

**PENGARUH LATIHAN SLALOM DRIBBLE TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN DRIBBLING EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMAN 1
TANJUNG MUTIARA KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Penguji Skripsi Departemen Kesehatan dan Rekreasi Sebagai Salah
Satu Syarat Guna memperoleh Gelar Sarjana Olahraga (S.Or)



FAJRIYAL SYARIF

NIM.18089002

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Latihan Slalom Dribble Terhadap
Peningkatan Kemampuan Dribbling
Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung
Mutiara Kabupaten Agam

Nama : Fajriyal Syarif

NIM : 18089002

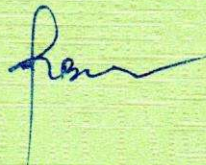
Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Departemen : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 8 Juni 2023

Disetujui Oleh:
Pembimbing



Dr. Ridho Bahtra, S.Si., M.Pd
NIP. 19870502 201404 1 001

Mengetahui: ,
Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi



Prof. Dr. Muhamad Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd
NIP. 19790704 200912 1 004

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Departemen Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**Pengaruh Latihan Slalom Dribble Terhadap Peningkatan Kemampuan
Dribbling Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten
Agam**

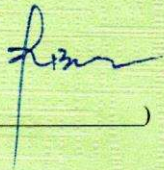
Nama : Fajriyal Syarif
Nim : 18089002
Prodi : Ilmu Keolahragaan
Departemen : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, 8 Juni 2023


Tim Penguji

Tanda Tangan


Ketua : Dr. Ridho Bahtra, S.Si., M.Pd


(_____)

Anggota : Dr. Didin Tohidin, M.Kes., AIFO


(_____)

Anggota : Andri Gemaini, S.Si., M.Pd


(_____)

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya Fajriyal Syarif 18089002 menyatakan :

1. Skripsi saya dengan judul **“Pengaruh Latihan Slalom Dribble Terhadap Peningkatan Kemampuan Dribbling Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”**, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Universitas Negeri Padang maupun Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi murni gagasan, penilaian dan rumusan saya sendiri, disamping dari arahan tim pembimbing, penguji dan masukan dari rekan-rekan beserta seminar.
3. Didalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah saya dan disebut nama pengarang nya dan daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan tidak benar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dan pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena skripsi ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, 8 Juni 2023

Saya yang menyatakan



Fajriyal Syarif

NIM. 18089002

ABSTRAK

Fajriyal Syarif,2023 : Pengaruh Latihan Slalom Dribble Terhadap Peningkatan Kemampuan Dribbling Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan dribbling pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara, sehingga menyebabkan pemain masih kaku dan kurang percaya diri saat melakukan dribbling. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan slalom dribble terhadap peningkatan kemampuan dribbling ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam..

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu, dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*, sehingga diperoleh sampel 14 orang. Instrument test yang digunakan adalah *Short Dribbling Test*. Setelah data diperoleh maka dilakukan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah kelompok sampel berasal dari berdistribusi normal atau tidak. Untuk menguji normalitas tersebut dilakukan *Uji Lilieforse*.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh t-hitung 8,85 > t-tabel 1,771. Maka dapat disimpulkan adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan slalom dribble terhadap peningkatan kemampuan dribbling ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, artinya latihan slalom dribble mampu meningkatkan kemampuan dribbling.

Kata Kunci : Slalom Dribble, Kemampuan Dribbling, Ekstrakurikuler Futsal.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Slalom Dribble* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Dribbling* Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”. Sholawat serta salam untuk Nabi Besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah peradaban manusia dari zaman jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana olahraga (S.Or) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Padang. Selama penelitian dan penulisan skripsi ini banyak sekali hambatan maupun permasalahan yang penulis alami, namun berkat bantuan, dorongan serta bimbingan dari dosen pembimbing, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, untuk itu penulis menyampaikan terimakasih yang sebanyak - banyaknya kepada :

1. Bapak Prof. Drs Ganefri, Ph. D, selaku Rektor Universitas Negeri Padang
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
3. Bapak Prof. Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd selaku Ketua Departement Kesehatan dan Rekreasi

