniques and basic heading techniques were in the sufficient category.

Keywords: *Basic Techniques, Futsal*

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan Teknik Dasar Futsal Pemain Tamar U-16 Kota Pariaman. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, populasi adalah Pemain Tamar Futsal Kota Pariaman yang berjumlah 52 orang. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menjadi Teknik Total Sampling yang berjumlah 25 orang yang yaitu pemain U-16 Kota Pariaman. Instrumen penelitian menggunakan tes passing dan control durasi 30 detik, tes dribbling melewati rintangan, tes shooting menembak ke sasaran dan tes heading menyundul bola. Analisis data penelitian menggunakan Teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan presentase $P = F/N \times 100\%$ Hasil Analisis menunjukkan bahwa kemampuan Teknik dasar passing dan control, Teknik dasar shooting, Teknik dasar dribbling dan Teknik dasar heading berapda pada kategori cukup.

Kata Kunci: Teknik Dasar, Futsal.

How to Cite: Mhd Adil Abdillah ,Bafirman ,Andri Gemaini, Alimuddin (2025). Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Pemain Tamar U-16 Kota Pariaman. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(4), 117-126. doi:<https://doi.org/10.21831/jk.vXiY.00001>



PENDAHULUAN

Olahraga merupakan sebuah bentuk aktivitas yang bermanfaat untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan tubuh, baik secara fisik maupun mental. Menurut (Ilham et al., 2020), aktivitas fisik menjadi bagian dari rutinitas manusia yang berperan penting dalam membentuk kondisi tubuh dan mental yang sehat. Melaksanakan aktivitas fisik secara rutin dan teratur dapat membantu setiap individu menemukan bakat, sekaligus mengembangkan potensi yang dimilikinya, sehingga memberi manfaat bagi masyarakat dan lingkungan sekitar. Untuk meraih prestasi dalam bidang aktivitas fisik diperlukan pembinaan yang optimal, mencakup pembinaan jasmani, teknik, strategi, dan mental. (Oktavianus & Bahtiar, 2018)

Saat ini, terdapat banyak jenis olahraga yang berkembang di seluruh dunia, satu diantaranya ialah futsal. Futsal telah dimainkan sejak lama diberbagai dunia. Olahraga ini cukup terkenal secara global dan telah mengalami banyak berubah dari bentuk yang sederhana dan primitive hingga menjadi futsal modern yang digemari seluruh kalangan, termasuk anak-anak, orang dewasa, dan orang tua. Permainan futsal merupakan aktivitas fisik yang dinamis, di mana setiap pemain dituntut untuk terus bergerak dan memiliki keterampilan teknik yang baik dan determinasi tinggi. Dari sisi teknik, keterampilan dalam futsal hampir serupa dengan sepak bola, namun perbedaan utamanya terletak pada penggunaan telapak kaki (sole) untuk mengontrol atau menahan bola. Hal ini disebabkan oleh permukaan lapangan yang keras, sehingga pemain harus menjaga bola tetap dekat dengan kaki. Jika bola terlalu jauh dari kaki, maka dengan ukuran lapangan yang relatif kecil, lawan akan lebih mudah untuk merebutnya.

Futsal adalah olahraga yang dimainkan dengan cepat dan dinamis, dengan lima pemain di setiap tim, berbeda dari sepakbola yang memiliki sebelas pemain per tim. Ukuran bola dan lapangan futsal juga lebih kecil dibanding dengan sepakbola, dan peraturan permainannya berbeda. Aturan futsal telah diatur oleh FIFA sedemikian rupa untuk memastikan permainan berlangsung dengan fair play dan mengurangi risiko cedera (Fernando et al., 2021) Olahraga futsal telah berkembang pesat di Indonesia, yang terlihat dari semakin banyak kompetisi futsal yang digelar, baik di tingkatan umum, mahasiswa, ataupun pelajar, termasuk adanya Liga Futsal Indonesia. Futsal dikenal sebagai olahraga yang cukup cepat dan dinamis (Yuga Wibawa Sutiani et al., 2020). Futsal merupakan permainan yang melibatkan dua tim, masing-masing beranggotakan lima orang, terdiri dari empat pemain lapangan dan satu penjaga gawang. Popularitas futsal cukup tinggi karena dianggap sebagai versi mini dari sepak bola yang dapat dimainkan di area yang lebih terbatas, sehingga banyak orang lebih memilih futsal dibandingkan sepak bola karena lebih praktis dan mudah dimainkan.

Dari aspek psikologis, permainan futsal dapat menjadi sarana untuk menyalurkan dan memenuhi kebutuhan batin seperti rasa gembira, minat, hobi, maupun pembuktian diri. Dari sisi fisiologis, futsal bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan kemampuan fisik seperti kinerja jantung dan paru-paru, kelincahan, kecepatan, dan kekuatan tubuh. Sementara itu, dari segi sosial, futsal berperan sebagai wadah untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain atau lingkungan sekitar. Futsal sendiri dimainkan dengan mengandalkan sejumlah teknik dasar dan memiliki tujuan yang serupa dengan sepak bola, yakni memasukkan bola ke gawang lawan untuk meraih skor. Dalam permainan ini, setiap pemain dituntut untuk siap menerima dan mengoper bola dengan cepat meskipun berada di bawah tekanan lawan. Dengan ukuran lapangan yang lebih kecil dan jumlah pemain yang terbatas, futsal menuntut ritme permainan yang cepat dan dinamis.

