

PENGARUH LATIHAN BALL FEELING TERHADAP KUALITAS CONTROL, DRIBBLING, DAN PASSING PADA PEMAIN SSB TERSONO USIA 14-16 TAHUN

Yogi Primandha

Email : yogiprimandha@gmail.com

Universitas PGRI Semarang

Abstract

The motivation for this study is the results of observations during training sessions in the field. During the trials of matches and tournaments that the SSB Tersono students participated in, it was easy to lose the ball and the ball control was still weak, when dribbling the ball it was not under control and protection. The movement of the players when dribbling the ball is unstable so that the opponent can easily grab the ball. The players or students of SSB Tersono do not really understand how to pass the ball effectively so that it is not easily snatched by the opponent. This study aims to determine the quality of passing dribble and control of junior SSB Tersono soccer players aged 14-16 years. This study uses quantitative research techniques with a quasi-experimental approach (Quasy Experiment) meaning to look for causal relationships. The research subjects were SSB students aged 14-16 years. Data collection uses data analysis techniques (t test) and analysis of requirements analysis (normality test and homogeneity test). The results of the study were seen from the results of the normality test and price homogeneity test of Asymp Sig from the variable pre test control, dribbling, passing of 1,000 and post test control, dribbling, passing of 1,000. Because the price of Asymp. The sig of the two variables are all greater than 0.05, so the hypothesis which states that the sample is based on a normally distributed population is accepted and the calculation obtains a price of 1.81 while ($\alpha = 0.05$) (1.48) is 4.03. Because the price is smaller than the price, the hypothesis which states the variance of the existing variables is accepted. The second way is to compare the calculated significance value of 0.678 (> 0.05). Thus it can be concluded that the population variance is homogeneous. Based on the results of research that has been carried out with analysis and testing of hypotheses, the following can be drawn as a conclusion: The quality of control, dribbling, and passing in SSB is influenced by ball feeling training. Tersono players aged 14-16 years" of 5.08%.

Keywords: Ball feeling, Dribbling, Feeding, Tersono SSB Player.

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi hasil observasi sesi praktik lapangan. Ketika tiba waktunya bagi siswa di SSB Tersono untuk mencoba pertandingan dan turnamen yang mereka ikuti, bola mudah hilang dan penguasaan bola masih lemah. Saat menggiring bola, bola tidak terkendali atau terlindungi. Saat menggiring bola, pergerakan pemain jadi tidak stabil sehingga lawan bisa dengan mudah merebut bola. Para pemain atau siswa SSB Tersono belum begitu paham bagaimana cara mengoper bola yang efektif agar tidak mudah direbut oleh lawan, pemain masih asal mengoper bola ke teman walaupun teman tersebut dalam posisi di *pres* lawan akhirnya pemain tersebut salah *passing*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kualitas *passing dribble*, dan kontrol pemain sepakbola SSB Tersono junior usia 14-16 tahun. Studi ini memanfaatkan teknik investigasi kuantitatif kuasi-eksperimental (Quasi Eksperimen) artinya mencari hubungan sebab-akibat. Subjek penelitian adalah para siswa SSB usia 14-16 tahun. Pengumpulan data menggunakan metode teknik analisis data (uji t) dan pengkajian persyaratan analisis (uji normalitas dan uji homogenitas). Hasil tes normalitas dan homogenitas variabel Asymp Sig—bernilai 1.000 untuk pre-test control, dribbling, dan passing, dan 1.000 untuk post-test control, dribbling, dan passing—memberikan bukti temuan penelitian. karena Asymp mahal. Hasil perhitungannya adalah 1,81, dan nilai ($\alpha = 0,05$) (1,48) adalah 4,03. Hal ini menunjukkan bahwa karena semua sig untuk kedua variabel lebih besar dari 0,05, maka hipotesis bahwa sampel didasarkan pada populasi yang berdistribusi normal diterima. Spekulasi bahwa fluktuasi faktor arus diakui karena biayanya lebih rendah dari harga. Pendekatan kedua melibatkan membandingkan nilai signifikansi yang dihitung sebesar 0,678 ($> 0,05$). Akibatnya, varians populasi dapat dianggap identik atau homogen. Tujuan berikut dapat ditarik dari investigasi dan uji spekulasi yang dilakukan sebagai komponen eksplorasi: Latihan yang melibatkan feeling the ball berdampak pada quality control, dribbling, dan passing in. Pemain SSB Tersono Usia 14 sampai 16" adalah 5,08 persen .