4. Bapak Dr. Ridho Bahtra, S.Si, M.Pd selaku pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran, dan kesabaran untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO dan Bapak Andri Gemaini, S.Si, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak/Ibu Staf Pengajar Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis selama mengikuti perkuliahan
7. Teristimewa kepada Ayahanda Rahman Rahim, S.Pd dan Ibunda U.Susanti yang sangat saya cintai yang selalu memberikan doa yang tulus, semangat serta dukungan kepada saya dan yang tersayang adik saya yaitu Sucia Rahmayenti dan Ariful Fikri serta Keluarga Besar saya yang telah memberikan dukungan dan bimbingan serta doa yang tulus kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Kepada teman-teman Jurusan Kesehatan dan Rekreasi terutama angkatan 2018 yang dari awal banyak memberikan dukungan, semangat, dan bantuan dari awal kuliah hingga penulisan skripsi ini

9. Kepada para senior Jurusan Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Bapak Ilham Sahadat, S.Pd selaku Pelatih Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara dan Bapak Jelvi Candra S.Pd selaku Pelatih Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara serta seluruh jajaran Pembina Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung yang sudah berpartisipasi dalam membantu penulisan skripsi ini.
11. Kepada adik-adik ekstrakurikuler futsal yang telah membantu dan melakukan penelitian penulis.

Padang, Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Kajian Teori	11
1. Hakikat Permainan Futsal	11
2. Pengertian <i>Slalom Dribble</i>	16
3. Hakikat <i>Dribbling</i>	20
4. Hakikat Latihan.....	25
B. Penelitian Relevan	30
C. Kerangka Konseptual.....	33
D. Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian.....	35

B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian	36
D. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	38
E. Jenis dan Sumber Data	39
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	39
G. Teknik Pengumpulan Data.....	42
H. Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV ANALISI DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Penelitian	46
B. Uji Persyaratan Analisis.....	49
1. Uji Normalitas	49
2. Uji Homogenitas.....	51
3. Pengujian Hipotesis	52
C. Pembahasan.....	53
D. Keterbatasan penelitian	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bentuk Latihan	19
Gambar 2. Kerangka Konseptual	34
Gambar 3. Bentuk Pengambilan Test	41
Gambar 4. Histogram Data Kemampuan <i>Dribbling</i> Sebelum dan Sesudah Perlakuan Latihan <i>Slalom Dribble</i>	49
Gambar 5. Stretching	103
Gambar 6. Jogging	103
Gambar 7. Foto Sampel	104
Gambar 8. Memberi Kenang – Kenangan	104
Gambar 9. Pendinginan.....	105
Gambar 10. Pree-Test	105
Gambar 11. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 1	106
Gambar 12. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 2.....	106
Gambar 13. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 3.....	107
Gambar 14. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 4.....	107
Gambar 15. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 5.....	108
Gambar 16. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 6.....	108
Gambar 17. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 7.....	109

Gambar 18. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 8.....	109
Gambar 19. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 9.....	110
Gambar 20. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 10.....	110
Gambar 21. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 11.....	111
Gambar 22. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 12.....	111
Gambar 23. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 13.....	112
Gambar 24. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 14.....	112
Gambar 25. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 15.....	113
Gambar 26. Pelaksanaan Program Latihan, Pertemuan 16.....	113
Gambar 27. Pelaksanaan Post-test	114

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian.....	37
Tabel 2. Skala Penelitian atau Norma.....	42
Tabel 3. Deskriptif Data Awal dan Data Akhir Penelitian	46
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pre-Test dan Post-Test	48
Tabel 5. Uji Normalitas.....	50
Tabel 6. Uji Homogenitas	51
Tabel 7. Uji t Data Awal (pre-test) dan Data Akhir (post-test). Latihan Interval Training Ekstensif Terhadap Daya Tahan	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Program Latihan	65
Lampiran 2. Data Mentah Pre-test dan Post-test.....	79
Lampiran 3. Data Mentah Post-test.....	80
Lampiran 4. Rekap Data Pemain	81
Lampiran 5. Deskripsi Data	82
Lampiran 6. Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Pre-Test Melalui Uji Liliefors	85
Lampiran 7. Analisis Uji Normalitas Sebaran Data Pos Test Melalui Uji Liliefors	87
Lampiran 8. Uji Homogenitas.....	89
Lampiran 9. Uji Hipotesis.....	91
Lampiran 10. Tabel Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	93
Lampiran 11. Tabel Daftar Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar	94
Lampiran 12. Tabel Persentil Untuk Distribusi t	97
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian	100
Lampiran 14. Surat Balasan Penelitian.....	101
Lampiran 15. Surat Validasi	102
Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian.....	103

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dengan Demikian dalam era teknologi yang maju olahraga menjadi semakin penting di kehidupan manusia. Olahraga merupakan suatu aktifitas yang dilakukan oleh berbagai lapisan masyarakat dengan berbagai kelompok umur yang keberadaannya saat ini tidak lagi dipandang sebelah mata sebab olahraga dewasa ini sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Menurut Husdarta (2011:13) menyatakan bahwa "olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan geraknya atau performa". Orang yang menyukai olahraga akan mendapatkan kesegaran jasmani, kesegaran pikiran dan juga dapat meningkatkan produktivitas kerjanya. Disisi lain olahraga dapat menjadi ajang suatu kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian prestasi, baik secara individu maupun berkelompok.

