

**PENGARUH METODE RANGKAIAN BERMAIN, RANGKAIAN LATIHAN,
DAN AGRESIFITAS INSTRUMENTAL TERHADAP KETERAMPILAN
BERMAIN SEPAKBOLA**

(Kuasi Eksperimen Pemain Sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang)

TESIS



Oleh

**M. TAHERI AKHBAR
NIM 1103600**

**Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan**

**KONSENTRASI MANAJEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PENDIDIKAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

ABSTRACT

M. Taheri Akhbar. (2013). The effect of Series of Play Method, Series of Exercise Method and Aggressiveness Instrumental Toward Football Player Skill of Playing Football in SSB Putra Wijaya Padang, Thesis, Graduate Program, Padang State University.

Based on the observations of the research the field showed that the players of SSB Putra Wijaya still have low skills in playing football, and there are many players who did not mastered the basic football playing techniques yet, more over the training programs were not arrangeble systematically and the student was careless in following the training.

Type of the research was quasi-experimental (quasy experiment), the population of the research was players in SSB Putra Wijaya totally 83 people, while the sample of this research was 11 persons which was separated into two group, 27% students in high level of aggressiveness and 27% with low level of aggressiveness. The instrument which used in this research was test skill in playing football. The data was analized by using the research design was two way ANOVA 2x2 factorial analysis.

The results of data analysis how that: (1) there is a differencein playing football skills between the group which use series of play method and group which use series of exercise method, (2) there are significant effect skills in playing football of SSB Putra Wijaya players between group who has high levels of aggressiveness and group who has low levels of agressiveness, (3) there is interaction between training method and level of aggressiveness in improving skill of playing football, (4) in the high level of aggressiveness, series of play method more effective than series of exercise method in improving skill of playing football of SSB Putra Wijaya players, (5) furthermore, in the low of aggressiveness, series of exercise method is more effective than series of play method in improving skill of playing football of SSB Putra Wijaya players.

ABSTRAK

M. Taheri Akhbar. (2013). Pengaruh Metode Rangkaian Bermain, Rangkaian Latihan Dan Agresifitas Instrumental Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pemain Sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang, Tesis, Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan terlihat bahwa pemain SSB Putra Wijaya keterampilan bermain sepakbolanya masih rendah, dan masih banyak pemain yang belum menguasai teknik dasar sepakbola, selain itu program latihan yang belum terstruktur dan pemain yang masih asal-asalan dalam mengikuti latihan.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy experiment*), populasi penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Putra Wijaya yang berjumlah 151 orang, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah 83 orang setelah dilakukan pembagian kelompok 27% agresifitas instrumental tinggi dan 27% dengan agresifitas instrumental rendah. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan bermain sepakbola. Data dianalisis dengan menggunakan analisis varian dua jalur (ANAVA 2x2).

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) terdapat perbedaan keterampilan bermain sepakbola antara kelompok metode rangkaian bermain dengan kelompok metode rangkaian latihan, (2) terdapat pengaruh keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya antara kelompok tingkat agresifitas instrumental tinggi dan kelompok agresifitas instrumental rendah, (3) terdapat interaksi antara metode latihan dan tingkat agresifitas instrumental dalam peningkatan keterampilan bermain sepakbola, (4) pada tingkat agresifitas instrumental tinggi metode rangkaian bermain lebih efektif daripada metode rangkaian latihan terhadap peningkatan keterampilan bermain sepakbola pemain sepakbola SSB Putra Wijaya, (5) sedangkan pada tingkat agresifitas instrumental rendah metode rangkaian latihan lebih efektif daripada metode rangkaian bermain terhadap peningkatan keterampilan bermain sepakbola pemain sepakbola SSB Putra Wijaya.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

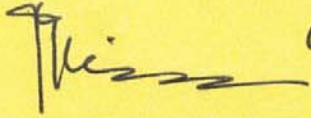
Mahasiswa : **M. TAHERI AKBAR**
NIM. : 1103600

Nama

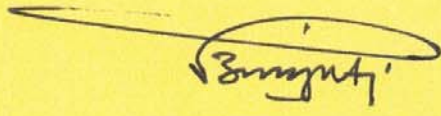
Tanda Tangan

Tanggal

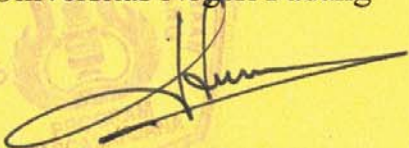
Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram
Pembimbing I

 02/09-2013

Prof. Dr. Sayuti Syahara, M.S., AIFO
Pembimbing II

 02/09-2013


Direktur Program Pascasarjana
Universitas Negeri Padang


Prof. Dr. Agus Irianto
NIP. 19540830 198003 1 001
PLT. SK Nomor: 187/UN35/KP/2013
Tanggal 23 Juli 2013

Ketua Program Studi/Konsentrasi


Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd.
NIP. 19561020 198003 1 005

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan judul **Pengaruh Metode Rangkaian Bermain, Rangkaian Latihan Dan Agresifitas Instrumental Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pemain Sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang**, sesuai dengan rencana.

Tesis ini dibuat untuk melengkapi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya pemain sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan tesis ini.

Dalam pelaksanaan penulisan tesis ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak, terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya tesis ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram sebagai pembimbing I, dan Prof. Dr. Sayuti Syahara, M.S. AIFO, selaku pembimbing II dalam penulisan tesis ini yang telah memberikan bimbingan, arahan, semangat dan motivasi yang sangat berarti dalam menyelesaikan tesis ini.