Kata Kunci: Pengenalan bola seluruh tubuh, Menggiring, Mengumpan, Pemain SSB Tersono.

PENDAHULUAN

Sepakbola menurut Sucipto, dkk. 10 (2000: 17), merupakan permainan beregu, Ada 11 pemain di setiap tim, dan salah satunya adalah penjaga gawang. Taktik bermain memiliki dampak yang signifikan terhadap kemampuan tim untuk memenangkan pertandingan dengan memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri. Permainan sepak bola membutuhkan kerjasama tim yang baik. supaya tidak kebobolan oleh lawan.

Menurut Herwin (1994: 21-24) Berikut adalah gerak-gerak dasar sepak bola: 1) gerakan atau strategi tanpa bola Karena dia harus mengubah kecepatan larinya selama pertandingan sepak bola, seorang pemain harus dapat berlari dengan langkah pendek atau panjang. Tindakan lain termasuk berjalan, melompat, berputar, berputar, dan berhenti tiba-tiba. 2) gerakan atau strategi penggunaan bola meliputi penyajian bola dengan bagian tubuh (ball feeling), mengoper bola (passing), menendang bola ke gawang (shooting), menumpahkan, mendapatkan bola (control) merebut bola, melempar bola ke dalam (throw-in), menjaga gawang (goal keeping), dan menyundul bola (heading). Pelatih merupakan seseorang yang memiliki keahlian di dalam bidang olahraga yang bertugas untuk membantu olahragawan dalam mengembangkan potensi dalam dirinya. Kemampuan merasakan bola atau sentuhan pemain pada bola sangat penting untuk penguasaan. Jika pemain sepak bola terlihat kompak dan lekat dengan bola maka dikatakan profesional. Mereka juga harus bisa membuat dan menunjukkan gerakan berbeda dengan bola untuk mengubah alur permainan.

Pendidikan non formal di desa Tersono kecamatan Tersono kabupaten Batang yaitu sepakbola yang dibentuk pada tahun 2015 dengan nama Sekolah Sepak Bola (SSB). Setiap pelatih di lapangan menghadapi tantangan keengganan pemain untuk berpartisipasi dalam sesi latihan yang membosankan untuk passing, dribbling, dan control. Peneliti berencana melakukan penelitian eksperimen untuk meningkatkan passing, dribbling, dan control pemain sepak bola dengan melatih ball feeling berdasarkan pertimbangan dan permasalahan yang muncul. Hasil pengamatan pada sesi game dalam latihan dan di waktu uji coba maupun turnamen yang di ikuti, terlihat sekali para siswa SSB Tersono mudah sekali kehilangan bola dan kontrol bola masih lemah, saat menggiring bola tidak dalam penguasaan dan perlindungan. Pergerakan para pemain saat menggiring bola tidak stabil sehingga lawan bisa dengan mudah merebut bola. kebanyakan siswa juga belum paham bagaimana cara mengoper bola yang efektif agar tidak mudah direbut oleh lawan.

Berakar dari permasalahan Peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Ball Feeling Terhadap Kualitas Passing, Dribbling, dan Ball Control Pada Pemain SSB Tersono Usia 14-16 Tahun” untuk mengkajinya secara lebih mendalam.

METODE

Peneliti menggunakan penelitian kuantitatif sebagai metode mereka. Penelitian semacam ini, juga dikenal sebagai "eksperimen semu", bertujuan untuk menemukan hubungan sebab akibat. The "One-Groups Pretest-Posttest Design" yang penulis gunakan dalam penelitiannya adalah jenis desain penelitian di mana pretest diberikan untuk menentukan keadaan awal sebelum menerima perlakuan, dan perlakuan diberikan oleh peneliti untuk memberikan perbedaan sehingga hasil posttest digunakan untuk mengetahui kondisi setelah diberikan treatment yang dapat diketahui lebih akurat karena dapat dibandingkan dengan kondisi yang ada sebelum diberikan treatment. Pre-test, treatment selama 16 pertemuan, dan post-test digunakan peneliti untuk mengumpulkan data yang reliabel.

PEMBAHASAN DAN HASIL

- a. Uji prasyarat analisis data yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas akan dilakukan sebelum dilakukan analisis data. Uji prasyarat bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dapat dianalisis dengan menggunakan statistik parametrik atau tidak. Analisis statistik non parametrik dapat dilakukan jika persyaratan tidak terpenuhi, tetapi analisis statistik parametrik dapat dilakukan jika persyaratan terpenuhi.

