

Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik terhadap Keterampilan *Dribbling* Bola pada Siswa Ektrakurikuler Sepakbola di SMA Negeri 4 Purworejo

Juni Isnanto¹, Al Ilham², Meri Haryani³, Nurkhoiroh⁴, Muh. Faisal Lutfi Amri⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jend. Sudirman No.6, Dulalowo Tim., Kec. Kota Tengah, Kota Gorontalo, Gorontalo
juni.isnanto.8@ung.ac.id

Abstract

Football extracurricular participants at SMA Negeri 4 Purworejo do not yet have good dribbling skills. This study aims to determine the effect of tactical approach training on the dribbling skills of football extracurricular students at SMA Negeri 4 Purworejo. This research is an experimental research with one group pretest-posttest research design. The population of this study were all students who took part in soccer extracurricular, totaling 16 children. The instrument used in using the dribbling test was from Subagyo Irianto. The data analysis technique used the Kolmogorov-Smirnov test for normality test, homogeneity test and t-test for hypothesis testing, and correlated samples at a significance level of 5%. The test results show that there is an effect of tactical approach training on ball dribbling skills. The hypothesis test shows that the tcount is (4.614) and the p-value (0.000) < 0.05, so it shows that there is a significant difference in dribbling skills after being treated with tactical approach exercises. Based on the results, the average (mean) shows the posttest mean < pretest. From these results it can be concluded that there is a significant effect of tactical approach training on the ball dribbling skills of soccer extracurricular students at SMA Negeri 4 Purworejo. Improved ball dribbling skills by 1.52563 or 7.99% (obtained from mean different divided by mean pretest multiplied by 100%).

Keywords: Tactical Approach, Dribbling, Football

Abstrak

Peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 4 Purworejo kurang baik dalam menggiring bola. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan dribbling siswa sepak bola non sekolah di SMA Negeri 4 Purworejo. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain one group pretest and posttest study design. Populasi penelitian terdiri dari seluruh siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola yang berjumlah 16 anak. Peralatan yang digunakan dalam Tes Dribble Bola Subagyo Irianto. Teknik analisis data menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov untuk uji normalitas, uji homogenitas, uji t untuk uji hipotesis, dan sampel berkorelasi pada taraf signifikansi 5%. Hasil pengujian menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktis berpengaruh terhadap keterampilan menggiring bola. Uji hipotesis menunjukkan bahwa t-value (4,614) dan p-value (0,000) < 0,05, hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada keterampilan menggiring bola setelah perlakuan dengan latihan pendekatan taktis. Pra-tes. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan dribbling bola pada siswa sepak bola luar sekolah SMA Negeri 4 Purworejo. Peningkatan kemampuan menggiring bola sebesar 1,52563 atau 7,99% (diperoleh dengan membagi rata-rata selisih dengan rata-rata pretes dan dikalikan 100%).

Kata Kunci : Pendekatan Taktik, Dribbling, Sepakbola

Copyright (c) 2023 Juni Isnanto, Al Ilham, Meri Haryani, Nurkhoiroh, Muh. Faisal Lutfi Amri

Corresponding author: Juni Isnanto

Email Address: juni.isnanto.8@ung.ac.id (Jl. Jend. Sudirman No.6, Dulalowo Tim., Kec. Kota Tengah, Kota Gorontalo, Gorontalo)

Received 8 March 2023, Accepted 17 March 2023, Published 18 March 2023

PENDAHULUAN

Sepak bola adalah olahraga permainan yang dimainkan dengan menggunakan bola besar dengan tangan dan kaki seperti kepala dan kaki selain tangan yang hanya bisa dimainkan oleh penjaga gawang di daerah pinalti. Permainan ini dia akan dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari 11 pemainnya. Untuk bermain bola dengan baik, Anda membutuhkan keterampilan dasar. Pemain dengan keterampilan dasar yang kuat dapat bermain sepak bola dengan baik. Teknik dasar sepak bola

meliputi: 1) Teknik dasar passing (pass), 2) Teknik dasar cara menahan bola (control), 3) Teknik dasar menyundul bola (heading), 4) Teknik dasar dribbling, 5) Teknik dasar menembak bola (menembak), 4) teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), dan 5) teknik dasar menembak bola (*shooting*).

