

PENGEMBANGAN KETERAMPILAN DRIBBLING MELALUI MODEL LATIHAN DRIBBLE SLALOM PADA
PEMAIN SEPAK PETA PETA SSB BORNEO *FOOTBALL INTERNATIONAL ACADEMY*

Jeff Agung Perdana

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Palangkaraya.

jperdana@fkip.upr.ac.id

Arief Nur Wahyudi

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Palangkaraya.

ariefnurwahyudi@fkip.upr.ac.id

Fahrul Razzi

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Palangkaraya.

fahrulrazzi@fkip.upr.ac.id

Bernisa

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Palangkaraya.

bernisa@upr.ac.id

Abdullah

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Palangkaraya.

abdullah@fkip.upr.ac.id

Garry William Dony

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Palangkaraya.

garrydony@fkip.upr.ac.id

Iwan Noor Alamsyah

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Palangkaraya.

iwan.alamsyah@fkip.upr.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh model latihan *dribble slalom* terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola pada pemain usia 9 tahun di SSB Borneo Football International Academy. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi-experimental*) dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian terdiri dari seluruh pemain usia 9 tahun menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen pengukuran didasarkan pada alat ukur yang dikembangkan oleh Subagyo Irianto et al., dengan validitas 0,779 dan reliabilitas 0,559. Hasil penelitian menunjukkan bahwa data *pretest* memiliki nilai signifikansi 0,260 dan data *posttest* memiliki nilai signifikansi 0,120, keduanya lebih besar dari 0,05, sehingga memenuhi asumsi normalitas. Sebelum diberikan model latihan *dribble slalom*, rata-rata waktu menggiring bola adalah 29,72 detik, sedangkan setelah latihan, rata-rata waktu meningkat menjadi 23,29 detik, dengan selisih rata-rata sebesar 5,42 detik. Uji statistik menggunakan *Paired Sample T-Test* menghasilkan Thitung sebesar 11,417, yang lebih besar dari Ttabel (2,144), serta nilai signifikansi probabilitas sebesar 0,000 ($< 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa model latihan *dribble slalom* secara signifikan meningkatkan keterampilan menggiring bola pada pemain usia 9 tahun. Penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi pelatih sepak bola dalam merancang program latihan yang efektif untuk meningkatkan kemampuan teknis pemain, khususnya dalam keterampilan menggiring bola

Kata Kunci: *Passing*, Latihan, Target, Sepakbola

PENDAHULUAN (TIMES NEW ROMAN 12, BOLD, SPASI 1,15)

Menggiring bola merupakan salah satu kemampuan dasar yang sangat krusial dalam permainan sepak bola (Pratama & Sulendro, 2022). Tidak mengherankan jika banyak pengamat sepak bola berpendapat bahwa kualitas seorang pemain sering kali tercermin dari teknik dribbling yang dikuasainya. Dalam situasi pertandingan

tertentu, pemain sepak bola membutuhkan kemampuan ini untuk menjaga kontrol bola sekaligus bertahan dari potensi kontak fisik yang tidak diinginkan (Arwandi & Ardianda, 2018). puncak performa atlet di berbagai cabang olahraga umumnya terjadi pada usia 18-24 tahun. Mengingat waktu yang dibutuhkan untuk mencapai tingkat tersebut berkisar antara 8-10 tahun, maka pembinaan olahraga idealnya

dimulai sejak usia dini, yakni antara 4-14 tahun.

SSB Borneo *Football International Academy* memiliki jadwal latihan Senin, Rabu, Jum'at pada pukul 15.00 di lapangan *Sport Center* Kereng Humbang Kasongan. Usia anak didik pada SSB Borneo *Football International Academy* mulai dari usia kelahiran 2007, 2014, dan 2015. Total anak didik pada SSB Borneo *Football International Academy* memiliki 150 anak. Sekolah sepak bola ini diharapkan dapat menjadi platform untuk mendidik dan mengembangkan anak-anak usia dini agar menjadi pemain sepak bola yang memiliki keterampilan unggul serta terorganisir dengan baik. Berdasarkan wawancara dengan salah satu pelatih, Arif Hidayat, di SSB Borneo *Football International Academy*, ditemukan bahwa kemampuan dribbling para pemain dalam permainan sepak bola masih memerlukan banyak peningkatan. dan mengamati pemain saat berlatih serta bertanding pada saat Praktik Kuliah Lapangan pada

mata kuliah Seminar dan Praktik Kuliah Lapangan Kepelatihan. Untuk teknik dasar *dribbling* bola pada kelompok umur 9 tahun di SSB ini masih kurang dalam keterampilan *dribbling*, sebagai contoh hal ini terlihat ketika pemain SSB Borneo *Football International Academy* pada kelompok umur 9 tahun melakukan *dribbling* masih banyak terlihat belum adanya koordinasi kaki yang baik saat menggiring bola dan bahkan ada yang sampai bertabrakan sesama rekannya dalam Latihan.

