

**PENGARUH METODE BAGIAN TERHADAP HASIL LATIHAN KETERAMPILA
TEKNIK *DRIBBLING* SEPAKBOLA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA
MUHAMMADIYAH 7 YOGYAKARTA TAHUN 2016**

Oleh:

Rizky Aditya Nico Saputra
NIM. 12601244072

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh kemampuan menggiring bola siswa masih terbatas sehingga arah dalam menggiring bola mudah ditebak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode bagian terhadap hasil latihan teknik *dribbling* sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Jenis penelitian adalah eksperimen semu dengan desain "*One Group Pretest-Posttest Design*". Subjek penelitian adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta yang berjumlah 25 siswa. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan *dribbling* adalah tes menggiring bola yang dikembangkan oleh Bobby Charlton (dalam Danny Mielke, 2007: 8). Instrumen ini memiliki validitas 0,858 dan reliabilitas 0,963. Analisis data menggunakan uji t taraf signifikansi 5%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode bagian terhadap hasil latihan teknik *dribbling* sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, dengan kenaikan persentase sebesar 2,31%, sehingga H_0 diterima.

Kata kunci: *metode bagian, teknik dribbling, sepakbola*

**THE INFLUENCE OF THE PART-METHOD TO THE RESULTS OF THE
FOOTBALL DRIBBLING TECHNIQUES' SKILLS TRAINING AMONG
PARTICIPANTS OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES IN
SMA MUHAMMADIYAH 7 YOGYAKARTA**

ABSTRACT

This research is influenced by the limited ability in dribbling ball by the students so that the direction can be easily guessed. This research aims to find out the influence of the part-method towards the results of the students' training in football dribbling techniques among the participants of football extracurricular activities in SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

The type of research is quasi experimental with "*One Group Pretest-Posttest Design*". The subject of the research is students who participate in football extracurricular activities in SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta which numbered 25 students. The instrument used to measure the ability of dribbling is the "dribbling test" developed by Bobby Charlton (in Danny Mielke, 2007:8). These instruments have the validity 0.858% and reliability of 0.963. Data analysis using t tests equal to the significance of 5%.

The results of the study showed that there is a significant influence on the outcome of the part-method towards the results of dribbling technique training in the students who participate in football extracurricular activities in SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, with increasing percentage of 2.31%, so that H_0 is accepted.

Key Words: The part-method, *dribbling technique*, football

Hakikat permainan sepakbola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya agar lawan tidak dapat mencetak gol. Seiring berjalannya waktu, permainan sepakbola mengalami kemajuan yang sangat pesat, mulai dari kemampuan fisik, teknik olah bola dan taktik untuk memperoleh kemenangan dalam permainan sepakbola. Untuk memiliki kemampuan fisik, teknik olah bola dan kemampuan taktik yang baik, maka perlu dilakukan latihan yang teratur, kontinyu, dan berkesinambungan. Karena disaat bertanding pemain harus selalu bergerak baik dengan atau tanpa bola, berbenturan dengan pemain lawan, dan diperlukan pola pikir yang cepat untuk menentukan keputusan. Sehingga stamina

pemain dapat terkuras. Untuk itu diperlukanlah latihan yang terprogram dan bertujuan, baik latihan fisik, teknik, taktik, dan mental.

bukanlah suatu pekerjaan yang mudah. Seorang pelatih harus menemukan suatu latihan yang tepat dan sesuai dengan karakteristik anak yang dihadapinya. Seorang pelatih harus merancang program latihan yang sesuai dengan kelompok usianya. Oleh karena itu agar pemain tersebut setelah memasuki usia prestasi teknik dasar penguasaan bola bukan merupakan persoalan lagi, dengan demikian kesempatan yang ada bias digunakan untuk meningkatkan kemampuan yang lain seperti taktik, fisik, mental, dan sebagainya.

Pemberian materi latihan masih kurang maksimal dan belum terprogram dengan baik. Latihan bahkan tanpa melakukan pemanasan terlebih dahulu. Latihan yang dilakukan biasanya langsung menuju permainan, tanpa diberi latihan teknik atau taktik terlebih dahulu. Sehingga hasilnya kurang maksimal karena materi latihan tidak diberikan secara terprogram. Teknik keterampilan dasar sepakbola tampak belum dikuasai

dengan baik oleh siswa, atau dengan kata lain siswa belum mempunyai *feeling* terhadap bola.

Latihan teknik *dribbling* masih jarang diberikan untuk siswa peserta di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. Latihan teknik *dribbling* hanya diberikan di awal-awal latihan saja, sehingga frekuensi siswa dalam usaha meningkatkan teknik dasar dan *feeling* terhadap bola masih minim. Padahal usia SMA merupakan usia dimana anak senang bermain-main dengan bola.