"Pembangunan nasional adalah bidang yang bertujuan mencerdaskan dan menjadikan suatu yang makmur. Sebagaimana yang tercantum dalam Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional (UU No. 3 Tahun 2005) Bab I yang berbunyi: Keolahragaan adalah suatu aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan dan pengawasan. Pada Ayat 1: pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan dan pengawasan. Ayat 4:Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial"

Futsal merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang dimainkan satu timnya berjumlah lima pemain, kedua tim tersebut bermain memasukan bola ke dalam gawang, dan mengumpulkan gol sebanyak mungkin agar keluar menjadi

seorang pemenang. Futsal merupakan permainan yang berlangsung dengan cepat, di mana pemain sering melakukan rotasi posisi untuk mencari ruang, melakukan umpan bola dengan cepat, serta berusaha untuk mencetak gol ke gawang lawan (Rusdi, Tohidin, Muchlis, & Fajri, 2022). Kondisi tubuh secara fisik memainkan peran yang sangat penting dalam mempengaruhi kinerja seorang atlet selama pertandingan futsal yang berlangsung selama 90 menit (Fajri, Indika, Bahtra, & Haris, 2022). Futsal adalah permainan yang tergolong baru untuk negara - negara di Asia, namun perkembangannya sangat pesat termasuk di Indonesia (Andri Irawan, 2009:3) karena permainan futsal sering dilakukan oleh anak - anak, orang dewasa maupun orang tua. Dikutip dari Federation International de Football Association (FIFA) permainan futsal pertama kali diperkenalkan pada tahun 1930 oleh Juan Carlos Ceriani seorang guru di Montevideo, Uruguay. Permainan ini cepat tersebar luas ke berbagai daerah di Amerika Selatan. Kompetisi atau perlombaan futsal tingkat internasional pertama diadakan pada tahun 1965. Permainan futsal terus menunjukkan perkembangannya di dunia pada tahun 1971 kemudian didirikan organisasi internasional permainan futsal, yakni Internasional Futsal Federation (FIFUSA) dan pada 1989, FIFUSA resmi bergabung dengan FIFA. Pada tahun yang sama kejuaraan dunia futsal FIFA diselenggarakan pertama kali di Belanda. Futsal berasal dari Bahasa Spanyol dari kata Futbol (sepak bola) dan Sala (ruangan). Apabila dua kata tersebut digabungkan maka menjadi Sepak Bola dalam ruangan (Futsal). Olahraga Futsal pertama dipopulerkan di Montevideo, Uruguay tahun 1930. Permainan futsal adalah

permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang.

Menurut Justinus Lhaksana (2011), futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil, hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan. Futsal merupakan satu di antara sekian banyak permainan yang di gemari oleh penduduk di seluruh belahan dunia. Ada keasyikan tersendiri yang dirasakan oleh mereka yang memainkan olahraga jenis bola besar ini. Selain mampu menciptakan suasana kebersamaan antar individu dalam satu tim, olahraga ini pun mampu menciptakan suasana kompetisi antar tim yang bertanding. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan. Selain lima pemain utama, setiap regu juga diizinkan memiliki pemain cadangan. Tidak seperti permainan sepak bola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi garis, bukan net atau papan.

Hal ini diperlukan kemampuan menguasai teknik dasar bermain futsal salah satunya yaitu teknik dasar menggiring bola. Dalam cabang olahraga futsal juga dibutuhkan beberapa komponen yaitu konsentrasi, daya tahan, ketepatan, dan kekuatan untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan tak kalah pentingnya adalah peningkatan kemampuan dribbling seorang pemain futsal sebab tanpa kemampuan dribbling yang bagus maka pemain tidak dapat bermain dengan baik, untuk itu kemampuan dribbling seorang pemain harus tetap di latih dan ditingkatkan. Dribbling merupakan suatu kemampuan yang harus dikuasai agar mampu mencapai prestasi yang maksimal. Koger, (2007:61) mengemukakan bahwa “dribbling” adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan

kaki”. Pada saat menggiring agar kedua belah kaki ikut aktif menyentuh bola dengan tendangan pendek – pendek. Seorang pemain futsal tanpa memiliki kemampuan dribbling yang bagus maka pemain tidak dapat bermain dengan baik, untuk itu kemampuan dribbling seorang pemain harus tetap di latih dan ditingkatkan.