Dalam dunia pendidikan sepak bola dan jasmani, kegiatan ini tidak hanya menjadi bagian dari kurikulum, tetapi seringkali merupakan kegiatan ekstra kurikuler yang dilaksanakan di semua sekolah. Tergantung pada pola perkembangan anak usia dini, kegiatan ini sebenarnya dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap regenerasi siswa putus sekolah. meningkatkan. Oleh karena itu, calon siswa diinstruksikan untuk berpartisipasi dalam kompetisi dan kejuaraan sepak bola. B. Lebih memperdalam kejuaraan sepak bola sekolah, kejuaraan sepak bola pelajar tingkat provinsi, bahkan kejuaraan sepak bola pelajar tingkat nasional dan internasional. Selain mendapatkan pengalaman, siswa juga meningkatkan keterampilan sepak bola mereka.

Secara umum, tujuan kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk mengembangkan bakat siswa. Kegiatan ekstrakurikuler juga digunakan untuk mengisi waktu luang dengan hal-hal yang positif dan mengembangkan bakat siswa. Dengan memilih kegiatan ekstrakurikuler yang diminati sekolah, diharapkan siswa mampu meningkatkan kebanggaan sekolah khususnya dalam bidang olahraga. SMA Negeri 4 Purworejo merupakan salah satu SMA Negeri di Purworejo yang tidak hanya menawarkan kegiatan akademik tetapi juga program non akademik seperti program ekstrakurikuler. Tujuh ekstrakurikuler yang masih aktif hingga saat ini: sepak bola, futsal, bola voli, pencak silat, pramuka, drama dan PMR. Siswa kelas X dan XI mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini.

Lapangan SMA N 4 Purworejo menyelenggarakan acara ekstrakurikuler sepak bola reguler setiap Kamis mulai pukul 15:30 hingga 17:30. Kegiatan ekstra kurikuler sepak bola di SMA N 4 Purworejo dibimbing oleh seorang guru pendidikan jasmani yang juga sebagai pembina ekstrakurikuler sepak bola. Pelatihan ekstrakurikuler sepak bola menggunakan pelatihan terpadu, kombinasi tujuan untuk pengembangan fisik, mental dan teknis setiap peserta. Sesi pelatihan reguler dimaksudkan untuk meningkatkan pelatihan anggota dan memantau keterampilan teknis. Anggota di luar sekolah juga terus menerus dibina oleh pelatih di unit latihan masing-masing. Hal ini juga bertujuan untuk selalu siap agar tim selalu siap setiap kali kompetisi muncul.

Pelatihan lanjutan diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi anggota Ekstrakurikuler Sepakbola SMA N 4 Purworejo juga untuk meningkatkan keterampilan anggota tim. Oleh karena itu, persiapan fisik dan mental yang matang untuk mendukung kegiatan ekstra kurikuler sepak bola mengarah pada prestasi yang lebih tinggi. Salah satunya adalah kemauan pemain itu sendiri, namun tentunya harus memiliki skill yang baik. Prestasi sepak bola SMA N 4 Purworejo akhir-akhir ini menurun, namun minat siswa untuk mengikuti kegiatan ekstra kurikuler tidak berkurang. Hal ini dibuktikan dengan antusiasme peserta ekstrakurikuler dalam kegiatan pelatihan.

Pembuatan program pelatihan ekstrakurikuler sepak bola harus berpedoman pada karakteristik usia siswa yang masih membutuhkan banyak bentuk permainan. Saya hanya menggunakan pelatihan tradisional yang terisolasi, yaitu latihan yang dilakukan berulang kali. Di satu sisi, pelatihan dribbling

ramah anak sangat penting dalam sepak bola. Namun, metode pelatihan ini sangat monoton. Latihan perlu diubah untuk memastikan pemain tidak mengalami kejenuhan dan memastikan peningkatannya optimal. Salah satu upaya untuk menghilangkan kebosanan adalah dengan berlatih sepak bola dalam bentuk yang dimodifikasi.

Secara umum, para pemula sepak bola dicirikan oleh kepuasan mereka terhadap permainan tersebut. Permainan dapat memainkan peran penting dalam pengembangan berbagai keterampilan motorik dasar jika dimasukkan ke dalam program pengembangan motorik. Pelatih sering menawarkan permainan untuk mendorong kesenangan bagi anak-anak atau untuk memperkuat keterampilan teknis tertentu. Bisa dikemas dalam bentuk latihan pendekatan taktis. Pendekatan ini memberikan alternatif yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari keterampilan teknik dasar *dribbling* sepak bola dalam situasi pertandingan di dunia nyata, sehingga siswa tidak bosan atau jenuh dalam berlatih. Kami biasanya menggunakan pendekatan taktis di kelas pendidikan jasmani, tetapi kali ini kami akan mencobanya di tempat latihan. Pendekatan taktis dalam hal ini menekankan agar siswa memecahkan masalah taktis dalam permainan. Masalah taktis pada hakekatnya adalah penerapan keterampilan teknik dalam situasi permainan agar siswa memahami hubungan antara teknik dan taktik dalam permainan.

