

**PROFIL KETERAMPILAN *PASSING* SEPAK BOLA
PADA SISWA SEKOLAH DASAR**

Muhammad Luthfy Fuady^{1*}, Firman Maulana²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia

* *Coressponding Author*: luthfyfuady@gmail.com

Keterangan

Rekam Jejak:
Submitted; Januari 2026
Revised; Februari 2026
Accepted; Maret 2026

Kata Kunci:
Keterampilan;
Passing;
Sepak Bola;
Siswa;
Sekolah Dasar.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan passing bawah dalam permainan sepak bola mini pada siswa kelas V dan VI di SDN 01 Cibodas Bojong Genteng. Passing bawah merupakan teknik dasar penting yang berperan dalam menjaga penguasaan bola dan membangun kerja sama tim, namun banyak siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukannya dengan benar. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan sampel 20 siswa yang dipilih secara acak. Instrumen penelitian berupa lembar observasi keterampilan passing bawah yang meliputi tiga indikator, yaitu sikap awal, pelaksanaan gerakan, dan gerakan lanjutan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan siswa sebagian besar berada pada kategori Baik (45%) dan Cukup (45%), sedangkan kategori Sangat Baik dan Kurang masing-masing 5%. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa telah memahami teknik dasar passing bawah, tetapi masih perlu peningkatan pada aspek kekuatan dan arah bola. Disarankan agar guru PJOK memberikan latihan berulang dengan metode permainan yang menarik serta melakukan evaluasi berkala untuk meningkatkan keterampilan siswa.

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan olahraga permainan beregu yang paling populer di dunia, termasuk di Indonesia. Olahraga ini tidak hanya dimainkan di level profesional, tetapi juga sangat digemari oleh pelajar di sekolah dasar karena sifatnya yang kompetitif, menyenangkan, serta dapat menumbuhkan kerja sama tim (Sutopo dkk., 2022). Namun, penyelenggaraan sepak bola dalam bentuk permainan tradisional di sekolah seringkali terkendala keterbatasan fasilitas, seperti ukuran lapangan yang luas, jumlah pemain yang banyak, serta peralatan yang tidak selalu tersedia.

Sebagai solusi, muncul sepak bola mini yang merupakan hasil modifikasi dari sepak bola tradisional. Sepak bola mini menggunakan lapangan yang lebih kecil, jumlah pemain lebih sedikit, serta aturan permainan yang lebih fleksibel, sehingga sesuai dengan kondisi sekolah dasar yang memiliki keterbatasan sarana (Achmad Widodo dkk., 2025; Albaihaqi, 2022). Selain itu, permainan ini dapat meningkatkan intensitas keterlibatan setiap pemain, karena frekuensi menyentuh bola lebih tinggi dibanding sepak bola reguler. Hal ini sangat bermanfaat untuk perkembangan keterampilan dasar siswa.

Salah satu keterampilan paling fundamental dalam sepak bola mini adalah passing bawah. Passing bawah didefinisikan sebagai teknik menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki, atau bagian luar kaki untuk mengoper bola kepada rekan setim (Christiawan dkk., 2019; Rustanto, 2017). Teknik ini berfungsi membangun serangan, mengatur ritme permainan, serta menjaga penguasaan bola dalam tim. Bahkan sebagian besar pola permainan dalam sepak bola diawali dan ditopang oleh keterampilan passing yang baik. Dengan demikian, passing bawah tidak hanya merupakan keterampilan teknis, tetapi juga merupakan kunci keberhasilan kerja sama tim.

Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar masih sering menghadapi kesulitan dalam menguasai passing bawah. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti pada kegiatan O2SN di SDN 01 Cibodas Bojong Genteng, ditemukan berbagai kekurangan, seperti posisi kaki tumpu yang salah, perkenaan bola yang tidak tepat (cenderung mengenai bagian bawah bola), serta kecenderungan bola melambung saat dipassing. Selain itu, aspek psikologis seperti kurangnya kepercayaan diri juga menjadi kendala dalam melakukan passing dengan baik. Kondisi ini berdampak pada efektivitas permainan dan kerja sama tim di lapangan.

