PENGARUH MODIFIKASI BOLA TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI

(Studi Eksperimen Latihan Dengan Bola Sebenarnya dan Latihan Dengan Bola Plastik Pada Siswa Kelompok Usia 12-14 Tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk Tahun 2016)

TESIS

Diajukan untuk Penulisan Tesis Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Magister (S-2) Pada Jurusan Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana UN PGRI Kediri

OLEH :

NURWAKID ZAINURI
NPM : 14.0.06.01.0016

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA KEDIRI

UN PGRI KEDIRI

2016

HALAMAN PERSETUJUAN

Tesis Oleh :

NURWAKID ZAINURI
NPM : 14.0.06.01.0016

Judul :

PENGARUH MODIFIKASI BOLA TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI

(Studi Eksperimen Latihan Dengan Bola Sebenarnya dan Latihan Dengan Bola Plastik Pada Siswa Kelompok Usia 12-14 Tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk Tahun 2016)

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Tesis Program Studi Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana UN PGRI Kediri

Tangal : 29 JULI 2016

Pembimbing I	Pembimbing II
Prof. Dr. H. Sugiono, M.M.	**Dr. Suryanto, M.Si.**
NIDN. 0014015706	**NIDN. 0010056501**

Menyetujui,
Ketua Jurusan / Prodi,

Dr. Atrup M.Pd. M.SI
NIDN. 709116101

ii

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis Oleh :

NURWAKID ZAINURI
NPM : 14.0.06.01.0016

Judul :

PENGARUH MODIFIKASI BOLA TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI

(Studi Eksperimen Latihan Dengan Bola Sebenarnya dan Latihan Dengan Bola Plastik Pada Siswa Kelompok Usia 12-14 Tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk Tahun 2016)

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tesis
Program Studi Magister Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana Universitas Nusantara PGRI Kediri
Pada tangal : 12 Agustus 2016

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Dewan Penguji:

1. Ketua : Dr. M.Muchson, S.E. M.M.
2. Sekretaris : Dr. Subagyo, M.M.
3. Penguji I : Prof. Dr. Sugiono, M.M.
4. Penguji II : Dr. Suryanto, M.Si.

Mengetahui,
Direktur Program Pascasarjana
UN PGRI Kediri

Dr. Rr. Forijati, M.M.
NIDN. 0028016701

iii

PENGARUH MODIFIKASI BOLA TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA-KAKI

(Studi Eksperimen Latihan Dengan Bola Sebenarnya dan Latihan Dengan Bola Plastik Pada Siswa Kelompok Usia 12-14 Tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk Tahun 2016)

Nurwakid Zainuri
NPM; 14.0.06.01.0016
Keguruan Olahraga – Program Pascasarjana
Nurwakidzainuri75@gmail.com
Prof. Dr. H. Sugiono, M.M.. dan Dr. Suryanto, M.Si.
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : (1) Pengaruh latihan menggiring bola menggunakan bola sebenarnya dan menggunakan bola plastik terhadap kemampuan menggiring bola; (2) Pengaruh tingkat koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola; dan (3) Interaksi antara modifikasi latihan menggiring bola dan kordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen* dengan rancangan faktorial 2 x 2. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelompok umur 12-14 tahun pada Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016 berjumlah 40 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah sampel jenuh dimana semua populasi dijadikan sampel. Dari jumlah sampel 40 orang dilakukan tes koordinasi mata-tangan dimana hasil tes dan pengukuran koordinasi mata-tangan dan diklasifikasikan menjadi dua yaitu koordinasi mata-kaki yang tinggi dan koordinasi mata-kaki yang rendah. Teknik pengumpulan data dengan menggiring bola dengan *zig-zag* melewati lima rintangan dan untuk mengukur koordinasi mata-kaki dengan *soccer dribble test*. Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA 2 X 2 dan uji *Newman Keuls*.

Hasil penelitian : 1) Ada pengaruh modifikasi bola terhadap kemampuan menggiring bola.; 2) Ada pengaruh koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola.; dan 3) Ada interaksi antara modifikasi bola menggiring bola dan kordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola.

Kesimpulan penelitian ini adalah (1) Ada pengaruh modifikasi bola terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelompok usia 12 – 14 tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016; (2) Ada pengaruh koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelompok usia 12 – 14 tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016; dan (3) Ada interaksi antara modifikasi bola menggiring bola dan kordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelompok usia 12 – 14 tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016.

Kata kunci : Latihan dengan bola sebenarnya, latihan dengan bola plasik, menggiring bola.

I. PENDAHULUAN

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga permainan yang menuntut keterampilan yang tinggi. Olahraga ini terdiri dari gerakan-gerakan yang sangat kompleks. Banyak faktor yang mempengaruhi untuk dapat bermain sepakbola dengan baik. Di antaranya yaitu faktor fisik, teknik, taktik dan mental yang harus dimiliki untuk menjadi pemain yang baik. Faktor-faktor tersebut adalah bagian-bagian yang tidak dapat dipisahkan dan saling mempengaruhi untuk mencapai sebuah prestasi.

