

PENGEMBANGAN VARIASI LATIHAN *PASSING* YANG DIKOMBINASIKAN DENGAN *DRIBBLING* DAN *CONTROLLING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA UNTUK SISWA USIA 10-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAKBOLA

Arizal Kurniawan

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang
E-mail: arizalkurniawan19@yahoo.com

Eko Hariyanto

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

Agus Gatot S

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

Abstract: The purpose of this study is to design and develop passing exercise variations for children aged 10-12 years in Jember Regency Doger Star SSB. This research used a procedural development studies by Borg and Gall that have been modified. The final Product was a Guidebook for passing exercise variations combined with dribbling and controlling the football games for children aged 10-12 years. Based on small group test data, it was obtained an average percentage of 85.11%. The data analysis based on a questionnaire and test large groups at 30 players resulted an average percentage of 84.78%. Based on the results of data analysis, it was found that the variations in the Handbook exercise passing combined with dribbling and controlling the football games for children aged 10-12 years, Regency of Jember is appropriate.

Key words: Drills, soccer, passing, dribbling, controlling.

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk menyusun dan mengembangkan variasi latihan *passing* yang bervariasi untuk anak usia 10-12 tahun di SSB Bintang Doger Kabupaten Jember. Penelitian ini menggunakan penelitian pengembangan prosedural menggunakan langkah-langkah model pengembangan oleh Borg dan Gall yang telah dimodifikasi. Produk hasil akhir pengembangan buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun. Berdasarkan data uji coba kelompok kecil diperoleh rata-rata presentase sebesar 85,11 %. Serta berdasarkan analisis data kuesioner uji coba kelompok besar pada 30 pemain diperoleh rata-rata presentase sebesar 84,78 %. Berdasarkan hasil analisis data disimpulkan bahwa produk buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun, Kabupaten Jember dinyatakan sangat valid.

Kata kunci: latihan, sepakbola, *passing*, *dribbling*, *controlling*.

Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh individu-individu (Batty,2011). Sepakbola merupakan gabungan beberapa teknik individu yang menyatu dalam kerjasama tim secara keseluruhan. Tujuan dari permainan sepakbola adalah berusaha menguasai bola, mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan, dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk menjaga gawangnya agar tidak kemasukan gol.

Dalam permainan sepakbola diperlukan sebuah kerjasama tim yang baik untuk dapat mencetak gol ke gawang lawan. Dalam hal ini, teknik-teknik individu yang baik akan sangat mendukung untuk dapat menciptakan sebuah kerjasama tim yang baik pula. Salah satu teknik dasar dalam sepakbola adalah *passing*. *Passing* adalah salah satu keterampilan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan untuk memberikan umpan kepada

teman. Penguasaan teknik *passing* yang baik dan benar dapat membantu untuk menciptakan sebuah kerjasama tim yang baik pula.

Pada saat ini perkembangan sepakbola di Indonesia sangat pesat sekali. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya klub-klub sepakbola dan SSB (Sekolah Sepakbola) yang didirikan. Pembinaan pemain sejak usia dini ini sangat penting sekali dalam usahanya untuk menjadikannya pemain sepakbola yang terampil. Koger (2007:15) menyatakan bahwa sejak usia dini pemain harus menguasai teknik dasar permainan sepakbola. Dalam memberikan pelatihan untuk anak usia dini, latihan yang dilakukan sebaiknya difokuskan pada teknik dasar dan pembentukan karakter pemain tanpa melupakan faktor kesenangan atau *fun aspect*. Selain itu, menurut Koger (2007:15) anak-anak kecil senang bermain dan semakin banyak diberikan permainan mereka akan semakin senang dan semangat belajar sepakbola.

Berdasarkan hasil observasi dan pemberian angket yang dilakukan peneliti pada 30 siswa SSB Bintang Doger usia 10-12 tahun, Kabupaten Jember, pada hari Minggu tanggal 29 September 2013, menunjukkan bahwa lebih dari 80% siswa SSB Bintang Doger usia 10-12 tahun menyatakan sangat membutuhkan latihan *passing* yang lebih bervariasi. Secara spesifik, 73,3% siswa menyatakan bahwa latihan *passing* yang dilakukan selama ini kurang bervariasi dan 60% siswa menyatakan masih mengalami kesulitan untuk melakukan *passing*. Kurangnya variasi model latihan yang dilakukan di SSB Bintang Doger dapat berdampak pada tingkat kejenuhan siswa dalam melakukan latihan *passing*, serta berdampak pula pada kesulitan siswa dalam menguasai keterampilan *passing* tersebut.