Olahraga futsal merupakan permainan beregu. Tingkat kerja sama yang solid akan mendorong keberhasilan kelompok. Siapa pun yang berhasil mencetak skor tidaklah menjadi fokus utama, yang terpenting adalah tercapainya skor tersebut. Kemenangan maupun kekalahan merupakan bagian dari setiap cabang olahraga, namun jika mengalami kekalahan, hendaknya tetap dijalani dengan menjunjung martabat. Tidak ada individu yang dianggap paling berperan dalam sebuah tim; kesatuan tim yang kompak justru mampu menjadikan seorang pemain bersinar. Menurut pandangan Justin Lhaksana, futsal sebaiknya dilaksanakan dengan rasa gembira dan kepuasan. Ketika bermain sepenuh hati, tanpa tekanan, dan menikmati jalannya pertandingan, pencapaian prestasi akan lebih cepat diraih dibandingkan jika bermain di bawah beban. Hal ini menjadi aspek krusial bagi pelatih untuk dapat membangkitkan semangat para pemain.

Menurut (Hutomo et al., 2019) Terdapat lima keterampilan utama yang harus dikuasai, yakni mengoper, mengendalikan bola, menyundul, menggiring, dan menembak. Penguasaan kelima aspek ini mutlak bagi setiap pemain futsal, bahkan saat bermain di bawah tekanan tempo tinggi. Latihan sejak awal menjadi langkah penting membentuk pemain berkualitas dan profesional. Setiap teknik perlu dilatih secara berkesinambungan hingga menjadi keterampilan yang mampu diterapkan dalam berbagai situasi pertandingan.

Setiap pemain futsal perlu bermain secara efektif dan efisien, yang harus didukung oleh kekuatan fisik dan taktik yang tepat agar dapat mencapai hasil optimal dalam permainan. Teknik dasar futsal sangat perlu untuk dilakukan pengembangan dan dilatih, terutama karena futsal sering melibatkan gerakan bola yang tidak menentu. Dengan demikian, keterampilan mengendalikan, membawa bola, menembak, berakselerasi, dan menghentikan gerakan secara mendadak menjadi hal yang sangat dibutuhkan. Seorang pemain futsal wajib menguasai teknik

dasar secara optimal agar dapat menampilkan performa terbaik. Penguasaan teknik dasar futsal merupakan faktor krusial dalam meraih keberhasilan. Pencapaian tersebut tidak mungkin diraih tanpa latihan teratur, kesabaran, dan usaha yang sungguh-sungguh. Sinergi antara pemain secara individu maupun kolektif, disertai kemampuan teknis yang mumpuni, akan mempermudah perolehan prestasi tersebut (Theofani et al., 2023).

Tamar Futsal Kota Pariaman merupakan sebuah sarana atau wadah tempat pelatihan olahraga futsal di kota Pariaman yang aktif saat ini. Yang bertujuan untuk mendidik ataupun mengembangkan bakat dibidang olahraga futsal, sehingga diharapkan nantinya menciptakan para pemain futsal yang profesional.

Berdasarkan informasi dari pelatih tim Tamar Futsal, tim ini sering berpartisipasi dalam turnamen resmi di Sumatera Barat, tetapi hasil dari setiap pertandingan belum memenuhi harapan para pelatih maupun pemain sendiri, contohnya saat mengikuti pertandingan TSC GEN Closing Tournament di Kota Pariaman pada tahun 2023 namun hasil pertandingan mereka belum memuaskan baik bagi pelatih maupun pemain. Hanya mencapai babak 16 besar. Ada juga turnamen Komara cup pada tahun 2022 hanya mampu mencapai babak 8 besar. Hasil pertandingan mereka tidak konsisten. Ada berbagai faktor yang mungkin mempengaruhi rendahnya prestasi, seperti keterampilan teknik dasar, taktik, mental, dan kondisi umum.

Berdasarkan observasi yang dilaksanakan tanggal 3 dan 4 Juli 2024 terhadap atlet tamar futsal Kota Pariaman saat latihan, terlihat bahwa umpan yang dilakukan pemain Tamar Futsal U-16 Kota Pariaman sering tidak akurat sehingga serangan yang dibangun sering kali terputus atau tidak mencapai rekan satu tim. Hal ini membuat peluang mencetak gol menjadi lebih sulit, dan lawan lebih mudah merebut bola dan membalikkan serangan.

Pada akurasi tembakan pemain futsal Tim Tamar Futsal U-16 Kota Pariaman juga belum tepat sasaran. mengakibatkan peluang mencetak gol sering terbuang sia-sia, dan tekanan terhadap tim lawan berkurang. Selain itu, momentum serangan yang sudah dibangun menjadi kurang efektif, sehingga lawan memiliki kesempatan untuk merebut kendali permainan dan melakukan serangan balik.

Teknik menggiring bola yang dilakukan oleh pemain futsal Tim Tamar Futsal U-16 Kota Pariaman masih terlihat kurang baik. Bola menjadi sering dan mudah direbut oleh lawan, kemampuan untuk melewati pemain lawan menjadi terbatas, sehingga peluang menciptakan serangan berbahaya berkurang secara signifikan. Akibatnya, tim kesulitan dalam mempertahankan penguasaan bola dan mengatur tempo permainan.