2. Prof.Dr. Eddy Marheni, M.Pd, Prof.Dr. Syafruddin, M.Pd, Prof.Dr. Atmazaki, M.Pd, selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, sumbangan pikiran, arahan, bimbingan dan motivasi yang sangat berarti dalam penyusunan tesis ini.
3. Rektor Universitas Negeri Padang, dan Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.
4. Ketua Program Studi Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan tesis ini.
5. Kepada kedua Orang tua (Durhan & Naili) dan Kakak-kakak yang telah memberikan motivasi optimal dan Do'a dalam menyelesaikan penulisan tesis ini.
6. Teristimewa untuk orang yang kusayangi (Rezli Oktaviani, S.Pd, M.Pd) yang sudah mendampingi, memberikan motivasi dan Do'a dalam menyelesaikan penulisan tesis ini.
7. Seluruh Staf Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
8. Pelatih SSB Putra Wijaya, dan pengurus yang telah memberikan izin dan kemudahan, sehingga penelitian dapat terlaksana dan berjalan dengan lancar.
9. Rekan-rekan mahasiswa Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Angkatan 2011 Kelas A.

10. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian tesis ini.

Demikianlah ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Padang, Agustus 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	14
D. Perumusan Masalah	14
E. Tujuan Penelitian	15
F. Manfaat Penelitian	16
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	18
1. Hakikat Keterampilan Bermain Sepakbola	18
2. Hakikat Metode Latihan	28
3. Hakikat Agresifitas Instrumental	48
B. Kajian Penelitian yang Relevan	57
C. Kerangka Pemikiran	58
D. Hipotesis	66
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	68
B. Populasi dan Sampel	69

C. Tempat dan Waktu Penelitian	71
D. Definisi Operasional	71
E. Pengembangan Instrumen	72
F. Teknik Pengumpulan Data	76
G. Teknik Analisis Data	83

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	84
1. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Metode Rangkaian Bermain (A_1)	84
2. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Latihan Rangkaian Latihan (kelompok A_2)	85
3. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (B_1)	87
4. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah (B_2)	88
5. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (A_1B_1)	89
6. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain Dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah (A_1B_2)	91
7. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Latihan dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (A_2B_1)	92
8. Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Latihan dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah (A_2B_2)	93
B. Pengujian Persyaratan Analisis Varians	95
1. Uji Normalitas	95
2. Uji Homogenitas Varians	96
C. Pengujian Hipotesis	97

D. Pembahasan	101
1. Perbedaan Metode Latihan Antara yang Diberi Metode Latihan Rangkaian Bermain dan yang Diberi Metode Latihan Rangkaian Latihan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola	101
2. Pengaruh Keterampilan Bermain Sepakbola Tingkat Agresifitas instrumental Tinggi dan Kelompok Tingkat Agresifitas instrumental Rendah.	105
3. Interaksi Antara Metode Latihan Dan Agresifitas instrumental	107
4. Perbedaan Antara Kelompok Metode Rangkaian Bermain dengan Kelompok Metode Rangkaian Latihan Pada Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi.	110
5. Perbedaan Metode Rangkaian Bermain Dengan Kelompok Metode Rangkaian Latihan Pada Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah	112
E. Keterbatasan Penelitian	114
 BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Kesimpulan	115
B. Implikasi.....	115
C. Saran.....	119
DAFTAR RUJUKAN	121
LAMPIRAN.....	124

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kerangka Pemikiran.....	66
2. Rancangan Faktorial 2x2.....	68
3. Jumlah pemain yang berlatih	69
4. Pembagian Sampel Penelitian	71
5. Validitas butir-butir tes	73
6. Realibilitas butir-butir tes.....	73
7. Faktor dan Indikator Agresifitas Instrumental	76
8. Norma Penilaian <i>Dribbling</i>	78
9. Norma Tes <i>Passing</i>	80
10. Norma Penilaian Tes <i>Shooting</i>	81
11. Format Observasi Penelitian	82
12. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain (A_1).....	84
13. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Latihan (A_2)	86
14. Distribusi frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (B_1).	87
15. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Agresifitas Instrumental Rendah (kelompok B_2).	88
16. Distribusi frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain dengan Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (A_1B_1).	90
17. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah (A_1B_2).....	91
18. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Latihan dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (A_2B_1)	92

19. Distribusi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Latihan dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (A_2B_2)	94
20. Rangkuman hasil uji normalitas data metode latihan dan Agresifitas Instrumental dari rancangan penelitian	95
21. Rangkuman hasil uji homogenitas varians keempat kelompok rancangan penelitian	97
22. Rangkuman Hasil Anava Dua Jalur Terhadap Data Keterampilan bermain sepakbola.....	98
23. Hasil anava tahap lanjut dengan uji <i>Tuckey</i>	99

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Bentuk tes <i>dribbling</i>	78
2. Bentuk tes <i>passing</i>	79
3. Bentuk tes <i>Shooting</i>	80
4. Histogram Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain (A_1).....	85
5. Histogram Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Latihan (A_2)	86
6. Histogram Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (B_1)	88
7. Histogram Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Sampel Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah (B_2).....	89
8. Histogram Peningkatan Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (A_1B_1).....	90
9. Histogram Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Bermain dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah (kelompok A_1B_2)	92
10. Histogram Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian Latihan dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi (kelompok A_2B_1).....	93
11. Histogram Data Hasil Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Kelompok Metode Rangkaian latihan dengan Kategori Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah (A_2B_2)	94
12. Interaksi Antara Metode latihan dengan Agresifitas Instrumental Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pemain SSB Putra Wijaya ..	109

DAFTAR LAMPIRAN

1. Uji Coba Angket Agresifitas Instrumental.....	124
2. Hasil Reliabilitas dan Validitas Uji Coba Instrumen	126
3. Angket Agresifitas Instrumental	133
4. Pembagian Kelompok Sampel Agresifitas Instrumental	136
5. Matching Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi dan Rendah	139
6. Desain Perlakuan Dalam Penelitian	141
7. Data Mentah Tes Keterampilan Bermain Sepakbola	144
8. Deskripsi Data Hasil Keterampilan Bermain Sepakbola	147
9. Uji Persyaratan ANAVA	148
10. Pengujian Hipotesis	158
11. Nilai Kritis L untuk Uji Lilifors	163
12. Nilai Kritis L untuk Uji <i>Liliefors</i>	164
13. Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar	165
14. Nilai- Nilai Untuk Distribusi F	166
15. Dokumentasi Penelitian	169
16. Surat Penelitian	177

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan dijalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan, dan juga dunia pendidikan merupakan suatu aspek yang sangat mempengaruhi pembangunan yang direncanakan oleh pemerintah. Dari dunia pendidikan diharapkan dapat dihasilkan tenaga-tenaga profesional yang dibutuhkan untuk melaksanakan pembangunan tersebut. Dalam dunia pendidikan tersebut salah satunya termasuk di bidang Pendidikan Jasmani dan olahraga.