Sehubungan dengan hasil observasi dan hasil analisis angket seperti yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti mengembangkan variasi latihan *passing* melalui penelitian dengan judul "Pengembangan Variasi Latihan *Passing* yang Dikombinasikan dengan *Dribbling* dan *Controlling* dalam Permainan Sepakbola untuk Siswa Usia 10-12 Tahun di SSB Bintang Doger Kabupaten Jember".

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian pengembangan prosedural yang harus dilakukan pada saat penelitian berlangsung.

Pada penelitian ini menggunakan langkah-langkah model pengembangan oleh Borg dan Gall yang telah dimodifikasi karena disesuaikan dengan keadaan lapangan, keterbatasan waktu, dan tenaga. Adapun langkah-langkah dari prosedur yang dilakukan sebagai berikut: 1) Melakukan penelitian awal dan pengumpulan informasi dalam melakukan analisis kebutuhan dengan melakukan observasi lapangan; 2) Melakukan perencanaan pembuatan rancangan produk; 3) Evaluasi para ahli dengan 1 ahli sepakbola, 1 ahli kepelatihan sepakbola dan 1 ahli media; 4) Pembuatan produk awal; 5) Uji coba kelompok kecil dan melakukan revisi produk pertama sesuai dengan saran-saran dari tinjauan para ahli; 6) Uji coba kelompok besar dan melakukan revisi produk yang kedua dengan saran-saran dari tinjauan para ahli; 7) Produk hasil akhir pengembangan buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis kebutuhan

No	Pertanyaan	Jawaban (%)
1	Apakah Anda sebelumnya sudah pernah melakukan latihan <i>passing</i> ?	100% 0%
2	Apakah Anda pernah merasa jenuh saat melakukan latihan <i>passing</i> ?	80% 20%
3	Apakah Anda mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan <i>passing</i> ?	60% 40%
4	Apakah Anda mengetahui tentang model-model latihan <i>passing</i> untuk meningkatkan kemampuan <i>passing</i> anda?	40% 60%
5	Apakah Anda membutuhkan model-model latihan <i>passing</i> yang bervariasi untuk meningkatkan kemampuan <i>passing</i> anda?	80% 20%
6	Menurut Anda, apakah latihan <i>passing</i> yang telah diberikan oleh pelatih sudah bervariasi?	73,3% 26,7%
7	Apakah di SSB Bintang Doger diperlukan media untuk membantu dalam memandu latihan <i>passing</i> ?	100% 0%
8	Mengingat dari kemampuan peneliti dan keterbatasan waktu, peneliti hendak membuat media buku panduan yang sesuai untuk membantu memandu latihan <i>passing</i> Anda, apakah Anda setuju?	93,3% 6,7%

Berdasarkan hasil pemberian angket yang dilakukan peneliti pada 30 siswa SSB Bintang Doger usia 10-12 tahun, Kabupaten Jember, pada hari Minggu tanggal 29 September 2013, menunjukkan bahwa lebih dari 80% siswa SSB Bintang Doger usia 10-12 menyatakan sangat membutuhkan latihan *passing* yang lebih bervariasi. Secara spesifik, 73,3% siswa menyatakan bahwa latihan *passing* yang dilakukan selama ini kurang bervariasi dan 60% siswa menyatakan masih mengalami kesulitan untuk melakukan *passing*. Oleh karena itu peneliti terdorong untuk mengembangkan buku panduan variasi latihan *passing* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun.

Evaluasi Ahli

Analisis Data Evaluasi Ahli Sepakbola

No	Variabel	TSEV	S-MAX	Persentase (%)
1-27	1	86	108	79,63%

Berdasarkan tabel analisis data hasil evaluasi dari ahli sepakbola diperoleh rata-rata presentase sebesar 79,63%. Dari hasil penilaian tersebut, dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan dinyatakan sangat valid sehingga dapat disimpulkan bahwa produk yang berupa buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun layak untuk digunakan sebagai panduan dalam melakukan latihan *passing*. Selain memberikan penilaian berupa skor, evaluator juga memberikan saran yang berguna untuk memperbaiki produk. Saran dari ahli sepakbola ini nantinya digunakan untuk memperbaiki konsep awal produk sehingga menghasilkan produk awal yang dapat digunakan untuk ujicoba kelompok kecil.

