

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KEMAMPUAN  
*DRIBBLING* PEMAIN SSB BINA MUDA MUNGKA**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji skripsi Jurusan Kepeleatihan  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelara Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



**Oleh :**

**M IQBAL DWI HARSEL  
16087085/2016**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
DEPARTEMEN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Latihan *Small Sided Games* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain SSB Bina Muda Mungka  
Nama : M Iqbal Dwi Harsel  
NIM : 16087085  
Pogram Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan : Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2021

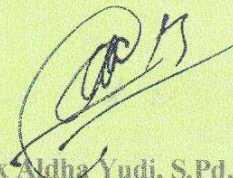
Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan  
Kepelatihan



Dr. Donie, S.Pd, M.Pd  
NIP. 197207171998031004

Pembimbing



Drs. Alex Alha Yudi, S.Pd, M.Pd.  
NIP. 198506032009121006

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kepeleatihan Olahraga  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Pengaruh Latihan *Small Sided Games* Terhadap  
Kemampuan *Dribbling* Pemain SSB Bina Muda Mungka  
Nama : M Iqbal Dwi Harsel  
NIM : 16087085  
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Jurusan : Kepeleatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2021

Tim Penguji

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Alex Aldha Yudi, S.Pd, M.Pd

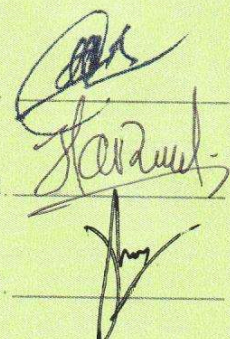
1.

2. Sekretaris : Drs. John Arwandi, M.Pd

2.

3. Anggota : Ikhwanul Arifan, S.Pd., M.Pd

3.



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain SSB Bina Muda Mungka”** adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2021

Yang membuat pernyataan



**M Iqbal Dwi Harsel**

**NIM. 16087085**

## ABSTRAK

### **M Iqbal Dwi Harsel. 2021: Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Kemampuan Dribbling SSB Bina Muda Mungka**

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan *Dribbling* pemain SSB Bina Muda Mungka. masih kurang baik, Penelitian ini untuk meningkatkan kemampuan *Dribbling* dengan menggunakan metode latihan *Small Sided Games*. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada pengaruh latihan *Small Sided games* terhadap kemampuan *Dribbling* SSB Bina Muda Mungka.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan bulan Februari 2021 di lapangan sepakbola Kayu Nan Tigo Mungka. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain SSB Bina Muda Mungka berjumlah 110 orang. Teknik pengumpulan sampel pada penelitian ini adalah *Purposive Sampling*, maka sampel dalam penelitian ini adalah kelompok U-16 berjumlah 20 orang. Instrumen dalam penelitian ini adalah menggunakan tes *short dribbling tes*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik uji t.

Berdasarkan analisis data menggunakan statistik uji t, hasil penelitian ini terdapat pengaruh latihan *small sided games* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Mungka ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ). Diperoleh nilai rata-rata *pre tes* = 20,60 dan nilai rata-rata *post tes* = 19,87. Artinya, terdapat pengaruh latihan yang signifikan dari Latihan *Small Sided Games* terhadap kemampuan *Dribbling* SSB Bina Muda Mungka.

**Kata Kunci : Latihan Small Sided Games; Kemampuan *Dribbling***

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain SSB Bina Muda Mungka”**. Penulisan Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar S1 pada Program Studi Kepelatihan Olahraga pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan Skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Kedua orang tua Ibu dan Bapak yang telah melahirkan dan membesarkan peneliti, kemudian mendidik peneliti untuk bisa sampai ke titik ini, yang selalu memberikan support dan berkat doa beliau peneliti bisa sampai di titik tertinggi dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Dr. Alex Aldha Yudi M.Pd selaku pembimbing yang telah berkenaan memberikan segala masukan dan meluangkan waktu di tengah kesibukan yang begitu padat untuk membimbing peneliti dalam penyelesaian skripsi menjadi lebih baik.
3. Bapak Drs. John Arwandi, M.Pd dan Ikhwanul Arifan S.Pd, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan banyak masukan dan saran dalam perbaikan penulisan skripsi.

