

PENGARUH MODEL LATIHAN *DRILL BALL SKILL* TERHADAP KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA SISWA SSB KKK KLAJURAN GODEAN KELOMPOK USIA 13-15 TAHUN

Oleh: Aditya Tri Nugraha, Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga/Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Email adityatrinugraha1607@email.com

Abstrak

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh model latihan *Drill Ball Skill* terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, metode penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu yaitu sekelompok subyek yang diambil dari populasi dan dibagi menjadi dua, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Desain penelitian yang digunakan adalah "*two groups pre-test-post-test design*". Instrumen yang digunakan untuk Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan pengembangan tes kecakapan "*DavidLee*". Subjek penelitian ini adalah siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun sebanyak 19 anak. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive*, Teknik analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikan 5 %.

Hasil penelitian dengan analisis uji t diperoleh nilai $t_{hitung} -14,936 > t_{tabel} (2,262)$, dan nilai $p (0,000) < 0,05$, hal tersebut dapat disimpulkan ada pengaruh model latihan *drill ball skill* terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun, besarnya pengaruh *drill ball skill* terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean sebesar 19,39 %.

Kata kunci: *pengaruh, Drill Ball Skill, keterampilan bermain sepakbola*

THE INFLUENCE OF DRILL BALL SKILL EXERCISE MODEL ON THE FOOTBALL PLAY SKILL OF SSB KKK KLAJURAN GODEAN STUDENTS 13-15 YEARS OLD GROUP

By : Aditya Tri Nugraha, Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga/Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Email adityatrinugraha1607@email.com

Abstract

The purpose of this study is to determine the effect of Drill Ball Skill exercise model on the football play skill of SSB KKK Klajuran Godean students 13-15 years old group.

This is experiment research, the method is false. Experimental research that means group of the subjects taken from population and divided into two groups. There are control group and experimental group. This research use "two groups pre-test-post-test design". The instrument that use to data collection in this research is "DavidLee" development of skill test. Subject of this research is 19 students of SSB KKK Klajuran Godean 13-15 years old group. Data retrieval techniq purposive, analysis data tekchniq use t-test in which the significance was determined by $P < 5\%$.

The result of this research with t-test analysis showed score of $t_{count} -14,936 > t_{tabel} (2,262)$, and $p (0,000) < 0,05$. It means that Drill Ball Skill exercise model influence on football play skill student of SSB KKK Klajuran Godean amount 19,39%.

Keywords: *Drill Ball Skill, Football Play Skill*

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang digemari oleh seluruh lapisan masyarakat, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Kompetisi yang di pertandingkan sangat beragam, dari pertandingan Divisi Regional, Liga Amatir, Liga Profesional, bahkan sampai penyelenggaraan Piala Dunia. Keterampilan dan teknik dalam mengolah bola sangat penting bagi pemain sepakbola guna menunjang penampilan dalam pertandingan. Dengan memiliki keterampilan dan teknik yang baik pemain sepakbola bisa menampilkan keindahan bermain sepakbola serta enak untuk di tonton. Keterampilan dan kemampuan mengolah bola bisa di tampilkan setiap individu. Proses untuk memiliki keterampilan dan teknik sepakbola yang bagus tidak mudah, karena setiap pemain sepakbola harus rajin berlatih dan disiplin menjalaninya serta meningkatkan intensitas latihan secara berkelanjutan. Model latihan sepakbola banyak sekali yang dapat digunakan oleh seorang pelatih untuk meramu sebuah tim dalam meningkatkan performa permainan.

Latihan *Drill ball skill* ini merupakan bentuk latihan yang memadukan dan mengkombinasikan beberapa teknik dasar dalam sepakbola yang meliputi sentuhan terhadap bola (*ball feelling*), menggiring bola (*dribbling*), mengoper bola (*passing*), menembak (*shooting*). Melihat fakta di lapangan, model latihan *Drill ball skill* ini belum banyak digunakan oleh pelatih di Sekolah Sepak Bola (SSB), Sehingga perlu adanya inisiatif dari pelatih untuk membuat model latihan *Drill ball skill* yang efektif dan efisien, serta dapat dikatakan dengan satu model latihan dapat melatih berbagai komponen latihan dalam sepakbola, kompleksnya dapat melatih keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran kelompok usia 13-15 tahun.

