

PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA DALAM BENTUK *DRILL GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PEMAIN SSB LOMBOK SMILE U11- U13 TAHUN 2017

Rusdiana Yusuf, Furqan Ardiansyah, Mujriah.

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FPOK IKIP Mataram

Chguk_rusdi@yahoo.com

Abstract: *Dribbling skills is one of the most influential basic techniques so that every player must be proficient and really master the basic techniques in order to play well. After observation on the SSB players of Lombok Smile FC U11-U13, there were still shortcomings and errors in practicing the basic dribbling technique. One of the fundamental mistakes in practicing the basic dribbling technique by the player was the difficulty to control the ball in the mastery within teammates, difficulty to pass or avoid the opponent and protect the ball from the opponent's attack. The formulation of the problem in this research whether or not there is effect of dribbling exercise in drill games form toward the dribbling skill at SSB Lombok Smile FC Players in 2017?. The general objectives to be achieved from this research is whether or not there is effect of dribbling exercise in drill games form toward the dribbling skill at SSB Lombok Smile FC Players in 2017. The type of research is experimental with the number of research subjects amounted to 20 players of Lombok Smile U11 -U13 in 2017. The instruments used in this research are: dribbling ability test. The data analysis technique used is multiple correlations with the overall result showed that the t-score is 9.489, while the t-table is 1.709. The results of this study showed that: there is effect of dribbling exercise in drill games form toward the dribbling skill at SSB Lombok Smile FC Players in 2017.*

Abstrak: Keterampilan menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat berpengaruh sehingga setiap pemain harus mahir dan benar-benar menguasai teknik dasar tersebut agar dapat bermain dengan baik. Setelah dilakukan observasi pada pemain SSB Lombok Smile fc U11-U13, masih ada kekurangan dan kesalahan pada saat mempraktikkan teknik dasar menggiring bola. salah satu kesalahan yang mendasar dalam mempraktikkan teknik dasar menggiring bola oleh pemain yaitu ketika melakukan gerakan banyak kesalahan diantaranya, sulit mengontrol bola dalam penguasaan pemain sendiri, sulit melewati atau menghindari lawan serta melindungi bola dari sergapan lawan. Rumusan masalah dalam penelitian ini secara keseluruhan adalah Pengaruh Latihan Menggiring Bola Dalam Bentuk *Drill Games* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Pada Pemain SSB Lombok Smile FC Tahun 2017?. Sedangkan tujuan umum yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu Ada atau tidak Pengaruh Latihan Menggiring Bola Dalam Bentuk *Drill Games* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Pada Pemain SSB Lombok Smile FC Tahun 2017. Jenis enelitian yaitu eksperimen dengan jumlah subjek penelitian 20 orang anggota pemain Lombok Smile U11-U13 tahun 2017. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah : tes kemampuan *dribbling*). Tehnik analisa data yang digunakan adalah korelasi ganda, dengan hasil secara keseluruhan adalah t-hitung sebesar 9.489, dan t-tabel sebesar 1.709. Hasil penelitian ini adalah : ada Pengaruh Latihan Menggiring Bola Dalam Bentuk *Drill Games* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Pada Pemain SSB Lombok Smile FC Tahun 2017

PENDAHULUAN

Sebagaimana kita ketahui bahwa permainan sepak bola di negeri kita merupakan salah satu cabang olahraga yang paling digemari oleh masyarakat, tua, muda di kota-kota besar sampai ke pelosok - pelosok kota. Sekarang banyak bermunculan sekolah-

sekolah sepakbola yang dimana peserta didiknya dari kalangan anak-anak usia muda.

Sepakbola tujuan utamanya adalah untuk memasukan bola ke gawang lawan dan menjaga agar tidak kemasukan atau kebobolan gol, dan permainan sepakbola bukanlah permainan individu melainkan permainan tim atau kerjasama tim. Untuk

itulah perlu penanaman teknik dasar permainan sepakbola yang kuat sesuai dengan usia agar tidak terjadi kelebihan beban latihan.

Menggiring bola merupakan salah satu faktor keterampilan sangat penting untuk dikuasai oleh seorang pemain seperti: kelincihan, kecepatan, kekuatan dan daya tahan tubuh. Tujuan utama dalam permainan sepak bola adalah mencapai prestasi yang sebaik-baiknya dan untuk menyampaikan tujuan itu sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti keterampilan menggiring bola.

Keterampilan menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat berpengaruh sehingga setiap pemain harus mahir dan benar-benar menguasai teknik dasar tersebut agar dapat bermain dengan baik. Setelah dilakukan observasi pada pemain SSB Lombok Smile fc U11-U13, masih ada kekurangan dan kesalahan pada saat mempraktikkan teknik dasar menggiring bola. Salah satu kesalahan yang mendasar dalam mempraktikkan teknik dasar menggiring bola oleh pemain yaitu ketika melakukan gerakan banyak kesalahan diantaranya, sulit mengontrol bola dalam penguasaan pemain sendiri, sulit melewati atau menghindari lawan serta melindungi bola dari sergapan lawan.

