

**PENGARUH LATIHAN METODE *DRILL* TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN PERSATUAN SEPAKBOLA KOTO KANDIS (PSKD)**

Edrizen Sepriwanda, Anton Komaini
Universitas Negeri Padang
Sepriwandaedrizen@gmail.Com

ABSTRACT

The problem in this study is the low ability of dribbling PSKD Koto kandis players. This study aims to determine the effect of drill method training on dribbling skills on PSKD Koto Kandis players in Lengayang sub-district, southern coastal district. This type of research is quasi-experimental, this research was conducted in June to July 2019 in the Koto Kandis PSKD field. The population in this study were PSKD Koto Kandis players in Lengayang Subdistrict, Pesisir Selatan Regency, with a total of 22 men. Sampling using a purposive sampling technique that is the whole of the age group 16-18 years, amounting to 15 people. After conducting the initial test (pre-test) of all samples, continued by being treated for 4 weeks (16 meetings), in 1 week conducted 4 meetings, based on the provision of drill method training and ending with the final test (post test). Data analysis and testing of research hypotheses using t-test with a significant level $\alpha = 0.05$. The results showed that: there was an effect of providing drill method training on dribbling skills with a t-test of $5.17 > t\text{-table } 2.14$. Thus the provision of training drills gives a significant effect on improving dribbling skills.

Keywords: Drill Training, Soccer Dribbling

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan *dribbling* pemain PSKD Koto kandis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan metode *drill* terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain PSKD Koto Kandis kecamatan lengayang kabupaten pesisir selatan.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu, penelitian ini dilaksanakan pada Juni sampai Juli 2019 dilapangan PSKD Koto Kandis. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain PSKD Koto Kandis Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 22 orang laki-laki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu keseluruhan dari kelompok usia 16-18 tahun yang berjumlah 15 orang. Setelah dilakukan tes awal (pre test) seluruh sampel, dilanjutkan dengan diberi perlakuan selama 4 minggu (16 kali pertemuan), dalam 1 minggu dilakukan 4 kali pertemuan, berdasarkan pemberian latihan metode *drill* dan diakhiri dengan tes akhir (*post test*). Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan uji-t dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: terdapat pengaruh pemberian latihan metode *drill* terhadap kemampuan dribbling dengan t-hitung $5,17 > t\text{-tabel } 2,14$. Dengan demikian pemberian latihan metode *drill* memberi pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling*.

Kata Kunci: Latihan *Drill*, *Dribbling* Sepakbola



PENDAHULUAN

Pelaksanaan pembinaan dan pengembangan olahraga di Indonesia tidak hanya berlatar belakang untuk kepentingan kependidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani semata, namun hal tersebut juga ajang pembentukan dan pengembangan prestasi yang dilakukan secara teratur dan berkesenambungan. Komitmen pemerintah terhadap olahraga khususnya dalam segi pembinaan dan pengembangan prestasi yang dituangkan dalam undang-undang sistem keolahragaan Nasional Republik Indonesia Nomor: 3 Tahun (2005:16). Tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 Ayat 4 menyatakan bahwa:

Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah yang menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan yang melibatkan olahragawan muda potensial dari hasil pemantauan dan pengembangan bakat sebagai proses generasi.

Olahraga sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia, sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana sampai menjadi sepakbola modern yang sangat digemari dan dikagumi oleh banyak orang, baik anak-anak, orang dewasa, orang tua bahkan wanita. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang sangat pesat juga mempengaruhi perkembangan permainan sepakbola ini. Untuk dapat menjadi seorang pemain sepakbola yang baik dan diharapkan perlu diperhatikan oleh Pembina/pelatih dan oleh pemain itu sendiri dalam memperoleh prestasi sepakbola yang baik. Disamping itu pembinaan yang teratur, terarah dan kontiniu hendaknya pembinaan tersebut dapat diarahkan kepada komponen prestasi seperti kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental, salah satunya dapat ditempuh melalui pendekatan secara ilmiah. Penguasaan teknik dasar sepakbola yang baik dan sempurna, sangat berpengaruh penting sebagai pondasi awal bagi pemain sepakbola.