Dilihat dari keterampilan menyundul bola oleh pemain futsal Tim Tamar Futsal U-16 Kota Pariaman masih belum akurat sehingga peluang untuk memanfaatkan umpan lambung atau bola-bola atas sering kali terbuang sia-sia. Akibatnya, tim kesulitan memaksimalkan peluang mencetak gol dari situasi bola mati atau serangan udara, dan lawan lebih mudah mengantisipasi dan merebut bola. Keterbatasan ini juga membatasi variasi serangan tim, membuat mereka lebih mudah ditebak oleh lawan.

Teknik mengontrol bola para pemain futsal Tim Tamar Futsal U-16 Kota Pariaman terlihat masih kurang tepat. Hal ini menimbulkan sering terjadinya kehilangan bola, yang membuat alur permainan tim menjadi terganggu. Selain itu, kesalahan dalam kontrol bola membuka peluang bagi lawan untuk merebut bola lebih cepat dan melancarkan serangan balik. Akibatnya, tim kesulitan menjaga penguasaan bola dan sulit mengembangkan strategi serangan yang efektif.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis *descriptive research*. Secara garis besar, *descriptive research* bertujuan menggambarkan suatu peristiwa atau fenomena secara terstruktur, faktual, dan tepat (Rengkuan et al., 2023). Bentuk *descriptive research* yang dipakai dalam studi ini adalah *observational research*, yakni metode yang dilakukan dengan mengamati atau mengukur berbagai variabel terkait subjek penelitian. Kegiatan penelitian dilaksanakan di lapangan futsal Tamar, Kota Pariaman, mulai bulan Juni 2025 hingga tuntas. Populasi diartikan sebagai seluruh elemen yang terlibat dalam penelitian, mencakup objek maupun subjek dengan karakteristik tertentu (Nur Fadhillah amin & Sabaruddin garancang, 2023). Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari seluruh atlet Tamar Futsal Kota Pariaman berjumlah 52 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling*, yaitu metode di mana tidak semua anggota populasi memiliki peluang sama untuk terpilih menjadi sampel. Pemilihan sampel dilakukan secara selektif dengan kriteria tertentu, difokuskan pada pemain U-16 Tamar Futsal Kota Pariaman berjumlah 25 orang. Pendapat (Nani Agustina, 2019) *research instrument* adalah sarana untuk mengumpulkan, mengolah, dan menafsirkan data dari responden melalui metode pengukuran yang konsisten. Instrumen tes yang diterapkan dalam penelitian ini, mengacu pada (Lalu Hulfian & Subakti, 2022) meliputi: (1) *passing-controlling test*, (2) *shooting test*, (3) *dribbling test*, dan (4) *heading test*. Data dianalisis menggunakan teknik *descriptive percentage analysis*.

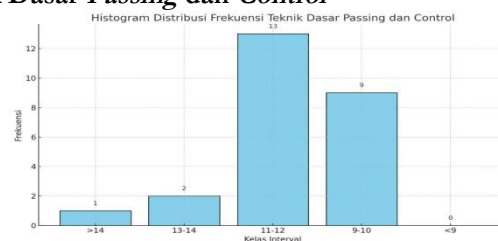
HASIL

1. Teknik Dasar *Passing* dan *Control*

Berdasarkan hasil tes Teknik dasar *passing* dan *control* didapat skor maksimum ialah 17 dan skor minimum 9. Kemudian didapat nilai mean (rata-rata) = 11.08 dan standar deviasinya 1.83. Agar jelas, deskripsi data kemampuan Teknik dasar *passing* dan *control* bisa diketahui di tabel di bawah yang terhubung dengan Lampiran 1 Halaman 73 :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Passing* dan *Control*

Kelas Interval	fa	fr	Kategori
>14	1	4%	Sangat Baik
13-14	2	8%	Baik
11-12	13	52%	Cukup
9-10	9	36%	Kurang
<9	0	0%	Sangat Kurang
Jumlah	25	100%	



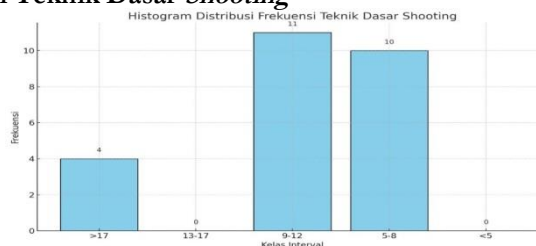
Berdasarkan table dan histogram di atas dari 25 orang sampel, Sebanyak 13 orang (52%) memiliki teknik dasar *passing* dan *control* dengan skor 11 sampai 12 yang termasuk dalam kategori Cukup. Kemudian, 9 orang (36%) berada pada rentang skor 9 sampai 10 dengan kategori Kurang. Selanjutnya, 2 orang (8%) memperoleh skor 13 sampai 14 yang tergolong Baik, dan hanya 1 orang (4%) yang memiliki skor di atas 14 dengan kategori Sangat Baik. Sementara itu, skor di bawah 9 tidak ada, sehingga kategori Sangat Kurang tidak ditemukan pada hasil penelitian ini.