Ahli sepakbola memberikan saran untuk lebih memperhatikan jarak antar *cone* pada model latihan *pass and dribble* dan jarak antar pemain pada model latihan *One Touch Pass*.

Analisis Data Evaluasi Ahli Keplatihan Sepakbola

No	Variabel	TSEV	S-MAX	Persentase (%)
1-27	1	101	108	93,5%

Berdasarkan tabel analisis data hasil evaluasi dari ahli keplatihan sepakbola diperoleh rata-rata presentase sebesar 93,5%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan berupa buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun dinyatakan sangat valid. Namun untuk perbaikan, ahli keplatihan sepakbola memberikan saran yang bersifat motivasi agar dapat lebih memahami kepribadian anak usia 10-12 tahun dan lebih disiplin.

Analisis Data Evaluasi Ahli Media

No	Variabel	TSEV	S-MAX	Persentase (%)
1-12	1	40	48	83,33%

Berdasarkan tabel analisis data hasil evaluasi dari ahli media diperoleh rata-rata presentase sebesar 83,33 %. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan berupa buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun dinyatakan sangat valid. Selain memberikan penilaian berupa skor, evaluator juga memberikan saran yang berguna untuk memperbaiki produk. Saran dari ahli sepakbola ini nantinya digunakan untuk memperbaiki produk konsep awal sehingga menghasilkan produk awal yang dapat digunakan untuk ujicoba kelompok kecil.

Ahli media memberikan saran pada beberapa bagian buku yang nantinya diharapkan untuk dapat menjadikan produk yang berupa buku panduan latihan *passing* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun layak untuk digunakan. Saran dari ahli media antara lain menambahkan sekat berupa gambar pada setiap model latihan sehingga buku terlihat lebih menarik. Selain itu ahli media juga memberikan saran agar warna pada *cover* lebih disesuaikan dengan anak usia 10-12 tahun dan mengganti gambar kartun pemain bola dengan gambar anak-anak yang sedang bermain bola, serta mengganti *watermark* gambar kartun biasa pada *cover* dengan gambar kartun bola. Kemudian agar lebih menarik, pada *cover* bagian belakang ditambahkan beberapa tulisan dan menambahkan *softcover* setelah *cover* utama.

Uji coba kelompok kecil

No	Variabel	TSEV	S-MAX	Persentase (%)
1-27	12	1103	1296	85,11%

Berdasarkan tabel analisis data hasil uji coba kelompok kecil diperoleh rata-rata presentase sebesar 85,11 %. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan berupa buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun sangat valid.

Uji coba kelompok besar

No	Variabel	TSEV	S-MAX	Persentase (%)
1-27	30	2747	3240	84,78%

Berdasarkan tabel analisis data hasil uji coba kelompok besar diperoleh rata-rata presentase sebesar 84,78%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan berupa buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun sangat valid.

Udin S. Winataputra (2004) mengartikan “variasi sebagai keanekaan yang membuat sesuatu tidak monoton”. Latihan harus bervariasi dengan tujuan untuk mengatasi sesuatu yang monoton dan rasa kebosanan dalam latihan (Bompa dalam Budiwanto, 2012: 22).

Salah satu olahraga yang memerlukan variasi latihan karena untuk mengurangi kejenuhan adalah sepakbola. Luxbacher (1998: 11) menyatakan bahwa sepakbola benar-benar merupakan permainan beregu. Walaupun pemain yang memiliki keterampilan tinggi dapat mendominasi pada kondisi tertentu, seorang pemain sepakbola harus saling bergantung pada setiap anggota tim untuk menciptakan permainan yang baik dan membuat keputusan yang tepat (Mielke, 2007:19). Dalam segala hal, keberhasilan tim tergantung pada pemain yang bekerja dalam kombinasi (Luxbacher,1998:11). Oleh karena itu keterampilan *passing* setiap pemain harus benar-benar baik agar kerjasama tim dapat terjalin dengan baik.