Model latihan *Drill Ball Skill* adalah suatu model latihan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, karena pada usia 13-15 tahun merupakan masa pengenalan penerapan dan cara bermain dalam pertandingan, sehingga diharapkan dengan model latihan *Drill Ball Skill* siswa dapat menerapkan hasil latihan kombinasi teknik dasar dalam situasi pertandingan. Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan di SSB KKK Klajuran. Alasan mengambil data di SSB

KKK Klajuran dikarenakan banyak siswa SSB KKK dengan keterampilan bermain sepakbola yang masih rendah, selain itu pelatih belum mengetahui keterampilan bermain sepakbola yang siswa miliki. Untuk itu peneliti merasa perlu membuktikan dengan mengadakan penelitian yang berjudul: "Pengaruh Model Latihan *Drill Ball Skill* terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun."

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu. Desain penelitian yang digunakan adalah "two groups pre-test-post-test design".

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SSB KKK Klajuran Godean kelompok usia 13-15 tahun.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes pengembangan kecakapan "David Lee" (Subagyo Irianto, 2010: 152-156).

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas dan uji homogenitas data.

a. Uji Normalitas

Menurut (Sugiyono, 2007: 150), uji normalitas adalah uji untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas dengan rumus *Kolmogorov-Smirnov*:

$$D = \max \{S_{n_1}(X) - S_{n_2}(X)\}$$

Sumber : Sugiyono (2007: 150)

Kriteria yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah jika $p > 0,05$ (5 %) sebaran dinyatakan normal, dan jika $p < 0,05$ (5 %) sebaran dikatakan tidak normal.

b. Uji Homogenitas

Di samping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa

kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas menggunakan uji F dari data *pre-test* pada kedua kelompok dengan menggunakan bantuan program SPSS 16.

c. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan menggunakan bantuan program SPSS 16, yaitu dengan membandingkan *mean* antara *pretest* dan *post-test*. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari t tabel, maka H_0 ditolak, jika t hitung lebih besar dibanding t tabel maka H_0 diterima. Uji hipotesis dalam penelitian ini peneliti menggunakan bantuan program SPSS 16. Untuk mengetahui persentase peningkatan setelah diberi perlakuan digunakan perhitungan persentase peningkatan dengan rumus sebagai berikut (Sutrisno Hadi, 1991: 34):

$$\text{Persentase peningkatan} = \frac{\text{mean different}}{\text{mean pretest}} \times 100\%$$

$$\text{Mean Different} = \text{mean posttest} - \text{mean pretest}$$

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian data *pretest* dan *posttest* Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun dideskripsikan sebagai berikut:

1. Distribusi Data Kelompok Eksperimen

a. Pretest Data Kelompok Eksperimen

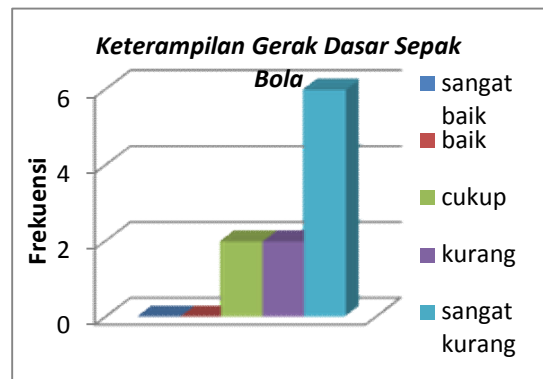
Setelah pengambilan data dilakukan, maka data ditabulasi, diskor, dan dianalisis, sehingga diperoleh statistik data *pretest* keterampilan bermain sepakbola kelompok eksperimen. Deskripsi hasil penelitian dari 10 siswa diperoleh nilai minimum = 44,22; nilai maksimum = 62,97; rata-rata (*mean*) = 52,83; median = 53,63; modus sebesar = 44,22; *standard deviasi* = 6,83. Deskripsi hasil penelitian *pretest* keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun pada kelompok eksperimen dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Data Pretest Kelompok Eksperimen