2. Teknik Dasar *Shooting*

Berdasarkan hasil tes Teknik dasar *shooting* didapat skor maksimum ialah 20 dan skor minimum 6. Kemudian didapat nilai mean (rata-rata) = 11.24 dan standar deviasi 4. Supaya lebih jelas deskripsi data teknik *shooting* bisa diketahui di table dibawah ini yang terhubung dengan Lampiran 2 Halaman 74 :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Shooting*

Kelas Interval	fa	fr	Kategori
>17	4	16%	Sangat Baik
13-17	0	0%	Baik
9-12	11	44%	Cukup
5-8	10	40%	Kurang
<5	0	0%	Sangat Kurang
Jumlah	25	100%	



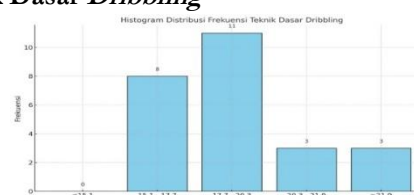
Berdasarkan table dan histogram diatas dari 25 orang sampel, Sebanyak 11 orang (44%) memiliki teknik dasar *shooting* dengan skor 9 sampai 12, yang termasuk dalam kategori Cukup. Selanjutnya, 10 orang (40%) berada pada rentang skor 5 sampai 8 dan masuk dalam kategori Kurang. Kemudian, 4 orang (16%) memperoleh skor di atas 17 yang tergolong Sangat Baik. Tidak terdapat peserta yang memiliki skor 13 sampai 17 dengan kategori Baik, maupun skor di bawah 5 dengan kategori Sangat Kurang.

3. Teknik Dasar *Dribbling*

Merujuk pada hasil pengujian keterampilan dasar *dribbling*, didapat rentang waktu pelaksanaan tes dengan catatan tercepat 15 detik dan terlama 24 detik. Selain itu, nilai rata-rata (*mean*) yang didapat adalah 19 detik dengan simpangan baku (*standard deviation*) sebesar 2,6 detik. Untuk gambaran lebih rinci mengenai data keterampilan *dribbling* tersebut, dapat dilihat pada tabel di bawah ini yang terhubung dengan Lampiran 3 halaman 75.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Dribbling*

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
<15,1 detik	0	0%	Sangat Baik
>15,1 - <17,7 detik	8	32%	Baik
>17,7 - <20,3 detik	11	44%	Cukup
>20,3 - <21,9	3	12%	Kurang



>21.9 detik	3	12%	Sangat Kurang
Jumlah	25	100%	

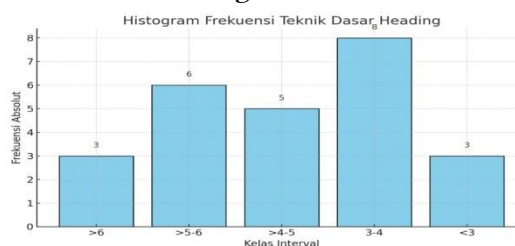
Berdasarkan tabel dan histogram di atas dari 25 orang sampel. Sebanyak 11 orang (44%) memiliki waktu dribbling lebih dari 17,7 sampai 20,3 detik, yang tergolong dalam kategori Cukup. Kemudian, 8 orang (32%) mencatat waktu dribbling lebih dari 15,1 sampai 17,7 detik dengan kategori Baik. Selanjutnya, 3 orang (12%) memiliki waktu lebih dari 20,3 sampai 21,9 detik dengan kategori Kurang, dan 3 orang (12%) lainnya memiliki waktu lebih dari 21,9 detik, termasuk dalam kategori Sangat Kurang. Sementara itu, tidak ada yang mencatat waktu kurang dari 15,1 detik, sehingga kategori Sangat Baik tidak ditemukan dalam hasil penelitian ini.

4. Teknik Dasar *Heading*

Berdasarkan hasil tes Teknik dasar *heading* didapatkan skor maksimum ialah 7 dan skor minimum 2.45. Kemudian didapatkan nilai mean (rata-rata) = 4.39 dan standar deviasinya 1.19. Agar lebih jelas, deskripsi data Teknik *heading* bisa diketahui di tabel berikut yang terhubung dengan Lampiran 4 Halaman 76 :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Teknik Dasar *Heading*

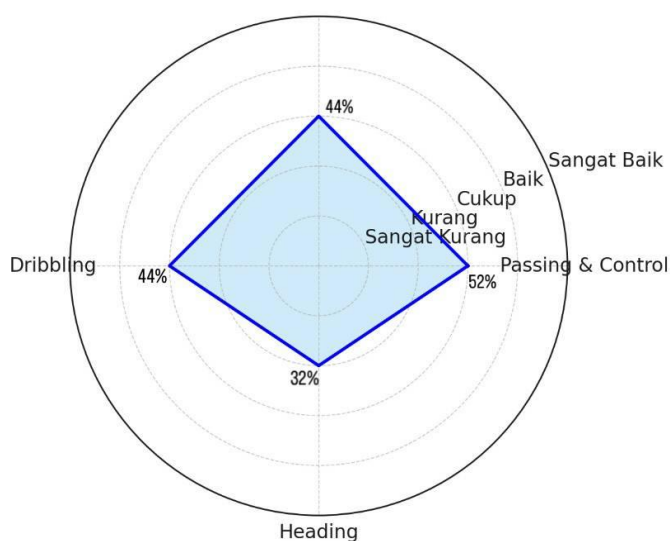
Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
>6	3	12%	Sangat Baik
>5-6	6	24%	Baik
>4-5	5	20%	Cukup
3-4	8	32%	Kurang
<3	3	12%	Sangat Kurang
Jumlah	25	100%	



Berdasarkan tabel sebelumnya dari 25 orang sampel, Sebanyak 8 orang (32%) mempunyai teknik dasar heading dengan skor 3 sampai 4, yang tergolong dalam kategori Kurang. Selanjutnya, 6 orang (24%) memperoleh skor lebih dari 5 sampai 6 dan masuk dalam kategori Baik. Kemudian, 5 orang (20%) memiliki skor lebih dari 4 sampai 5 dengan kategori Cukup, diikuti oleh 3 orang (12%) yang memiliki skor di atas 6 dengan kategori Sangat Baik, dan 3 orang (12%) lainnya memperoleh skor di bawah 3, termasuk dalam kategori Sangat Kurang.