Melihat pentingnya penguasaan keterampilan passing bawah bagi siswa sekolah dasar, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai sejauh mana keterampilan tersebut sudah dimiliki oleh siswa. Oleh karena itu, penelitian ini berjudul “Tes Keterampilan Passing Bawah pada Permainan Sepak Bola Mini untuk Siswa Kelas V dan VI di SDN 01 Cibodas Bojong Genteng”, dengan tujuan mendeskripsikan tingkat keterampilan passing bawah siswa melalui tes terstandar.

METODE

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif, karena data diperoleh dalam bentuk angka hasil pengukuran (Sugiyono, 2019). Metode deskriptif dipilih untuk menggambarkan kondisi nyata di lapangan tanpa manipulasi variabel (Arikunto, 2019). Populasi penelitian adalah 70 siswa kelas V dan VI, dengan sampel 20 siswa yang dipilih menggunakan random sampling. Instrumen penelitian berupa lembar observasi keterampilan passing bawah, mencakup sikap awal, pelaksanaan gerakan, dan gerakan lanjutan, dengan penilaian skala 1–4.

Tabel 1. Rubrik Observasi Keterampilan *Passing* Sepak Bola

No.	Aspek yang Dinilai	Indikator Penilaian	Skor 1	Skor 2	Skor 3	Skor 4
1	Sikap Awal	Posisi kaki tumpu di samping bola Sikap badan seimbang Pandangan mata ke arah sasaran				
2	Pelaksanaan Gerakan	Perkenaan kaki tepat pada bagian dalam & tengah bola Arah bola sesuai target Kekuatan tendangan sesuai jarak				
3	Gerakan Lanjutan	Posisi tubuh mengikuti arah bola Keseimbangan tubuh terjaga Siap melanjutkan permainan				
		Total				

