

## PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN MOTOR ABILITY TERHADAP HASIL BELAJAR DRIBBLING SEPAKBOLA

Dany Aulia

Universitas Singaperbangsa Karawang

Email : [dany.aulia@fikes.unsika.ac.id](mailto:dany.aulia@fikes.unsika.ac.id)

### ABSTRAK

Dalam sepakbola, *dribbling* merupakan kemampuan yang wajib dikuasai. Sehingga pemain sepakbola perlu mempelajari *dribbling*. Oleh karena itu pengajaran *dribbling* menjadi penting. Dalam penelitian ini, dibahas tentang pengaruh pendekatan pembelajaran dengan kemampuan *motor ability* terhadap hasil *dribbling*. Pendekatan pembelajaran terdiri dari pendekatan pembelajaran *drill* dan inovatif. Sedangkan kemampuan *motor ability* dikelompokkan menjadi dua yaitu, tinggi dan rendah. Hasil uji ANOVA dua jalur, dengan taraf nyata  $\alpha = 5\%$ , untuk variabel pendekatan pembelajaran menunjukkan harga  $F_h = 66,27 > F_t = 4,08$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa perbedaan pendekatan pembelajaran berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling*. Hasil uji ANOVA dua jalur untuk interaksi menunjukkan harga  $F_h = 111,39 > F_t = 4,08$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan *motor ability* berpengaruh terhadap kemampuan *dribbling*. Hasil uji lanjutan dengan metode Tukey, dengan taraf nyata  $\alpha = 5\%$ , untuk perbedaan rata-rata antara pendekatan pembelajaran *drill* pada kelompok kemampuan *motor ability* tinggi ( $\bar{X} = 41,18$ ) dan pendekatan pembelajaran inovatif pada kelompok kemampuan *motor ability* tinggi ( $\bar{X} = 32,64$ ) menunjukkan harga  $Q_h = 14,81 > Q_t = 3,78$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran inovatif lebih efektif digunakan pada kelompok kemampuan *motor ability* tinggi. Sedangkan pada kelompok *motor ability* rendah, hasil uji Tukey untuk pendekatan pembelajaran *drill* ( $\bar{X} = 38,82$ ) dan inovatif ( $\bar{X} = 42,45$ ) menunjukkan  $Q_h = 6,30 > Q_t = 3,78$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran *drill* lebih efektif digunakan pada kelompok kemampuan *motor ability* rendah.

**Kata kunci:** *dribble*, menggiring bola, sepak bola

### ABSTRACT

*In football, dribbling a skill that must be mastered. So that soccer players need to learn dribbling. Therefore teaching dribbling becomes important. In this study, discussed about the influence of motor learning approach with the capability ability to result dribbling. The learning approach consists of drill and innovative learning approaches. While the ability of the motor abilities are grouped into two, high and low. ANOVA test results of two lanes, with a significance level  $\alpha = 5\%$ , for variable learning approach shows the price  $F_h = 66.27 > F_t = 4.08$ , so it can be concluded that differences in learning approaches affect the ability of dribbling. ANOVA test results show the interaction of two lanes for price  $F_h = 111.39 > F_t = 4.08$ , so it can be concluded that the interaction between the learning approaches and motor skill abilities affect the ability of dribbling. Results of further tests with Tukey method, with significance level  $\alpha = 5\%$ , to an average difference between learning approaches drill in high ability group motor abilities (41.18) and the innovative learning approach in the group of high-motor skill abilities (32.64) shows the  $Q$  value  $h = 14.81 > Q_t = 3.78$ , so it can be concluded that the innovative learning approach is more effectively used in high ability group of motor abilities. Whereas in the group of motor ability is low, Tukey test results for drill learning approach ( $\bar{X} = 38.82$ ) and innovative ( $\bar{X} = 42.45$ ) showed  $Q_h = 6.30 > Q_t = 3.78$ , so it can be concluded that the drill more effective learning approach used in the group of low motor skill abilities..*

**Keywords:** *dribble 20 yard square, dribbling*

## PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak digemari masyarakat di Indonesia baik pria maupun wanita (Abid, dkk 2013). Sepak bola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan mengisi waktu luang akan tetapi dituntut pula suatu prestasi yang optimal. Meskipun termasuk dalam olahraga beregu, setiap pemain harus menguasai teknik dasar yang terdiri dari gerakan dengan bola maupun gerakan tanpa bola. Dalam permainan sesungguhnya, sepak bola dimainkan oleh dua kesebelasan. Masing-masing regu terdiri atas 11 pemain termasuk penjaga gawang, dan pemain cadangan untuk setiap regunya adalah 7 pemain. Adapun lama permainan ditentukan dengan babak, yakni 2 babak, satu babak lamanya 45 menit, dengan lama istirahat antar babak 15 menit.