5. Gambaran Umum Keterampilan Teknik Dasar Futsal secara Keseluruhan.

Untuk memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh terhadap keterampilan teknik dasar futsal pada atlet U-16 Tamar Kota Pariaman, maka hasil dari keempat aspek teknik dasar (passing dan control, shooting, dribbling, dan heading) digabungkan dalam bentuk visualisasi grafik laba-laba. Visualisasi ini menggambarkan nilai rata-rata (mean) dari masing-masing teknik dasar yang telah diperoleh dari hasil tes. Berikut grafik laba-laba dapat dilihat dibawah ini:



PEMBAHASAN

1. Keterampilan Teknik Dasar *Passing* dan *Control* Atlet Futsal U-16 Tamar Kota Pariaman.

Menurut teknik *passing* dan kontrol dalam futsal dipengaruhi oleh faktor kognitif dan fisik, terutama konsentrasi, kesadaran posisi, dan kelincuhan otot kaki. Dalam penelitian mereka, kemampuan ini secara signifikan memengaruhi akurasi operan pemain muda futsal. Hal ini menegaskan bahwa pelatihan yang efektif tidak sekadar fokus kepada aspek teknis tapi juga kondisi mental dan fisik pemain.

Berkaitan dengan teknik dasar bermain futsal, *Passing* ialah sebuah teknik dasar dalam permainan futsal yang penting. Mengingat ukuran lapangan yang kecil, *passing* harus dilakukan dengan keras dan akurat sebab bola bergerak sejajar bersama tumit pemain. Dalam futsal, hampir selama permainan mengandalkan *passing*, sehingga kesuksesan dalam memberi umpan sangat bergantung pada kualitas *passing* itu sendiri. *Passing* adalah proses melakukan pemindahan bola, baik mendarat maupun di udara, dari satu pemain menuju pemain lain dalam tim yang berjarak variasi. (Hutomo et al., 2019)

Dinamika permainan yang cepat dan aliran bola yang berpindah dengan intensitas tinggi antar pemain, menjadikan penguasaan teknik *passing* dan kontrol yang baik sebagai suatu keharusan. *Passing* memiliki tujuan untuk mengarahkan bola secara akurat kepada rekan satu tim, dengan sasaran ideal berada di sekitar mata kaki agar mudah dikuasai. Sementara itu, kontrol bola yang baik diperlukan agar pemain dapat menerima dan mengendalikan bola dengan tepat saat menerimanya (Arifin & Amirudin, 2024)

Kemampuan mengoper secara akurat memegang peranan penting dalam permainan futsal karena membantu rekan setim menerima bola dengan mudah. Salah satu keterampilan dasar dalam futsal adalah mengoper (*passing*), yaitu mengalirkan bola dengan kendali yang tepat sehingga sampai pada target yang diinginkan. Dalam praktiknya, *passing* pada futsal umumnya menggunakan sisi dalam kaki, tetapi dapat pula dilakukan dengan bagian luar kaki, punggung kaki, maupun ujung kaki. (Ibnu Fawwaz Daryadi & Juli Candra, 2023).

Keterampilan mengendalikan bola saat menerimanya menjadi salah satu unsur terpenting dalam futsal. Tanpa penguasaan yang baik dalam hal ini, akan sulit melakukan operan maupun menggiring bola. Ketika menyambut bola, posisi tubuh harus dipersiapkan sebagai sasaran yang lentur dengan cara menarik bagian tubuh yang digunakan untuk menerima, sehingga benturan dapat diminimalkan. Setiap pemain futsal wajib memiliki kemampuan menerima sekaligus menguasai bola dengan optimal, sebab dinamika dan situasi permainan futsal lebih rumit dibandingkan sepak bola. (Martin et al., 2022).

Meningkatkan kemampuan *passing* dan *kontrol* bola bukanlah hal yang mudah, karena memerlukan latihan yang terus-menerus dan dilaksanakan dengan berulang. Salah satu bentuk latihan operan yang dapat digunakan adalah *give-and-go pass*, yakni saat seorang pemain mengirim bola kepada rekan setim lalu segera bergerak maju untuk menerima umpan balik. Keberhasilan teknik operan sangat bergantung pada kemampuan menguasai bola dengan baik dan kepercayaan diri, sehingga umpan dapat sampai tepat ke rekan yang tidak mendapat kawalan lawan. Penguasaan operan yang optimal juga bisa dimanfaatkan sebagai taktik untuk membangun serangan dan menciptakan peluang tembakan ke gawang lawan. Meski demikian, kesalahan yang kerap terjadi adalah pemain mengayunkan kaki secara menyilang di depan tubuh ketika melakukan operan, yang menyebabkan tendangan menjadi lemah dan tidak bertenaga. Oleh karena itu, kemampuan teknik seseorang dalam melakukan *passing* mencerminkan seberapa baik ia menguasai keterampilan tersebut.