Melihat perkembangan permainan futsal yang ada di SMAN 1 Tanjung Mutiara sudah baik dan mempunyai pemain yang berbakat. Pihak sekolah beserta guru olahraga pun membentuk ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara resmi pada tahun 2017. Pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara merupakan salah satu kegiatan cabang olahraga futsal yang aktif di SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, baik aktif dalam latihan maupun aktif dalam mengikuti turnamen antar sekolah SMA/SMK. Pemain futsal ini dibina langsung oleh seorang pelatih bapak Ilham sahadat, S.Pd dan asisten pelatih bapak Jelvi Candra, S.Pd. Pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara juga merupakan salah satu tim futsal yang aktif berpartisipasi dalam mengikuti beberapa turnamen antar sekolah se-Kabupaten Agam. Ini dibuktikan dengan adanya prestasi - prestasi turnamen futsal antar sekolah se-Agam yang sudah diperoleh pemain SMAN 1 Tanjung Mutiara yaitu:

1. Juara 1 turnamen futsal antar pelajar SMA di (Lubuk basung) tahun 2018 antar SMA se-Kabupaten Agam CUP I. Di ikut sertai sebanyak 64 tim tingkat SMA/SMK yang berpartisipasi bertanding wilayah se-Kabupaten Agam.

2. Juara 2 turnamen futsal pelajar SMA di (Nagari Baso) tahun 2018 antar SMA se- Kabupaten Agam CUP I. Di ikut sertai sebanyak 32 tim tingkat SMA/SMK yang berpartisipasi bertanding wilayah se-Kabupaten Agam.
3. Juara 1 turnamen futsal antar pelajar SMA di (Lubuk basung) tahun 2020 antar SMA se-Kabupaten Agam CUP II. Di ikut sertai sebanyak 64 tim tingkat SMA/SMK yang berpartisipasi bertanding wilayah se-Kabupaten Agam
4. Juara 4 turnamen futsal Xavaris di (Bukittinggi) tahun 2022 antar SMA se-Sumbar. Di ikut sertai sebanyak 64 tim tingkat SMA/SMK yang berpartisipasi bertanding wilayah se-Sumbar

Pada saat melakukan observasi, peneliti mengamati waktu latihan dan uji coba (sparing) dengan SMA lain, pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutira sudah bagus dalam bermain baik melakukan passing, shotting, daya tahan dan kekompakan tim pun sudah terlihat dengan baik, Tetapi peneliti menemukan masalah yang terjadi pada pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara yaitu tingkat kemampuan *dribbling* yang masih kurang baik, ini terjadi tidak hanya saat bertanding tetapi juga saat latihan. Dimana diketahui pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara belum mempunyai kemampuan *dribbling* yang maksimal dalam bermain, dilihat sewaktu latihan pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara dalam mengiring bola masih sangat kaku dan kurang percaya diri dalam bermain. Lalu pada saat melakukan *dribbling* melewati lawan, bola sering lepas atau tidak terkontrol dengan baik, begitu juga pada saat melakukan *dribbling* sambil berlari membawa bola pemain kesulitan melewati

hadangan – hadangan dari lawan, sehingga menyerang ke arah gawang lawan pada saat pemain melakukan *dribbling* masih kurang baik dalam menguasai bola. Bagaimana kesulitan yang sering dialami dan menjadi kendala dalam kemampuan *dribbling* yaitu latihan yang belum maksimal dan bentuk latihan yang belum bervariasi, karena pelatih sendiri masih ingin mencari bentuk latihan yang tepat dan optimal untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain. Pelatih berusaha mencari bagaimana cara menentukan metode latihan yang tepat untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara. Latihan kemampuan *dribbling* yang biasa diberikan pelatih hanya berupa latihan seperti, *dribbling* bolak balik dari titik A ke titik B berjarak 5 meter secara berganti - gantian, sehingga pemain mengalami kejenuhan, kurang fokus dan kurang bersemangat untuk melakukan latihan *dribbling*. Lalu bentuk latihan yang banyak dilakukan SMAN 1 Tanjung Mutiara berupa latihan shooting, latihan daya tahan dan latihan skill melewati lawan dalam permainan. Jadi memiliki kemampuan *dribbling* yang bagus dalam bermain dapat meningkatkan pola permainan dan kepercayaan diri terhadap penguasaan bola. Maka dari itu masih kurangnya kemampuan *dribbling* pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara dalam metode latihan.