1. Tes

Pengujian kebiasaan menggunakan uji Chi Square. Dengan membandingkan nilai Asymp, hipotesis penelitian ini, yang didasarkan pada sampel yang diambil dari populasi yang berdistribusi normal, diuji untuk melihat apakah diterima atau ditolak.

2. Tes

Dengan 0,05 sig. Jika Asymp, kriteria menerima hipotesis. Hipotesis ditolak jika Sig lebih kecil atau sama dengan 0,05; jika tidak, ia gagal memenuhi standar ini.

Pengujian biasa menggunakan uji Chi Square. Dengan membandingkan nilai Asymp, hipotesis penelitian ini, yang didasarkan pada sampel yang diambil dari populasi yang berdistribusi normal, diuji untuk melihat apakah diterima atau ditolak. dengan 0,05

sig. Jika Asymp, kriteria menerima hipotesis. Hipotesis ditolak jika Sig lebih kecil atau sama dengan 0,05; jika tidak, ia gagal memenuhi standar ini.

3. Hasil

Uji digunakan untuk menganalisis data dari pengukuran kontrol, dribbling, dan passing yang diambil masing-masing oleh kelompok pre-test dan kelompok post-test. Hipotesis akan diuji dalam pengujian ini. Kualitas kontrol, dribbling, dan passing pemain SSB Tersono usia 14 sampai 16 tahun dipengaruhi oleh latihan ball feeling. Untuk setuju atau tidak setuju dengan hipotesis dengan membandingkan biaya T_{hitung} dan T_{tabel} . Jika nilai T_{hitung} berada di antara nilai negatif dan positif dari T_{tabel} ($-t_{(1-1/2\alpha)}$ $t_{(1-1/2\alpha)}$), atau jika signifikan perhitungannya kurang dari 0,05, maka hipotesis harus diterima.

Untuk mengetahui pengaruh latihan ball feeling terhadap kualitas control, dribbling, dan passing pemain SSB Tersono usia 14 sampai 16 tahun digunakan uji Paired Sample T-tes atau uji T-dua sampel yang sama tes uji.

- b.** Hasil pengukuran kontrol, dribbling, dan passing dianalisis menggunakan uji-t pada data kelompok pretes dan kelompok pascates. Hipotesis akan diuji dalam pengujian ini. Kualitas kontrol, dribbling, dan passing pemain SSB Tersono usia 14 sampai 16 tahun dipengaruhi oleh latihan ball feeling.

Untuk setuju atau tidak setuju dengan hipotesis dengan membandingkan biaya T_{hitung} dan T_{tabel} . Jika nilai T_{hitung} berada di antara nilai negatif dan positif dari T_{tabel} ($-t_{(1-1/2\alpha)}$ $t_{(1-1/2\alpha)}$), atau jika signifikan perhitungannya kurang dari 0,05, maka hipotesis harus diterima.

Untuk mengetahui pengaruh latihan ball feeling terhadap kualitas control, dribbling, dan passing pemain SSB Tersono usia 14 sampai 16 tahun digunakan uji berpasangan Sample T-tes atau uji T-dua sampel yang sama. hasil uji-T.

- c.** Pengembangan keterampilan gerakan pemain berlangsung selama proses pelatihan, yang mencakup pemahaman dan melakukan gerakan yang diulang dalam sesi pelatihan sambil menyadari dan mempertimbangkan apakah gerakan yang dilakukan sudah benar atau tidak. Setiap orang membutuhkan jumlah waktu yang berbeda dan mempelajari hal yang berbeda untuk mencapai tingkat keterampilan tertentu. Meskipun prosedur dan intensitas latihannya sama, beberapa orang membutuhkan banyak waktu untuk menguasai materi sementara yang lain hanya membutuhkan waktu yang singkat.