4. Ketua jurusan Kepeleatihan yang telah memberikan kemudahan dalam penyelesaian skripsi ini.
  5. Sekretaris Jurusan Kepeleatihan yang telah memberikan kemudahan dalam penyelesaian skripsi ini.
  6. Bapak/ Ibu Dosen serta Staf Jurusan Kepeleatihan Universitas Negeri Padang yang telah membimbing dan membantu peneliti selama menuntut ilmu.
  7. Pelatih dan Atlet Sepakbola SSB Bina Muda Mungka yang telah memberikan kemudahan dalam penelitian.
  8. Rekan-rekan jurusan Kepeleatihan Universitas Negeri Padang.
  9. Semua pihak yang telah membantu peneliti mewujudkan Skripsi ini dan menyelesaikan studi yang tak bisa peneliti sebutkan satu persatu.
  10. Semua pihak dari CP ONE ADVERTISING and TAPAK GAJAH and friend yang telah membantu dalam segala hal kepada peneliti, semoga usahanya semakin lancar dan berkembang pesat menjadi lebih besar.
- KAMSAHAMIDA Hyungnim Fadli Rahman.

Padang, Juli 2021

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	9
C. Pembatasan Masalah .....	9
D. Perumusan Masalah .....	10
E. Tujuan Penelitian .....	10
F. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. KajianTeori .....	12
1. Pengertian Sepakbola.....	12
2. Kemampuan Dribbling.....	16
3. Latihan .....	23
4. Hakekat Small Sided Games.....	26
B. Penelitian yang Relevan.....	30
C. Kerangka Konseptual.....	32
D. Hipotesis Penelitian.....	33
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	35
C. Populasi Dan SampelPenelitian .....	35
D. Defenisi Operasi Variabel.....	36
E. Instrumen penelitian.....	37



F. Teknik Pengumpulan Data.....	39
G. Teknik Analisis Data.....	41
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	42
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	44
C. Pengujian Hipotesis.....	45
D. Pembahasan.....	46
E. Keterbatasan Penelitian.....	48
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>57</b>

## DAFTAR TABLE

1. Tabel 1. Tingkat Keberhasilan Dribbling SSB Bina Muda .....	7
2. Tabel 2. Dosis latihan Small Sided Games .....	29
3. Tabel 3. Jumlah Atlit SSB Bina Muda.....	35
4. Tabel 4. Sampel Penelitian.....	36
5. Tabel 5. Norma Dribbling zig-zag .....	38
6. Tabel 6. Dristribusi Frekuensi hasil Pre-Test Dan Post-test .....	42
7. Tabel 7. Uji Normalitas Data Penelitian .....	44
8. Tabel 8. Hasil Pengujian Hipotesis .....	45

## **DAFTAR GAMBAR**

1. Gambar 1. Menggiring Bola Dengan Kura Kaki Bagian Dalam .....	20
2. Gambar 2. Menggriring Bola Dengan Kura kaki Bagian Luar .....	21
3. Gambar 3. Menggiring Bola Dengan Kura Kaki Bagian Atas.....	22
4. Gambar 4. Bagan Kerangka Konseptual .....	33
5. Gambar 5. Rancangan Penelitian Pre tes Post Design .....	34
6. Gambar 6. Short Dribbling tset .....	38
7. Gambar 7. Grafik Histogram Hasil Pre Test.....	43
8. Gambar 8. Grafik Histogram Hasil Post test.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1. Program latihan.....	57
2. Lampiran 2. Data <i>Pre Test</i> Kemampuan Dribbling.....	94
3. Lampiran 3. Data <i>Post Test</i> Kemampuan Dribbling.....	95
4. Lampiran 4. Rekap Peningkatan Data penelitian.....	96
5. Lampiran 5. Uji Normalitas <i>Pre Test</i> .....	97
6. Lampiran 6. Uji Normalitas <i>Post Test</i> .....	98
7. Lampiran 7. Analisis Pengujiann Hipotesis .....	99
8. Lampiran 8. Normal Standar (Baku) dari 0 ke Z .....	101
9. Lampiran 9. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors.....	102
10. Lampiran 10. Nilai Persentil Untuk Distribusi t .....	103
11. Lampiran 11. Dokumentasi.....	104
12. Lampiran 12. Surat Izin Penelitian.....	108
13. Lampiran 13. Surat Balasan Penelitian .....	109