Sepakbola dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang sederhana disertai dengan kecepatan dan ketepatan. Aktivitas dalam permainan sepakbola tersebut dikenal dengan nama *dribbling* (menggiring bola). Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan.

Metode bisa dikatakan baik jika dapat diterapkan secara tepat dalam situasi dan kondisi yang tepat pula. Dalam melakukan pembelajaran gerak terdapat banyak metode yang bisa dipilih disesuaikan dengan tujuan dan kondisi siswa. Beberapa metode pembelajaran itu antara lain metode pembelajaran *massed practice*, metode pembelajaran *distributed practice*, metode pembelajaran *drill*, metode pembelajaran taktis, metode pembelajaran progresif, metode

pembelajaran repetisi. Ada dua pendekatan dalam pembelajaran, yaitu pendekatan yang berpusat pada guru (*teacher-centered approach*) dan pendekatan yang berpusat pada siswa (*student-centered approach*). Pada pendekatan pertama yang aktif adalah guru, siswa cenderung pasif sedangkan pada pendekatan yang kedua yang aktif adalah siswa, guru berperan memberikan stimulus. Pendekatan ini kemudian menurunkan penggunaan metode pembelajaran yang disebut dengan metode *drill*.

Hasil belajar pada hakikatnya adalah perubahan tingkah laku. Tingkah laku sebagai hasil belajar dalam pengertian yang luas mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotor (Sudjana, 2010).

Menggiring bola adalah teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola, oleh karena menggiring bola merupakan pola gerak dominan dalam sepakbola. Teknik menggiring bola adalah suatu upaya mendorong bola secara terputus-putus yang mana posisi bola tidak jauh dari kaki dengan bergerak secepat-cepatnya untuk mencapai tujuan dalam suatu permainan sepakbola (Sucipto, 2000).

*Motor ability* atau kemampuan gerak dasar pada dasarnya merupakan kemampuan yang mendasari dari gerak yang dibawa sejak lahir yang bersifat umum atau fundamental yang berperan untuk melakukan gerak baik gerakan olahraga maupun non olahraga. Untuk itu, bagi siswa disekolah-sekolah perlu ditanamkan kemampuan gerak dasar yang dimiliki dapat dilakukan dengan benar (Nurhasan, 2007).

Tujuan dari permainan sepakbola adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah pemain lawan untuk membuat gol ke gawang bertahan sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam permainan sepakbola. Selain itu, melalui

permainan sepakbola diharapkan dapat menumbuhkan kerjasama dan interaksi sosial di dalam diri pemain. Lebih lanjut menurut Sucipto, (2000:8), tujuan yang paling utama dan yang paling diharapkan untuk dunia pendidikan terutama pendidikan jasmani adalah sepakbola merupakan salah satu mediator untuk mendidik anak agar kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur, dan sportif.

Menggiring bola merupakan teknik dasar dengan bola yang sering digunakan dalam permainan sepakbola. Harsono (1988:204), menjelaskan bahwa: "Komponen fisik yang diperlukan dalam cabang olahraga sepak bola antara lain; kekuatan otot, daya tahan otot, fleksibilitas, kelincahan, koordinasi dan power". Menurut Sucipto, (2000:28), "pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola". Semua bentuk menggiring bola yang efektif didasarkan pada kombinasi keempat kemampuan adalah: (1) kemampuan mengontrol bola/ penguasaan bola, (2) kemampuan melakukan gerak tipu, (3) kemampuan mengubah arah, dan (4) kemampuan mengubah kecepatan.

Teknik dalam permainan sepak bola meliputi dua macam teknik yaitu: teknik dengan bola dan tanpa bola. Teknik dasar bermain sepakbola yang harus dikuasai meliputi menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola, gerak tipu, *tackling*, lemparan kedalam dan teknik menjaga gawang. Mengontrol bola diantaranya adalah menjaga dan melindungi bola dengan kaki untuk terus dibawa kedepan disebut juga

menggiring (*dribbling*). Menggiring bola harus memiliki konsep dasar yang dikuasai agar dapat menggiring bola dengan baik. *Dribbling* menurut Mielke (2007:1) " adalah keterampilan dasar dalam sepakbola kerana pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap, melakukan operan atau tembakan". *Dribble* pada permainan sepakbola juga merupakan salah satu strategi yang biasa diterapkan. Kemampuan *dribble* pada seorang pemain sepakbola memiliki tujuan untuk melewati lawan, mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat, serta menahan bola tetap dalam penguasaan sesuai dengan kegunaannya. Salah satu faktor kondisi fisik yang mendukung kemampuan seseorang dalam melakukan *dribble* adalah kelincahan dan kecepatan.