Dalam permainan sepakbola untuk mencapai prestasi yang maksimal pemain harus bisa menguasai beberapa unsur teknik dasar dalam sepakbola yaitu *passing*, *dribbling*, *control*, *shooting*. Salah satu teknik dasar sepakbola



yang sering digunakan dalam pelaksanaannya pada waktu pertandingan adalah *dribbling*. Koger (2007:51) mengungkapkan bahwa, " *dribbling* yaitu menggiring atau membawa bola adalah metode menggerakkan bola dari suatu tempat ke titik lain dilapangan dengan menggunakan kaki, bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah dikontrol".

Jika seorang pemain sepakbola memiliki kemampuan teknik dasar *dribbling* yang baik, maka hal ini akan memudahkan seseorang dalam penguasaan bola. Disamping itu, tim yang memiliki pemain yang mempunyai keterampilan *dribbling* yang baik akan memudahkan mereka untuk menyusun serangan dan mencetak gol. Berdasarkan kutipan diatas dijelaskan bahwa kemampuan seseorang untuk membawa bola dilapangan dari suatu titik ketempat titik lainnya dengan menggunakan kaki, kaki bagian dalam maupun luar agar bola selalu dekat dengan kaki agar mudah di kuasai.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di lapangan sepakbola PSKD Koto Kandis Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan, dengan menyaksikan langsung pertandingan yang dilakukan oleh pemain PSKD Koto Kandis, dari hasil pengamatan yang dilakukan peneliti, peneliti menemukan beberapa masalah pada kemampuan individual khususnya kemampuan *dribbling* pemain yang kurang baik, hal ini terlihat setelah peneliti mengamati dalam 1 x 45 menit permainan yang dilakukan oleh tim PSKD Koto Kandis, dimana para pemain terhitung melakukan *dribbling* kurang lebih sebanyak 24 kali, dari sekian banyak *dribbling* yang dilakukan para pemain berhasil melakukan 7 kali *dribbling* sukses (berhasil melewati lawan) dan 17 kali *dribbling* yang dilakukan gagal (tidak berhasil melewati lawan), maka dari itu hasil yang dikumpulkan sangat mencolok dimana 24 kali *dribbling* yang dilakukan para pemain PSKD Koto Kandis hanya sukses melakukan *dribbling* sebanyak 7 kali (berhasil melewati lawan) dan 17 kali *dribbling* gagal (tidak bisa melewati lawan).

Tabel 1. Pengamatan dribbling pemain PSKD Koto Kandis.

No	Nama pemain	Dribbling	Sukses	Gagal
1	Raja eka.p GK	-		-
2	Arzi anugrah CB	-	-	-
3	Arza anugrah CB	-		-
4	Devit joan LB	2	1	1
5	Habil bukra RB	2	-	2



6	Senda putra	DM	3	-	3
7	Fauzan renata	CM	3	-	3
8	Zeki febri	CM	4	2	2
9	Ihsan afdal	LW	4	2	2
10	M. Iqbal	RW	3	1	2
11	Syefar joni	CF	3	1	2

Pemain PSKD Koto Kandis belum maksimal dalam melakukan dribbling. Fenomena yang terjadi dilapangan pemain PSKD Koto Kandis pemain sering kehilangan bola pada saat melakukan dribbling, bola mudah direbut dan diambil oleh lawan. Pemain belum bisa menguasai bola dengan baik di waktu mengontrol laju bola pada saat menggiring bola dan serangan yang dilakukan oleh para pemain PSKD Koto Kandis sering mengalami kegagalan terutama pada saat melakukan dribbling. Kesalahan-kesalahan itu berupa masih kurang baiknya kondisi fisik para pemain dalam menggiring bola, seperti kecepatan, kelincahan dan koordinasi, selain itu di akibatkan kurang gesit atau kurang lincahnya seorang pemain saat menghadapi lawan pada saat melakukan dribbling sehingga mempengaruhi tempo dan kualitas permainan.