Teknik *dribbling* atau perasaan pemain terhadap bola sangat penting untuk dikuasai. Dengan mempunyai teknik *dribbling* yang baik, maka pemain akan mudah mengendalikan bola sesuai dengan yang diinginkannya. Pemain akan terlihat menyatu dan lengket dengan bola. Pemain juga akan mampu menciptakan variasi-variasi gerakan dengan bola. Jika pemain sudah mampu menyatu dengan bola, suatu permainan akan bisa dikendalikan oleh pemain tersebut. Dengan mampu mengendalikan permainan tersebut

kemenangan dan prestasi dapat diraih.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, kemampuan siswa dalam teknik tanpa bola dan teknik dengan bola masih kurang. Kemampuan siswa dalam gerakan tanpa bola, seperti berlari mengubah arah, melompat dan melompat, serta gerak tipu badan masih kurang. Itu terlihat saat siswa bermain sepakbola. Gerakan siswa saat berlari kebanyakan masih tampak kaku serta ayunan tangan tidak maksimal. Kemampuan berlari ke samping kanan dan kiri, berlari mundur, serta gerakan loncat juga tampak kurang *luwes*. Sedangkan kemampuan teknik dasar dengan bola siswa SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta juga masih kurang.

Kemampuan menggiring bola siswa SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta masih kurang baik. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan menggiring bola saat melakukan permainan. Banyak siswa yang masih menggiring bola dengan menggunakan ujung kaki dan jarak kaki dengan bola terlalu jauh,

sehingga mudah direbut lawan. Mata siswa saat menggiring bola juga masih selalu tertuju ke bola. Dalam menggiring bola zig-zag pun siswa masih terlihat kaku. Gerakan tampak kurang *luwes* dan kehilangan unsur keindahan menggiring bola.

Padahal kemampuan menggiring sangat penting untuk dikuasai, sebab dengan kemampuan menggiring seorang pemain dapat melakukan penetrasi dan membuka ruang untuk mencetak gol. Kemampuan menggiring yang baik juga akan menjadi nilai lebih bagi pemain dalam suatu permainan sepakbola.

Sarana dan prasarana di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta untuk kegiatan Pembelajaran sepakbola cukup menunjang. Bola yang dimiliki oleh sekolah berjumlah 10 bola dan *cones* sebanyak 25 buah. Dengan sarana dan prasarana yang cukup memadai ini, seharusnya kemampuan siswa dalam sepakbola selalu meningkat.

Berdasarkan uraian tersebut diatas, peneliti tertarik melakukan sebuah penelitian untuk mengetahui

peningkatan keterampilan menggiring sepakbola dengan menggunakan bentuk-bentuk latihan yang berbeda. Penelitian untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola yang akan peneliti lakukan adalah dengan menggunakan latihan teknik *dribbling*. Sebab latihan teknik *dribbling* belum diperkenalkan sejak dini dalam program pembelajaran sepakbola. Peneliti menyadari bahwa metode bagian maupun bentuk latihan satu dengan yang lainnya masing-masing mempunyai kelebihan dan kekurangan. Dalam mencapai tujuan latihan tidak ada metode atau bentuk latihan yang paling ampuh. Namun, keefektifan metode bagian tetap menjadi pertimbangan utama bagi peneliti. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk mengkaji mengenai pengaruh metode bagian terhadap hasil belajar keterampilan *dribbling* sepakbola. Penelitian ini berjudul: judul “Pengaruh Metode Bagian Terhadap hasil Latihan Teknik *Dribbling* Peserta Ekstrakurikuler

Sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-Group Pretest-posttest Design*.

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian pra eksperimen atau eksperimen semu. Menurut Sugiyono (2012: 107) “Penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.”

Waktu Dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 12 September Penelitian dilaksanakan di Lapangan UMY.

Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2012: 117). peserta yang mengikuti ekstrakurikuler

sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta sebanyak 25 anak.

Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen pengumpul data pretest dan posttest menggunakan tes menggiring bola yang dikembangkan oleh Bobby Charlton. Instrumen ini memiliki validitas 0,858 dan reliabilitas 0,963 (dikutip dari penelitian Rahman Ari Winarko tahun 2012).

Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data dengan menggunakan uji beda mean, yaitu perhitungan perbedaan rata-rata *pre test* (O_1) dan rata-rata *post test* (O_2). Rumus manualnya adalah sebagai berikut

$$O_1 - O_2$$

Dengan keterangan :

O_1 = Hasil rata-rata nilai *pretest*.