Sucipto dkk (2000: 7) mengatakan bahwa, "Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang".

Bagian yang paling mendasar yang harus dikuasai untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah penguasaan teknik dasar sepakbola. Hal ini merupakan langkah awal untuk dapat bermain sepakbola selain melatih faktor fisik, taktik dan mental. "dari kelengkapan pokok tersebut yang paling fundamental sebagai dasar bermain sepakbola, adalah teknik dasar dan keterampilan bermain yang lebih dahulu" (Soekatamsi, 1988: 11). Pernyataan di atas menunjukkan bahwa menguasai teknik dasar sepakbola adalah sangat penting dan harus dilatih. Soekatamsi (1988: 158), "Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah".

Salah satu alasan pengambilan sampel penelitian kelompok umur 12-14 tahun yaitu pada usia tersebut merupakan tahap awal pemula dalam pelatihan sepakbola, sehingga melatih teknik dasar (termasuk menggiring bola) adalah langkah yang tepat untuk membentuk dan meningkatkan penguasaan teknik dasar bermain sepakbola. Sejauh ini kemampuan menggiring bola siswa Sekolah Sepak Bola Nganjuk kelompok umur 12-14 tahun belum diketahui. Pada kelompok umur 12-14 tahun telah diajarkan bagaimana cara menggiring bola serta bagian-bagian kaki yang dapat digunakan untuk menggiring bola. Namun pada kenyataannya masih banyak para siswa yang kemampuan menggiring bolanya masih rendah. Hal ini dapat dilihat dalam permainan yaitu jarang sekali siswa berani menggiring bola di daerah pertahanan lawan. Masih rendahnya kemampuan siswa dalam menggiring bola tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya. Metode latihan yang diterapkan selama ini perlu dievaluasi untuk mencapai hasil latihan yang diharapkan.

Menurut Marino (2010: 36) latihan adalah "proses yang sistematis dari berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya".

Latihan menggiring bola sebenarnya merupakan bentuk latihan untuk meningkatkan penguasaan dalam menggiring bola menggunakan bola ukuran ideal untuk siswa-siswa pemula. Dalam pelaksanaannya, latihan menggiring bola menggunakan bola sebenarnya dilakukan dalam beberapa kali pertemuan atau ulangan. Berdasarkan waktu latihan yang tersedia, penggunaan bola dalam latihan ini 100% memakai bola standar. "Ukuran bola standar yaitu lingkaran bola tidak boleh kurang dari 62

cm dan tidak boleh lebih dari 65 cm. Pada permulaan berat bola tidak boleh kurang dari 300 gram dan tidak boleh lebih dari 350 gram" (Soekatamsi, 1988 : 23).

Latihan menggiring, bola menggunakan bola plastik merupakan modifikasi alat yang didasarkan pada peralatan yang digunakan (bola). Bola yang akan dikombinasikan dengan bola sebenarnya dalam latihan ini adalah bola plastik, karena bola plastik yang memiliki karakteristik yang ringan bagi siswa-siswa.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan faktorial 2 x 2 :

"Rancangan fakorial adalah rancangan dimana bisa dimasukkan dua variabel atau lebih untuk memanipulasi secara simultan. Dengan rancangan ini bisa diteliti pengaruh setiap variabel independen terhadap variabel dependen dan juga pengaruh interaksi antara variable-variabel independen" (Sugiyanto, 1995 : 30).

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Sepakbola Sekolah Sepak Bola Nganjuk. Pelaksanaan program pembelajaran dilaksanakan pada tanggal 26 April – 5 Juni 2016. Penelitian dilaksanakan pada hari Selasa, Kamis dan Minggu mulai dari pukul 14.30 WIB – 17.00 WIB.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelompok umur 12-14 tahun pada Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016 berjumlah 40 siswa. Dalam penelitian ini, teknik penentuan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2006:61), sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi dijadikan sampel. Banyaknya sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 40 siswa.

Subyek yang akan di teliti kemudian di lakukan tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki, kemudian dirangking dari skor tertingi sampai skor terendah. Setelah itu dicari nilai rata-rata *(mean)* untuk dibandingkan dengan perolehan skor individu. Siswa yang mendapat skor tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki diatas nilai rata-rata diklasifikasikan sebagai siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dan siswa yang mendapat skor tes dan pengukuran koordinasi mata-kaki dibawah nilai rata-rata diklasifikasikan sebagai siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah. Selanjutnya dikelompokkan menjadi 4 kelompok sesuai dengan rancangan faktorial 2 x 2, dimana setiap kelompok terdiri dari beberapa subyek, pengelompokan sampel tersebut adalah :

Kelompok I : Kelompok latihan dengan bola sebenarnya yang memiliki koordinasi mata kaki tinggi.