Jelas dari uraian sebelumnya bahwa teknik *dribbling* sepak bola yang mendasar diperlukan. *Dribbling*, menurut (Sucipto, 2000, p. 28) bertujuan untuk mendekati sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Kecepatan lari, tipuan dengan bola, dan penempatan yang hati-hati diperlukan untuk menggiring bola. Fakta bahwa beberapa siswa kurang menguasai *dribbling* dibenarkan oleh pelatih sepakbola dan terlihat dalam latihan sebagai hasil dari pengamatan yang dilakukan selama pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. Masih banyak siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler yang mengalami kesulitan dalam mengontrol bola atau *dribbling*, yang mudah lepas dari kontrol siswa. Padahal *dribbling* sangat penting dalam sepak bola, namun pemain harus memiliki skill *dribbling* yang baik untuk melewati lawan, mendekati diri ke gawang, dan menciptakan peluang, terutama saat terjadi duel individu atau permainan tim yang menemui jalan buntu saat menyerang.

Peneliti bermaksud melakukan penelitian eksperimen untuk mempraktekkan pendekatan taktis untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 4 Purworejo. Hal ini didasarkan pada pertimbangan di atas. Diharapkan keterampilan *dribbling* siswa akan meningkat sebagai hasil dari latihan *dribbling* yang dikemas secara taktis yang akan membuat mereka lebih bahagia, lebih termotivasi, dan memenuhi keinginan mereka untuk bergerak. Sebaliknya, latihan pendekatan taktis jarang digunakan dalam pelatihan sepak bola, seperti ekstrakurikuler sepak bola di SMA N 4 Purworejo. Metode pendekatan taktik diharapkan dapat digunakan dalam permainan sepak bola untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* siswa. Oleh karena itu, belum diketahui apakah keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola dapat dipengaruhi oleh latihan taktis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah

keterampilan dribbling siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA N 4 Purworejo meningkat secara signifikan dengan pelatihan pendekatan taktik.

METODE

Sampel sebanyak 16 siswa SMA N 4 Purworejo yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola digunakan dalam penelitian eksperimen ini. Setelah pretest, atau tes awal, siswa menerima perlakuan dan kemudian mengikuti tes akhir. Tes diberikan dua kali dalam penelitian ini—pretest (sebelum perlakuan) dan posttest (setelah perlakuan). Karena adanya perbandingan antara kondisi sebelum dan sesudah menerima perlakuan, maka diasumsikan bahwa perlakuanlah yang menjadi penyebab perbedaan antara pretest dan posttest. Akibatnya, diharapkan hasil pengobatan akan lebih tepat diketahui. Pada penelitian ini digunakan latihan dribbling berbasis model latihan pendekatan taktis sebagai treatment. (Arikunto, 2006, p. 130) “Seluruh populasi menjadi subjek penelitian” Studi populasi adalah jenis penelitian yang dilakukan apabila seseorang ingin melihat semua aspek dari subjek penelitian. Menurut pendapat sebelumnya, partisipan dalam penelitian ini adalah 16 siswa SMA Negeri 4 Purworejo yang masih aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola.

Instrumen yang diperlukan untuk pengumpulan data dalam suatu penelitian Seperti yang dikemukakan oleh (Sugiyono, 2009, p. 133) Nilai variabel yang diteliti diukur dengan bantuan instrumen penelitian. Validitas dan reliabilitas adalah persyaratan tes yang baik. Karena instrumen merupakan alat ukur untuk mendapatkan data, maka perlu dirancang dan dibuat sedemikian rupa agar suatu penelitian dapat memperoleh data yang tepat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada variabel bebas dan terikat. Latihan pendekatan taktis merupakan variabel bebas, dan kemampuan menggiring bola sebagai variabel terikat. Sesuai dengan uraian sebelumnya, instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dribbling zig-zag yang diberikan oleh (S. Irianto, 1995) (dengan validitas tes 0,559 dan reliabilitas tes 0,637). Kemampuan menggiring bola diukur dengan tes ini.

