



## Model Latihan Teknik Dasar Dribbling Futsal (AS) Berbasis Permainan Untuk Anak Usia Sekolah Menengah Pertama

**Arrahman**

Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima September 2020

Disetujui November 2020

Dipublikasikan Desember 2020

*Keywords: Model, Latihan, Futsal, Teknik Dasar Dribbling, Permainan*

### Abstrak

Tujuan penelitian adalah menghasilkan model latihan keterampilan teknik dasar dribbling futsal (AS) berbasis permainan yang dapat memberikan manfaat kepada pelatih untuk mempermudah pelatih dalam menerapkan materi latihan. Penelitian ini menggunakan modifikasi *Research and Development* dari Borg dan Gall. Subjek berjumlah 80 siswa usia SMP yang terbagi 40 siswa dengan 28 item model latihan dan 40 siswa tidak diberi perlakuan. Tahapan dalam penelitian ini adalah: 1) penelitian pendahuluan, 2) evaluasi pakar, 3) uji coba produk yang terdiri dari *small group try-out* dan *field try group*, serta 4) uji efektivitas produk. Uji efektivitas model menggunakan tes keterampilan teknik dasar dribbling dengan membandingkan kelompok kontrol dan eksperimen. Uji perbandingan kelompok kontrol dan eksperimen dengan SPSS-16 adalah *dribbling* = 0.000, atau *p-value* < 0.05 maka terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum dan setelah pemberian *treatment*. Penerapan model latihan keterampilan teknik dasar *dribbling* futsal (AS) berbasis permainan untuk usia SMP dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar siswa.

### Abstract

*The aim of this research is to produce a game-based model of basic technical skills training for dribbling futsal (AS) which can provide benefits to the coach to make it easier for the trainer to apply the training material. This study uses Research and Development from Borg and Gall. Subjects totaled 80 junior high school age students divided into 40 students with 28 items of exercise models and 40 students were not treated. The stages in this research are: 1) preliminary research, 2) expert evaluation, 3) product testing consisting of small group try-outs and field try groups, and 4) product effectiveness testing. The model effectiveness test used the dribbling basic technique skill test by comparing the control and experimental groups. The comparison test between the control and experimental groups with SPSS-16 is *dribbling* = 0.000, or *p-value* < 0.05, so there is a significant difference in the control group and the experimental group before and after giving treatment. The application of the game-based dribbling futsal (AS) basic technical skills training model for junior high school age can be done to improve students' basic technical skills.*

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu kegiatan fisik yang pada dasarnya mengandung sifat permainan dan bersifat berjuang melawan diri sendiri dengan orang lain atau berbaur dengan alam (Setyawan, 2017:77). Kegiatan olahraga menjadi bagian yang sangat dibutuhkan, karena olahraga sangat berpengaruh terhadap aktifitas gerak seseorang. Kegiatan olahraga tidak hanya memiliki makna sebagai sarana untuk kesehatan jasmani saja, tetapi olahraga dapat digunakan sebagai sarana pendidikan, prestasi dan juga olahraga sebagai alat pemersatu. Olahraga sebagai alat untuk menjunjung tinggi nama bangsa di pentas dunia, prestasi puncak olahraga tidak dapat begitu saja diperoleh melainkan harus melalui proses yang sistematis dan berjenjang dengan menggunakan pendekatan ilmiah. Peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting, maka harus diadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga

Prestasi yang tinggi dalam olahraga hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus-menerus dengan tehnik yang benar. Peran seorang pelatih sangat penting untuk mengawasi dan memberikan metode latihan yang tepat untuk mewujudkan tujuan itu.

Olahraga futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang populer dan

digemari oleh masyarakat indonesia tidak terkecuali masyarakat Sulawesi selatan. Hal ini terlihat dari banyaknya turnamen futsal yang telah diselenggarakan. Salah satu turnamen yang berkualitas yang pernah ada di Sulawesi selatan seperti Futsal Open Cup (antar pelajar/ sekolah) Se-Sulawesi Selatan.

Hasil observasi peneliti, memang banyak pemain dari beberapa tim yang belum mampu dan menguasai teknik dasar, terlihat dari pemain tersebut belum akurat dalam melakukan *passing*, *dribbling*, *shooting* dan *controlling*. Pelatih masih membutuhkan referensi tentang model latihan yang lebih bervariasi. Studi literatur menghasilkan bahwa pengembangan bidang keolahragaan juga sudah dilakukan diberbagai jenjang sekolah misalnya 1) pada pendidikan anak usia dini sudah dikembangkan program aktivitas fisik untuk mengembangkan kematangan kinestetik melalui bermain dan membutuhkan bimbingan guru (Bangkit dan Wijaya, 2020:6), 2) pada sekolah dasar program aktivitas fisik dapat dikembangkan menggunakan permainan tradisional dengan pemetaan gerak yang jelas (Bangkit dan Haris, 2020:9) seperti pembelajaran Atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan (Musiandi & Taroreh, 2020: 36).