Hal ini disebabkan beberapa faktor salah satunya kurang beragamnya metode latihan *dribbling*, metode latihan yang diberi hanya berupa *dribbling* bolak balik dari titik A ke titik B berjarak 5 meter yang sudah disusun pelatih dan dilakukan secara bergantian oleh pemain selama 30 menit membuat pemain menjadi jenuh dalam latihan dan kurang bersemangat dalam melakukan latihan *dribbling*. Untuk melatih

kemampuan *dribbling* yang diterapkan akan membosankan dan program latihan yang belum efektif, diduga menjadi pemicu tidak tercapai tujuan latihan. Bentuk latihan yang bisa meningkatkan kemampuan *dribbling* berupa latihan *slalom dribble*, *dribbling zig - zag*, *dribbling bolak balik* maupun *dribbling* seperti membentuk angka delapan, maka dari itu peneliti ingin memberikan dan memilih untuk membentuk latihan *slalom dribble* kepada pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara dikarenakan belum pernah ada pemain melakukan bentuk latihan *slalom dribble* untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* dan belum pernah ada juga penelitian terhadap kemampuan *dribbling* pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara selama ini.

Salah satu program latihan dalam melatih kemampuan *dribbling* yang bersifat efektif, efisien dan tidak membutuhkan sarana yang luas sehingga pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara mampu menerima dan melaksanakan latihan secara maksimal tanpa mengalami kelelahan. Serta nantinya mampu mencapai target dan hasil yang diharapkan memuaskan bagi pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara. Maka dari itu untuk menggunakan pengembangan latihan *slalom dribble* bisa nantinya mampu membuat kemampuan *dribbling* pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara menjadi lebih maksimal dan tidak membosankan pemain. Bentuk latihan *slalom dribble* ini akan diberikan kepada pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara, dengan harapannya program ini mampu memberikan pengaruh nantinya dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara. Program latihan *slalom dribble* merupakan suatu macam bentuk latihan yang dilakukan dengan gerakan berbelok - belok melewati patok/kun yang telah disiapkan

dengan tujuan untuk melatih kemampuan merubah arah dengan cepat. Kelebihan melakukan latihan *slalom dribble* ini dapat meningkatkan control dan kecepatan pada saat mengiring bola.

Dari masalah dan latar belakang yang ada maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan *Slalom Dribble* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Dribbling* Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka diperoleh identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan *dribbling* pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara yang masih kaku dan kurang percaya diri dalam latihan maupun pertandingan
2. Tingkat kemampuan *dribbling* pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara yang masih kurang maksimal dalam penguasaan bola dalam bermain
3. Bentuk metode latihan *dribbling* yang membosankan, kurang efektif dan masih belum terstruktur dengan baik
4. Belum diketahuinya pengaruh program latihan *slalom dribble* terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* pada ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara.

C. Batasan Masalah

Dari masalah yang peneliti temukan didapatkan pembatasan masalah yaitu agar peneliti lebih terfokus dan terarah untuk masalah yang akan diteliti yaitu: “Pengaruh Latihan *Slalom Dribble* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Dribbling* Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : apakah ada Pengaruh Latihan *Slalom dribble* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Dribbling* Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Latihan *Slalom Dribble* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Dribbling* Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam.

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritis
 - a. Penelitian ini dapat memberikan pengalaman pembelajaran yang baik untuk peneliti dan memberikan informasi tentang model latihan yang baik digunakan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara.

- b. Dapat memberikan ilmu tambahan tentang kemampuan *dribbling* yang maksimal dengan model latihan *Slalom Dribble* agar pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam dapat mengoptimalkan segenap kemampuannya dan tercapailah keberhasilan yang diinginkan.

2. Praktis

- a. Bagi peneliti, sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana (S1) di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- b. Bagi pemain futsal SMAN Tanjung Mutiara, Penelitian ini memberikan gambaran dan wawasan tentang pengaruh latihan *Slalom Dribble* terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, serta dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi pemain futsal SMAN 1 Tanjung Mutiara dalam menyusun program latihan.
- c. Bagi Mahasiswa, Sebagai bahan acuan yang berkaitan dengan materi permainan futsal.
- d. Bagi Pelatih, Dapat digunakan sebagai gambaran atau masukan untuk dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam usahanya meningkatkan kemampuan *dribbling* dalam permainan futsal.