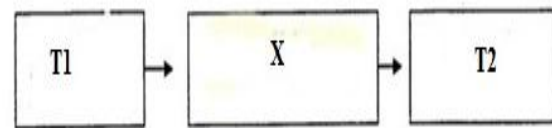
Menyikapi permasalahan diatas peneliti sangat tertarik merumuskan dalam sebuah judul Pengaruh variasi latihan teknik menggiring bola dalam bentuk *Drill games* terhadap keterampilan Menggiring bola pemain SSB Lombok Smile U11-U13.

METODE PENELITIAN

Rancangan yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah: "*One Group pre-tes Design*", Pada rancangan ini terdapat *pretest*, sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2011:74).

Adapun rancangan penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan perlakuan berupa latihan latihan teknik menggiring bola dalam bentuk *Drill games* dalam jangka waktu tertentu. Pengukuran mengenai variabel terikat yaitu mengenai kemampuan menggiring bola. Tes menggiring

bola dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan diberikan, sedangkan paengaruh perlakuan diukur dengan perbedan rata-rata hasil tes awal dan tes akhir pola rancangan digambarkan sebagai berikut.



Gambar 3.1 Rancangan Penelitian

Ket :

T1 : Tes awal menggiring bola (*pre test*)

T2 : Tes akhir menggiring bola (*post test*)

X : Latihan *drill games*

Yang dapat disimpulkan adalah dengan peningkatan kemampuan menggiring bola secara terampil, cepat akan dipengaruhi oleh kelincihan secara baik dan intensif, ini merupakan faktor pendukung dalam peningkatan keterampilan menggiring bola baik teknik, kecepatan, kelincihan menggiring bola maupun mutu bermain dalam suatu kesebelasan. Teknik tanpa dibarengi dengan kemampuan teknik yang baik tidak mungkin berjalan dengan baik pula.

Dalam buku metodologi dan dijelaskan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Hulfian, 2014:29). Sesuai dengan pengertian populasi tersebut diatas, maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah pemain yang tergabung dalam SSB Lombok Smile yang berusia 11-13 tahun yang berjumlah 20 orang pemain.

Yang dimaksud dengan sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 1997 : 109). Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul *representative* (mewakili). Sesuai dengan pendapat diatas, maka penelitian ini merupakan penelitian populasi karena jumlah pemain/siswa SSB Lombok Smile U11-U13 adalah kurang dari 100 orang pemain yaitu 20 orang pemain sepak bola yang menjadi sampel penelitian.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian antara lain metode tes perbuatan, metode dokumentasi.

Hasil Penelitian

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah mempersiapkan persyaratan-persyaratan serta alat-alat yang diperlukan dalam pelaksanaan. Hasil Penelitian

Data-data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data-data mengenai identitas pemain Lombok Smile FC tahun 2017, yang menjadi subjek penelitian terkait yaitu data-data tentang hasil tes awal dan tes akhir.

Tabel 4.1.Daftar Nama-Nama Pemain Lombok Smile FC U11-U13 Tahun2017

NO	Nama Pemain	Umur	Posisi Pemain
1	M. YANWAR	14 Tahun	Belakang
2	RISNANDA BAGAS. F	14 Tahun	Belakang
3	MUSTIADI GAFAR. A	14 Tahun	Belakang
4	RINALDI SUDRAJAT	13 Tahun	Belakang
5	TORIQ ISLAMAY.A	14 Tahun	Belakang
6	ITRUL WARDIN	14 Tahun	Belakang
7	ABDUL DZULJALALI. I	14 Tahun	Belakang
8	NOGI RANGGA	13 Tahun	Tengah
9	M. DAFA	15 Tahun	Tengah
10	MAULANA RIDHO	13 Tahun	Tengah
11	RAMZI	14 Tahun	Tengah
12	M. BAYU AZWARI	14 Tahun	Tengah
13	RIZASYAIFI R	13 Tahun	Tengah
14	GEMA AYODIA	14 Tahun	Tengah
15	FAVIANDA ABI	14 Tahun	Tengah
16	ARIEF AGUNG H	14 Tahun	Tengah
17	MARSA ROBBANI H	14 Tahun	Depan
18	ASRUL DENIA R	13 Tahun	Depan
19	CHAIRIL RIZFI	14 Tahun	Depan
20	NIZAR ALI SADIK	14 Tahun	Depan

Setelah melihat data diatas, maka penulis mendapat sampel yang dijadikan subjek penelitian, yang berjumlah 20 orang pemain Lombok Smile FCU11-U13 Tahun2017.Pelaksanaan tes ini penulis lakukan sesuai jadwal dibawah ini:

Tabel 4.2.Jadwal Pelaksanaan Penelitian dari tes awal (*pre-test*) sampai tes akhir (*post-test*) adalah sebagai berikut:

No	Hari/Tanggal	Waktu	Jenis Tes	Tempat	Ket
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1	Rabu, 11-12-2016	16.00-18.00	Tes Awal Menggiring Bola	Lapangan Sepak Bola Selagalas Mataram	
2	Jum'at, 13-02-2017 s/d Rabu, 25-03-2017	16.00-18.00	Latihan Drill Games menggiring bola	Lapangan Sepak Bola Selagalas Mataram	
3	Jumat, 27-03-2017	16.00-18.00	Tes Akhir Menggiring Bola	Lapangan Sepak Bola Selagalas Mataram	

Adapun hasil pelaksanaan tes awal menggiring bola pada bulan desember di lapangan Sepak Bola Selagalas Mataram dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3.Hasil Tes Awal (*pre-test*) Keterampilan Menggiring Bola Pada pemain Lombok Smile FCU11-U13 Tahun2017

No	Nama Pemain	Menggiring bola (dalam detik)	Score
1	M. YANWAR	11,40	73
2	RISNANDA BAGAS. F	10,40	75
3	MUSTIADI GAFAR. A	10,52	75
4	RINALDI SUDRAJAT	11,42	73
5	TORIQ ISLAMAY.A	12,13	71
6	ITRUL WARDIN	10,22	75
7	ABDUL DZULJALALI. I	11,35	73
8	NOGI RANGGA	11,30	73
9	M. DAFA	12,07	71
10	MAULANA RIDHO	11,54	73
11	RAMZI	10,45	75
12	M. BAYU AZWARI	10,25	75
13	RIZASYAIFI R	11,28	73
14	GEMA AYODIA	11,44	73
15	FAVIANDA ABI	10,58	75
16	ARIEF AGUNG H	11,74	72
17	MARSA ROBBANI H	11,50	73
18	ASRUL DENIA R	11,35	73
19	CHAIRIL RIZFI	11,79	73
20	NIZAR ALI SADIK	10,35	75

Tabel 4.4. Hasil tes akhir(*post-test*) keterampilan menggiring bola pada pemain Lombok Smile FC U11-U13 Tahun2017

No	Nama Pemain	Menggiring bola (dalam detik)	Score
1	M. YANWAR	10,65	74
2	RISNANDA BAGAS. F	9,69	76
3	MUSTIADI GAFAR. A	9,72	76
4	RINALDI SUDRAJAT	10,80	74
5	TORIQ ISLAMAY.A	10,85	74
6	ITRUL WARDIN	9,90	76
7	ABDUL DZULJALALI. I	9,95	76
8	NOGI RANGGA	10,58	75
9	M. DAFA	11,23	73
10	MAULANA RIDHO	10,60	74
11	RAMZI	9,89	76
12	M. BAYU AZWARI	9,61	76
13	RIZASYAIFI R	10,18	75
14	GEMA AYODIA	10,29	75
15	FAVIANDA ABI	9,76	76
16	ARIEF AGUNG H	10,14	75
17	MARSA ROBBANI H	10,05	75
18	ASRUL DENIA R	9,85	76
19	CHAIRIL RIZFI	10,12	75
20	NIZAR ALI SADIK	9,65	76

Selanjutnya penelitian menggunakan skala t penelitian tentang menggiring bola untuk menemukan t score dari lama menggiring bola.

Pembahasan

Sepak bola merupakan permainan beregu dan membutuhkan kerja sama dalam tim serta keterampilan individu sangat dibutuhkan, dalam hal ini menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik dan terampil, karena jika keterampilan pemain dalam menggiring bola dibawah rata-rata maka tidak akan bias bermain dengan baik, sehingga perlu latihan secara rutin dan terus menerus agar keterampilan menggiring bola pemain dapat meningkat secara signifikan.

Latihan yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah latihan dalam bentuk *drill games*, namun sebelum perlakuan atau latihan diberikan pada pemain terlebih dahulu dilakukan persiapan yang baik.

Pada hari pertama dilakukannya penelitian ini, peneliti menyiapkan sarana untuk mempersiapkan instrument tes dari penelitian ini dan mengambil data awal (*pre test*). Setelah data awal (*pre test*) terkumpul maka langkah selanjutnya yang dilakukan pada hari-hari berikutnya sebelum mengambil data akhir(*post test*) adalah memberikan perlakuan atau latihan yang telah direncanakan yaitu latihan *drill games*. Terdapat beberapa variasi latihan dalam bentuk *drill games*.