Selain itu, efektivitas *passing* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kekuatan otot kaki, kelincuhan, dan kecepatan gerak agar bola tidak mudah direbut lawan. Faktor lainnya meliputi pandangan mata, ayunan kaki, titik perkenaan bola dengan kaki, posisi tubuh, dan letak kaki tumpu di samping bola guna menjaga keseimbangan. Saat melakukan tendangan, arah dan kekuatan *passing* harus disesuaikan dengan situasi, misalnya tidak menendang terlalu keras jika hanya memberikan operan jarak dekat, namun juga tidak terlalu pelan agar bola tidak mudah direbut lawan.

Berdasarkan hal tersebut maka menurut analisa peneliti atlet wajib mengikuti latihan rutin, teratur Berdasarkan uraian tersebut, peneliti menilai bahwa setiap atlet perlu menjalani latihan secara rutin, terstruktur, dan mengikuti program yang dirancang pelatih, sehingga kemampuan *passing* dan *control* dapat berkembang lebih optimal. Untuk meningkatkan keterampilan *passing* dan *control* atlet U-16 Tamar di Kota Pariaman agar melakukan latihan *passing drop pass*, latihan *passing wall pass* dan latihan *passing* dan *control* dengan metode drill.

2. Keterampilan Teknik Dasar *Shooting* Atlet Futsal U-16 Tamar Kota Pariaman.

Shooting adalah teknik dasar yang krusial untuk mewujudkan, terutama untuk mencetak gol ke gawang lawan. Pemain perlu terus meningkatkan kemampuan *shooting* mereka untuk memperkuat serangan dan meraih kemenangan. Teknik *shooting* juga ialah elemen penting dalam pengembangan pola permainan tanpa *shooting* yang efektif, pengembangan strategi permainan tidak akan berhasil dengan baik (Teza Prabowo et al., 2021)

Teknik dasar *shooting* merupakan aspek penting yang mendukung keterampilan seorang pemain. Pemain yang kurang terampil dalam teknik *shooting* mungkin mengalami kesulitan, terutama karena tidak selalu memungkinkan untuk mendekat ke gawang, dan kadang-kadang perlu melakukan tembakan dari jarak jauh. Ketepatan dan kecepatan *shooting* sangat penting untuk mencetak gol. Untuk mencapai *shooting* yang akurat dan terarah, latihan teknik *shooting* futsal diperlukan untuk mengembangkan naluri dan membiasakan pemain melakukan tembakan dengan tepat, cepat, dan kuat. Agar bisa mencetak lebih banyak gol dalam pertandingan, penting untuk meningkatkan metode latihan, termasuk menggunakan metode modifikasi gawang, guna mengembangkan keterampilan *shooting* dengan lebih baik (Ruvino et al., 2020)

Teknik shooting dalam futsal sangat mengandalkan koordinasi antara kekuatan kaki, posisi tubuh, dan pengambilan ruang dalam waktu singkat. Menurut jurnal Kinestetik oleh , pengembangan alat latihan akurasi shooting yang valid secara teknis sangat mendukung pembelajaran shooting yang lebih efektif karena pemain bisa membiasakan diri menembak tepat sasaran dalam berbagai situasi permainan nyata.

Shooting dalam futsal harus dapat dilakukan dari berbagai posisi di lapangan. Seorang pemain dituntut untuk memiliki kemampuan melakukan shooting dengan tingkat akurasi yang tinggi, bukan semata-mata mengandalkan kekuatan. Penguasaan teknik shooting dari berbagai sudut atau posisi membutuhkan dukungan dari faktor keseimbangan tubuh dan koordinasi gerak yang baik dari setiap pemain (Anggita et al., 2023).

Peneliti dapat menyimpulkan Teknik *shooting* adalah keterampilan dasar yang cukup krusial dalam futsal untuk mewujudkan kesempatan dan mencetak gol ke gawang lawan. Ada dua teknik utama dalam *shooting*, yakni memakai punggung kaki atau ujung kaki. Meskipun teknik ini terlihat sederhana, membutuhkan konsentrasi dan akurasi tinggi agar tembakan bisa tepat sasaran. Peningkatan kemampuan *shooting* melalui latihan yang efektif dan metode seperti modifikasi gawang sangat penting untuk memperkuat serangan dan mengembangkan strategi permainan, dan untuk membantu pemain mencetak lebih banyak gol dan meraih kemenangan.

3. Keterampilan Teknik Dasar *Dribbling* Atlet Futsal U-16 Tamar Kota Pariaman.

Menggiring bola (*dribbling*) merupakan salah satu kemampuan utama yang wajib dimiliki setiap pemain futsal. *Dribbling* adalah keahlian pemain dalam mengontrol bola sebelum mengarahkannya kepada rekan setim untuk membangun peluang mencetak gol. Tujuan dari aksi menggiring bola mencakup: mendekati sasaran, melewati lawan, dan memperlambat permainan. Teknik dasar *dribbling* adalah membawa bola dengan kaki untuk mendekati bola ke sasaran sebelum dioper atau dimasukkan ke gawang. *Dribbling* juga dianggap sebagai seni dalam menguasai bola sebelum menciptakan peluang gol.