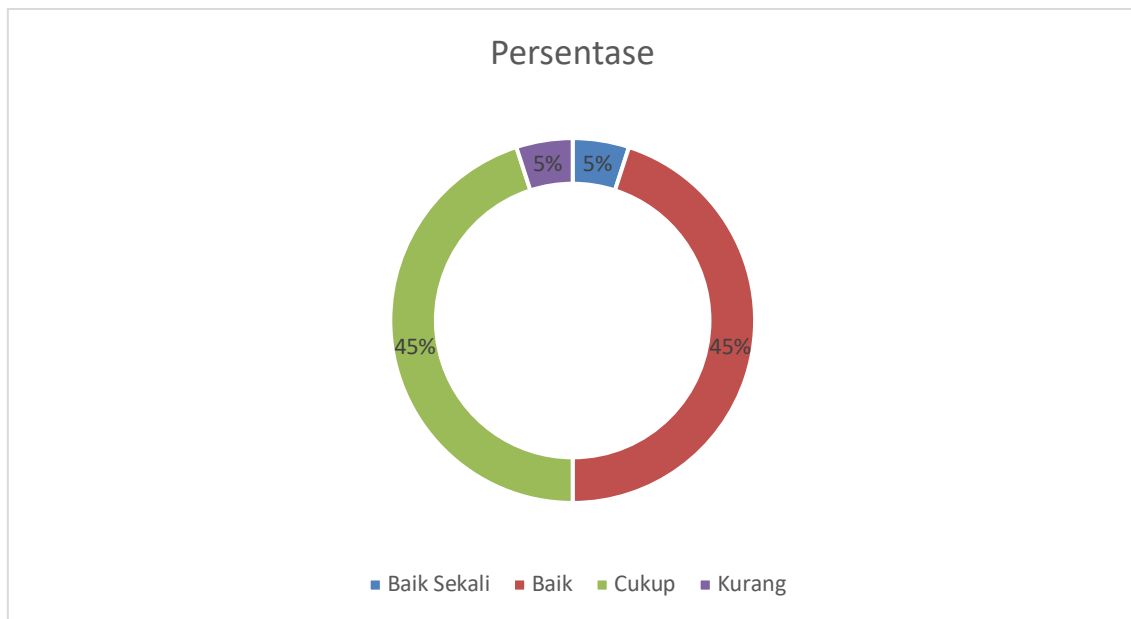
HASIL & PEMBAHASAN

Hasil

Tes keterampilan *passing* bawah dalam permainan sepak bola mini dilakukan terhadap 20 siswa kelas V dan VI SDN 01 Cibodas Bojong Genteng yang dipilih secara acak melalui teknik *random sampling* dari total populasi 70 siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana penguasaan teknik dasar para siswa melalui proses evaluasi yang terstruktur dan objektif. Penilaian performa dilakukan secara langsung menggunakan lembar observasi khusus dengan instrumen penilaian berskala 1–4 untuk menjamin akurasi data. Melalui pendekatan sampling ini, karakteristik kemampuan motorik siswa di tingkat kelas tinggi dapat terwakili secara proporsional. Seluruh peserta yang terpilih diwajibkan mengikuti rangkaian tes visual dan praktik untuk memetakan capaian keterampilan olahraga mereka.

Proses evaluasi ini didasarkan pada tiga indikator utama yang mencakup seluruh rangkaian biomekanika gerakan menendang. Indikator pertama adalah sikap awal yang menilai posisi kaki tumpu, kesiapan sikap badan, dan fokus pandangan mata siswa sebelum menyentuh bola. Selanjutnya, indikator pelaksanaan gerakan mengukur secara detail ketepatan perkenaan kaki dengan bola, akurasi arah bola, serta kontrol kekuatan tendangan yang dihasilkan. Terakhir, aspek gerakan lanjutan dievaluasi melalui pengamatan terhadap posisi tubuh setelah menendang, kemampuan menjaga keseimbangan, serta kesiapan mental dan fisik siswa untuk melanjutkan permainan. Ketiga fase penilaian ini menjadi standar baku untuk melihat kesempurnaan teknik *passing* bawah yang dilakukan oleh setiap peserta.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa keterampilan *passing* bawah siswa secara umum terbagi rata ke dalam dua kategori utama, yaitu kategori Baik sebesar 45% dan kategori Cukup sebesar 45%. Angka tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa sebenarnya telah memahami dan mampu mempraktikkan teknik dasar sepak bola mini dengan visualisasi yang benar. Kendati demikian, hasil evaluasi tetap mencatatkan adanya ruang yang cukup besar untuk evaluasi dan peningkatan performa fisik. Beberapa aspek krusial seperti konsistensi arah bola dan kontrol kekuatan tendangan teridentifikasi sebagai kelemahan utama yang masih memerlukan perbaikan. Oleh karena itu, program latihan yang lebih intensif dan terfokus pada akurasi sangat disarankan untuk menyempurnakan keterampilan motorik mereka ke depan.



Gambar 1. Rekapitulasi Hasil Penelitian

Pembahasan

Analisis mendalam per indikator menunjukkan bahwa aspek sikap awal siswa kelas V dan VI SDN 01 Cibodas Bojong Genteng sudah berada pada jalur yang tepat. Sebagian besar peserta didik telah mampu mendemonstrasikan penempatan kaki tumpu di samping bola dengan cukup kokoh dan stabil. Selain itu, sikap badan mereka saat bersiap menendang juga sudah menunjukkan postur yang ideal untuk melakukan *passing*. Kendati demikian, tim peneliti masih menemukan catatan minor terkait fokus visual para siswa di lapangan. Mayoritas dari mereka ternyata masih kurang fokus dalam menjaga pandangan mata ke arah bola menjelang momentum perkenaan.

Memasuki fase pelaksanaan gerakan, kemampuan teknis siswa mulai memperlihatkan variasi tantangan yang lebih kompleks. Secara mekanis, para siswa sebenarnya sudah mampu menggunakan bagian dalam kaki mereka untuk menendang bola sesuai dengan instruksi dasar. Namun, kendala utama yang muncul ke permukaan adalah rendahnya kontrol terhadap arah laju dan kekuatan bola yang dihasilkan. Bola sering kali bergulir terlalu lemah atau justru melenceng jauh dari target yang telah ditentukan akibat perkenaan yang belum konsisten. Fenomena ini menandakan bahwa koordinasi motorik halus siswa dalam menyalurkan tenaga ke bola masih memerlukan pengasahan yang lebih intensif.

