

**PENGARUH MODEL PERMAINAN INVASI TERHADAP TEKNIK
MENGGINGIRING BOLA DI EKTRAKURIKULER SEPAKABOLA
SMA NEGERI 1 WARUNGKIARA 2017/2018**

Taufan Ramadhan

FKIP Universitas Muhammadiyah Sukabumi

taufanramadhan2@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara model permainan invasi terhadap teknik menggiring bola. pengambilan data dengan *one groups pretest-posttest design* yaitu eksperimen yang dilakukan hanya pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Sampel penelitian berjumlah 20 orang dari siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMAN 1 Warungkiara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil perhitungan dengan nilai $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ yaitu $t_{hitung} = 7,090 \geq t_{tabel} = 2,1009$. Sehingga hipotesis yang menyatakan ada pengaruh yang signifikan dari model permainan invasi terhadap teknik menggiring bola di SMA Negeri SMA Negeri 1 Warungkiara Kabupaten Sukabumi tahun 2017, terbukti kebenarannya.

Kata kunci: *model permainan invasi, menggiring bola, sepak bola.*

Abstract: This research event will be based the discovery of problem in a field that is often the players SMAN 1 warungkiara experience a failure when the masterball. Therefore, problems arise that are found namely the lack of skills of the dribble. This research aims to know is there any significant effects from the model the game invasion against the dribble techniques in SMA Negeri 1 Warungkiara Sukabumi district year 2018. The results showed that the results of the calculation with a value $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ i.e. $t_{hitung} = t_{tabel} = \geq 7.090 2.1009$. So the hypothesis that States there are significant effects from the model the game invasion against the dribble techniques in SMA Negeri SMA Negeri 1 Warungkiara Sukabumi district year 2018, proved to be the truth.

Keywords: *Invasion Game, Dribbling, soccer*

PENDAHULUAN

Sepak bola adalah salah satu olahraga terpopuler di dunia. Di benua Eropa, Afrika, Amerika sampai Asia sepak bola menjadi alat pemersatu setiap ras, agama, sampai warna kulit yang

berbeda. Melewati batas-batas perbedaan yang ada disatukan dalam lapangan dengan alat yang bernama sepak bola. Permainan yang dimainkan oleh sebelas orang ini pun begitu populer di Asia khususnya di Indonesia.

Perkembangan sepak bola saat ini bisa dilihat dari segi permainan yang makin atraktif dan menarik. Dalam segi penayangan sepak bola menjadi salah satu industri bisnis yang menggiurkan. Lihat saja dalam satu kompetisi misalnya liga Inggris saja berapa banyak stasiun tv yang menyiarkan pertandingan sepak bola. Karena permainan sepak bola saat ini tidak hanya beradu fisik dan kekuatan, tetapi adu taktik serta mental pun ikut di dalamnya. Indonesia sendiri harus bisa mencontoh negara-negara yang sudah lama menguasai sepak bola seperti negara-negara Eropa dalam bidang pengembangan prestasi dan pembinaan atlet usia muda Indonesia masih banyak tertinggal walaupun dengan negara tetangga contohnya dengan Thailand.

Di Indonesia pembinaan membutuhkan waktu yang cukup lama. Agar pembinaan berjalan dengan baik, pembinaan harus berjenjang dimulai dari usia dini sampai usia dewasa. Pembinaan olahraga menuntut partisipasi dan perhatian dari semua pihak khususnya pemerintah pusat untuk peningkatan prestasi olahraga di Indonesia.

Selain fisik hal lain dalam aspek sepak bola adalah teknik. Teknik dalam sepak bola diantaranya *Dribble* atau menggiring bola yaitu membawa bola dan melindungi bola dengan tujuan agar bola tidak lepas dan direbut lawan. Dalam menggiring bola seorang pemain harus mempunyai kejelian dan harus bisa membaca situasi pertandingan. Pemain harus hafal kapan waktu menggiring bola dan kapan harus mengoper kepada rekan. Menggiring bola mempunyai tujuan untuk membuka pertahanan lawan serta menarik perhatian lawan. Dalam melakukan *dribbling* pemain harus mempunyai aspek kelincahan dan kecepatan lari.

Proses pembelajaran sepak bola di SMAN 1 Warungkiara dilakukan dalam dua jenis kegiatan, yakni kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan pembelajaran ini pada dasarnya untuk memberikan siswa pengalaman belajar gerak dan membentuk karakter siswa tersebut..