Salah satu sektor obyek pembangunan adalah di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, yang berusaha menciptakan manusia seutuhnya dengan pembinaan generasi muda. Hal ini dinyatakan dalam UU RI no 3 (2005:8) tentang Sistem Keolahragaan Nasional menyatakan:

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

Dalam kutipan tersebut terlihat bahwa tujuan dari keolahragaan nasional itu tidak hanya untuk meningkatkan kesehatan, namun juga untuk membina dan mempererat persatuan dan kesatuan bangsa yang nantinya akan sangat berpengaruh terhadap pelaksanaan pembangunan nasional.

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer di dunia, di Indonesia sepakbola merupakan olahraga yang paling digemari oleh seluruh lapisan masyarakat. Pada saat Piala AFF 2010 Indonesia menjadi tuan rumah, begitu juga di ajang Sea Games 2011, dimana seluruh masyarakat Indonesia sangat antusias menyambutnya, tetapi sayang prestasi Indonesia hanya menjadi *runner up*.

Dalam permainan sepakbola, untuk menjadi Seorang pemain sepakbola yang handal dan terampil, banyak sekali aspek yang perlu diperhatikan, diantaranya aspek psikologis, salah satu aspek psikologis yang ada pada diri seorang pemain sepakbola yaitu sikap agresif. Pemain yang agresif akan memiliki semangat, kepercayaan diri dan sifat pantang menyerah sehingga pemain akan menampilkan keterampilan bermain sepakbola dengan maksimal, seperti terampil dalam mendribel, mengontrol, mempasing dan menshooting bola. Dan juga saling bekerjasama disaat berlatih maupun bermain.

Akan tetapi hal itu semua akan di dapat apabila adanya perencanaan yang matang, terorganisasi dengan baik, teknologi yang memadai, sarana prasarana yang bagus, program latihan yang benar dan pembinaan yang berkelanjutan atau kontinyu, seperti yang diungkapkan oleh Koger (2005:vii) "Sejak usia dini para pemain harus menguasai teknik permainan sepakbola, setiap teknik yang diajarkan harus diikuti oleh program latihan yang konsisten dan berkelanjutan agar teknik tersebut dapat dikuasai dan berubah menjadi keterampilan, yaitu kemampuan menggunakan teknik permainan yang dapat

digunakan d alam setiap kondisi dan kendala yang ada pada setiap pertandingan”.

Xavi gelandang FC Barcelona mengatakan ”di La Masia (akademi FC Barcelona) kami tidak ditempa untuk menang namun untuk berkembang”. Berdasarkan pendapat tersebut salah satu kelemahan yang paling mendasar dalam pembinaan (U5-U12) dan usia muda (U13-U20) di Indonesia adalah fokus SSB yang salah, fokus SSB lebih ke arah menggapai kemenangan daripada membina pemain hingga bisa mencapai potensi maksimalnya. (Kurikulum & Pedoman Dasar Sepakbola Indonesia PSSI, 2012)

Berdasarkan pendapat ahli ataupun pemain tersebut maka pembinaan usia dini ataupun usia muda dalam cabang olahraga dapat memaksimalkan perolehan suatu prestasi yang berjenjang dan berkelanjutan. Pematangan keterampilan bermain sesuai dengan usia akan membantu pemain sampai pada *peak performance*, khususnya dalam olahraga sepakbola. Pembinaan yang dilakukan sudah sesuai dengan jenjang usia. Hal ini dapat dilihat dengan adanya sekolah sepakbola (SSB) yang membina pemain sesuai dengan kelompok umurnya. Materi latihan yang diberikan sesuai dengan materi dan tujuan yang telah dibuat oleh SSB tersebut berdasarkan kelompok usia.

Perkembangan sepakbola di Propinsi Sumatera Barat disambut baik oleh masyarakatnya. Hal ini terbukti dengan banyaknya muncul Sekolah Sepakbola (SSB), seperti Persatuan Sepakbola Tabing (PSTS), SSB Gaung Putera, SSB Ripans, SSB Padang Yuniior, SSB Musfan FC, SSB Brandon, SSB Putra Wijaya dan masih banyak klub-klub atau SSB yang lain.

Banyaknya SSB di Kota Padang diharapkan dapat melahirkan bibit-bibit yang berpotensi dan dapat memberikan prestasi yang tinggi bagi Kota Padang.

Sekolah SepakBola (SSB) Putra Wijaya adalah salah satu sekolah sepakbola yang ada di Kota Padang yang terletak di Kecamatan Padang Utara yang teroganisir dengan baik. SSB ini telah banyak menghasilkan pemain-pemain berprestasi. SSB ini dilatih oleh pelatih yang bersertifikat pelatih dan mempunyai sarana dan prasarana yang memadai.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari pengurus SSB, Semenjak SSB Putra Wijaya di bentuk dari tahun 2003 sudah banyak prestasi yang di dapat, tetapi belakangan ini prestasi SSB Putra Wijaya Kota Padang cenderung mengalami penurunan. Hal itu disebabkan kemampuan keterampilan bermain pemain di dalam mengolah bola masih jauh dari apa yang diharapkan dan juga tingkat psikologis pemain kurang matang sehingga mental bertanding pemain kurang siap untuk menghadapi suatu pertandingan dan pemain SSB Putra Wijaya juga kurang agresif di saat berlatih maupun bertanding.