Sementara itu, pada indikator gerakan lanjutan (*follow through*), performa yang ditunjukkan oleh para peserta secara umum relatif memuaskan. Mayoritas siswa telah berhasil menunjukkan keseimbangan tubuh yang baik setelah kaki mereka mengayun dan melepaskan tendangan. Kemampuan menjaga titik berat badan ini sangat penting agar pemain tidak mudah terjatuh dan dapat segera memulihkan posisi. Walaupun demikian, pengamatan objektif di lapangan mencatat bahwa masih ada sebagian kecil siswa yang kehilangan stabilitas sesaat setelah menendang. Kelompok kecil ini biasanya mengalami sedikit limbung atau salah menapakkan kaki kembali ke tanah akibat momentum ayunan yang berlebihan.

Secara umum, akumulasi data ini menegaskan bahwa keterampilan *passing* bawah siswa SDN 01 Cibodas Bojong Genteng sudah termasuk dalam kategori yang baik. Fondasi gerak mereka telah terbentuk, tetapi struktur mekanika gerakannya masih perlu disempurnakan secara menyeluruh. Fokus utama perbaikan ke depan harus diarahkan pada peningkatan sensitivitas kontrol bola serta penyelarasan koordinasi gerak tubuh yang lebih harmonis. Tanpa adanya sinkronisasi yang baik antara mata, kaki, dan ayunan tubuh, efektivitas operan akan sulit dicapai.

Oleh karena itu, pengulangan gerak yang terpola menjadi kunci utama untuk mengatasi hambatan teknis yang dihadapi siswa.

Temuan empiris di lapangan ini ternyata sangat sejalan dengan landasan teoretis yang dikemukakan oleh para ahli kepelatihan olahraga. Luxbacher (2012) menyatakan bahwa keterampilan dasar dalam sepak bola tidak hadir secara instan, melainkan harus dikembangkan melalui latihan berulang yang sistematis. Pemikiran tersebut diperkuat oleh Sukadiyanto (2019) yang menegaskan pentingnya bimbingan teknik yang tepat dari seorang instruktur untuk membentuk otomatisasi gerak yang benar. Kombinasi antara repetisi yang konsisten dan koreksi langsung dari guru akan mempercepat proses adaptasi motorik anak. Dengan demikian, landasan teori ini memberikan justifikasi kuat bahwa kekurangan siswa dalam mengontrol bola dapat diatasi dengan intervensi pembelajaran yang terstruktur.

Melihat hasil tersebut, implikasi praktis bagi guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah menjadi sangat krusial. Guru dituntut untuk segera merancang dan memberikan materi latihan teknik yang lebih spesifik, khususnya yang berfokus pada akurasi arah dan sentuhan bola. Agar proses pembelajaran tidak membosankan bagi anak seusia sekolah dasar, modifikasi latihan dapat dikemas menggunakan pendekatan permainan yang menyenangkan (*game-based learning*). Selain itu, guru juga wajib melakukan evaluasi berkala yang terencana dengan baik demi memantau perkembangan keterampilan siswa dari waktu ke waktu. Melalui pemantauan yang kontinu, guru dapat mendeteksi perkembangan setiap individu secara lebih adekuat dan presisi.

Dalam pelaksanaannya di lapangan, penelitian ini tidak terlepas dari berbagai kendala nyata yang cukup dinamis. Faktor eksternal seperti kondisi cuaca yang tidak menentu sering kali memaksa jadwal latihan dan pengambilan data menjadi terhambat. Tantangan ini semakin diperumit oleh keterbatasan alokasi waktu mata pelajaran PJOK di sekolah yang relatif singkat untuk melakukan latihan intensif. Di sisi lain, peneliti juga harus beradaptasi dengan perbedaan kemampuan fisik yang kontras antar siswa serta keterbatasan jumlah bola yang tersedia. Meskipun dihadapkan pada rentetan hambatan tersebut, penelitian ini tetap dapat berjalan dengan lancar dan berhasil menghasilkan data yang valid sekaligus objektif untuk menggambarkan kemampuan *passing* bawah siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di SDN 01 Cibodas Bojong Genteng, dapat disimpulkan bahwa keterampilan *passing* bawah sepak bola mini siswa kelas V dan VI secara umum berada pada kategori Baik (45%) dan Cukup (45%). Secara rinci, aspek sikap awal siswa sudah dinilai cukup baik pada penempatan kaki tumpu dan posisi badan, meskipun fokus pandangan mata terhadap bola sebelum menendang masih perlu ditingkatkan. Pada fase pelaksanaan, siswa telah mampu menendang menggunakan kaki bagian dalam, namun kontrol arah dan kekuatan bola masih menjadi kelemahan utama yang mengurangi akurasi tendangan. Sementara itu, indikator gerakan lanjutan menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik mampu menjaga keseimbangan tubuh dengan baik, walaupun sebagian kecil di antaranya masih kehilangan koordinasi setelah bola ditendang. Secara keseluruhan, capaian keterampilan *passing* bawah para siswa ini telah menunjukkan tren perkembangan yang positif. Melalui penerapan latihan yang rutin, bimbingan teknik yang tepat, serta metode pembelajaran yang menyenangkan, kualitas performa motorik siswa di lapangan diyakini akan terus meningkat secara signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Widodo, dkk. (2025). *Sepak Bola Mini: Konsep dan Implementasi*. Jakarta: Penerbit Olahraga Nusantara.
- Albailhaqi. (2022). *Sepak Bola Mini sebagai Sarana Pengembangan Motorik Anak*. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 4(2), 77–85.
-