Dari berbagai permasalahan yang dikemukakan diatas seperti kesalahan yang terjadi pada teknik dribbling (menggiring bola) serta program latihan yang belum tepat, hal ini merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemain dalam menyusun serangan dalam permainan atau pertandingan. Apabila hal ini terus dibiarkan maka akan terjadi kesalahan-kesalahan baru yang dapat mempengaruhi prestasi pemain sehingga prestasi puncak pun sulit tercapai.

Berdasarkan masalah yang dikemukakan bahwanya perlu dicarikan solusi untuk mengatasi permasalahan yang terjadi pada pemain klub PSKD Koto Kandis Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk membuktikan secara ilmiah melalui sebuah penelitian yang berjudul " pengaruh latihan metodedrill terhadap kemampuan dribbling pemain Persatuan Sepakbola Koto Kandis (PSKD) Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Diharapkan dari hasil penelitian ini dilahirkan suatu kesimpulan yang bisa dijadikan langkah bagi peningkatan prestasi persepakbolaan di klub PSKD Koto Kandis Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.



METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Menurut Sugiyono (2010 : 64) Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*One Groups pretest-posttest Design*”, yaitu desain penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *post test* setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan. Eksperimen semu yang dilakukan selama 4 minggu dengan frekuensi 4 kali latihan dalam seminggu. Sebelum memulai latihan terlebih dahulu diadakan tes awal untuk mengukur kemampuan *dribbling*, setelah itu diberikan latihan metode *drill* yang dilakukan dengan menyusun program latihan. Setelah 16 kali pertemuan, maka pada pertemuan terakhir diberikan tes akhir untuk melihat kemampuan *dribbling*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum diberikan perlakuan terhadap sampel, maka terlebih dahulu dilakukan tes awal (*pre-test*) kecepatan *mendribbling* bola pada pemain sepak bola PSKD Koto Kandis. Pada tes awal (*pre-test*) dari 15 orang sampel diperoleh keterampilan *dribbling* antara lain :

- Terendah : 17,25 detik
- Tertinggi : 21,45 detik
- Rata-rata : 19,79 detik

Tabel 2. Distribusi frekuensi data awal (*pre-test*) *dribbling* pemain sepak bola PSKD Koto Kandis.

No	Interval Dribbling	Kategori	Frekuensi absolute	Frekuensi relative
1	<14, 31	Baik sekali	0	0%
2	14,31 – 15,50	Baik	0	0%
3	15, 59 – 16, 69	Sedang	2	13,4%
4	16, 69 – 17, 88	kurang	13	86,6%
Jumlah			15	100%

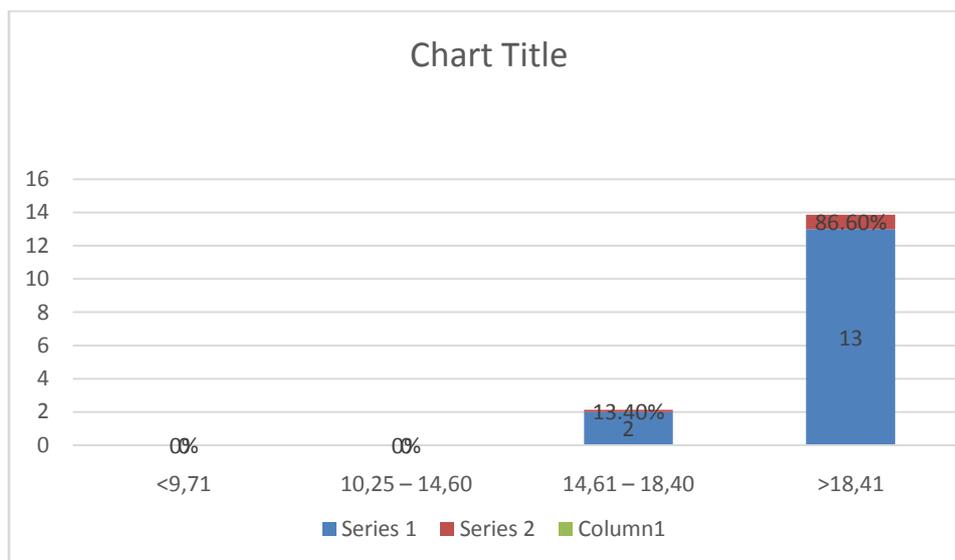
Dari tabel distribusi frekuensi maka dapat dijelaskan dari 15 orang sampel sebagai berikut:

- Baik sekali : 0 orang persentase 0%



- Baik : 0 orang persentase 0%
- Sedang : 2 orang, persentase 13,4%
- Kurang : 13 orang, persentase 86,6%

Untuk lebih jelasnya dapat juga dilihat pada histogram data awal (*pre-test*) dapat dilihat pada lampiran.



Gambar 1. Histogram data awal (*pre-test*)kemampuan *dribbling* pada pemain sepak bola PSKD Koto Kandis.

Setelah diberikan perlakuan terhadap sampel sebanyak 18 kali pertemuan, maka dilakukan (*post-test*) kemampuan *dribbling* bola pemain sepakbola PSKD Koto Kandis Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Pada tes akhir (*post-test*) dari 15 orang sampel, diperoleh kemampuan *dribbling* antara lain :

- Terendah : 15,85 detik
- Tertinggi : 21,44detik
- Rata-rata : 18,34 detik



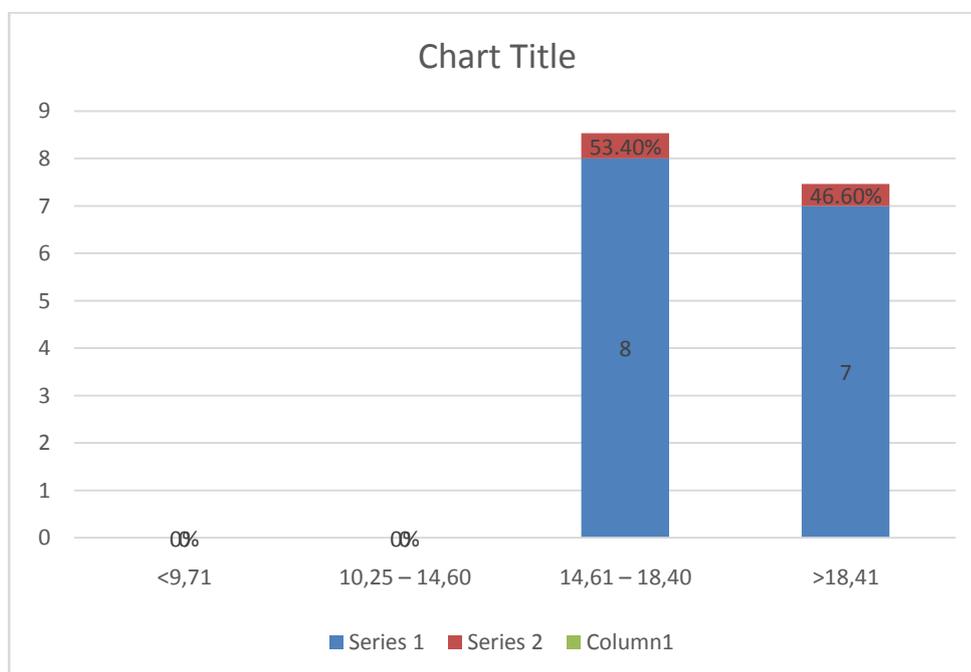
Tabel 3. Distribusi frekuensi data akhir (*post-test*)dribbling pemain sepak bola PSKD Koto Kandis.

No	Interval Dribbling	Kategori	Frekuensi absolut	Frekuensi relative
1	< 14,31	Baik sekali	0	0%
2	14, 31 – 15, 50	Baik	0	0%
3	15, 59 – 16, 69	Sedang	8	53,4%
4	16, 69 – 17, 88	Kurang	7	46,6%
Jumlah			15	100%

Dari tabel distribusi frekuensi maka dapat dijelaskan dari 15 orang sampel antara lain :

- Baik sekali : 0 orang, persentase 0%
- Baik : 0 orang, persentase 0%
- Sedang : 8 orang, persentase 53,4%
- Kurang : 7 orang, persentase 46,6%

Untuk lebih jelasnya dapat juga dilihat pada histogram data akhir (*post-test*) dapat dilihat pada lampiran.



KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan permasalahan terdahulu, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut : latihan metode *drill* memberi pengaruh terhadap kemampuan dalam *mendribbling* bola pemain PSKD Koto Kandis Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. Dengan rata-rata *pree test* 19,79 dan *post test* 18,34. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan analisis uji –t diperoleh t_{hitung} sebesar 5,17 dan t_{tabel} sebesar 2,14 ($t_{hitung} 5,17 > t_{tabel} 2,14$). Artinya terdapat pengaruh terhadap kemampuan *dribbling* bola pada pemain sepak bola PSKD Koto Kandis Kecamatan Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan.

SARAN

Sesuai dengan kesimpulan hasil penelitian, maka dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Dalam upaya meningkatkan kemampuan *dribbling* pada pemain sepak bola PSKD Koto Kandis, pelatih dapat menggunakan metode latihan *drill* ini, dan disarankan untuk bisa dilaksanakan sesuai dengan metode latihan yang sudah ada.
2. Pelatih harus mampu mengkondisikan para pemain pada saat berjalannya proses latihan, dan bisa mengontrol langsung pemain pada saat melakukan latihan.
3. Pada pelaksanaan latihan hendaknya dilihat keseriusan pemain dalam melaksanakan latihan.
4. Dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan menambah metode latihan lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

Abus, Emral. 2005. *Dalam buku ajaran sepakbola*, UNP.

Agus, Apri, 2012. *Olahraga Kebugaran Jasmani*. Padang: CV, Sukabina Press

Aprianova, Farid dan Hariadi, Imam. 2016. Metode *Drill* Untuk Meningkatkan Teknik Dasar *Menggiring Bola (Dribbling)* Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. Malang : *Jurnal kepelatihan olahraga*. FIK UM.



- Ardo Okilanda (2012). Pengaruh Metode Latihan *Dribbling* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Atlet Sekolah Sepakbola Muspan Padang Sumatera Barat.
- Arikunto, Suharsimi, 2002 *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT, Rineka Cipta
- Bafirman dan Agus, Apri, 2013. *Buku Ajar Pembentukan Kondisi Fisik*, Padang : Wineka Media
- Bafirman. 2007. *Fisiologi Olahraga*. Padang: Winekia Media
- Cook, Malcolm. 2013. *drill sepakbola untuk pemain muda usia 12- 16 tahun*. Jakarta : PT. Indeks Permata Puri Media.
- Fajri (2019). Pengaruh Latihan *zig-zag rundengan* bola terhadap keterampilan *dribbling* pemain sepakbola pandakian *football club* Kecamatan Lubuk Basung Kabupaten Agam.
- Gusril. 2016. *Perkembangan fisik dan motorik*. Padang : UNP PRESS.
- Irawadi, Hendri. 2014. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang : FIK UNP
- Koger, Robert. 2007. *Latihan handal sepakbola remaja*. Jakarta : Saka Mitra Kompetensi
- Luxbacher, Joseph A, 2012. *Sepakbola*. Jakarta: PT, Raja Grapindo Persada
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-dasar sepakbola*. Pakar Raya. Bandung
- Nurhasan. 2001. *Tes dan pengumpulan dalam pendidikan jasmani*. Prinsip – prinsip dan penerapan.
- Sugiyono. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta
- Syafruddin. 2012. *Ilmu kepelatihan olahraga*. Padang: UNP Press
- Syafruddin. 2011. *Training-Teknik-Taktik*. Padang : UNP PRESS
- Tim Pengajar Sepakbola. 2005. *Buku Ajaran Sepakbola*. Padang : FIK UNP
- Undang- Undang Sistem Keolahragaan Nasional No 3 (2005 : 16). *Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Prestasi pasal 27 ayat : 4*. PT. Sinar. Grafika.
- Yulifri dan Arsil. 2016. *Permainan Sepakbola*. Padang: FIK UNP.