Pemain SSB Putra Wijaya sudah dua tahun belakangan melakukan latihan secara intensif, masa itu seharusnya pemain sudah sangat terampil di dalam mengolah bola dengan berbagai keterampilan bermain yang akan dilakukan seperti *control*, *dribbling*, *passing*, dan *shooting*. Dengan *control* pemain akan menguasai bola sepenuhnya, dengan *dribbling* pemain bisa melewati lawan, dengan *Passing* pemain mampu menendang bola dengan tepat, dan dengan *shooting* pemain bisa menempatkan bola dengan tepat sasaran ke arah gawang.

Berdasarkan pengamatan awal yang penulis lakukan pada SSB Putra Wijaya saat mereka bertanding, pemain dapat bekerjasama dengan baik, disiplin dalam menjalankan tugas berdasarkan posisinya. Namun di satu sisi, keterampilan bermain mereka dalam mengolah bola sangat memprihatinkan, masih banyak yang belum tepat sasaran, dilihat dari segi psikologi pemain tidak mempunyai mental bertanding yang baik, sehingga mereka terlihat kaku atau tidak bersemangat di saat bertanding. Hal lain yang juga mempengaruhi prestasi SSB Putra Wijaya yaitu metode dan cara melatih yang diterapkan oleh pelatih yang kurang menarik bagi pemain SSB Putra Wijaya, sehingga keterampilan bermain yang diperoleh pemain kurang berkembang dengan baik. Keadaan ini dapat penulis lihat dari observasi awal penulis sebelum melakukan penelitian di SSB Putra Wijaya. Kondisi tersebut menyebabkan prestasi yang diraih oleh pemain SSB Putra Wijaya, masih jauh dari apa yang diharapkan.

Rendahnya Keterampilan pemain ini diduga disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari diri individu pemain itu sendiri, seperti mental belum matang, motivasi kurang, masalah gizi, kondisi fisik, Agresifitas Instrumental dan lain sebagainya. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri pemain, seperti faktor kondisi fisik, kemampuan pelatih, program latihan, wasit, penonton, cuaca/iklim, sarana dan prasarana, makanan yang di konsumsi, dan metode latihan yang digunakan.

Dalam permainan sepakbola akan ditentukan dengan suatu hasil akhir, untuk mencapai hasil akhir yang baik tentu dengan menunjukkan penampilan yang maksimal. Tim mata kuliah Sepakbola UNP (2010) menyatakan ”tujuan utama dari permainan sepakbola adalah agar dapat memperoleh kemenangan dan agar dapat memperoleh kemenangan harus dapat memasukan bola sebanyak mungkin kegawang lawan”. Dalam usaha tersebut tentu memerlukan kerjasama antar pemain. Keterampilan bermain seperti *passing*, *control*, *dribbling*, dan *shooting* merupakan keterampilan yang sangat dibutuhkan untuk membangun kerjasama antar pemain dalam permainan sepakbola.

Dalam meningkatkan keterampilan bermain sepakbola diperlukan latihan yang efektif dan efisien. Metode latihan merupakan suatu alat/cara pembelajaran yang dilakukan untuk belajar bermain sepakbola. Sesuai dengan persyaratan kondisi dalam mendukung prestasi cabang olahraga, maka kemampuan gerak dan teknik yang sesuai akan dikembangkan melalui berbagai metode latihan yang tepat. Melalui metode latihan dapat di susun beberapa bentuk latihan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, diantaranya adalah metode bentuk bermain, metode rangkaian bermain, metode bentuk latihan, metode rangkaian latihan, metode elementer, metode global, dan lain sebagainya.

Rangkaian bermain merupakan metode latihan yang digunakan melalui kegiatan-kegiatan yang kompleks yang dapat mencerminkan terjadinya suatu permainan atau pertarungan di antara dua regu dimana ada yang menang dan kalah. Sedangkan rangkaian latihan dilakukan terhadap elemen-elemen dari

bermain untuk latihan teknik baik secara terpisah maupun kombinasi, dimana dalam rangkaian latihan tidak ada lawan. Pelaksanaan metode latihan ini didasarkan pada sasaran yang diinginkan.

Untuk mendapatkan hasil latihan yang baik, tentu dengan metode yang benar, maka kemampuan pelatih menjadi hal yang sangat penting. Pengetahuan dan keterampilan harus dimiliki, sampai kepada hal-hal terperinci tentang cabang olahraga yang dilatihnya, pengetahuan tersebut termasuk teknik, taktik, peraturan pertandingan, sistem latihan, strategi latihan, psikologi dan hal lainnya tentang cabang olahraga yang ia latih.

Metode yang sering digunakan selama ini adalah metode latihan bentuk bermain, bentuk latihan, rangkaian bermain, rangkaian latihan, global, dan elementer. Akan tetapi, kadangkala kalau metode itu saja bisa jadi membosankan, maka dari itu dicarikan alternatif lain, dengan memperhitungkan aspek psikologi seperti Agresifitas Instrumental.

Faktor lain yang akan mempengaruhi di situasi saat latihan atau pertandingan sepakbola adalah kadar Agresifitas Instrumental dari si pemain, Agresifitas Instrumental memberikan kontribusi yang tidak sedikit untuk mencapai tujuan. Sesuai dengan pendapat R. H. Cox (1985) yang menyatakan bahwa "*Instrumental Aggression* (Agresifitas Instrumental) yaitu perilaku agresif yang dijadikan sebagai alat untuk memenangkan suatu pertandingan, tanpa bermaksud melukai orang lain". Dari pendapat ahli tersebut jelaslah bahwa bagi seorang pemain yang ingin mencapai suatu prestasi ataupun memenangkan pertandingan, maka diperlukan sikap Agresifitas Instrumental.