No	Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 34,8	Sangat	0	0

	1 detik	baik		
2	40,7 8 – 34,8 1	Baik	0	0
3	46,7 6 – 40,7 9	Cukup	2	20
4	52,73 – 46,77	Kurang	2	20
5	> 52,73 detik	Sangat kurang	6	40
Jumlah			10	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian Pretest Kelompok Eksperimen

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun *pretest* pada kelompok eksperimen yang masuk kedalam kategori baik sekali sebanyak 0 siswa (0 %), kategori baik sebanyak 0 siswa (0 %), kategori cukup sebanyak 2 siswa (20 %) dan pada kategori kurang sebanyak 2 siswa (20 %) dan pada kategori kurang sekali sebanyak 4 siswa (40 %).

b. Posttest Kelompok Eksperimen

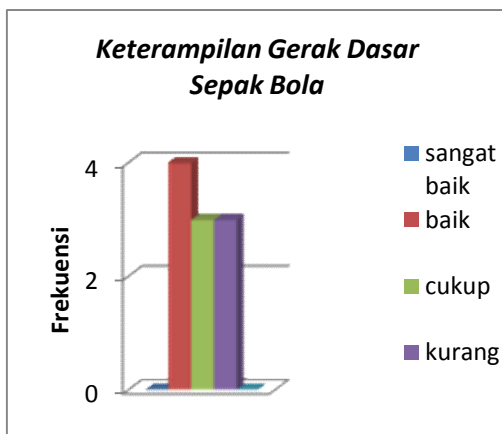
Deskripsi hasil penelitian data *posttest* kelompok eksperimen dari 10 pemain diperoleh nilai minimum = 35,28; nilai maksimum = 49,55; rata-rata (*mean*) = 42,58; median = 43,37; modus sebesar = 35,28; *standard deviasi* = 5,19. Deskripsi

hasil *posttest* pada kelompok eksperimen dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 4. Deskripsi Data *posttest* Kelompok Eksperimen

No	Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 34,81 detik	Sangat baik	0	0
2	40,78 – 34,81	baik	4	40
3	46,76 – 40,79	cukup	3	30
4	52,73 – 46,77	kurang	3	30
5	> 52,73 detik	Sangat kurang	0	0
Jumlah			10	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian *Posttest* Kelompok eksperimen

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat data *posttest* keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun kelompok eksperimen yang masuk kedalam kategori baik sekali sebanyak 0 siswa (0 %), kategori baik sebanyak 4 siswa (40 %), kategori cukup sebanyak 3 siswa (30 %) dan pada kategori kurang sebanyak 3 siswa (30 %) dan pada

kategori kurang sekali sebanyak 0 siswa (0 %).

2. Kelompok Kontrol

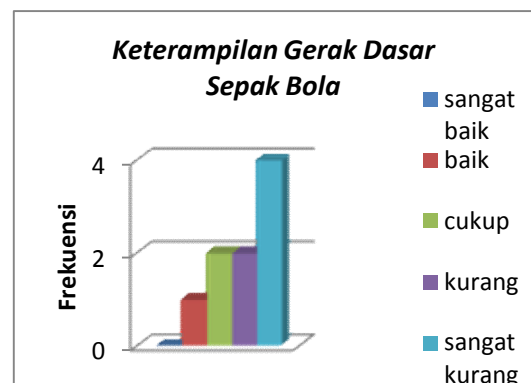
a. Pretets Kelompok Kontrol

Setelah pengambilan data dilakukan, maka data ditabulasi, diskor, dan dianalisis, sehingga diperoleh statistik data keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun diperoleh nilai minimum = 35,83; nilai maksimum = 57,82; rata-rata (*mean*) = 50,84; median = 52,31; modus sebesar = 35,83; *standard deviasi* = 7,11. Deskripsi hasil data *pretest* keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 5. Deskripsi Data *Pretest* Kelompok Kontrol