Menurut Luxbacher, Joseph A (1997) latihan *dribble 20 yard square* merupakan salah satu bentuk latihan untuk membantu meningkatkan kemampuan *dribble*. Pada *dribble 20 yard square*, latihan ini menggunakan lapangan yang dibatasi oleh 4 *cone* sebagai penanda pembatas area dengan jarak masing-masing *cone* sekitar 5 *yard* yang berbentuk persegi. Pelaksanaan latihan *dribble 20 yard square* menggunakan aba-aba "mulai" pemain *dribble* bola ke *cone* pertama lalu membelok ke arah kanan ke *cone* ke 2 dan seterusnya sampai 4 *cone* terlewati. Keuntungan dari metode latihan *20 yard square* diantaranya dapat meningkatkan kecepatan *dribble* dan dapat meningkatkan kelincahan pada pemain.

Berdasarkan observasi kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pagar Dewa Kabupaten Tulang Bawang Barat, siswa-siswa yang mengikuti ekstrakurikuler

sepakbola memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam menggiring bola. Banyak siswa yang masih menggiring bola dengan menggunakan ujung kaki dan jarak kaki dengan bola terlalu jauh, sehingga mudah direbut lawan. Siswa lemah dalam penguasaan bola sehingga bola mudah direbut lawan.

## METODE

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh fakta empirik tentang : (1) Perbedaan hasil belajar *dribbling* sepakbola antara pendekatan pembelajaran *drill* dan pendekatan pembelajaran inovatif, (2) interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan *motor ability* terhadap hasil belajar *dribbling* sepakbola, (3) perbedaan hasil belajar *dribbling* sepakbola pada siswa yang memiliki kemampuan *motor ability* tinggi diajar dengan pendekatan pembelajaran inovatif lebih baik dari pada pendekatan pembelajaran *drill*, (4) perbedaan Hasil belajar *dribbling* sepakbola pada siswa yang memiliki kemampuan *motor ability* rendah diajar dengan pendekatan pembelajaran *drill* lebih baik dari pada pendekatan pembelajaran inovatif.

Sesuai dengan rancangan penelitian, maka terdapat dua macam data yang harus dikumpulkan, yaitu : (1) data tentang hasil belajar *dribbling* sepakbola, dan (2) data tentang kemampuan motor *ability* siswa. Untuk memperoleh data tentang hasil belajar *dribbling* sepakbola maupun data kemampuan motor *ability* siswa maka dilakukan tes dan pengukuran. Untuk mengukur hasil belajar *dribbling* sepakbola maupun data dan kemampuan motor *ability* siswa maka dibuatkan instrumen penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data dengan menggunakan pendekatan analisis varians (*ANAVA*) yang dilanjutkan dengan uji *Tukey* memberikan informasi yang digunakan untuk membuktikan hipotesis penelitian.

Menggiring bola adalah teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepak bola, oleh karena menggiring bola merupakan pola gerak dominan dalam sepak bola. Sehingga, diperlukan pendekatan pembelajaran tertentu yang cocok dalam mengajar *dribble* sepakbola. Dalam penelitian ini, digunakan dua pendekatan pembelajaran yaitu pendekatan pembelajaran *drill* dan inovatif dengan tujuan untuk melihat pendekatan mana yang lebih baik dalam meningkatkan hasil belajar *dribbling* sepakbola. Kedua gaya mengajar ini mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan hasil belajar *dribbling* sepakbola, akan tetapi masing-masing gaya mengajar tersebut memiliki perbedaan dalam segi pelaksanaannya.