- Ali, A. (2011). Measuring soccer skill in performance. *Journal of Sports Sciences*, 29(2), 171-183. <https://doi.org/10.1080/02640414.2010.516270>
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Christiawan, R. D., dkk. (2019). *Dasar-Dasar Teknik Sepak Bola*. Bandung: Alfabeta.
- Destriana, D., Destriani, D., & Paramitha, S. T. (2020). Model pembelajaran passing bawah sepak bola berbasis permainan pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Olahraga*, 5(2), 123-134.
- Gunawan, I., & Herlina, R. (2018). Analisis keterampilan gerak dasar passing bawah dalam permainan sepak bola mini pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 3(1), 45-52.
- Kurniawan, R., & Nugroho, S. (2021). Pengaruh metode latihan berulang terhadap ketepatan passing bawah sepak bola mini anak usia dini. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(2), 89-96.
- Lestari, P., & Supriyadi, S. (2019). Evaluasi kemampuan teknik dasar passing menggunakan kaki bagian dalam pada siswa ekstrakurikuler sepak bola. *Jurnal Kinesiologi*, 7(3), 201-209.
- Luxbacher, J. A. (2012). *Sepak bola: Langkah-langkah menuju sukses* (Ed. 2). Rajawali Pers.
- Mawa, M. N. (2020). *Meningkatkan Pembelajaran Sepak Bola dengan Permainan Sepak Bola Mini pada Siswa Kelas V SD Inpres Iligetang* (Skripsi). Universitas Nusa Cendana.
- Muhajir. (2017). *Buku siswa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan untuk SD/MI kelas V*. Kemendikbud.
- Pratama, A. Y., & Purnomo, A. (2022). Penerapan pendekatan game-based learning untuk meningkatkan keterampilan operan bawah sepak bola mini kelas V. *Jurnal Pedagogi Olahraga*, 8(1), 12-23.
- Ramadhan, F., & Subekti, N. (2023). Hubungan antara koordinasi mata-kaki dan keseimbangan dinamis dengan kemampuan passing bawah siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan*, 11(2), 145-155.
- Rustanto, H. (2017). *Keterampilan Dasar Sepak Bola*. Malang: UM Press.
- Siregar, S., & Harahap, M. (2020). Faktor-faktor kendala guru PJOK dalam pembelajaran keterampilan bola besar di tingkat sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Selaras*, 5(4), 310-318.
- Sucipto, Kosasih, D., & Margianto. (2011). *Sepak bola*. Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. (Relevan untuk sitasi metode random sampling dan analisis persentase deskriptif).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto, & Muluk, D. (2019). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Lubuk Agung.
- Sutopo, A., Nugroho, A., & Wahyudi, S. (2022). Teknik Dasar Sepak Bola pada Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 55-62.
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). *Research methods in physical activity* (7th ed.). Human Kinetics.
- Wijaya, M. A. (2019). Tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola mini siswa kelas tinggi SDN Kabupaten Cianjur. *Jurnal Sportif: Penelitian Pembelajaran*, 5(2), 260-272.