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari dengan tujuan untuk mencapai kesehatan jasmani dan rohani. Sampai saat ini, olahraga memegang peran yang sangat penting dan nyata bagi kesehatan masyarakat. Hal ini karena olahraga adalah kegiatan yang universal, artinya olahraga dapat dilakukan oleh siapa saja, tanpa memandang *gender* ataupun usia, tua, muda, laki-laki, dan perempuan. Dalam rangka meningkatkan kontribusi olahraga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat. Hal itu agar masyarakat Indonesia selalu memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar, lebih dari itu olahraga juga untuk mencapai prestasi maksimal khususnya dibidang olahraga. Prestasi olahraga bila ditinjau dari kepentingan memberikan dampak positif baik terhadap pribadi, kelompok bahkan dapat mengharumkan nama bangsa dan negara.

Dalam Undang – undang nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional BAB II Pasal 4 yang berbunyi:

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Salah satu point yang ada dalam pasal 4 tersebut adalah peningkatan prestasi olahraga sebagai salah satu alat untuk mengangkat harkat, martabat dan kehormatan suatu bangsa melalui suatu jenjang pembinaan prestasi yang relatif,

salah satu bentuk dalam pembinaan prestasi adalah melalui sekolah olahraga atau club-club yang tentu saja harus memiliki perencanaan latihan yang sistematis dan terencana. Hal ini sesuai dengan pendapat Soniawan & Irawan, (2018) pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi sejara berjenjang dan berkelanjutan. Ditambahkan lagi menurut Donie (2016) untuk memperoleh prestasi yang tinggi membutuhkan suatu proses panjang mulai dari bagaimana menemukan atlet melalui *talensscouting* yang tepat dalam mendapatkan bibit atlet yang berkualitas, perkembangan multilateral, tahap spesialisasi sampai nantinya memasuki prestasi puncak (*Golden Age*).

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan ber kelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuann dan teknologi olahraga (Rangkuti, dkk: 2020). Dari berbagai macam olahraga prestasi yang berkembang di Indonesia, salah satu yang terbesar dan banyak digemari oleh masyarakat Indonesia adalah sepakbola. Sejarah permainan sepakbola masuk ke Indonesia dibawa dan diperkenal oleh bangsa Belanda yang telah menjajah Indonesia. Pada masa penjajahan Belanda, persepakbolaan Indonesia diurus oleh Belanda sendiri. Satu-satunya *bond* yang ada pada waktu itu adalah NIVB (*Neterlanshe Indonesische Voetbal Bond*) dan berganti nama menjadi NIVU (*Neterlansche Indonesische Voetbal Unie*) yang berpusat di Jakarta atau Batavia. Sejarah sepakbola modern di Indonesia dimulai dengan terbentuknya PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) pada tanggal 19 April 1930 di

Yogyakarta dengan ketuanya Soeratin Sosrosoegondo. Pada tahun 1938 Indonesia lolos ke piala dunia. Namun yang dikirimkan bukanlah pemain dari PSSI melainkan pemain dan bendera NIVU yang diakui FIFA. Sementara sejarah perkembangan sepakbola di Sumatera Barat ditandai dengan berdirinya *Minangkabauschen Voetbalbond* pada tahun 1941. *Minangkabauschen Voetbalbond* merupakan gabungan seluruh potensi sepakbola di *West Sumatera* tanpa ada sekat antara orang-orang Eropa/Belanda dengan orang-orang pribumi dan mengembalikan makna sepakbola bahwa sepakbola itu bersifat universal tanpa membedakan ras dan etnik. Setelah *bond* ini berdiri diadakan kejuaraan ditahun yang sama yaitu *Kampioenswedstrijden Van Den Minangkabauschen* di padang dan yang menjadi juara yaitu *Sawahloento*.