Passing sendiri adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain (Mielke, 2007:19). Penguasaan teknik *passing* yang baik dan benar dapat membantu untuk menciptakan sebuah kerjasama tim yang baik dan harus diajarkan sejak usia dini.

Pemain usia dini yang diteliti oleh peneliti adalah anak usia 10-12 tahun. Anak usia 10-12 tahun merupakan kelompok umur golongan tingkat dasar (*foundation*) dengan bentuk latihan yang lebih bersifat teknis yaitu berupa pengembangan teknik dasar seperti *passing* yang dinamis, terutama dalam pemahaman permasalahan dalam lapangan pada pemain. Pada tingkat ini, pemain ada pada masa puber dan memiliki masalah keterbatasan fisik terutama pada kekuatan dan ketahanannya. Latihan fisik yang diberikan hanya sebatas kecepatan dengan bola, kelincahan dan koordinasi (Timo Scheuneman, 2012:70).

Oleh karena itu Pengembangan Variasi Latihan *Passing* yang Dikombinasikan dengan *Dribbling* dan *Controlling* dalam Permainan Sepakbola Untuk Siswa Usia 10-12 Tahun di SSB Bintang Doger, Kabupaten Jember ini sangat penting karena telah teruji sesuai untuk anak usia 10-12 tahun dan diharapkan para pemain terus berlatih *passing* sehingga kemampuan *passing* pemain semakin meningkat dan mampu bekerja sama dengan pemain lain dalam satu tim.

KESIMPULAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari uji coba kelompok kecil pada 12 pemain Sekolah Sepakbola Bintang Doger usia 10-12 tahun, Kabupaten Jember diperoleh rata-rata presentase sebesar 85,11 %. Serta berdasarkan analisis data kuesioner uji coba kelompok besar pada 30 pemain Sekolah Sepakbola Bintang Doger usia 10-12 tahun, Kabupaten Jember diperoleh rata-rata presentase sebesar 84,78 %. Berdasarkan hasil analisis data tersebut disimpulkan bahwa produk buku panduan variasi latihan *passing* yang dikombinasikan dengan *dribbling* dan *controlling* dalam permainan sepakbola untuk anak usia 10-12 tahun, Kabupaten Jember dinyatakan sangat valid. Namun beberapa model latihan pada produk yang perlu direvisi agar menghasilkan produk akhir yang

lebih optimal, sehingga dapat digunakan untuk pelatihan.

Produk akhir dari penelitian Pengembangan Variasi Latihan *Passing* yang dikombinasikan dengan *Dribbling* dan *Controlling* dalam Permainan Sepakbola Untuk Siswa Usia 10-12 Tahun di SSB Bintang Doger, Kabupaten Jember ini adalah 9 model latihan *passing* yang berupa buku panduan.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut: 1) Variasi Latihan *Passing* dalam Permainan Sepakbola untuk Anak Usia 10-12 Tahun yang dikembangkan ini diharapkan dikembangkan lagi, supaya lebih variatif sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran yang maksimal; 2) Untuk subyek penelitian diharapkan lebih luas, tidak hanya Sekolah Sepakbola Bintang Doger, Kabupaten Jember saja, tetapi juga Sekolah Sepakbola lain; dan 3) Hasil pengembangan ini hanya sampai tersusun sebuah produk, belum sampai efektifitas produk yang dikembangkan, jadi sebaiknya dilanjutkan pada penelitian mengenai efektifitas produk yang dikembangkan.

DAFTAR RUJUKAN

- Batty, E.C. 2011. *Latihan Sepakbola Metode Baru Serangan*. Bandung: CV. Pionir Jaya
- Budiwanto, Setyo. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: UM Press.
- Borg, W. R & Gall, M. D. 1983. *Education Research: An Introduction Fourth Edition*. New York: Longman.
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andar Sepakbola remaja*. Jakarta: Saka Mitra kompetensi.
- Luxbacher. Joseph A. 1998. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Jakarta: Pakar Raya.
- Scheuneman, Timo. 2012. *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. Jakarta : PSSI
- Tim Universitas Negeri Malang. 2010. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Edisi Kelima*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Winata Putra, Udin S. 2004. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta. Universitas Terbuka.