Berdasarkan latar belakang diatas fokus permasalahan pada penelitian ini adalah

model latihan tehnik dasar dribbling futsal berbasis permainan untuk anak usia SMP.

### **Konsep Pengembangan Model**

Penelitian pengembangan adalah suatu siklus yang diawali dari adanya suatu kebutuhan yang membutuhkan pemecahan masalah dengan menggunakan suatu produk tertentu untuk di uji tingkat ke efektifitasnya, dilanjutkan membuat produk pengembangan dan diuji produk pengembangan tersebut. Produk dievaluasi dan direvisi berdasarkan dari hasil uji coba yang dilakukan. Dengan kata lain penelitian dan pengembangan (*research and development*) menitik beratkan pada pengembangan produk yang telah ada untuk di revisi agar menjadi lebih menarik sehingga nilai kebermanfaatannya bertambah. Apabila produk baru telah teruji, maka produk tersebut apabila digunakan akan lebih mudah, lebih cepat dan kuantitas serta kualitas produk yang dihasilkan akan sesuai seperti yang diharapkan. Berdasarkan pengertian tersebut dalam penelitian ini peneliti berusaha untuk mengembangkan model latihan tehnik dasar futsal berbasis permainan untuk usia SMP.

Penelitian pengembangan adalah proses penelitian yang diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk dan ujicoba produk yang dilakukan karena adanya kebutuhan yang lebih besar dari produk yang sudah ada dengan kata lain merupakan pengembangan dari produk yang sudah ada agar supaya kebermanfaatannya lebih besar lagi.

Model yang sering digunakan dalam penelitian dan pengembangan diantaranya: Model pengembangan Intruksional (MPI), model pengembangan ADDIE, model pengembangan *Dick and Carey*, model pengembangan perangkat menurut KEMP, model pengembangan 4-D, dan model pengembangan Borg and Gall.

### **Konsep Model yang Dikembangkan**

Model merupakan suatu bentuk tiruan dari aslinya dengan tujuan memperoleh hasil yang ideal dengan memperhatikan faktor fisiologis, faktor psikologis, fasilitas serta lingkungan sosial atlet. Dengan adanya item model-model latihan ini diharapkan atlet mendapatkan kebebasan dalam memilih model latihan yang dapat membantu dalam kegiatan latihan.

Dari beberapa model, dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan model pengembangan Borg dan Gall dengan alasan bahwa model pengembangan ini akan memandu peneliti tahap demi tahap secara detail. Selain itu model ini juga memungkinkan kelompok belajar menjadi lebih aktif berinteraksi karena menetapkan strategi dan tipe pembelajaran yang berbasis lingkungan. Analisis tugas yang diuraikan dalam model Borg dan Gall tersusun secara terperinci dan tujuan pembelajaran khusus secara hierarkis serta uji coba yang dilalui secara berulang-ulang dapat memberikan hasil sistem yang dapat diandalkan.

Penelitian pengembangan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah

penelitian pengembangan model latihan yang lebih bermanfaat dan variatif diterapkan serta lebih menyenangkan. Penelitian akan dilakukan dari tahapan yang sesuai yaitu tahap awal ide, sampai tahap produksi. Adapun yang melatar belakangi tahapan pengembangan ini yaitu faktor tenaga, biaya, serta waktu yang diperlukan dalam produksi massal dalam model ini.

### **Kerangka Teoritik**

Futsal adalah kata yang digunakan secara internasional untuk permainan sepak bola dalam ruangan. Futsal adalah singkatan dari *futbol* (sepak bola) dan *sala* (ruangan) dari bahasa Spanyol atau *futebol* (Portugal/Brazil) dan *salon* (Perancis). Jadi futsal adalah permainan sepakbola yang dilakukan di dalam ruangan. Futsal adalah suatu permainan dengan menggunakan lapangan relatif lebih kecil dengan permainan yang sangat cepat dan dinamis diikuti dengan aturan yang lebih ketat (Lhaksana, 2006). Lhaksana menjelaskan diperlukan kemampuan menguasai teknik dasar bermain futsal, seperti; (1) teknik dasar mengumpan (*passing*), (2) Teknik dasar menahan bola (*control*), (3) teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), (4) teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), (5) teknik dasar menembak bola (*shooting*) (Lhaksana, 2011)

Teknik dasar merupakan gerakan-gerakan dasar yang wajib dikuasai dengan baik oleh setiap pemain di semua cabang olahraga salah satunya cabang olahraga futsal. Dengan demikian apabila pemain telah

memiliki keterampilan gerakan dasar yang baik maka untuk melakukan pengembangan gerakan selanjutnya yang lebih sulit juga akan dapat dilakukan dengan lebih mudah.