- d. Latihan ball feeling pada dasarnya adalah pengenalan terhadap bola, atau penguasaan bola secara penuh dalam situasi apapun. Sepanjang permainan, bola dikendalikan dan selalu dalam jangkauan pemain. Dalam latihan holding ball feeling setiap pemain lebih menekankan pada pemahaman akan gerak atau pantulan yang dihasilkan oleh bola, kontak bola pada bagian kaki yang diinginkan oleh setiap pemain harus dapat dirasakan dan dipahami. Latihan perasaan bola adalah bentuk latihan langsung yang dilakukan langsung dengan bola. sepenuhnya. Pemain harus tetap dapat menguasai bola dengan mengetahui pantulan atau arah bola jika bola dikuasai pemain menggunakan bagian kaki seperti punggung kaki atau bagian luar kaki. Inilah artinya mampu merasakan dan memahami sepenuhnya. Latihan perasaan bola, yang membutuhkan ribuan sentuhan bola dengan bagian mana pun dari kaki untuk dilakukan dengan benar, harus dilakukan pada usia muda. Pemahaman setiap pemain terhadap gerak dan pantulan bola ditekankan pada tahap pembelajaran ball feeling. Perasaan semua bagian disebut perasaan bola. tubuh selain tangan yang bertanggung jawab atas bola. Kemampuan seorang pemain untuk merasakan bola merupakan komponen penting dari teknik mereka; kemampuan pemain untuk merasakan bola akan meningkat dengan lebih banyak atau lebih banyak kontak.
- e. Koordinasi kaki dengan bola merupakan salah satu komponen dari ball feeling. Pemain akan mulai berlatih bergerak dengan bola dan menggunakan koordinasi mereka secara efektif selama latihan merasakan bola, yang akan membantu mereka mengembangkan koordinasi bola kaki yang kuat. Karena pemain baru sudah berlatih sebanyak 16 kali, dribbling dan passing mereka akan meningkat saat dilakukan tes control. Peningkatannya mencapai 5,08 persen, merupakan peningkatan yang baik. Akan ada peningkatan jumlah pemain. yang lebih baik apabila dilakukan latihan yang lebih banyak dan konsisten.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Berikut kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian dan pengujian hipotesis penulis, Kualitas control, dribbling, dan passing pada pemain SSB Tersono usia 14 sampai 16 tahun dipengaruhi oleh latihan ball feeling sebesar 5,08 persen.

SARAN

Berdasarkan penelitian dan hasil kesimpulan mengenai pengaruh latihan ball feeling terhadap keterampilan kontrol, dribbling, dan passing pemain SSB Tersono yang berusia antara 14-16 tahun, maka peneliti menyarankan beberapa hal, diantaranya:

1. Saat sesi kelelahan berlangsung, pelatih memiliki peran penting dalam mengontrol dan mengamati kemajuan siswanya. Salah satu caranya adalah dengan berusaha meningkatkan kualitas kontrol pemain, dribbling, dan passing karena latihan ball feeling dapat memberikan efek positif dalam meningkatkan kontrol, dribbling, dan passing pemain.
2. Bagi pemain SSB Tersono Usia 14-16 Tahun diharapkan selalu melakukan latihan *ball feeling* dengan rutin dan serius supaya memiliki tingkat kualitas *control*, *dribbling* dan *passing* lebih baik lagi.
3. Bagi pemain SSB Tersono Usia 14-16 Tahun diharapkan selalu menjaga kesehatan tubuh dan menjauhi kegiatan diluar lapangan yang dapat mengganggu proses latihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Huda, M. (2014). Model-model Pengajaran dan Pembelajaran. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Herwin. (2004). "Keterampilan Sepakbola Dasar" Diktat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Bompa, T.O. (1994). Theory and Methodology of Training. Iowa: Hunt Publishing Company.
- Bompa, T.O. (2000). Total Training For Youang Champions. USA: Versa Press.
- Sukadiyanto. (2002). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta: UNY
- Sugiyono. (2007). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Administratif Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sucipto, dkk. (2000). Sepakbola. Jakarta: Departmen Pendidikan Nasional.

Sucipto, dkk. (2001). Sepakbola “Diktat”. Debdikbud: Dirjendikt

Sucipto, dkk. (2000). Sepakbola. Jakarta: Departmen Pendidikan Nasional. Sucipto, dkk. (2001).

Sepakbola “Diktat”. Debdikbud: Dirjendikti.

Komarudin. (2005). “Dasar Gerak Sepakbola”. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Sardjono. (1982). “Gerak Dasar Sepakbola”. Jakarta: Rosda

Joseph A, Luxbacher. (1998). “Sepakbola”. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Joseph A, Luxbacher. (1999). “Sepakbola Taktik dan Teknik Bermain”. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Suharsimi Arikunto. (2006). “Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik”. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sukatamsi. (1985).”Teknik Dasar Bermain Sepakbola”. Surakarta: Tiga Serangkai.

Sukintaka, dkk. (1979). “Permainan dan Metodik untuk SGO”. Bandung: Remaja Karya Offset.