O_2 = Hasil rata-rata nilai *posttest*.

1. Distribusi Frekuensi (Sudjana, 2002: 47)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

1. Pretest dan Posttest

Tabel 3. Deskriptif Statistik

Statistik	Pretest	Posttest
<i>N</i>	25	25
<i>Mean</i>	30,8168	30,1040
<i>Median</i>	30,9600	29,9400
<i>Mode</i>	27,40 ^a	27,01 ^a
<i>Std. Deviation</i>	2,56323	2,50092
<i>Minimum</i>	27,40	27,01
<i>Maximum</i>	36,20	35,88
<i>Sum</i>	770,42	752,60

Hasil *pretest* dan *posttest* teknik *dribbling* sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

2. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Tabel 4. Uji Normalitas

Kelompok	p	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,825	0,05	Normal
<i>Posttest</i>	0,757	0,05	Normal

b. Uji Homogenitas

Tabel 5. Uji Homogenitas

Kelompok	df 1	df 2	Sig.	Keterangan
<i>Pretest-Posttest</i>	1	48	0,835	Homogen

3. Hasil Uji Hipotesis

Tabel 6. Uji-t Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Teknik *Dribbling* Sepakbola

Kelompok	Rata	t-test for Equality of means				
		t _{ht}	t _{tb}	Sig.	Selisih	%
<i>Pretest</i>	30,8	10,585	2,064	0,000	0,71280	2,31%
<i>Posttest</i>	168					

Pembahasan

Berdasarkan analisis data hasil penelitian diperoleh peningkatan yang signifikan terhadap kelompok yang diteliti. Pemberian perlakuan metode bagian selama 16 kali pertemuan memberikan pengaruh terhadap peningkatan teknik *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan metode bagian terhadap hasil latihan teknik *dribbling* sepakbola siswa peserta

ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, adapun urutan kegiatan yang harus dilakukan sehingga akhirnya dapat ditarik kesimpulan adalah: (1) diadakan *pretest* dengan tujuan supaya status teknik *dribbling* awal siswa diketahui, (2) pemberian *treatment* metode bagian sebanyak 16 kali pertemuan, (3) kemudian yang terakhir adalah diadakannya *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan teknik *dribbling* terhadap subjek yang diberi perlakuan.

Untuk mengetahui adanya perbedaan atau metode bagian terhadap hasil latihan teknik *dribbling* sepakbola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dapat dibuktikan dengan uji-t. Uji-t akan menampilkan besar nilai t-hitung dan signifikansinya. Ada tidaknya teknik *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta setelah melakukan latihan dengan metode bagian dapat diketahui dari

nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* pada uji-t tersebut.

Hasil uji-t menunjukkan bahwa metode bagian memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan teknik *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, hal ini dibuktikan dengan $t_{hitung} 10,558 > t_{tabel(0,05)(24)} 2,064$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Teknik *dribbling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta mengalami peningkatan setelah melakukan latihan metode bagian dengan ditunjukkan oleh nilai *posttest* lebih besar dari pada nilai *pretest*. Hal ini dibuktikan dengan nilai kenaikan persentase sebesar 2,31%.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa “Ada pengaruh model latihan metode bagian terhadap keterampilan teknik *dribbling* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”. Model latihan metode bagian memberikan perubahan terhadap

keterampilan teknik *dribbling* yaitu lebih cepat 0,713 detik atau peningkatannya sebesar 2,314 %.

Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi Guru atau pelatih, diharapkan memberikan latihan metode bagian supaya siswa memiliki keterampilan *dribbling* yang bagus.
2. Bagi siswa diharapkan melakukan latihan metode bagian atau olahraga sendiri dengan mengikuti kegiatan di luar jam pelajaran di sekolah.
3. Peneliti berikutnya, agar dapat melakukan penelitian kemampuan keterampilan *dribbling* dengan mengganti ataupun dengan menambah variabel-variabel yang lain, dan juga memperluas lingkup penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmadi, dkk. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Amung M & Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Jakarta: Pakar Raya.
- Depdiknas. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeatihan*. Yogyakarta: FIK UNY
- FIFA. (2009). *Laws of The Game FIFA*. Jakarta: PSSI.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Olahraga*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Harsono, dkk. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB.
- Koger Robert. (2005). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Terjemahan PT Saka Mitra Kompetensi.
- Komarudin. (2005). *Dasar Gerak Sepakbola. Diktat Pembelajaran*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Luxbacher, Joseph A. (2011). *Sepakbola Taktik dan Teknik Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Soedjono. (1982). *Pedoman Mengajar Permainan Sepakbola*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.