No	Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 34,81 detik	Sangat baik	0	0
2	40,78 – 34,81	Baik	1	11,11
3	46,76 – 40,79	Cukup	2	22,22
4	52,73 – 46,77	Kurang	2	22,22
5	> 52,73 detik	Sangat kurang	4	44,44
Jumlah			9	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Diagram Hasil Penelitian Pretest Kelompok Kontrol

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Ssb Kkk Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun saat *pretest* pada kelompok kontrol yang masuk kedalam kategori baik sekali sebanyak 0 siswa (0 %), kategori baik sebanyak 1 siswa (11,1 %), kategori cukup sebanyak 2 siswa (22,2 %) dan pada kategori kurang sebanyak 2 siswa (22,2 %) dan pada kategori kurang sekali sebanyak 4 siswa (44,4 %).

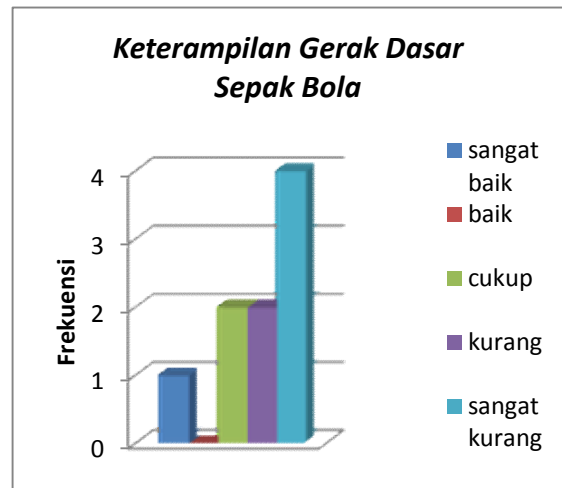
b. Posttest Kelompok Kontrol

Deskripsi hasil penelitian keterampilan bermain sepakbola data *posttest* kelompok kontrol diperoleh nilai minimum = 35,25; nilai maksimum = 58,5; rata-rata (*mean*) = 50,53; median = 52,05; modus sebesar = 35,25; *standard deviasi* = 7,32. Deskripsi hasil tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola kelompok kontrol dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 6. Deskripsi Data Posttest Kelompok Kontrol

No	Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 34,81 detik	Sangat baik	1	11,1
2	40,78 – 34,81	baik	0	0
3	46,76 – 40,79	cukup	2	22,2
4	52,73 – 46,77	kurang	2	22,2
5	> 52,73 detik	Sangat kurang	4	44,4
Jumlah			9	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Posttest Kelompok Kontrol

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa SSB KKK Klajuran Godean saat *posttest* pada kelompok kontrol yang masuk kedalam kategori baik sekali sebanyak 1 siswa (11,1 %), kategori baik sebanyak 0 siswa (0 %), kategori cukup sebanyak 2 siswa (22,2 %) dan pada kategori kurang sebanyak 2 siswa (22,2 %) dan pada kategori kurang sekali sebanyak 4 siswa (44,4 %).

3. Persentase Peningkatan

a. Kelompok Eksperimen

Untuk mengetahui besarnya pengaruh model latihan *drill ball skill* terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun dalam penelitian ini menggunakan besarnya persentase peningkatan yang diperoleh. Hasil *pretest* pada kelompok eksperimen diperoleh 52,83 sedangkan pada hasil *posttest* diperoleh sebesar 42,58. Dengan hasil tersebut maka peningkatan persentasenya dapat dihitung sebagai berikut:

$$\text{Peningkatan Persentase} = \frac{\text{mean different}}{\text{mean pretest}} \times 100\%$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = \frac{10,25}{52,84} \times 100\%$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = 19,39\%$$

Hasil peningkatan persentasenya sebesar 19,39 %, dengan ada peningkatan tersebut maka dapat diartikan *drill ball skill* memberi pengaruh terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun.

b. Kelompok Kontrol

Sedangkan hasil *pretest* pada kelompok kontrol diperoleh 50,84 sedangkan pada hasil *posttest* diperoleh sebesar 50,53.