Idealnya pemain yang memiliki tingkat Agresifitas Instrumental tinggi yakni pemain yang memiliki semangat, kerja keras, pantang menyerah dan pemain tersebut akan memiliki performa yang baik dalam suatu latihan maupun pertandingan. Selanjutnya jika tingkat Agresifitas Instrumental pemain itu rendah, tentu akan berpengaruh pada setiap gerakan yang akan dilakukannya karena pemain tidak terlalu semangat, tidak memiliki motivasi yang tinggi dan tidak percaya diri. Hal ini berarti tingkat Agresifitas Instrumental adalah salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola seorang pemain.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, diketahui beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan bermain pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang. Baik itu dari internal maupun eksternal. Oleh karena itu dapat diidentifikasi permasalahan, di antaranya adalah kondisi fisik, kemampuan pemain di dalam melakukan permainan dalam jangka waktu 2 x 45 menit pastinya sangat membutuhkan kondisi fisik yang prima. Kondisi fisik atau kemampuan kondisi fisik merupakan salah satu komponen dasar untuk meraih sebuah prestasi olahraga di samping komponen teknik, komponen taktik dan komponen mental. Kemampuan atau kondisi fisik ini merupakan syarat yang menentukan untuk mencapai prestasi puncak, apabila kondisi fisik yang dimiliki oleh seseorang baik, maka seseorang tersebut akan dapat menampilkan keterampilan bermain yang bagus dalam pencapaian sebuah prestasi. Menurut Syafruddin (2011:141), kemampuan kondisi fisik sangat

menentukan bagi seseorang untuk mengoptimalkan teknik-teknik yang dipelajari. Kondisi fisik yang baik merupakan prasyarat utama untuk menguasai dan mengembangkan suatu keterampilan teknik olahraga.

Pengetahuan gizi, orang tua dan pemain seharusnya memiliki pengetahuan akan gizi dan disiplin dalam mengkonsumsi makanan dan minuman yang membantu perkembangan fisik pemain. Karena dengan adanya pengetahuan tentang gizi tersebut maka kondisi ataupun keadaan kesehatan seorang pemain akan terjaga dengan baik dengan begitu kemampuan pemain untuk mengikuti latihan ataupun bertanding tidak akan terganggu akan masalah kesehatan dan pemain akan berkembang sesuai dengan apa yang diharapkan.

Sarana prasarana juga berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan bermain pemain sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang, sarana merupakan alat yang digunakan dalam latihan, sedangkan prasarana merupakan tempat pemain melakukan latihan. Nyaman atau tidaknya tempat latihan serta layak atau tidaknya alat yang digunakan dalam latihan juga akan mempengaruhi keterampilan bermain pemain tersebut. Dengan kurangnya fasilitas sarana dan prasarana latihan, akan mengganggu proses latihan dan akhirnya pemain malas latihan karena takut cidera dalam melakukan latihan.

Keadaan iklim atau cuaca juga ikut mempengaruhi proses latihan yang dilaksanakan oleh pemain. Apabila dalam proses latihan ada hujan otomatis proses latihan akan dihentikan. Keadaan ini membuat program latihan yang

akan diberikan untuk hari itu tidak dapat tercapai sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Faktor ini tidak dapat diprediksi kapan datangnya.

Dukungan penuh orang tua juga berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan bermain pemain SSB Putra Wijaya karena orang tua merupakan orang terdekat dengan pemain dalam kesehariannya, dukungan dari orang tua akan memotivasi penampilan pemain didalam proses latihan maupun disaat bertanding. Karena motivasi dapat diartikan dorongan atau semangat yang ada dalam diri seseorang untuk sukses melakukan suatu pekerjaan, (Syafuddin, 2001:142). Kegiatan anak harus diketahui dan direstui oleh orang tua masing-masing.

Peran dan kontrol pelatih sangat berpengaruh terhadap keterampilan bermain pemain sepakbola. Karena pelatih merupakan orang yang bisa memahami pemain. Kedekatan pelatih dan pemain akan menimbulkan kepercayaan pemain dalam menjalankan latihan dan mencapai prestasi maksimal. Begitu juga halnya dengan program latihan yang diberikan. seorang pelatih minimal harus memiliki sertifikat D dan C supaya latihan berkualitas. Pelatih mutlak harus menjadi teladan baik dalam perkataan dan tingkah laku.

Metode latihan juga sangat mempengaruhi keterampilan bermain pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang, ada beberapa macam metode latihan dalam permainan sepakbola di antaranya metode bentuk bermain, metode rangkaian bermain, metode bentuk latihan, metode rangkaian latihan, metode global, dan metode elementer.

Rangkaian bermain menurut Darwis (1999:39) merupakan metode latihan yang digunakan melalui kegiatan-kegiatan yang kompleks yang dapat

mencerminkan terjadinya suatu permainan atau pertarungan di antara dua regu, dimana ada yang menang dan kalah, yang dihadapi dalam latihan ini adalah pemain dihadapkan dengan adanya lawan saat latihan, misal tiga lawan tiga, dengan itu maka pemain harus memiliki mental maupun psikologis yang baik seperti kemampuan kognitif, bagaimana berkomunikasi dengan teman di lapangan, bagaimana memikirkan jalan keluar untuk mendapatkan bola, dan juga kemampuan afektif yaitu seperti semangat juang, motivasi tinggi, percaya diri sehingga dengan memiliki aspek itu pemain akan menampilkan kemampuan maksimal.