Lapangan sepak bola dibangun dengan menggunakan delapan patok yang disusun berjajar satu garis lurus dengan jarak 1,5 meter untuk masing-masing kerucut. 1,5 meter di depan tiang pertama adalah garis start dan finish yang ditandai di depan tiang pertama. Setelah menerima aba-aba dari testor, testee mulai menggiring bola dengan pola zigzag, dan tidak ada taruhan yang boleh dilewatkan. Stopwatch dinyalakan saat peserta ujian mulai melewati start dan mati setelah menggiring bola secara zigzag dan melewati garis finis. Dribbling dapat dilakukan dengan satu atau kedua kaki secara bergantian. Peserta tes mengikuti ujian dua kali, dan hasilnya dipilih sebagai yang terbaik.

Sebelum memulai pengumpulan data, peneliti menyiapkan sarana dan prasarana yang dibutuhkan untuk pelaksanaan tes, mengantri siswa untuk berdoa, mengecek kehadiran, melakukan pemanasan selama 15 menit, kemudian memberikan petunjuk cara pelaksanaan tes. Peralatan berikut digunakan dalam tes dribbling: 1) bola sepak; 2) pita pengukur; 3) kapur; 4) saham; 5) peluit; 6) stopwatch; dan 7) stasioner.

Dengan validitas tes 0,559 dan tes reliabilitas 0,637, maka tes keterampilan dribbling yang digunakan adalah tes kemampuan dribbling zig-zag Subagyo Irianto. Kemampuan menggiring bola diukur dengan tes ini. Lapangan sepak bola dibangun dengan menggunakan delapan tiang pancang berjarak 1,5 meter dan dipasang dalam satu garis lurus. 1,5 meter di depan tiang pertama adalah garis start dan finish yang ditandai di depan tiang pertama. Setelah menerima aba-aba dari testor, testee mulai menggiring bola dengan pola zigzag, dan tidak ada taruhan yang boleh dilewatkan. Stopwatch dinyalakan saat peserta ujian mulai melewati start dan mati setelah menggiring bola secara zigzag dan melewati garis finis. Dribbling dapat dilakukan dengan satu atau kedua kaki secara bergantian. Tes berlangsung dua kali, dan hasilnya dipilih sebagai yang terbaik.

Uji prasyarat harus dilakukan sebelum hipotesis dapat diuji. Tujuan pengujian data hasil pengukuran yang berkaitan dengan hasil penelitian adalah untuk menyempurnakan analisis. Oleh karena itu penelitian ini akan menguji normalitas dan homogenitas data. Dengan menggunakan program komputer SPSS 16.0 for Windows Evaluation Version, keputusan untuk menerima atau menolak hipotesis pada tingkat signifikansi 5% digunakan untuk menganalisis data menggunakan statistik parametrik. Langkah selanjutnya adalah menganalisis data setelah dikumpulkan. Uji-t (t-test) adalah teknik analisis data untuk menganalisis data eksperimen dengan dimodelkan oleh model subjek. Program SPSS Versi 18.0 akan digunakan untuk perhitungan uji t (t-test). Jika probabilitasnya 0,05 pada taraf signifikansi 5%, maka terdapat perbedaan yang signifikan pelatihan pendekatan taktik pada keterampilan dribbling, dengan hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif diterima (H_a), untuk menentukan apakah model latihan pendekatan taktik meningkatkan keterampilan dribbling setelah tes awal (pretest) dan sebelum tes akhir (posttest).

HASIL DAN DISKUSI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya kemampuan dribbling siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 4 Purworejo dipengaruhi secara signifikan oleh latihan pendekatan taktik. Dengan menggunakan analisis statistik deskriptif, hasil penelitian digambarkan sebagai berikut: skor minimum 16,75 (nilai minimum); nilai maksimum (maksimal) 22,70; rata-rata 19,0850; 18,7050 adalah median (nilai tengah); mode (nilai yang sering muncul) 17,69; serta standar deviasi 1,61370; 5,95 rentang (rentang data).