Permainan pada kelompok anak usia 9 tahun 10-30 menit (1x10', 2x15', 3x10', dll) menit dengan waktu istirahat 5-10 menit Dibutuhkan penguasaan bola dalam bentuk *dribbling* yang bertujuan untuk mencetak gol (Gunawan & Mahfud, 2022). Artinya menggiring bola atau *dribbling* merupakan cara yang dibutuhkan selain *passing*, kontrol, dan lain-lain untuk mencetak gol. Oleh sebab itu pemain dapat menguasai jalannya

pertandingan dan menciptakan peluang untuk menciptakan gol.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk meneliti pengaruh model latihan *dribble slalom* terhadap kemampuan menggiring dalam permainan sepak bola di SSB Borneo *Football International Academy* pada kelompok umur 9 tahun, maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul: “Pengaruh Model Latihan *Dribble Slalom* Terhadap Kemampuan Menggiring Dalam Permainan Sepak Bola Pada Pemain SSB BFIA Usia 9 Tahun”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen semu (quasi-experimental), yaitu eksperimen yang melibatkan satu kelompok subjek tanpa adanya kelompok pembanding atau control (Hermawan & Hariyanto, 2022). Desain penelitian yang diterapkan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*, di mana pengukuran dilakukan melalui tes awal (pretest), pemberian perlakuan (treatment) berupa latihan, dan diakhiri

dengan tes akhir (posttest). Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *total sampling*, di mana seluruh populasi dijadikan sampel. Dalam hal ini, populasi penelitian terdiri dari 15 pemain kelompok usia 9 tahun di SSB Borneo *Football International Academy*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data adalah tes. Stopwatch digunakan sebagai alat bantu untuk mengukur kemampuan dribbling (menggiring bola). Instrumen tersebut dirancang oleh Subagyo Irianto dan tim, dengan tingkat validitas sebesar 0,779 dan reliabilitas sebesar 0,559. Proses pengumpulan data melibatkan tes menggiring bola melewati pancang. Data yang dikumpulkan meliputi hasil *pre-test* sebelum perlakuan atau latihan diberikan, serta hasil *post-test* setelah perlakuan diterapkan menggunakan model latihan dribble slalom.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis hasil penelitian ini, dikaitkan dengan tujuan penelitian sebagaimana

yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, sehingga pada bab ini akan diuraikan mengenai deskripsi data, uji asumsi klasik dan hasil pengujian hipotesis. Deskripsi data yang akan disajikan berupa data hasil tes model latihan *dribble slalom* yaitu tes awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan dan tes akhir (*posttest*) sesudah diberikan perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan pada pemain SSB Borneo *Football international academy* usia 9 tahun dengan jumlah 15 orang. Hasil penelitian dideskripsikan menggunakan statistik deskriptif. Gambaran umum hasil data penelitian *pretest* disajikan pada tabel 1.

<i>Range</i>	Interval kelas	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
1	21,89–22,45	Sangat Baik	4	26,7
2	22,67–23,45	Baik	4	26,7
3	24,21–24,94	Cukup	3	20
4	26,53–26,55	Kurang	2	13,3
5	27,36–28,53	Sangat Kurang	2	13,3
			15	100%

Tabel 1. Hasil Data Penelitian *Pretest*

ari tabel diatas diperoleh keterangan, sebagai berikut : Nilai Mean (Rata-rata) 29,72 detik, nilai minimum (nilai minimal) 26,44 detik, nilai maximum 31,86 detik, nilai Mode (Nilai sering muncul) 30,85 detik, Range (rentang data) 5,42 detik, Standart deviation (Simpangan baku) 1,59 detik. Deskripsi data hasil penelitian *pretetst* juga disajikan dalam bentuk frekuensi dengan rumus mencari banyak kelas = $1 + 3,3 \log N$. *Range* (Rentang data) dapat diketahui dengan cara mengurangi data yang terbesar dengan data terkecil yang ada pada kelompok itu (Sugiono, 2016). Panjang kelas dengan rumus rentang data dibagi dengan jumlah individu pada kelompok.

Deskripsi hasil penelitian *posttest* dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel. 2 Hasil penelitian *posttest*

Dari tabel diatas diperoleh keterangan, sebagai berikut : Nilai Mean (Rata-rata) 24,29 detik, nilai minimum (nilai minimal) 21,89 detik, nilai maximum 28,53 detik, nilai Mode (Nilai sering muncul) 22,45 detik, Range (rentang data) 6,64 detik, Standart deviation (Simpangan baku) 2,07 detik.