Sedangkan rangkaian latihan menurut Darwis (1999:43) dilakukan terhadap elemen-elemen dari bermain untuk latihan teknik baik secara terpisah maupun kombinasi, dimana dalam rangkaian latihan tidak ada lawan. Dengan situasi latihan ini pemain tidak terlalu penuh tantangan, tetapi pemain dihadapkan bagaimana pemain cepat tanggap, apa yang diinstruksikan pelatih dan dengan latihan ini pemain akan merasa jenuh karena perlakuannya berulang-ulang. Aspek mental ataupun psikologis yang dibutuhkan adalah dari segi kognitif pemain diuntut untuk cepat berpikir bagaimana mengoreksi kesalahan-kesalahan yang terjadi dan segi afektif pemain diajarkan untuk disiplin, percaya diri, punya semangat dan rasa tanggung jawab yang besar.

Metode latihan merupakan cara-cara pembelajaran yang diberikan agar supaya anak-anak dapat menguasai keterampilan dengan baik dan benar maka untuk mendapatkan itu semua tentunya memerlukan suatu metode latihan yang tepat sesuai dengan karakteristik peserta. Selain dari metode latihan yang

digunakan selama ini, metode latihan rangkaian bermain dan rangkaian latihan sangat diperlukan untuk meningkatkan keterampilan bermain seorang pemain yang berlatih. Di samping itu juga di dalam pemain melakukan latihan, agresifitas instrumental seorang pemain sangat dibutuhkan karena dengan agresifitas instrumental tinggi pemain akan memberikan performa yang baik atau menampilkan kemampuan maksimal, dan apabila Agresifitas Instrumental pemain rendah maka sangat berpengaruh pada setiap gerakan yang akan dilakukannya.

Untuk melihat sampai sejauh mana keterkaitan antara metode rangkaian bermain dengan Agresifitas Instrumental tinggi dan rendah, pemain yang memiliki Agresifitas Instrumental yang tinggi akan menampilkan kemampuan terbaik di dalam latihan, karena pemain yang Agresifitas Instrumentalnya tinggi cenderung mempunyai rasa percaya diri, punya motivasi serta semangat juang untuk menampilkan yang terbaik, sehingga pemain akan memiliki performa yang bagus. dengan metode rangkaian bermain maka pemain akan menghadapi latihan dengan situasi bermain, apabila pemain memiliki Agresifitas Instrumental tinggi maka gerakan maupun teknik pemain akan berjalan dengan maksimal.

Apabila Agresifitas Instrumental pemain rendah maka kemampuan pemain akan cenderung tidak menampilkan kemampuan maksimal, hal ini di karenakan pemain merasa di situasi saat latihan bermain ini terlalu menantang, kondisi fisiknya sudah habis sehingga pemain tidak mampu lagi untuk bekerja lebih berat. Dengan itu membuat pemain tidak memiliki semangat lagi

sehingga hasil keterampilan yang dimiliki pemain tidak akan terealisasi dengan baik.

Metode rangkaian latihan dengan Agresifitas Instrumental tinggi dan Agresifitas Instrumental rendah, metode rangkaian latihan dilakukan dalam keadaan tidak ada lawan dengan melatih teknik baik secara terpisah maupun gabungan beberapa teknik sekaligus, dan aspek mental dan psikologis akan berperan dalam latihan, seperti aspek kognitif dan aspek afektif. Dengan aspek kognitif bagaimana pemain berkomunikasi dan berfikir positif. Sedangkan aspek afektif bagaimana pemain mengendalikan stabilitas emosionalnya, seperti semangat juang, disiplin, dan dapat bekerjasama dengan baik.

Apabila di dalam latihan ini Agresifitas Instrumental pemain tinggi, maka ia akan menampilkan gerakan teknik yang maksimal, karena pemain dengan semangat dan motivasi yang tinggi bisa melakukan teknik tersebut seperti dalam latihan *passing*, *dribbling*, *shooting*, maupun *control*. Begitu juga sebaliknya apabila Agresifitas Instrumental pemain rendah maka gerakan yang akan dilakukan pemain akan kurang maksimal sehingga keterampilan bermain sepakbola yang pemain miliki tidak akan terealisasi dengan optimal, bisa saja tendangan maupun kontrol pemain kemana-mana arahnya.

Agresifitas Instrumental juga berpengaruh terhadap kondisi pemain dalam melakukan keterampilan bermain sepakbola. Kondisi yang di maksud adalah kondisi fisik apabila kondisi fisik pemain menurun maka akan berpengaruh terhadap kemampuan pemain untuk melakukan kerja sehingga pemain tidak mempunyai semangat untuk bermain dengan maksimal dan akan

membuat Agresifitas Instrumental pemain akan rendah. Agresifitas Instrumental pemain saat bermain sepakbola akan mempengaruhi keterampilan bermain pemain, karena dengan Agresifitas Instrumental yang tinggi akan menimbulkan semangat pemain dalam latihan maupun bermain, sehingga keterampilan bermain yang dimiliki pemain bisa tersalur dengan baik dan akhirnya permainan akan berjalan dengan maksimal dan akan memperoleh hasil akhir yang baik atau prestasi yang maksimal.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan, memperlihatkan banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan bermain sepakbola. Agar cakupan penelitian ini lebih jelas, dan tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda, serta karena adanya beberapa keterbatasan peneliti, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada tiga hal yang diduga berpengaruh kuat terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang. Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Rangkaian Bermain, (2) Rangkaian Latihan, (3) Agresifitas Instrumental. Sementara sebagai variabel terikat adalah (4) Keterampilan Bermain Sepakbola.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan keterampilan bermain sepakbola pemain sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok yang diberi metode rangkaian bermain dan kelompok yang diberi metode rangkaian latihan?
2. Apakah terdapat pengaruh keterampilan bermain sepakbola Pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok tingkat Agresifitas Instrumental tinggi dan kelompok tingkat Agresifitas Instrumental rendah?
3. Apakah terdapat interaksi antara metode latihan dan Agresifitas Instrumental dalam keterampilan bermain sepakbola?
4. Apakah terdapat perbedaan keterampilan bermain sepakbola pemain sepakbola SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok yang diberi metode rangkaian bermain dan kelompok yang diberi metode rangkaian latihan pada Agresifitas Instrumental kategori tinggi?
5. Apakah terdapat perbedaan keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok yang diberi metode rangkaian bermain dan metode rangkaian latihan pada Agresifitas Instrumental kategori rendah?

E. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode rangkaian bermain dan rangkaian latihan serta Agresifitas Instrumental pemain terhadap keterampilan bermain sepak bola pemain SSB Putra Wijaya. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan tentang:

1. Perbedaan keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok yang diberi metode rangkaian bermain dan kelompok yang diberi metode rangkaian latihan.
2. Pengaruh keterampilan bermain sepakbola Pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok tingkat Agresifitas Instrumental kategori tinggi dengan kelompok tingkat Agresifitas Instrumental kategori rendah.
3. Interaksi antara metode latihan dan Agresifitas Instrumental dalam keterampilan bermain sepakbola.
4. Perbedaan keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok yang diberi metode rangkaian bermain dan kelompok yang diberi metode rangkaian latihan pada Agresifitas Instrumental kategori tinggi.
5. Perbedaan keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya Kota Padang antara kelompok yang diberi metode rangkaian bermain dan metode rangkaian latihan pada Agresifitas Instrumental kategori rendah.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat secara:

1. Teoritis
 - a. Secara khusus penelitian ini untuk melihat kemampuan pemain SSB Putra Wijaya terutama keterampilan bermain sepakbola.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara akademis terhadap SSB Putra Wijaya terutama untuk pencapaian prestasi SSB tersebut.

- c. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti yang akan datang.

2. Praktis

- a. Bagi pemain SSB Putra Wijaya, sebagai bahan masukan untuk peningkatan prestasi sehingga dapat mengembangkan potensi diri secara optimal, khususnya untuk peningkatan keterampilan bermain sepakbola sebagaimana mestinya.
- b. Pelatih SSB Putra Wijaya sebagai masukan dan referensi untuk meningkatkan prestasi kedepannya.
- c. Penulis sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Program Studi Administrasi Pendidikan Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Metode rangkaian bermain lebih efektif digunakan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola daripada metode rangkaian latihan.
2. Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Tinggi lebih baik digunakan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola dibandingkan dengan Kelompok Tingkat Agresifitas Instrumental Rendah.
3. Terdapat interaksi antara metode latihan dan Agresifitas Instrumental dalam peningkatan keterampilan bermain sepakbola.
4. Pada tingkat Agresifitas Instrumental tinggi, metode rangkaian bermain lebih efektif daripada metode rangkaian latihan terhadap peningkatan keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya.
5. Pada tingkat Agresifitas Instrumental rendah, metode rangkaian latihan lebih efektif daripada metode rangkaian bermain terhadap peningkatan keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya.

B. Implikasi

Temuan-temuan penelitian sebagaimana dikemukakan pada kesimpulan menunjukkan bahwa metode rangkaian bermain dan metode rangkaian latihan sama-sama berpengaruh terhadap keterampilan bermain

sepakbola. Namun demikian, bila dilihat besarnya pengaruh keterampilan bermain sepakbola dari masing-masing metode latihan yang diterapkan, metode rangkaian bermain mempunyai pengaruh lebih besar terhadap keterampilan bermain sepakbola dibandingkan metode rangkaian latihan. Hal ini tentu akan menjadi pedoman dan pertimbangan bagi pelatih, pemain SSB Putra Wijaya dan juga masyarakat. Bagi mereka yang ingin meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, maka metode latihan tersebut dapat digunakan oleh pelatih terhadap pemainnya. Metode latihan yang lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan bermain sepakbola adalah metode rangkaian bermain. Selain itu metode rangkaian bermain akan membuat pemain lebih aktif memecahkan kesulitan menguasai gerakan selama proses latihan, pemain akan lebih tertantang untuk dapat menyelesaikannya, sehingga akan timbul semangat dan agresifitas instrumental yang tinggi dalam bermain. Hal ini berbeda dengan metode rangkaian latihan, pada metode latihan ini pemain hanya mengikuti gerakan-gerakan yang diajarkan oleh pelatih saja, sehingga tidak timbul kreatifitas dari pemain lainnya dan menyebabkan pemain jenuh, bosan dan menurunkan semangatnya dalam mengikuti latihan.

Selain itu, dalam penelitian ini juga didapatkan pengaruh interaksi antara metode latihan dan tingkat Agresifitas Instrumental terhadap keterampilan bermain sepakbola pemain SSB Putra Wijaya. Dengan ditemukannya pengaruh interaksi ini berarti bahwa kedua jenis metode latihan memberikan pengaruh yang berbeda terhadap keterampilan bermain sepakbola, apabila dikaitkan dengan tingkat Agresifitas Instrumental. Setiap

proses latihan yang dilakukan hendaknya ditunjang oleh tingkat Agresifitas Instrumental yang tinggi, karena proses latihan adalah suatu kegiatan yang disusun secara sistematis yang dilakukan secara kontinyu. Untuk itu dibutuhkan sumber penggerak dan pendorong tingkah laku individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pada tingkat Agresifitas Instrumental tinggi, ternyata metode rangkaian bermain lebih efektif dari pada metode rangkaian latihan, sedangkan pada tingkat Agresifitas Instrumental rendah justru metode rangkaian latihan lebih efektif dibandingkan metode rangkaian bermain.

Temuan ini mengidentifikasikan bahwa faktor Agresifitas Instrumental perlu ditingkatkan dalam meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, karena tingkat Agresifitas Instrumental adalah dorongan atau semangat yang dimiliki seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan, dengan adanya tingkat Agresifitas Instrumental tinggi maka pemain akan lebih bersemangat dan antusias selama proses latihan. Dengan kata lain bahwa untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola perlu dipertimbangkan tingkat Agresifitas Instrumental pemain.