Salah satu ekstrakurikuler yang diadakan di SMAN 1 Warungkiara adalah sepak bola, yang dilaksanakan 3 kali dalam satu minggu, setiap hari Selasa, Kamis dan Sabtu pukul 15.00 WIB sampai

17.00 WIB. Latihan ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 Warungkiara dilaksanakan di lapangan Yonif 310 Kidang kencana Cikembar.

Berdasarkan pengamatan tahun 2017 terhadap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola, kemampuan teknik dasar sepak bola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMAN 1 Warungkiara cukup baik dilihat dari latihan yang dilaksanakan. Saat saat latihan siswa menunjukan kemampuan yang dimilikinya, diantaranya keterampilan *passing*, *shooting*, *dribbling*, dan *controlling*.

Melakukan teknik menggiring bola terlihat mudah, tetapi pada kenyataannya banyak siswa saat menggiring bola tidak dapat menguasai laju bola. Ada bola yang terlalu jauh dari jangkauan, ada yang menggiring dengan pelan, adapula yang diarahkan ke lawan sehingga bola mudah di ambil oleh lawan. Saat menggiring bola perkenaan bola sudah baik, ada siswa yang menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan menggunakan punggung kaki. Pandangan siswa saat menggiring bola sebagian besar masih melihat ke arah bola, dan kurang melihat

situasi disekitar. Sehingga saat lawan mendekat siswa tidak sadar dan bola dapat diambil dengan mudah oleh lawan. Melihat kenyataan di lapangan, teknik menggiring bola yang dimiliki siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 Warungkiara masih kurang diperhatikan oleh pelatih. Dalam sebuah permainan, jika bola sulit dialirkan dengan *passing* maka untuk masuk ke pertahanan lawan dapat menggiring bola dan melakukan *shooting*.

Dalam berbagai metode latihan dan permainan terdapat metode permainan yaitu metode permainan invasi. Permainan tim dimana skor diperoleh jika pemain secara beregu mampu memanipulasi bola atau proyektil sejenis untuk dimasukkan ke gawang lawan. Permainan invasi ini dapat dilakukan oleh siapa saja, dan kapan saja. Selain itu permainan invasi dapat dilangsungkan di mana saja, tetapi umumnya dilakukan di lapangan ataupun daerah yang mempunyai area kosong cukup luas (Pujiyanto 2014:83) *Invasion games* (Permainan Serangan/invasi).

“Hakekat permainan invasi adalah menguasai atau mempertahankan obyek

permainan agar selalu ada pada regunya dengan jalan melakukan operan-operan (passing) atau membawa (dribbling), dan berusaha untuk mendapatkan obyek permainan dari regu lawan dengan jalan menghadang, menghambat atau merebutnya untuk mencegah atau membuat suatu goal”(Rizky dan Nur Kholis, 2014:113).

Selain dipandang sebagai metode latihan yang cukup efektif dalam upaya meningkatkan teknik dan taktik, permainan invasi lebih memudahkan pelatih untuk mengawasi proses latihan dan dalam proses pengoreksian kesalahan. Hal ini dikarenakan lapangan yang di perkecil serta pemain yang terlibat dalam permainan lebih sedikit

Permainan invasi dapat memberikan manfaat bagi pemain yang sering melakukannya. Dengan permainan invasi aspek teknik dasar seperti *dribbling, passing dan intercepting* semakin terlatih. Pemain akan lebih aktif dalam permainan dikarenakan pengurangan ukuran lapangan permainan serta jumlah pemain yang di kurangi

Berdasarkan hasil observasi yang dan pertimbangan di atas maka peneliti

melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Invasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola di SMAN 1 Warungkiara Kabupaten Sukabumi Tahun Pelajaran 2017/2018”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang menggunakan pendekatan kualitatif, Penelitian, eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2013: 107).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan 3 kali seminggu setiap hari Selasa, Kamis dan Sabtu pukul 15.00 WIB sampai 17.00 WIB. Latihan ekstrakurikuler sepak bola SMAN 1 Warungkiara di laksanakan di lapangan Yonif 310 Kidang kencana Cikembar. *Treatment* dilakukan sebanyak 12 kali pertemuan, Harsono (dalam Nurul Aprilian Hidayah, (2012:37) yang menyatakan bahwa “....sebaiknya latihan dilakukan tidak kali dalam seminggu dan

diselingi dengan satu hari istirahat untuk memberikan kesempatan bagi otot untuk berkembang dan mengadaptasikan diri pada hari istirahat tersebut

Target/subjek penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Suharsimi Arikunto, 2010: 173). Dalam penelitian ini, populasi yang akan diteliti adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMAN 1 Warungkiara sebanyak 20 siswa

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi peneliti (Suharsimi Arikunto, 2010: 174). Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* (sampel bersyarat). Adapun syarat untuk menjadi sampel dalam penelitian ini adalah hanya siswa dari kelas VII dan VIII.