Kelompok II : Kelompok latihan dengan bola sebenarnya yang memiliki koordinasi mata kaki rendah.

Kelompok III : Kelompok latihan dengan bola plastik yang memiliki koordinasi mata kaki tinggi.

Kelompok IV : Kelompok latihan dengan bola plastik yang memiliki koordinasi mata kaki rendah

Instrumen penelitian adalah alat atau tes yang digunakan untuk mengumpulkan data guna mendukung keberhasilan suatu penelitian (Sugiyono, 2006: 98). Tes yang dilakukan untuk pengambilan data penelitian ini adalah :

a) Data Koordinasi Mata-Kaki

Pengambilan data koordinasi mata-kaki dilakukan dengan *soccer dribble test* (Muhyi, 2015:161).

b) Data Keterampilan Menggiring Bola

Kemampuan menggiring bola diperoleh dengan tes menggiring bola dengan *zig-zag* melewati lima rintangan dalam waktu sesingkat mungkin (Soekatamsi, 1988: 258). Tes ini ditujukan untuk melatih kelincahan keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola, usia tes ditujukan untuk 12-14 tahun. Tes dilakukan 2 kali, yaitu test awal (*pre test*) dan tes akhir (*post test*).

Teknik analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis adalah Analisis Varian (ANAVA) rancangan 2 jalur. Pengujian hipotesis dilakukan dengan taraf signifikasi $\alpha = 0.05$. Mengingat analisis data penelitian dilakukan dengan menggunakan ANAVA, maka sebelum sampai pada pemanfaatan ANAVA, perlu dilakukan adalah melakukan uji prasyaratan yaitu meliputi : (1) Uji Normalitas, dan (2) Uji Homogenitas Varians (Sudjana, 1999:261-264)

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data dalam penelitian ini meliputi uji reliabilitas, uji prasyarat analisis berupa uji normalitas, uji homogenitas. Berikut uraian penjelasan dari masing-masing analisis :

a) Uji Reliabilitas

Untuk mengetahui hasil realibilitas tes koordinasi mata dan kaki dilakukan uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas tes awal dan tes akhir kemampuan menggiring bola dalam sepak bola dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes Awal dan Akhir

Hasil Tes	Reliabilitas	Derajat Reliabilitas
Koordinasi mata dan kaki	0,935	Sangat Tinggi
Tes Awal kemampuan menggiring bola dalam sepak bola	0,772	Sedang
Tes akhir kemampuan menggiring bola dalam sepak bola	0,807	Tinggi

b) Uji Normalitas

Dari data hasil prediksi kemampuan menggiring bola dalam sepak bola sebelum diberi perlakuan, setelah dianalisis menggunakan uji *Liliefors*, maka diperoleh hasil pengujian seperti tercantum dalam tabel berikut :

Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas dengan *Liliefors*.

Kelompok	N	Prob	L_o	L_t
A1B1	10	0,05	0,194	0,258
A1B2	10	0,05	0,164	0,258
A2B1	10	0,05	0,173	0,258
A2B2	10	0,05	0,179	0,258

Dari tabel 4.5 diketahui bahwa Lo < Lt. Hal ini menunjukkan bahwa sampel yang terambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Dengan demikian persyaratan normalitas data telah terpenuhi.

c) Uji Homogenitas

Dengan data yang sama dianalisis menggunakan uji *Barlett*, maka diperoleh hasil pengujian yang tercantum dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas Dengan Uji *Barlett*

Σ Kelompok	Ni	S^2gab	X^2_{hit}	X^2_{tabel}
4	10	0,4855	4,766929511	7,81

Dari tabel diatas dapat diketahui X^2_{hit} lebih kecil daripada X^2_{tabel} . Hal ini menunjukkan sampel-sampel penelitian pada kelompok modifikasi latihan, keduanya bersifat homogen. Dengan demikian persyaratan homogenitas juga dipenuhi.

1. Pengujian Hipotesis Pertama

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan dengan bola sebenarnya dan latihan dengan bola plastik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam sepak bola pada siswa kelompok umur 12-14 tahun pada Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016. Dari hasil perhitungan diperoleh F_{hit} = 17,2985 lebih besar dari F_{tabel} = 4,11 ($F_0 > F_t$) pada taraf signifikasi 5%. Ini berarti bahwa hipotesis nol (H_o) ditolak sehingga ada pengaruh yang signifikan antara kedua kelompok perlakuan. Dari analisis lanjutan diketahui ternyata latihan dengan bola sebenarnya memiliki peningkatan yang lebih baik terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepak bola dengan nilai rata-rata yaitu 3,32 diatas rata-rata peningkatan kelompok media bantu latihan dengan bola plastik yang hanya 2,36.