Hasil analisis gerak di atas diperkuat oleh hasil perhitungan analisis varians tentang perbedaan keefektifan antara kedua gaya mengajar secara keseluruhan, yakni;  $F_h$  Pendekatan = 66,27, lebih besar daripada  $F_t$ , yaitu sebesar 4,08 ( $F_h = 66,27 > F_t = 4,08$ ). Dengan memperhatikan hasil belajar *dribbling* sepakbola menggunakan pendekatan pembelajaran *drill* yang memiliki rata-rata 40 detik ( $\bar{X} = 40$ ) dibandingkan dengan hasil belajar *dribbling* sepakbola menggunakan pendekatan

pembelajaran inovatif yang memiliki rata-rata 37,55 detik ( $\bar{x} = 37,55$ ), maka dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan pendekatan pembelajaran inovatif lebih baik daripada pendekatan pembelajaran drill terhadap hasil belajar dribbling sepakbola.

Dengan demikian, berdasarkan pembahasan hasil penelitian, dapat direkomendasikan bahwa pendekatan pembelajaran inovatif lebih cocok diterapkan dalam meningkatkan hasil belajar dribbling sepakbola dibandingkan dengan pendekatan pembelajaran drill.

Hasil analisis varians dua arah, tentang interaksi antara gaya mengajar dengan motor ability terhadap hasil belajar dribbling sepakbola, menunjukkan bahwa  $F_h = 408,09 > F_t = 4,08$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat interaksi antara gaya mengajar dan motor ability terhadap hasil belajar dribbling sepakbola. Interaksi ini menggambarkan bahwa pendekatan pembelajaran inovatif lebih cocok diterapkan bagi siswa yang memiliki motor ability tinggi dibandingkan dengan pendekatan pembelajaran drill: rata-rata A2B1 > rata-rata A1B1. Selain itu, interaksi juga menggambarkan pendekatan pembelajaran inovatif dan resiprokal sama-sama dapat diterapkan bagi siswa yang memiliki motor ability rendah. Hal ini diperkuat oleh hasil uji lanjut yang membedakan antara pendekatan pembelajaran drill dengan motor ability tinggi

dan pendekatan pembelajaran inovatif dengan motor ability tinggi; A1B1 : A2B1, hasil  $Q_{hitung} 14,81 > Q_{tabel} 3,78$ . Dengan kata lain keefektifan pendekatan pembelajaran inovatif dengan motor ability tinggi ( $\bar{x} = 32,64$ ) lebih baik secara nyata dibandingkan dengan pendekatan pembelajaran drill ( $\bar{x} = 41,18$ ). Pendekatan pembelajaran drill dengan motor ability rendah lebih baik daripada pendekatan pembelajaran inovatif dengan motor ability rendah; A2B2 ( $\bar{x} = 42,46$ ) : A1B2 ( $\bar{x} = 38,82$ ), hasil  $Q_{hitung} 6,30 > Q_{tabel} 3,78$ . Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran inovatif dan pendekatan pembelajaran drill, keduanya sama-sama memberikan keefektifan hasil terhadap hasil belajar dribbling sepakbola.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bagi siswa yang memiliki motor ability tinggi jika ingin meningkatkan hasil belajar dribbling sepakbola hendaknya diajar dengan menggunakan pendekatan pembelajaran inovatif, sebaliknya bagi siswa yang memiliki motor ability rendah jika ingin meningkatkan hasil belajar dribbling sepakbola dapat menggunakan pendekatan pembelajaran drill.

Meskipun kedua gaya mengajar ini mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan hasil belajar dribbling sepakbola. Namun masing-masing memiliki perbedaan dalam segi pelaksanaannya. Metode drill adalah suatu kegiatan melakukan hal yang sama, berulang-ulang secara sungguh-sungguh dengan tujuan untuk memperkuat suatu asosiasi atau

menyempurnakan suatu keterampilan agar menjadi bersifat permanen. Ciri yang khas dari metode ini adalah kegiatan berupa pengulangan yang berkali-kali dari suatu hal yang sama. Pendekatan drill dapat memicu rasa bosan.

Bagi siswa yang memiliki motor ability tinggi hal yang demikian justru akan dapat mengurangi pengembangan kemampuannya terhadap pencapaian peningkatan keterampilan, karena melakukan hal yang sama berulang-ulang.

Sedangkan pendekatan inovatif merupakan model pembelajaran yang kreatif dan unik yang cenderung melibatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Pendekatan pembelajaran inovatif diciptakan dengan mempertimbangkan karakteristik siswa, kondisi lingkungan siswa, dan sarana-prasarana yang tersedia, sehingga lebih menantang dan menggairahkan siswa untuk belajar secara mandiri, serta mempermudah pencapaian tujuan belajar yang diinginkan. Bagi siswa yang memiliki motor ability tinggi, latihan tersebut merupakan kegiatan yang menyenangkan, karena banyak variasi yang dilakukan dalam proses pembelajaran. Sehingga akan memberikan hasil yang lebih baik pada kemampuan dribbling sepakbola.