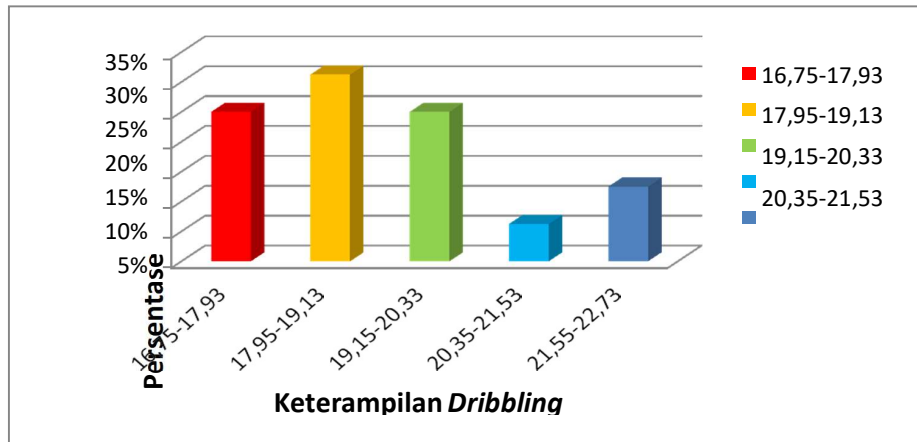
Tabel 1. Deskripsi statistik *pretest*

Mean	19.0850
Median	18.7050
Mode	17.69
Std. Deviation	1.61370
Range	5.95
Minimum	16.75
Maximum	22.70

Dengan mengurangkan data terbesar dengan data terkecil dalam kelompok dan mereduksi panjang kelas dengan menggunakan rumus rentang data dibagi jumlah individu, gambaran hasil belajar pretest juga disajikan dalam bentuk frekuensi.

Tabel 2. Deskripsi Hasil *Pretest*

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
16.75 - 17.93	4	25%
17.95 - 19.13	5	31.25%
19.15 - 20.33	4	25%
20.35 - 21.53	1	6.25%
21.55 - 22.73	2	12.5%
Total	16	100%

Gambar 1. Diagram Batang Hasil *Pretest*

Dengan menggunakan analisis statistik deskriptif, hasil penelitian digambarkan sebagai berikut: skor minimum 14,40 (nilai minimum); nilai maksimum (maksimum) 20,84; rata-rata 17,5594; 17,8750 adalah median (nilai tengah); mode (nilai yang sering terlihat) 14,40; simpangan rata-rata (average deviasi) sebesar 1,72339; 6,44 dalam rentang data.

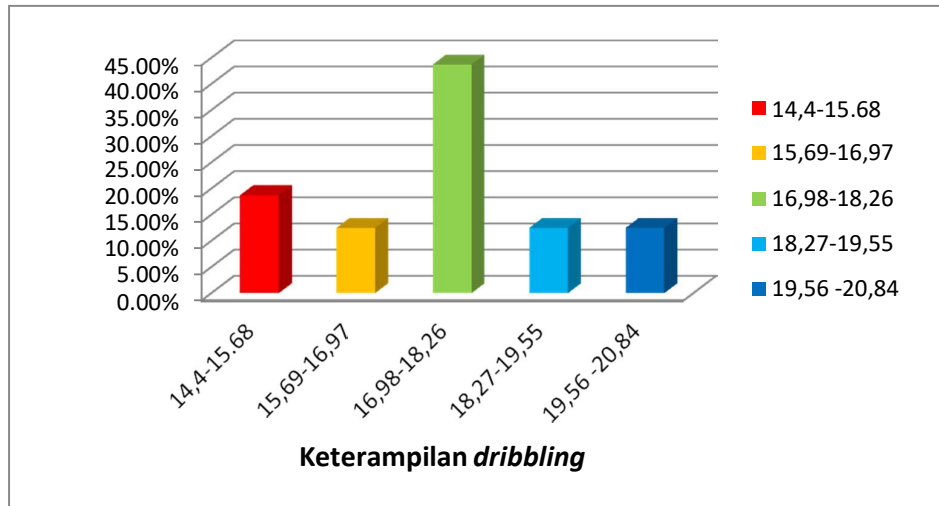
Tabel 3. Deskripsi Statistik *Posttest*

<i>Mean</i>	17.5594
<i>Median</i>	17.8750
<i>Mode</i>	14.40
<i>Std. Deviation</i>	1.72339
<i>Range</i>	6.44
<i>Minimum</i>	14.40
<i>Maximum</i>	20.84

Hasil penelitian posttest juga dideskripsikan dalam bentuk frekuensi, dan rumus mencari banyak kelas adalah $1+3,3 \log N$; Rentang data (range) dapat dihitung dengan membagi jumlah individu dengan panjang kelas dan mengurangkan data terbesar dari data terkecil dalam kelompok.