2. Pengujian Hipotesis Kedua

Berdasarkan koordinasi mata dan kaki yang dimiliki siswa kelompok umur 12-14 tahun pada Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016, hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam sepak bola antara siswa yang memiliki koordinasi mata dan kaki kategori tinggi dan siswa yang memiliki koordinasi mata dan kaki kategori rendah. Dari hasil perhitungan diperoleh F_{hit} = 11,0481 lebih besar dari F_{tabel} = 4,11 ($F_0 > F_t$) pada taraf signifikasi 5%. Ini berarti hipotesis nol (H_0) ditolak sehingga ada ppengaruh yang signifikan antara siswa yang memiliki koordinasi mata dan kaki kategori tinggi dan rendah. Dari analisis lanjutan diketahui ternyata siswa yang memiliki koordinasi mata dan kaki kategori tinggi memiliki peningkatan yang lebih baik terhadap ketepatan kemampuan menggiring bola dalam sepak bola dengan nilai rata-rata yaitu 3,23 diatas rata-rata peningkatan kelompok siswa yang memiliki koordinasi mata dan kaki yang yang rendah yaitu 2,46.

3. Pengujian Hipotesis Ketiga

Dari hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada interaksi antara modifikasi latihan dan koordinasi mata dan kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepak bola, yang ditunjukkan oleh F_0 = 25,6370 lebih besar dari F_t = 4,11 pada taraf signifikasi 5% sehingga H_0 ditolak, jadi dapat disimpulkan bahwa Ada interaksi antara modifikasi latihan dan koordinasi mata dan kaki terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam sepak bola.

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh latihan menggunakan bola sebenarnya dan latihan dengan bola plastik terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelompok usia 12 – 14 tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016.
2. Ada pengaruh koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah terhadap kemampuan menggiring

bola pada siswa kelompok usia 12 – 14 tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016.

3. Ada interaksi antara bola menggiring bola dan kordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelompok usia 12 – 14 tahun Sekolah Sepak Bola Nganjuk tahun 2016.

IV. DAFTAR PUSTAKA

A. Hamidsyah Noer. 1996. *Ilmu Kepelatihan Lanjut*. Surakarta : Universitas Sebelas Maret Surakarta Press

Beltasar Tarigan. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Sepakbola*. Jakarta : Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama Dengan Direktorat Jenderal Olahraga.

Bompa, Tudor O. 1999. *Theory and Methodology of Training : The Key To Athletic Performance*. Dubuque, IOWA : Kendall /Hunt.

Depdiknas. 2000. *Pedoman dan Modal Pelatihan Kesehatan Olahraga bagi Pelatih Olahragawan Pelajar*. Jakarta : Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Donald K. Mathews. *Measurement in Physical Education*. Philadelphia & London : W.B. Saunders Company.

Eric C. Batty. 2004. *Latihan Sepak Bola Metode Baru Serangan*. Bandung : Pioner Jaya.

Josef Sneyers. 1990. *Sepak Bola Remaja Petunjuk dan Latihan Bagi Kesebelasan Remaja*. Jakarta : PT. Rusda Jaya Putra.

Joseph A. Luxbacher. 2004. *Sepak Bola*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.

M. Furqon H. 2002. *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. PUSLITBANG-OR. Surakarta : UNS Press.

M. Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : IKIP Semarang Press.

Mulyono B. 2007. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta : UNS Press.

Remmy Muchtar. 1992. *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta : Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Rusli Lutan dan Adang Suherman. 2000. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta : Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Schmidt, RA. 1991. *Motor Learning and Performance* : From Principle to Practice. New York : Human Kinetics Ltd.

Singer RN & Dick, W. 1980. *Teaching Physical Education s System Approach*. Boston : Houghton Mifflin Company.

Soekatamsi. 1988. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Surakarta : Tiga Serangkai.

Sucipto, Bambang Sutiyono, Indra M. Thohir & Nurhadi. 2000. *Sepak Bola*. Depdikbud.

Sudjana. 2002. *Metode Statistika*. Bandung : Tarsito.

Sudjarwo. 1993. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Surakarta : UNS Press.

Sugiyanto. 1995. *Metodologi Penelitian*. Surakarta : UNS Press.

Suharno HP. 1993. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta : IKIP Yogyakarta.

Sukintaka. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung : Penerbit Nuansa.

Wayne L. Wescott. 1983. *Strength Fitness Physiological Principle and Training Technique*. Massachusetts : Allyn and Bacon. Inc.

Yoyo Bahagia & Adang Suherman. 1999/2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bagain Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Yusuf Hadisasmita dan Aip Syarifuddin . 1996. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta : Depdikbud. Dirjendikti.