Penelitian ini dilakukan pada pemain SSB Borneo Football International Academy kelompok usia 9 tahun yang berjumlah 15 orang. Penelitian berlangsung dari tanggal 5 Juni hingga 31 Juli, dengan pelaksanaan perlakuan sebanyak 26 kali pertemuan. Dribbling atau kemampuan menggiring bola adalah salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai dalam permainan sepak bola, karena kemampuan ini secara langsung memengaruhi penguasaan bola dan peluang memenangkan pertandingan. Model latihan *Dribble Slalom* terbukti efektif dalam mengembangkan keterampilan menggiring bola, karena

<i>Ra ng e</i>	Interval kelas	Kategori	Frek uensi	Pers en (%)
1	26,44–27.72	Sangat Baik	3	20
2	28,34–29,35	Baik	3	20
3	29,67–30,66	Cukup	3	20
4	30.85–31.15	Kurang	4	26,7
5	31,23–31,86	Sangat Kurang	2	13,3
			15	100%

melibatkan aktivitas seperti berbelok, memutar, dan berbalik arah yang sering diterapkan dalam permainan sepak bola. Berdasarkan hasil penelitian, penerapan model latihan *Dribble Slalom* selama 26 kali pertemuan menghasilkan peningkatan rata-rata waktu menggiring bola sebesar 5,42 detik. Hasil menyimpulkan bahwa model latihan *Dribble Slalom* efektif dalam meningkatkan kemampuan keterampilan. Hal ini diperkuat dengan hasil penghitungan Hasil *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa $T_{hitung} > T_{tabel}$ ($11,417 > 2,144$) dan besar nilai signifikansi

probability $0,000 < 0,05$ berarti terdapat pengaruh model latihan *Dribble Slalom* terhadap keterampilan menggiring pemain SSB Borneo *Football International Academy* Usia 9 tahun. Jadi hipotesis yang menyatakan Ada pengaruh model latihan *dribble slalom* terhadap keterampilan pemain SSB Borneo *Football International Academy* pada kelompok umur 9 tahun, diterima.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, penulis menyimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi: “Ada pengaruh model latihan *dribble slalom* terhadap keterampilan pemain SSB Borneo *Football International Academy* pada kelompok umur 9 tahun”, dinyatakan diterima. Hal ini ditunjukkan oleh:

1. Dari hasil pengujian, di dapatkan nilai signifikansi *Pretest* sebesar 0,260. Nilai signifikansi sebesar $0,260 > 0,005$, maka asumsi normalitas *Pretest* terpenuhi. Sedangkan pada data

Posttest diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,120. Nilai signifikansi $0,120 > 0,05$, maka asumsi normalitas *Posttest* terpenuhi.

2. Hasil *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa $T_{hitung} > T_{tabel}$ ($11,417 > 2,144$) dan besar nilai signifikansi *probability* $0,000 < 0,05$ berarti terdapat pengaruh model latihan *Dribble Slalom* terhadap keterampilan menggiring pemain SSB Borneo *Football International Academy* Usia 9 tahun
3. Diketahui bahwa peningkatan kemampuan menggiring dalam permainan sepak bola pemain SSB Borneo *Football International Academy* Usia 9 tahun. Sebelum diberikan model latihan *Dribble Slalom* rerata waktu pada waktu *Pretest* berada pada 29,72 detik. Dan pada saat *Posttest* meningkat pada 23,29 detik. Ternyata besarnya rerata setelah diberikan model latihan *Dribble Slalom* meningkat sebesar 5,42.

Saran

1. Agar pelatih memberi variasi model latihan *Dribble* kepada pemain SSB Borneo *Football International Academy* Usia 9 tahun. Dan dibuktikan secara ilmiah untuk meningkatkan keterampilan menggiring dalam permainan sepak bola bagi pemain SSB Borneo *Football International Academy* Usia 9 Tahun.
2. Untuk penelitian selanjutnya, model latihan ini dapat dikembangkan secara lebih spesifik dan mendalam, terutama dengan meneliti variabel lain yang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

Arwandi, J., & Ardianda, E. (2018). Latihan Zig-Zag Run dan Latihan Shuttle Run Berpengaruh terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(01).
<https://doi.org/10.24036/kepel.v3i01.1>

Gunawan, G., & Mahfud, I. (2022). Pengaruh Latihan Dribble Dengan Metode Bermain Terhadap Hasil Dribble Sepak Bola Ssb Mitra Utama Lampung Selatan. *Journal Of Physical Education*, 3(2), 49–58.
<https://doi.org/10.33365/joupe.v3i2.1908>

Hermawan, S., & Hariyanto, W. (2022). Buku Ajar Metode Penelitian Bisnis (Kuantitatif Dan Kualitatif) . *Umsida Press, 0 SE-Text Book*.
<https://doi.org/10.21070/2022/978-623-464-047-2>

Pratama, H. G., & Sulendro, S. (2022). Pengaruh Latihan Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Peserta Putra Ekstrakurikuler Smpn 1 Gandusari. *Journal of Physical Activity (JPA)*, 3(1), 1–9.

Sugiono, S. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r & d. *Bandung: Alfabeta*, 288.