Kemampuan melaksanakan *dribbling* dengan baik bisa memberi keuntungan strategis bagi pemain maupun tim, seperti mewujudkan kesempatan mencetak gol, mempertahankan bola dalam penguasaan tim, dan menghadapi tekanan dari lawan. Sasaran utama *dribbling* ialah melewati lawan atau mempertahankan penguasaan bola (Khairin Fazri et al., 2024). Kemampuan menggiring bola dengan baik bisa memberi peluang besar bagi pemain dan tim, seperti menciptakan peluang mencetak gol, mempertahankan bola, dan menghadapi tekanan dari lawan. Dalam penguasaan *dribbling* pada permainan futsal, semakin tinggi keterampilan pemain dalam mengendalikan bola, semakin cepat dan tepat kerjasama tim akan terbentuk. Keterampilan menggiring bola harus menjadi fokus penting bagi atlet dan semua pemain, karena kemampuan *dribbling* yang baik memungkinkan pemain membuat keputusan yang tepat untuk menjaga bola dari lawan.

Keadaan fisik pemain cukup mempengaruhi latihan kelincahan, umumnya ketika *dribbling* dalam futsal. Semakin mahir seorang pemain dalam menggiring bola melewati lawan dan menjaga bola agar tidak direbut, semakin besar peluang untuk mencetak gol dan mengendalikan permainan. Oleh karena itu, latihan kelincahan menjadi keterampilan penting yang harus dikuasai pemain futsal untuk mencapai tujuan permainan dengan sukses (Wisnu Ardi Nugroho et al., 2023)

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa pemain perlu menjalani latihan secara konsisten, terjadwal, dan mengikuti program yang telah disusun oleh pelatih, sehingga kemampuan *dribbling* dapat berkembang lebih optimal di masa mendatang. Untuk atlet U-16 Tamar Kota Pariaman, direkomendasikan melakukan latihan peningkatan kelincahan dan penguasaan teknik *dribbling*.

4. Keterampilan Teknik Dasar *Heading* Atlet Futsal U-16 Tamar Kota Pariaman

Heading adalah teknik menggunakan kepala untuk mengendalikan bola, mengoperkannya kepada rekan satu tim, atau mengarahkan bola masuk ke gawang. Cara yang tepat dilakukan dengan memanfaatkan bagian dahi sambil tetap membuka mata, bukan dengan ubun-ubun. Bagi mereka yang memahami permainan sepak bola, sundulan merupakan salah satu keterampilan yang sangat penting. Dalam futsal, teknik ini hampir sama seperti di sepak bola, walaupun penggunaannya relatif jarang. Ada istilah *driving header*, yaitu jenis sundulan yang menuntut latihan teratur karena tingkat kesulitannya tinggi. Pemain perlu menjaga kestabilan tubuh, mengatur momen yang tepat, dan membaca arah datangnya bola dengan teliti agar sundulan dapat dilakukan secara presisi menuju sasaran (Rohman et al., 2021).

Teknik sundulan (*heading*) dalam sepak bola tidak hanya menuntut kemampuan memanfaatkan kepala, tetapi juga melibatkan kerja otot perut, otot leher, dan koordinasi anggota tubuh lainnya. Seorang pemain sepak bola perlu memahami berbagai bentuk gerakan dan tujuan dari *heading*. Sundulan memegang peranan penting bagi keberhasilan tim, karena dapat dimanfaatkan untuk mengoper bola, melakukan pertahanan, membangun serangan, hingga mencetak gol. Setiap variasi teknik *heading* memiliki perbedaan dalam hal jarak, kecepatan, dan ketepatan arah bola (Arya Tandra et al., 2021)

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa pemain perlu menjalani latihan secara konsisten, terjadwal, dan mengikuti program yang telah disusun oleh pelatih agar kemampuan *heading* dapat berkembang lebih baik di masa mendatang. Untuk atlet U-16 Tamar Kota Pariaman, direkomendasikan untuk atlet U-16 Tamar Kota Pariaman agar melakukan latihan *heading* yang bervariasi, terstruktur, dan bertahap sangat diperlukan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *heading*.

5. Keterampilan Teknik Dasar Atlet Futsal U-16 Tamar Kota Pariaman.

Dengan melihat keempat aspek secara menyeluruh, dapat disimpulkan bahwa penguasaan teknik dasar atlet futsal U-16 Tamar Kota Pariaman masih belum merata. Keseimbangan antar teknik dasar sangat penting agar setiap pemain dapat berkontribusi secara maksimal dalam berbagai situasi pertandingan. Oleh karena itu, pelatih diharapkan dapat menyusun program latihan terstruktur dan sistematis, yang mencakup penguatan pada teknik yang sudah cukup baik, dan pengembangan pada aspek teknik yang masih tergolong lemah. Pendekatan latihan ini diharapkan mampu menghasilkan atlet dengan keterampilan teknik dasar yang lebih optimal dan siap berkompetisi di level yang lebih tinggi.