Tabel 4. Deskripsi hasil *Posttest*

Skor	Frekuensi	Persentase (%)
14.4- 15.68	3	18.75%
15.69- 16.97	2	12.5%
16.98- 18.26	7	43.75%
18.27- 19.55	2	12.5%
19.56- 20.84	2	12.5%
	16	100%



Gambar 2. Diagram Batang Hasil *Posttest*

Uji prasyarat harus dilakukan sebelum hipotesis dapat diuji. Tujuan pengujian data hasil pengukuran yang berkaitan dengan hasil penelitian adalah untuk menyempurnakan analisis. Oleh karena itu penelitian ini akan menguji normalitas dan homogenitas data. Dengan menggunakan perangkat lunak SPSS 16.0 for Windows Evaluation Version, keputusan untuk menerima atau menolak hipotesis pada tingkat signifikansi 5% digunakan untuk menganalisis data. Tujuan perhitungan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah variabel penelitian berdistribusi normal. Metode Kolmogorof-Smirnov digunakan untuk menghitung normalitas, dan SPSS versi 18.0 digunakan untuk pemrosesan. Hasilnya sebagai berikut ini:

Tabel 5. Hasil Perhitungan Uji Normalitas

No	Variabel	Asymp.Sig	Kesimpulan
1	<i>Pre test</i>	0,881	Normal
2	<i>Post test</i>	0,861	Normal

Harga Asymp seperti yang ditunjukkan pada tabel di atas. Sig variabel posttest adalah 0,861, sedangkan sig variabel pretest adalah 0,881. karena asimp. Hipotesis bahwa sampel didasarkan pada populasi yang berdistribusi normal diterima karena semua nilai sig untuk kedua variabel lebih besar dari 0,05. Data variabel dalam penelitian ini dapat dianalisis menggunakan metode statistik parametrik berdasarkan informasi tersebut.

Uji homogenitas dapat digunakan untuk mengetahui kesamaan sampel—apakah seragam atau

tidak—dan varians sampel yang berasal dari populasi. Aturan homogenitas menyatakan bahwa suatu tes dianggap homogen jika p lebih besar dari 0,05, sedangkan tes dianggap tidak homogen jika p lebih kecil dari 0,05. menggunakan SPSS 18.0 dan *Test of Homogeneity of Variances* untuk menguji homogenitas. Tabel berikut menampilkan temuan uji homogenitas penelitian ini:

Tabel 6. *Test of Homogeneity of Variances Dribbling*

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
0,109	1	30	0,744

Uji *Test of Homogeneity of Variances* memiliki nilai signifikansi 0,774 yang lebih besar dari 0,050 seperti terlihat pada tabel di atas yang menunjukkan telah lolos uji homogenitas. Akibatnya, semua tes yang diperlukan untuk menguji hipotesis telah dilakukan.

Untuk mengetahui apakah pendekatan taktik berpengaruh terhadap kemampuan menggiring bola siswa SMA N 4 Purworejo yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola dianalisis datanya. Hipotesis penelitian ini adalah bahwa siswa di SMA N 4 Purworejo yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola mendapat manfaat dari pelatihan pendekatan taktis dalam kemampuan dribbling mereka. Uji-t digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan dribbling bola siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMA N 4 Purworejo. Tabel berikut memberikan ringkasan hasil uji t:

Tabel 7. Uji t *Pretest-Posttest Dribbling Bola*

	<i>t-test for equality of Means</i>		
	t	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
<i>Pretest</i>	4,614	0,000	1,52563

Tabel tersebut menunjukkan bahwa siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 4 Purworejo mengalami peningkatan keterampilan dribbling sebagai hasil dari pelatihan pendekatan taktis. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Paired Samples Test memiliki thitung sebesar 4,614 dan nilai signifikan 0,000 dengan nilai lebih besar dari 0,050. Alhasil, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada perbedaan yang mencolok dalam keterampilan dribbling antara sebelum dan sesudah menerima pelatihan dalam pendekatan taktis.