Dengan hasil tersebut maka peningkatan persentasenya dapat dihitung sebagai berikut:

$$\text{Peningkatan Persentase} = \frac{\text{mean different}}{\text{mean pretest}} \times 100\%$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = \frac{0,31}{50,84} \times 100\%$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = 0,61\%$$

Hasil peningkatan persentasenya sebesar 0,61 %, dengan demikian dinyatakan tidak ada peningkatan keterampilan bermain sepakbola pada kelompok kontrol. Dikarenakan kelompok ini merupakan kelompok yang tidak di beri perlakuan dengan latihan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada uraian sebelumnya telah diperoleh nilai $t_{hitung} -14,936 > t_{tabel} (2,262)$, dan nilai $p (0,000) < \text{dari } 0,05$, hal tersebut dapat disimpulkan ada pengaruh model latihan *drill ball skill* terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean Kelompok Usia 13-15 Tahun, besarnya pengaruh *drill ball skill* terhadap keterampilan bermain sepakbola siswa SSB KKK Klajuran Godean sebesar 19,39 %.

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi peserta yang masih mempunyai hasil ketrampilan bermain sepak bola yang rendah, agar lebih meningkatkannya dengan cara latihan yang rutin salah satunya menggunakan latihan *drill ball skill*.
2. Bagi pelatih agar memberikan latihan dengan berbagai metode latihan yang efektif dengan harapan siswa mempunyai keterampilan bermain sepakbola yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Salim. (2008). *Buku Pintar Sepakbola*. Bandung: Nuansa.
- Amung Ma'mun dan Toto Subroto. (2001). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas
- Buku Laporan Pelaksanaan Program Latihan SSB Kridaning Karsa Ksatria Klajuran Godean Sleman (Program Mikro Tahun 2014) PKO FIK UNY.

Cecile, Reynaud. (2011). *Coaching Volleyball Technical and Tactical Skill*. United States. Human Kinetics

Bompa T. O. (1994). *Theory and Methodology of Training the Key to Athletic Performance*. Kendall: Lowa Hunt Publishing Company.

Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.

Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Keplatihan*. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY.

Endang Rini Sukamti. (2011). *Perkembangan Motorik*. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY.

Harsono. (1998). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: CV Tambak Kusuma

Josep A. Luxbacer. (2011). *Sepakbola Edisi Dua*. Jakarta: Raja Grafindo.

Josep Nossek. (1995). *Teori Umum Latihan*. (M. Furqon: Terjemahan). Surakarta: Universitas Sebelas Maret. Buku asli diterbitkan tahun 1992. *General Theory of Training*. Logos: Pan African.

Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Kesehatan*. Bandung: CV. Angkasa.

Muhammad Afandi. (2016). *Pengaruh Variasi Latihan Koordinasi Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Siswa SSO Real Madrid UNY Kelompok Umur 13-14 Tahun*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.

Saifudin Azwar. (2001). *Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Tes dan Profesi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.

Subagyo Irianto. (2010). *Pengembangan Tes Kecakapan David Lee*. Untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun. Tesis. Yogyakarta: UNY.

- _____ (2010). *Proceeding Seminar Olahraga Nasional III Dalam Rangka Dies Natalis FIK UNY 2010*. Yogyakarta: UNY PRESS
- _____. (2016). *Metode Melatih Fisik Sepak Bola*. Yogyakarta: UNY PRESS.
- Sucipto, Dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sugiyanto. (1993). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah. Direktorat Guru dan Tenaga Teknis Bagian Penataan Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara D II.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- _____. (2004). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Suharno. (1993). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan STO.
- Suharsimi Arikunto. (2005). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukadiyanto. (2005) *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta. FIK UNY.
- _____. (2010). *Pengantar Teori Latihan dan Metode Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukmara Aldo Wiratama. (2016). *Pengaruh Metode Latihan Drill dan Pola Pukulan Terhadap Keterampilan Smash Atlet Bulutangkis Putra Usia 10-12 Tahun di PB Jaya Raya Satria Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Sutrisno Hadi. (2004). *Statistic II*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain untuk D2PGSD Penjas*. Jakarta: Depdikbud.
- Wahyu Widayat. (2013). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola di SMP Negeri 2 Pleret Tahun 2013*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Yoyok Bahagia, Dkk. (2000). *Atletik*. Depdikbud.