Menjadi pemain sepakbola yang baik, harus mengetahui terlebih dahulu teknik dalam permainan sepakbola, beberapa teknik dasar itu antara lain adalah teknik membawa bola (*Dribbling*), teknik mengoper bola (*Passing*), teknik menghentikan bola (*Control*), teknik menendang (*Shooting*), teknik menyundul bola (*heading ball*), dan teknik melempar bola (*Throw-in*). Menurut Naldi & Irawan, (2020) teknik dasar merupakan komponen yang paling penting dalam permainan sepak bola. Teknik dasar harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal karena salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Hal ini sesuai dengan pendapat Caglayan dkk (2018: 2325) "*basic technical skill is an important element of soccer*". Sedangkan menurut Forsman dkk (2016) "*Soccer is a complex sport, in which multi-dimensional skills, such as physiological characteristics, and technical,*

*tactical and psychological skills, are needed*". Sepak bola adalah olahraga yang kompleks, di mana dibutuhkan keterampilan multi-dimensi, seperti karakteristik fisiologis, keterampilan teknis, taktis, dan psikologis. Menurut Afrizal (2017) teknik sepakbola yang harus dikuasai ialah: menendang, menerima/menyetop, menyundul, menggiring, melempar dan menangkap bola bagi penjaga gawang.

Teknik dalam permainan sepakbola dapat diartikan sebagai proses kegiatan atau cara memainkan bola yang ditampilkan dalam bentuk gerakan secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan yang diinginkan serta sesuai dengan peraturan yang berlaku (Afrizal & Soniawan, 2021). Di antara sekian banyak teknik dasar sepakbola, yang sering terkendala dalam pelaksanaan pada waktu pertandingan adalah kemampuan *dribbling*. Dimana mudahnya lawan dalam merebut bola ketika pemain melakukan *dribbling* ketika berhadapan satu lawan satu, sehingga pemain sering kali mengalami kegagalan dan keterlambatan menyusun serangan ketika bola berhasil direbut ketika *dribbling* yang dilakukan gagal melewati lawan, dan dengan begitu mudahnya lawan dalam melakukan serangan balik (*counter attack*). Di samping itu gerakan pemain yang masih terlihat kaku sering terjadinya benturan dengan lawan yang dapat menyebabkan cedera pada pemain dan juga bagaimana dalam melakukan transisi dari menyerang ke bertahan.

*Dribbling* dalam permainan sepakbola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan. *Dribbling* adalah kemampuan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau



tembakan”. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar. Pada kebanyakan kasus, pemain pemula akan memilih melakukan *dribbling* dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam saja.

Untuk dapat melakukan *dribbling* dengan baik maka seorang pemain harus memiliki kondisi fisik yang baik pula, diantaranya kekuatan otot tungkai, kelentukan, dan koordinasi mata kaki. Selain itu kualitas pelatih yang bagus, sarana dan prasarana yang lengkap, psikologis, intelegensi yang cerdas, metode latihan yang dipergunakan juga sangat mempengaruhi kemampuan *dribbling*. Pemilihan model latihan dan strategi yang tepat dan cocok sangat diperlukan. Selanjutnya pelatih harus memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk menyikapi kejadian yang ditemukan pada saat proses latihan berlangsung.