Permainan sudah sejak lama dikenal dan dapat mempengaruhi dalam kepribadian manusia dalam kehidupannya, dari anak-anak sampai dewasa. Permainan dilakukan, karena banyak disenangi oleh semua dan merupakan kegiatan manusia yang dapat mengurangi beban kerja dan dapat menjadi salah satu kegiatan istirahat (Purnomo dan Novianti, 2013). Bermain (*play*) merupakan istilah yang digunakan secara bebas sehingga arti utamanya mungkin hilang. Arti yang paling tepat adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. (Diana, 2012)

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan modifikasi model R&D (Gall, & Borg, 2006). Jenis data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif melalui wawancara, kuisioner dan tes. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif.

Penelitian dilaksanakan di 3 SMP di kabupaten Soppeng Provinsi Sulawesi Selatan, Subyek penelitian adalah siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler Futsal di masing masing sekolah tersebut berjumlah 80 siswa. Pengembangan model latihan tehnik dasar pada permainan futsal yang disusun dan

dikembangkan berupa model baru dan modifikasi yang terdiri 28 model latihan.

Uji coba ini bertujuan untuk (a) untuk mengetahui apakah desain model telah diterapkan dengan baik dan benar, dan (b) seberapa efektifkah hasil penerapan model terhadap tujuan penelitian ini. Dengan demikian pendekatan kuantitatif digunakan untuk mencari efektifitas tersebut dengan rancangan penelitian eksperimen berbentuk *the two group pretest-posttest design*.

Tabel 1 : Rancangan Penelitian

<b>Klmp</b>	<b>Pre Test</b>	<b>Perlakuan</b>	<b>Post Test</b>
K1	O <sub>1</sub>	P	O <sub>2</sub>
K2	O <sub>1</sub>		O <sub>2</sub>

Langkah yang dilakukan dalam uji coba ini antara lain; (1) menetapkan kelompok subjek penelitian; (2) melaksanakan *pretest* (O<sub>1</sub>); (3) mencoba model yang telah dikembangkan; (4) melaksanakan *post-test* (O<sub>2</sub>); (5) mencari skor rata-rata *pretest* dan *posttest* dan dibandingkan antar keduanya; (6) mencari selisih perbedaan kedua rata-rata tersebut melalui metode statistik (uji-t) untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang signifikan dari penggunaan model.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pengembangan Model

Berdasarkan data yang didapat peneliti melalui wawancara dan kuisioner kepada 80 siswa dan selanjutnya diolah dan dideskripsikan. Analisis kebutuhan dalam

bentuk kuisioner di Sekolah Menengah Pertama. Berdasarkan analisis kebutuhan tersebut dapat diketahui bahwa: 1) siswa memiliki minat yang cukup besar untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal, 2) siswa merasakan kejenuhan pada saat latihan dikarenakan variasi latihan tehknik dasar yang diberikan oleh pelatih cenderung monoton, 3) siswa menginginkan adanya pengembangan model latihan tehknik dasar futsal untuk menambah variasi latihan, 4) pelatih ekstrakurikuler futsal membutuhkan model latihan tehknik dasar futsal yang lebih variative, 5) pelatih membutuhkan referensi media berupa buku elektronik maupun bukan elektronik guna menunjang proses latihan.

### Kelayakan Model

Peneliti menghadirkan 3 orang ahli dalam bidang futsal, ketiganya berprofesi sebagai dosen pendidikan olahraga sekaligus sebagai pelatih futsal.

Berdasarkan uji kelayakan yang dilakukan oleh ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa variasi model latihan tehknik dasar berbasis permainan untuk usia SMP, 2 model latihan dinyatakan tidak layak sehingga total model latihan berubah yang awalnya berjumlah 30 model latihan menjadi 28 model latihan dan dapat diimplementasikan kepada siswa SMP.

### Efektifitas Model

Setelah dilakukan uji coba kelompok kecil model latihan keterampilan tehknik dasar dribbling futsal (AS) untuk usia SMP dan telah direvisi oleh ahli futsal maka akan

dilanjutkan ketahap berikutnya yaitu melakukan uji coba kelompok kecil dan besar.