Secara khusus, persentase hasil peningkatan dapat ditentukan dengan menghitung selisih antara rata-rata posttest dan rata-rata pretest, yaitu sebagai berikut:

Tabel 8. Persentase Peningkatan

Mean pretest	Mean posttest	Mean difference	Peningkatan (%)
19.0850	17.5594	1.52563	7.99

Setelah mendapat pembelajaran pendekatan taktis keterampilan dribbling, keterampilan dribbling siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 4 Purworejo meningkat sebesar 7,99% seperti terlihat pada tabel di atas.

Diskusi

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh latihan pendekatan

taktis siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA N 4 Purworejo terhadap kemampuan menggiring bola. Temuan menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti program ekstrakurikuler sepak bola di SMA N 4 Purworejo telah meningkat secara signifikan keterampilan menggiring bola sebagai hasil dari pelatihan pendekatan taktis. Nilai thitung 4,614 dan nilai probabilitas signifikan $0,000 < 0,05$ adalah contohnya.

Dribbling bola adalah keterampilan penting untuk setiap pemain sepak bola. Semua pemain sepak bola harus menggiring bola untuk mengalahkan lawan, memasukkan bola ke area kosong, dan mengoper lawan untuk menggiring bola ke gawang mereka untuk mencetak gol. Hal terpenting saat mengajari anak cara menggiring bola dalam permainan sepak bola adalah membiasakan mereka bermain bola setiap saat. Salah satu cara untuk melakukan ini adalah membuat mereka bermain dengan bola hampir persis seperti yang mereka lakukan dalam pertandingan sepak bola sungguhan. Tujuan dari pelatihan taktis adalah untuk mengajarkan keterampilan teknis dalam situasi permainan dunia nyata sehingga seorang pemain dapat meningkatkan dribblingnya. Ada sejumlah manfaat untuk mempraktikkan pendekatan taktis, termasuk lebih banyak sentuhan bola, melibatkan siswa dalam aktivitas latihan, meningkatkan keterampilan teknis, dan banyak lagi. Ternyata 12 latihan pendekatan taktis yang diberikan kepada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA N 4 Purworejo dapat membantu mereka meningkatkan kemampuan dribbling mereka.

Apabila dibandingkan perbedaan rata-rata (mean different) dan mean hasil pretest terlihat bahwa siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMA N 4 Purworejo mengalami peningkatan keterampilan menggiring bola sebesar 7,99%. Agar guru dan pelatih mendapatkan manfaat dari pendekatan taktis penelitian ini untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola, diperlukan jenis variasi lain agar tidak monoton.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan program SPSS VERSI 18.0 dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan latihan dengan pendekatan taktik terhadap keterampilan dribbling siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA N 4 Purworejo, dibuktikan dengan hasil pengujian menunjukkan selisih rata-rata 1,52563 lebih setelah mendapat pelatihan. (Berdasarkan hasil penelitian) 2) Perbandingan hasil selisih rata-rata dan hasil pretes rata-rata menunjukkan bahwa setelah mendapat pelatihan, siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMA N 4 Purworejo mengalami peningkatan keterampilan dribbling sebesar 7,99%.

(1) Pemain sepak bola (pemain dan pelatih) harus memiliki pola latihan yang terprogram dan tujuan yang jelas selama latihan agar prosesnya berjalan dengan lancar, sesuai dengan saran peneliti mengingat keterbatasan penelitian. 2) Dapat digunakan sebagai template untuk menyusun program latihan sepak bola untuk sekolah atau klub. 3) Untuk memungkinkan peneliti selanjutnya untuk mengontrol faktor fisik, psikologis, dan geografis yang dapat mempengaruhi keterampilan dribbling.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Rinneka Cipta.
- Depdiknas. (2004). *Pedoman Khusus Pengembangan Silabus Berbasis Kompetensi Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Direktorat Pendidikan Lanjutan Pertama.
- Irianto, D. P. (2002). *Panduan Latihan Kebugaran yang Efektif dan Aman*. Lukaman Offet.
- Irianto, S. (1995). *Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola bagi Siswa Sekolah PUSPOR IKIP Yogyakarta*. FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ma'mun, Amung dan Subroto, T. (2001). *Pendekatan Permainan Taktis dalam Permainan Bola Voli Konsep dan Pendekatan Pembelajaran*. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah bekerjasama dengan Direktorat Jenderal Olahraga.
- Saputra M., Yudha dan Ma'mun, A. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sucipto. (2000). *Sepakbola*. Depdiknas.
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. Rinneka Cipta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Melatih Fisik*. FIK Universitas Negeri Yogyakarta.