Hasil analisis gerak di atas diperkuat oleh hasil uji lanjut kelompok motor ability tinggi yang diajar dengan pendekatan

pembelajaran drill (P1) dibandingkan dengan kelompok motor ability tinggi yang diajar dengan pendekatan pembelajaran inovatif, hasilnya;  $Q_{hitung} = 14,81 > Q_{tabel} = 3,78$ . Dengan kata lain bahwa bagi siswa yang memiliki motor ability tinggi, keefektifan pendekatan pembelajaran inovatif ( $\bar{x} = 32,64$ ) lebih baik secara nyata dibandingkan dengan pendekatan pembelajaran drill ( $\bar{x} = 41,18$ )

Dengan demikian berdasarkan pembahasan hasil penelitian, maka dapat direkomendasikan bahwa bagi siswa yang memiliki motor ability tinggi, pendekatan pembelajaran inovatif lebih cocok diterapkan dalam meningkatkan hasil belajar dribbling sepakbola.

## KESIMPULAN

Secara keseluruhan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hasil belajar dribbling sepakbola dengan penerapan pendekatan pembelajaran drill lebih baik dibandingkan dengan penerapan pendekatan pembelajaran inovatif. Mengacu pada kesimpulan penelitian tersebut, maka pada dasarnya bahwa untuk meningkatkan hasil belajar dribbling sepakbola perlu diberikan atau diterapkan pendekatan pembelajaran yang spesifik yang sesuai karakteristik keterampilan atau tujuan kemampuan yang akan dikembangkan. Penerapan pendekatan pembelajaran drill ini adalah salah satu pendekatan pembelajaran yang cocok untuk peningkatan hasil belajar dribbling sepakbola. Selain penerapan pendekatan pembelajaran yang diberikan, tidak kalah pentingnya adalah memperhatikan

kemampuan internal seseorang yang ada hubungannya dengan komponen yang akan dikembangkan. Kemampuan internal individu yang ada kaitannya dengan hasil belajar dribbling sepakbola adalah motor ability. Hal ini sangat membantu guru bahkan siswa untuk memilih metode atau pendekatan pembelajaran yang sesuai dan yang akan dikembangkan agar dapat menghasilkan hasil belajar dribbling sepakbola yang maksimal. Selain itu sebagai pengetahuan untuk guru dalam mendesain program pembelajaran untuk sepakbola dalam mengembangkan hasil belajar dribbling sepakbola yang baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Abid, Wan Muhliah El, dkk. 2013. *Pengaruh Latihan Sasaran Menggunkan Ban Bekas Terhadap Hasil Shooting Permainan Sepak Bola Siswa Hidayatul Muhsinin*. UNTAN. Vol 2.
- Bompa, Tudor O. 1983. *Theory and Methodology Of Training*, Dubud: kendall/Hunt Compani.
- Febrianto, Ferry dan Arif Bulqini. 2017. *Analisis Teknik Dasar Permainan Sepak Bola Klub Sinar Harapan Tulangan Sidoarjo Pada Liga 3 RegionalJatim*. UNESA. Vol.2.No1
- Gardasevic, J., & Bjelica, D. 2008. *The Effect Of The Trainingin The Preparation Period On The Dribbling Speed With Fifteen Years Old Football Players: Strength And Conditioning Journal*, vol. 20.
- Gusnanda, M. 2013. *Pengaruh Latihan Mengiring Bola Cone Ke Cone Terhadap Kelincahan Mengiring Bola (Dribbling) Pada Permainan Bola Kaki Siswa Ekstrakurikuler Sma 2 Kampar*: Universitas Riau.
- Harsono. 1988. *Coaching dan aspek-aspek psikologis dalam olahraga*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten : Macanan Jaya Cemerlang.
- Lutan, Rusli. 1988. *Belajar keterampilan motorik, pengamat teori dan metode*. Jakarta: Depdikbud Dirjen dikti PPLPTK.
- Luxbacher, Joseph A. 1997. *Sepakbola Taktik & Teknik Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Paturisi, Ahmad. 2012. *Managemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Plainos, C., et al. 2011. *Comparison of two different training methods for improving dribbling and kicking skills of young football players: The sport journal*, vol. 14.
- Sugiyono. 2015. *Metode Pendidikan Pendekatan Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung. Alfabeta. 15 No. 5.