SIMPULAN

1. Kualitas keterampilan teknik dasar *passing* dan *control* berada pada kategori sebagian besar cukup (52%), sisanya kategori kurang (36%), baik (8%), sangat baik (4%), sangat kurang tidak ada.
2. Kualitas keterampilan teknik dasar *shooting* ada di kategori sebagian besar cukup (44%), sisanya kategori kurang (40%), sangat baik (16%), baik dan sangat kurang tidak ada.
3. Kualitas keterampilan teknik dasar *dribbling* berada pada kategori sebagian besar cukup (44%), sisanya kategori baik (32%), kurang dan sangat kurang (12%), sangat baik tidak ada.
4. Kualitas keterampilan teknik dasar *heading* berada pada kategori sebagian besar kurang (32%). Sisanya kategori baik (24%), cukup (20%), sangat baik dan sangat kurang (12%)
5. Kualitas pada teknik dasar *passing & control*, *shooting* dan *dribbling* berada pada kategori cukup, sedangkan pada teknik dasar *heading* berada pada kategori kurang

DAFTAR PUSTAKA

- Anggita, P. G. D., Nurhidayat, N., & Kustiawan, A. A. (2023). Kemampuan Shooting Futsal Ditinjau Dari Koordinasi Mata-Kaki dan Power Otot Tungkai. *Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(1), 93–94.
- Arifin, R., & Amirudin, A. (2024). Analisis Tingkat Passing dan Control Pemain Futsal di Ekstrakurikuler SMPN 13 Banjarbaru Info Artikel. *Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(2), 224–225.
- Arya T candra, Ma'rup Indra Kusumua, & Ach. Zayul Mustain. (2021). Analisis Biomekanika Teknik Heading Terhadap Tingkat Akurasi, Jarak dan Kecepatan Laju Bola. *Journal of Science and Technology Naskab*, 2(1), 22–37.
- Fernando, I., Hidayat, S., Chandra, K., Kusuma, A., & Pko, P. (2021). TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN FUTSAL PADA AKADEMI SEMARAPURA UNITED. *Journal Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesba*, 12(2).
- Hutomo, A. S., Kristiyanto, A., & Purnama, S. K. (2019). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Melalui Penggunaan Media Video pada Mahasiswa Putra Penghobi Futsal. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*.
- Ibnu Fawwaz Daryadi, & Juli Candra. (2023). Pengaruh Metode Latihan Bermain Dalam Meningkatkan Teknik Dasar Passing Terhadap Atlet usia 10-12 tahun Akademi Always Futsal Kota Bekasi. *Jurnal Prestasi*, 7(2), 70–76.
- Khairin Fazri, M., Arifin, R., & Amirudin, A. (2024). Analisis Keterampilan Dribbling dalam Permainan Futsal pada Peserta Ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Swasta Darul Ilmi. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 5(2), 182–188.
- Lalu Hulfian, & Subakti. (2022). Tingkat Validitas dan Reabilitas Instrument tes keterampilan bermain futsal. *Journal Inovasi Riset Akademik*, 2(1), 27–34.
- Martin, R., Satinem, Y., & Fikri, A. (2022). Analisis Teknik Dasar Pemain Futsal TIM Prasetya Unites Lubuk Linggau. *Jurnal Kesehatan Jasmani, Kesehatan Rekreasi*, 2(2), 73–78.
- Nani Agustina. (2019). Mengukur Kualitas Layanan Sistem Informasi Akademik Pada SMP Uswatun Hasanah Jakarta. *Paradigma*, 19(1), 61–68.
- Nur Fadhillah amin, & Sabaruddin garancang. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel Dalam Penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 15–31.
- Oktavianus, I., & Bahtiar, S. (2018). Bentuk Latihan Pliometrik, Latihan Beban Konvensional Memberikan Pengaruh Terhadap Kemampuan Three Point Shoot Bolabasket. *Jurnal Peforma Olahraga*, 3(01), 21–29.
- Rengkuan, N. H. M., Liando, D. M., & Monintja, D. K. (2023). Efektifitas Kinerja Pemerintah Dalam Program Reaksi Respon Realief Daerah (R3D) Di Kabupaten Minahasa. *JURNAL GOVERNANCE*, 3(1), 1–11.
- Rohman, A., Ismaya, B., & Syafei, M. M. (2021). Survei Teknik Dasar Passing Kaki Bagian Dalam Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMK Pamor Cikampek. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(6), 357–366. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5632568>
- Ruvino, F., Iqbal, M., & Hasani, I. (2020). Upaya Meningkatkan Keterampilan Shooting Futsal melalui Metode Modifikasi Gawang. *Jurnal STKIP Kusumanegara*, 2(1), 131–137.
- Teza Prabowo, Martiani, & Banat. (2021). Analisis Tingkat Keterampilan Shooting Futsal di Akademi Vamos U-19 Kota Bengkulu. *Jurnal Unived*, 2(2), 40–44.
- Theofani, A., Manuk, Y., Sulistiya, F., & Wibowo, A. T. (2023). Tingkat Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Peserta UKM Futsal Universitas Mercu Buana Yogyakarta. *Physical Education*, 7(1), 103–108.
- Wisnu Ardi Nugroho, Muh. Isna Nurdin, & M. Kes, U. H. Z. (2023). Efektivitas Model Latihan Dribble X-Pattern Dan Dribble Figure Eight Terhadap Kelincahan Dribbling Bola Pada Pemain Futsal Putra Club AFK Rembang.

Seminar Nasional Ke-Indonesia VIII, 2(1), 1963–1972.

Yuga Wibawa Sutiani, Febi Kurniawan, Citra Resita, Qorry Armen, & Gemael. (2020). Tingkat Keterampilan Dasar Futsal Pada Ekstrakurikuler Futsal Nihayatul Amal Purwasari. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(II), 124–130.