Prosedur

Jenis rancangan (experimental design) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*, yaitu desain penelitian yang diberikan *pretest* untuk mengetahui keadaan awal sebelum diberikan perlakuan serta *posttest* untuk mengetahui keadaan setelah diberi perlakuan

(Sugiyono, 2013: 110). Diantara *pretest* dan *posttest* terdapat *treatment* sebanyak 12 kali.

Data, Instrumen dan Teknik Pengambilan Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur nilai variable yang diteliti (Sugiyono, 2013: 133). Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes "*Short Dribbling Test*" (Jens Bangsbo dan Magni Mohr, 2012: 99-100).

Data yang akan dikumpulkan yaitu data *pretest* yang diperoleh dari *short dribbling test* dengan kesempatan sebanyak 2 kali melakukan dan diambil nilai terbaik sebelum sampel diberikan *treatment*, dan data *posttest* yang diperoleh dari tes *short dribbling test* dengan kesempatan sebanyak 2 kali melakukan dan diambil nilai terbaik setelah sampel diberi *treatment* model permainan invasi.

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data yang digunakan yaitu uji-t dengan nilai signifikan 0,05. Apabila nilai t hitung > t tabel, maka H_0 diterima

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen latihan keterampilan menggiring bola menggunakan model permainan invasi dengan tujuan mengetahui pengaruh model permainan invasi terhadap hasil keterampilan menggiring bola pada pemain ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Warungkiara Kabupaten Sukabumi tahun 2018.

Secara keseluruhan kegiatan penelitian dilaksanakan melalui tiga tahap, pertama adalah kegiatan *pre test* dengan tujuan mengetahui kemampuan awal sampel. Pada tahap selanjutnya diberikan *treatment* menggunakan permainan invasi sebanyak 16 kali pertemuan. Setelah dilakukan *treatment* tahap terakhir diadakan *post test* untuk mengetahui kemampuan hasil kemampuan keterampilan menggiring bola dari sampel yang telah mengikuti *treatment*.

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian sampel mengalami peningkatan dalam tes keterampilan menggiring bola dengan menggunakan permainan invasi. Terbukti dengan perbandingan skor ketepatan antara *pretest* dan *posttest* yaitu lebih besar

posttest dari pada *pretest* yang artinya skor hasil tendangan siswa dalam melakukan tes menggiring bola lebih baik *posttest* dari pada *pretest*.

Pembahasan

Berdasarkan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji t, dapat diketahui bahwa nilai uji t diperoleh $t_{hitung} = 7090 \geq t_{tabel} = 2,10092$ sehingga hasilnya adalah beda signifikan. Dari hasil uji t nilai Sig yang diperoleh adalah $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis berbunyi “ada pengaruh model permainan invasi terhadap hasil keterampilan menggiring bola di ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Warungkiara Kabupaten Sukabumi tahun 2018” diterima.

Simpulan dan Saran

simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Terdapat pengaruh yang signifikan latihan invasi terhadap keterampilan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMAN 1 Warungkiara 2018”. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 19.8 dan

rerata posttest sebesar 17,6 maka diperoleh angka Mean Difference sebesar 2,14 hal ini menunjukkan bahwa latihan invasi terhadap keterampilan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMAN 1 WARUNGIARA tahun 2018 memberikan perubahan yaitu lebih baik dibandingkan sebelum diberikan latihan.

Saran

Dari simpulan di atas, penulis mempunyai saran untuk meningkatkan kemampuan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola, diantaranya:

1. Bagi pelatih, harus mampu menjadi fasilitator bagi siswa agar siswa dapat meningkatkan keterampilan secara kompleks dan memberikan latihan yang lebih bervariasi lagi sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola.
2. Bagi sekolah, harus mampu memberikan fasilitas dan mendukung kegiatan latihan agar siswa dapat meningkatkan keterampilan dan pola bermain secara menyeluruh.

Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan bermain.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian: Sebuah Petunjuk Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Burstiando, Risky dan Moch Nurkholis. (2014). *Pengaruh Permainan Invasion Dan Permainan Netting Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Fundamental Siswa Smp Negeri Se-Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri*. Bravo's Jurnal. (4) 111-119
- Pujianto, Agus. (2014). *Persepsi Guru Pendidikan Jasmani Terhadap Model Teaching Games For Understanding (Tgf)*. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation 1 (2).80-85.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.