Di Kabupaten Lima Puluh Kota, untuk keberadaan sekolah sepakbola sudah mulai baik dan sangat familiar di kalangan masyarakat Kabupaten Lima Puluh Kota. Salah satu diantaranya SSB Bina Muda Mungka yang berlatih dilapangan Kayu Nan Tigo Kecamatan Mungka. Yang akan peneliti ambil adalah SSB Bina Muda Mungka yang menurut peneliti merupakan sekolah sepakbola dimana cabang sepakbolanya cukup potensial untuk diteliti di antara sekolah sepakbola yang berada di Kabupaten Lima Puluh Kota. SSB ini berdiri pada tanggal 1 Oktober 2012 yang didirikan oleh seorang putra daerah yang hobi bermain sepakbola yakni Bapak Ery Saady. SSB Bina Muda Mungka melakukan pembinaan pemain usia dini dari berbagai tingkat usia, mulai dari tingkat U-11 sampai U- 13, dan U-14 sampai U-17. Kemudian untuk prestasi SSB Bina Muda

Mungka untuk kelompok U-16 prestasi yang mereka capai belum ada yang membanggakan, dimana dalam prestasinya belum dapat memperoleh prestasi yang membanggakan di Kabupaten Lima Puluh Kota dari sekian banyak kompetisi yang telah diikuti.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di saat latihan atau *game internal*, yaitu pada hari selasa tanggal 4 Februari 2020 pada jam 16:00 WIB peneliti langsung mengamati di lapangan sepakbola Kayu Nan Tigo Mungka ketika pemain melakukan *game internal* dimana masih terlihat adanya kelemahan dan kekurangan dalam melakukan *dribbling*, pada saat pemain melakukan *dribbling* melewati lawan sering gagal dan tidak berhasil, dimana pemain tidak dapat mengusai laju bola sehingga bola jauh dari jaungkauan. Sehingga *dribbling* menjadi sia-sia dan mudah di rampas oleh lawan.

Pada tanggal 15 Februari 2020 pada saat pertandingan uji coba melawan Persada U 16 di lapangan sepakbola Ketinggian dengan skor akhir sama kuat, dimana dari total 19 kali mereka melakukan *dribbling* melewati lawan, hanya 8 kali pemain mampu melewati lawan saat berhadapan 1 lawan 1 ketika menyerang dari sisi sayap maupun dari tengah. Artinya dari keseluruhan *dribbling* yang sukses dilakukan hanya 42,1% yang berhasil.

Pada pertandingan uji coba kedua melawan SSB Dina Mika Balai Talang tanggal 17 Februari 2020, masih terlihat kelemahan pemain dalam melakukan *dribbling* untuk melewati lawan, ketika pemain SSB Bina Muda Mungka memegang bola dengan serangan dari sayap, beberapa kali pemain kehilangan

bola karena berhasil direbut pemain lawan dengan mudah, terhitung dari 15 kali percobaan *dribbling* yang dilakukan, pemain hanya sukses melewati pemain dengan *dribbling* 4 kali (26,6%), selebihnya bola dapat direbut dengan mudah. Dengan kekurangan ini, tentu akan mengakibatkan serangan menjadi terputus dan sulit untuk mencetak gol. Untuk lebih jelasnya. Peneliti menyajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Tingkat keberhasilan *dribbling* SSB Bina Muda Mungka.**

<b>Lawan tim</b>	<b><i>Dribbling</i> sukses (%)</b>	<b><i>Dribbling</i> gagal (%)</b>	<b>Total</b>
Bina Muda vs Persada	8 kali ( 42,1%)	11 kali (57,8%)	19
Bina Muda vs Dina Mika	4 kali (26,6%)	11 kali (73,3%)	15

Dari total 22 kali kegagalan dalam melakukan *dribbling* , 19 atau 4,18% kegagalan dalam melakukan *dribbling* disebabkan karena lemahnya kemampuan *dribbling* pemain, sehingga ketika pemain berhadapan 1 lawan 1 saat menggiring bola untuk melewati lawan, sangat mudah direbut dan dirampas oleh pihak lawan. Dari tabel dan data tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Mungka masih rendah dan membutuhkan latihan khusus agar dapat meningkatkan kemampuan *dribbling*.