Keterampilan bermain sepakbola merupakan kecakapan seseorang dalam bermain sepakbola dan telah menguasai beberapa keterampilan yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola. Dengan menguasai keterampilan bermain sepakbola akan menghasilkan kualitas yang baik dalam bermain, sehingga kemungkinan besar dapat memenangkan pertandingan. Dengan kata lain keterampilan bermain sepakbola merupakan hal yang harus dikuasai oleh seseorang untuk bisa bermain sepakbola dengan baik.

Pada tingkat Agresifitas Instrumental tinggi, terbukti bahwa metode rangkaian bermain lebih unggul daripada metode rangkaian latihan dalam pengaruhnya terhadap keterampilan bermain sepakbola. Ini berarti bahwa untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola bagi seorang pemain sepakbola yang memiliki tingkat Agresifitas Instrumental tinggi lebih baik menggunakan metode rangkaian bermain daripada metode rangkaian latihan.

Pada tingkat Agresifitas Instrumental rendah, terbukti bahwa metode rangkaian latihan lebih unggul dari pada metode rangkaian bermain dalam pengaruhnya terhadap keterampilan bermain sepakbola. Namun jika dilihat dari perbedaan rata-rata skor yang didapat ternyata metode latihan rangkaian latihan lebih baik daripada metode rangkaian bermain. Hasil temuan ini dapat diartikan bahwa pada tingkat Agresifitas Instrumental rendah, metode rangkaian latihan lebih baik digunakan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola.

Terjadinya interaksi antara metode latihan dengan tingkat Agresifitas Instrumental terhadap keterampilan bermain sepakbola mengandung arti bahwa pengaruh metode latihan terhadap keterampilan bermain sepakbola tergantung dari tingkat agresifitas instrumental pemain. Pada tingkat Agresifitas Instrumental tinggi metode rangkaian bermain lebih efektif, sedangkan pada tingkat Agresifitas Instrumental rendah sebaiknya menggunakan metode rangkaian latihan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola.

Metode rangkaian bermain dan metode rangkaian latihan merupakan dua bentuk model metode latihan yang memiliki beberapa keunggulan jika dibandingkan dengan beberapa metode latihan selama ini digunakan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola yang seringkali bersifat monoton dalam menerapkan program latihan. Hasil temuan penelitian sebagaimana telah dijelaskan tentu saja berimplikasi positif terhadap peningkatan keterampilan bermain sepakbola khususnya dan terhadap pengembangan keterampilan bermain sepakbola, baik dalam bentuk penggunaannya dalam menentukan program latihan. Oleh karena itu diharapkan hasil penelitian ini memberikan sesuatu yang baru dalam aspek latihan yang diterapkan.

Berdasarkan pada temuan tersebut, maka bagi pelatih sebelum memulai latihan agar dapat mengetahui kelemahan dan kelebihan dari masing-masing metode latihan serta mengetahui tingkat Agresifitas Instrumental yang dimiliki oleh pemain. Hal ini dikarenakan, dengan mengetahui kelemahan serta kelebihan dari masing-masing metode latihan dan tingkat Agresifitas Instrumental yang dimiliki pemain, dosen/pelatih dapat memberikan latihan supaya target latihan akan tercapai sesuai dengan tuntutan yang diberikan.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan dan implikasi, maka dapat diharapkan:

1. Dalam upaya meningkatkan keterampilan bermain sepakbola secara efektif hendaknya menggunakan metode rangkaian bermain, dan juga tidak

mengabaikan tingkat agresifitas instrumental pemain supaya dosen/pelatih bisa menerapkan metode latihan yang sesuai.

2. Untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, pemain yang memiliki tingkat agresifitas instrumental tinggi hendaknya menggunakan metode latihan rangkaian bermain.
3. Untuk pemain yang memiliki tingkat agresifitas instrumental rendah hendaknya menggunakan metode latihan rangkaian latihan.

DAFTAR RUJUKAN

- Akmal. (2010). “Pengaruh Metode Elementer dan Modifikasi Permainan Terhadap Kemampuan Teknik dasar Sepakbola (studi eksperimen pada siswa SSB Cendana Pekan Baru)”. *Thesis* tidak diterbitkan. Padang: Manajemen Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana UNP.
- Arikunto, Suharsimi. (1995). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Berkowitz, Leonard. (1995). *Agresi I, Sebab dan Akibatnya*. Terjemahan Hartatni Woro Susiatni. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo.
- Bompa, Tudor O. and G.Gregory Haff. (2000). *Periodization, Theory and Methodology of Training. Fifth Edition*. Terjemahan Rahantoknam, BE. USA: Human Kinetics.
- Darwis, Ratinus. (1999). *SepakBola*. Padang: FIK UNP.
- Emral. (2003). “Kontribusi Kelincahan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola”. *Thesis* tidak diterbitkan. Padang: Manajemen Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana UNP.
- Fleck, Tom dan Ron Quinn. (2002). *Panduan Latihan Sepakbola Andal*. USA: Ragged Mountain Press.
- Gifford, Clive. (2007). *Keterampilan sepakbola*. Di terjemahkan oleh Andri Setyawan. Yogyakarta: PT Intan Sejati.
- Goleman, Dhaniel. (2000). *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Prestasi*, diterjemahkan Alex Tri Kantjono Widodo. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti P2LPTK.
- [http://www.scribd.com/doc/57112257/Agresifitas instrumental](http://www.scribd.com/doc/57112257/Agresifitas_instrumental). Akses 12 Januari 2013.
- <http://file.upi.edu/Direktori/FPOK>. Akses 16 Januari 2013.
- <http://sosbud.kompasiana.com>. Akses 16 Januari 2013.
- http://de.wikipedia.org/wiki/Methodische_Spielreihe. ARTIKEL, 27 februari 2013.
- Husdarta. (2010). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.