Variasi latihan teknik menggiring bola dalam bentuk *drill games* merupakan latihan dalam bentuk *games* yang dilakukan dengan banyak pengulangan agar terjadi otomatisasi gerakan pada pemain. Sehingga keterampilan menggiring bola pemain dapat meningkat setelah dilihat dari data awal (*pre test*) dan data akhir (*post test*).

Berdasarkan landasan teori yang di ajukan dalam bab sebelumnya bahwa dalam latihan *drill games* yang maksimal akan membantu meningkatkan keterampilan pemain dalam menggiring bola secara cepat, lincah dan baik, terbukti perbedaan keterampilan menggiring bola antara hasil *pre-test* dan *post test*. sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh latihan *drill games* terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola pada pemain Lombok Smile FC U11-U13 Tahun 2017

Dengan demikian peningkatan kemampuan menggiring bola secara cepat

akan dipengaruhi oleh latihan *drill games* secara baik dan intensif, dan merupakan faktor pendukung dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola baik teknik, kecepatan dan kelincahan menggiring bola sehingga bermain bola akan lebih baik dan mudah.

Dalam proses pelaksanaan penelitian ini, untuk menjawab masalah penelitian yang menyatakan “Ada Pengaruh Variasi Latihan Teknik Menggiring Bola Dalam Bentuk *Drill Games* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Lombok Smile FCU11-U13 Tahun 2017”. Maka berdasarkan pada pengolahan dan analisis data – data *pre-test* dan *post-test* pada subyek penelitian di ketahui bahwa ada peningkatan keterampilan menggiring bola pada saat pelaksanaan *post-test* pada subyek penelitian yaitu beda skor dari hasil tes keterampilan menggiring bola pada pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* adalah 34 atau dengan peningkatan rata – rata hasil *pre-test* dan *post-test* setiap subyek penelitian sebesar 1,7. Dimana hasil dari analisis data dengan uji beda mean kedua kelompok menggunakan test, di peroleh nilai “t-hitung” 9,489 sedangkan “t-tabel” dengan taraf signifikan 5 % dan derajat kebebasan 19 adalah 1,729.

Berdasarkan hasil uji “t” yang menunjukkan nilai “t-hitung” 9,489> “t-tabel” 1,729, maka dapat di simpulkan bahwa “Ada Pengaruh Yang Signifikan Latihan *Drill Games* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Lombok Smile FCU11-U13 Tahun 2017”

Terjadinya peningkatan hasil tes keterampilan menggiring bola tersebut di prediksi merupakan efek dari pemberian perlakuan berupa latihan *drill games* yang dengan frekuensi 3 kali dalam minggu dilakukan selama 1 bulan dengan frekuensi 3 kali seminggu yaitu hari senin, rabu, dan jumat, mulai pukul 16.00 sampai selesai.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Latihan Menggiring Bola Dalam Bentuk *Drill Games* Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Pada Pemain SSB Lombok Smile FC Tahun 2017.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Prosedur Penelitian pendekatan praktik*. PT Aneka Cipta: Jakarta.
-, 2006. *Prosedur Penelitian pendekatan praktik edisi VI*. PT Aneka Cipta: Jakarta.
- Bonauzxl, 2011. [http:// Blogspot. com/01/ Skripsi-olahraga-1. html](http://Blogspot.com/01/Skripsi-olahraga-1.html).
- Gifford, Clive. 2007. *Keterampilan Sepak Bola*. PT Citra Adi Parama: Yogyakarta.
- Hulfian, L (2014), *Penelitian Dikjas*. CV Garuda Ilmu Selong
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Mancanan Jaya Cemerlang: Klaten.
- Margono, 1997. *Metodologi Penelitian*. Gramedia Aksara: Jakarta.
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Human Kinetics: Bandung.
- Soekatamsi, 1994. *Materi Pokok Permainan Besar 1 Sepak Bola Modul 1-5*. Universitas Terbuka: Depdikbud. Jakarta.
- Sugiono 2011. *Pengaturan metedeologi riset sosial*. Bandung. CV Mandar Maju.
-, 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. PT Rineka Cipta: Jakarta.
- Suharno HP. 1993. *metodologi. Penelitian koni pusat*. Jakarta : pusat pendidikan dan penataran.
- Sutrisno Hadi. 1997. *Metodologi research*. Yayasan penerbit fakultas psikologi UGM. Jogjakrta
- Tim Penyusun, 2011. *Pedoman Bimbingan dan Penulisan Karya Ilmiah*. IKIP: Mataram.
-,1994. *Materi Pokok Permainan Besar 1 Sepak Bola Modul 6-9*. Universitas Terbuka: Depdikbud. Jakarta.
- Timo s.scheunemann, *kurikulum dan pedoman dasar sepak bola Indonesia (PSSI)*
- Winarno, Surachmad. 1989. *Metodologi Pengajaran Nasional*. Tarsiti: Bandung.