Dengan memiliki kemampuan *dribbling* yang baik, maka pemain akan mudah mengendalikan bola sesuai dengan gerakan yang diinginkannya dan membawa bola secara cepat ke depan ke area pertahanan lawan. Pemain akan mampu menciptakan dan menampilkan gerakan dengan bola pada saat menggiring bola dalam permainan. Jika pemain mampu mengendalikan bola dengan cara

menggiring dengan baik, maka alur permainan akan bisa dikendalikan oleh pemain tersebut.

Dalam usaha meningkatkan kemampuan *dribbling* di SSB Bina Muda Mungka telah diberikan latihan terhadap pemain, akan tetapi hasil yang akan diharapkan belum juga didapatkan. Dalam upaya peningkatan prestasi para pemain sepakbola, latihan adalah salah satu faktor yang sangat menentukan dalam pencapaian prestasi (Arifan dkk, 2020). Lambatnya peningkatan tersebut diantaranya disebabkan karena latihan yang diterapkan selama ini belum maksimal dalam meningkatkan kemampuan *dribbling*. Pentingnya seorang pelatih dalam menentukan metode yang tepat untuk melatih pemain sepakbola (Nawawi dkk, 2018). Untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* diantaranya dapat menggunakan beberapa metode latihan *small sided games*, dengan menggunakan latihan *small sided games* dapat meningkatkan kemampuan pemain bola salah satunya teknik menggiring bola. Saat latihan *small sided games* seseorang dihadapkan dengan situasi lebih banyak bersentuhan dengan bola dan keputusan yang tepat dalam permainan.

*Small sided games* merupakan permainan yang dimainkan dengan jumlah pemain kurang dari sebelas dan lapangan yang berukuran lebih kecil, selama permainan *small sided games* berlangsung, setiap pemain dapat lebih sering kontak dengan bola dan terlibat dalam situasi permainan karena ukuran lapangan yang lebih kecil dan sedikitnya jumlah peserta dari permainan sepakbola yang sebenarnya. Dengan mengalami situasi ini selama latihan, pemain dapat

meningkatkan teknik, dan taktik dalam permainan dalam peningkatan kemampuan *dribbling*.

Peneliti berpendapat bahwa dengan latihan *small sided games* yang tepat diharapkan dapat mengatasi masalah lambatnya peningkatan kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Mungka dalam mengatasi permasalahan di atas, pelatih harus menciptakan suasana latihan yang mengaktifkan atlet sehingga menguasai *dribbling* dengan baik. Dengan demikian metode latihan *small sided game* diharapkan dapat berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan *dribbling*.

Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan di atas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang Pengaruh latihan *small sided games* terhadap kemampuan *dribbling* pada pemain SSB Bina Muda Mungka.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah

1. Model latihan yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling*.
2. Motivasi atlet dalam meningkatkan kemampuan *dribbling*.
3. Kualitas pelatih memberikan model latihan dalam meningkatkan kemampuan *dribbling*.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah maka peneliti membatasi ruang lingkup permasalahan yang diteliti pada latihan *small sided*

*games* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Kecamatan Mungka.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka peneliti dapat merumuskan masalah yaitu: Apakah terdapat pengaruh latihan *small side games* terhadap kemampuan *dribbling* pemain SSB Bina Muda Mungka?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada pengaruh latihan *small sided games* terhadap kemampuan *dribbling* SSB Bina Muda Mungka?

#### **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah dan tujuan penulisan manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoritis
  - a. Memberikan pemikiran bagi ilmu kepelatihan, khususnya bagi pelatih untuk menambah referensi metode latihan.
  - b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi penelitian selanjutnya yang mempunyai objek penelitian yang sama.
  - c. Sebagai sumbangan pengembangan bagi ilmu keolahragaan dan kepelatihan sesuai dengan hasil penelitian.
  - d.