Berdasarkan hasil ujicoba kelompok kecil yang telah dievaluasi oleh ahli, selanjutnya peneliti melakukan revisi produk awal dan memperoleh 28 *item* model latihan keterampilan tehnik dasar yang akan digunakan pada ujicoba kelompok besar. Setelah model mengalami revisi tahap 2 dari ahli maka akan dilanjutkan dengan melakukan ujicoba produk dengan kelompok besar dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 80 siswa usia SMP yang berasal dari 3 sekolah yaitu: SMP Negeri 2 Liliraja, SMP Negeri 4 Liliraja dan SMP Negeri 5 Liliraja.

Setelah dilakukan uji kelompok besar Subjek penelitian sebanyak 80 siswa akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. 40 siswa dikategorikan sebagai kelompok eksperimen dan 40 siswa sebagai kelompok kontrol. Kelompok eksperimen dilakukan dengan memberikan *pre-test* sebelum *treatment* dan *post-test* setelah *treatment*. Sedangkan kelompok kontrol diberikan *pre-test* dan *post-test* namun tidak diberikan *treatment*. Kelompok kontrol dijadikan sebagai data dasar untuk dibandingkan dengan kelompok eksperimen.

### Hasil

Hasil test yang diperoleh sebelum dan setelah diberikan perlakuan dapat disimpulkan bahwa model latihan tehnik dasar dribbling futsal untuk usia SMP layak dan efektif untuk

dapat meningkatkan kemampuan tehnik dasar siswa. Dalam uji signifikan yang dilakukan dengan menggunakan SPSS 16 didapat perbandingan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen adalah *dribbling* = 0.000 atau *p-value* < 0.05 yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan model latihan tehnik dasar dribbling futsal (AS) berbasis permainan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dihasilkan dapat disimpulkan bahwa model latihan keterampilan tehnik dasar futsal (AS) untuk usia SMP yang dikembangkan memiliki tingkat efektifitas yang signifikan.

### KESIMPULAN

1. Menghasilkan produk akhir berupa model latihan keterampilan tehnik dasar dribbling futsal berbasis permainan untuk usia SMP yang terdiri dari 28 *item* model latihan tehnik dasar
2. Model latihan keterampilan tehnik dasar futsal untuk usia SMP dapat meningkatkan semangat dan mencegah kebosanan siswa dalam berlatih dikarenakan model latihan yang bervariasi sehingga proses latihan tidak berjalan monoton dan membosankan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Dani Wardhani. (2009). *Bermain Sambil Belajar*, Jakarta: Edukasia.
- Diana Mutiah. (2012). *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*, Jakarta: Kencana Perdana Media Group 2012.

- Elizabeth B. Hurlock. (2000). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Irawan, Andri. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Lhaksana, Justinus. (2006) *Futsal Coaching Clinic Kelme Futsalismo*. Jakarta: Difamata Sport.
- Lhaksana, Justinus. (2011). *Teknik dan Strategi Futsal Moder*. Jakarta: Be Champion.
- Musiandi, T., & Taroreh, B. (2020). Pengembangan Pembelajaran Atletik Melalui Pendekatan Permainan Tradisional Sumatera Selatan. *Jurnal Olympia*, 2(1), 29-37. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v2i1.885>
- Naser, Ajmol Ali & Paul Macadam. (2017). *Physical and Physiological Demands of Futsal*. Auckland, New Zealand.
- Nurihsan. (2005). *Manajemen Bimbingan dan Konseling di SMP (kurikulum 2004)*, Jakarta: Grasindo.
- Robert. Brach Maribe. (2009). *Instructional Design: The ADDIE Approach*, New York: Springer.
- Schmidt, Richard A. & Craig A. Wrisberg. (2008). *Motor Learning and Performance: from Principles to Practice* Champaign. IL: Human Kinetics Books.
- Sudari, Sri Rumini & Siti. (2004). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2008). *Motode Penelitian Pendidikan, pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryo Adji Purnomo & Ranny Novianti. (2013). *Games for Fun Learning and Teaching*, Bandung: Yrama Wydya.
- Setyawan (2017). *Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Semarang
- Taroreh, B. S., & Satria, M. H. (2020). Implementasi Permainan Cba Pada Pembelajaran Atletik Sebagai Solusi Alternatif Melestarikan Permainan Tradisional di Sumatera Selatan. *JURNAL CURERE*, 4(1), 9–16. <https://doi.org/10.36764/jc.v4i1.348>
- Taroreh, B. S., & Wijaya, M. A. (2020). Program Aktivitas Fisik Manipulatif Berbasis Kinestetik Untuk Anak Usia 6 Tahun. *JURNAL PENJAKORA*, 7(1), 1–10. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i1.24258>
- Tudor, Bomp. (2009). *Theory and Methodology of Training*. Iowa: Kendal Publishing Company.
- Widiastuti. (2014) *Belajar Keterampilan Gerak*, Jakarta: FIK Universitas Negeri Jakarta.