

**PENGARUH METODE RANGKAIAN BERMAIN TERHADAP
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PEMAIN
SEPAKBOLA BASOKA FC**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh

Gelar Sarjana Sains (S.Si)



Oleh :

MUHAMMAD ALFARISI

NIM. 1303440/2013

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

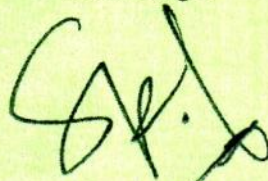
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Metode Rangkaian Bermain Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sepakbola Basoka FC
Nama : Muhammad Alfarisi
BP/NIM : 2013/1303440
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2017

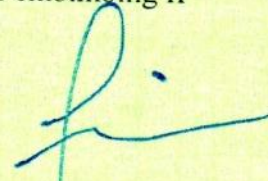
Disetujui :

Pembimbing I




Dr. Muhammad Sazeli Bifki, S.Si.M.Pd
NIP. 19790704 200912 1 004

Pembimbing II



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

Mengetahui :
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Welis, SP M.Kes.
NIP. 19700512 199903 2 00 1

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Muhammad Alfarisi
NIM/ TM : 1303440/ 2013

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Ilmu Keolahragaan
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
Dengan Judul

**PENGARUH METODE RANGKAIAN BERMAIN TERHADAP
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PEMAIN
SEPAKBOLA BASOKA FC**

Padang, Agustus 2017

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd 1.

2. Sekretaris : Ridho Bahtra, S.Si, M.Pd 2.

3. Anggota : Dr. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO 3.

4. Anggota : Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd 4.

5. Anggota : Endang Sepdanius, S. Si, M. Or 5.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri dengan bantuan pembimbing. Di dalam karya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dan dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan dalam kepustakaan.

Padang, Agustus 2017
Yang menyatakan



Muhammad Alfarisi
NIM.1303440/2013

ABSTRAK

Muhammad Alfarisi (2017): Pengaruh Metode Rangkaian Bermain Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sepakbola Klub Basoka FC.

Masalah penelitian adalah rendahnya Keterampilan *Dribbling* Pemain Sepakbola Klub Basoka FC Kecamatan Pariaman Selatan Kota Pariaman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Metode Rangkaian Bermain terhadap keterampilan Menggiring Bola pemain sepakbola klub Basoka FC Kecamatan Pariaman Selatan Kota Pariaman.

Penelitian ini merupakan eksperimen semu (*quasi experiment*). Populasi dalam penelitian ini adalah pemain klub Basoka FC Kota Pariaman yang berjumlah 25 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* yaitu berjumlah 10 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan pre-test dan post-test keterampilan *dribbling* pemain sepakbola. Analisa data dan pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis komparasi dengan menggunakan rumus uji beda mean (uji t) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari analisis data yang dilakukan diperoleh hasil : pengaruh Metode Rangkaian Bermain terhadap keterampilan Menggiring Bola pemain sepakbola Klub Basoka FC, dengan perolehan koefisien uji "t" yaitu $t_{hitung} = 4,66 > t_{tabel} = 2,26$.

Kata Kunci : Metode Rangkaian Bermain, keterampilan *dribbling*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Metode Rangkaian Bermain terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sepakbola Klub Basoka FC”**. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sains Strata Satu pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis telah banyak dapat bantuan dan dorongan baik materil maupun moril dari berbagai pihak. Sehingga dengan itu pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Teristimewa Kedua orang tuaku, Ayahanda dan Ibunda serta seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan moril maupun materil selama penulis dalam masa pendidikan.
2. Bapak Dr. Syafrizar, M.Pd Sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
3. Ibuk Dr. Wilda Welis,SP M.Kes. Sebagai Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan.
4. Bapak Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si M.Pd Selaku Pembimbing I dan Ridho Bahtra, S.Si M.Pd yang tanpa lelah dan penuh kesabaran dalam

membimbing dan mengarahkan penulis sehingga proposal penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

5. Dr. Didin Tohidin, M.Kes.AIFO, Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd, Endang Sepdanius, S.Si.M.Or selaku tim penguji yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh Staf Pengajar Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Seluruh rekan-rekan Kesehatan dan Rekreasi Khususnya BP 2013, yang sama-sama berjuang dalam menggapai cita-cita.
8. Sahabat yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Serta adik-adik yang berlatih di Basoka FC dan bersedia menjadi sampel pada penelitian ini.

Semoga amal baik Bapak dan Ibu serta semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan Skripsi ini mendapat balasan yang berlipat ganda oleh Allah SWT.

Akhirnya Penulis menyadari bahwa Skripsi ini belum sempurna, oleh karena dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang konstruktif Dari semua pihak. Mudah-mudahan Skripsi ini bermanfaat bagi pengelola pendidikan masa yang akan datang. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan hidayah-Nya pada kita semua. Amiin.

Padang, Juli 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori.....	11
1. Permainan Sepakbola.....	11
2. Keterampilan Menggiring Bola.....	12
3. Latihan.....	23
B. Kerangka Konseptual.....	31
C. Hipotesis Penelitian.....	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian.....	33
1. Jenis Penelitian.....	33
2. Desain Penelitian.....	33
3. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
B. Defenisi Operasional.....	34
C. Populasi dan Sampel.....	35
D. Jenis dan Sumber Data.....	36
E. Teknik Pengumpulan Data.....	37
F. Instrumen Penelitian.....	38
G. Teknik Analisis Data.....	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	43

B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	47
C. Pengujian Hipotesis.....	48
D. Pembahasan.....	50
E. Keterbatasan Penelitian.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 1 Jumlah Pemain Basoka FC Kota Pariaman.....	35
2. Tabel 2 Distribusi Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	43
3. Tabel 3 Distribusi data keterampilan <i>Dribbling</i> dari sampel sebelum diberi perlakuan latihan metode rangkaian bermain.....	44
4. Tabel 4 Distribusi Data Keterampilan <i>Dribbling</i> dari Sampel setelah diberikan Perlakuan Latihan Metode Rangkaian Bermain.....	45
5. Tabel 5 Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data.....	47
6. Tabel 6 Rangkuman hasil uji-t sebaran data.....	50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 <i>Dribbling</i> dengan kaki bagian dalam	14
Gambar 2 <i>Dribbling</i> dengan kepala ke depan.....	15
Gambar 3 <i>Dribbling</i> dengan kaki bagian luar	16
Gambar 4 <i>Dribbling</i> dengan punggung kaki.....	17
Gambar 5 Bentuk Pelaksanaan Keterampilan Menggiring Bola	18
Gambar 6 Kerangka Konseptual	32
Gambar 7 Desain Penelitian	33
Gambar 8 Lintasan Tes Menggiring Bola.....	39
Gambar 9 . Histogram Data <i>Pre-Test</i> keterampilan <i>dribbling</i>	45
Gambar 10 Histogram Data <i>Post-Test</i> keterampilan <i>dribbling</i>	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Program Latihan Metode Rangkaian Bermain.....	57
2. Daftar Hadir Sampel Penelitian	67
3. Data Pree-Test	68
4. Data Post-Test	69
5. Data mentah <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	70
6. Pengolahan Data Penelitian	71
7. Analisis Uji Normalitas Sebaran data pre-test	75
8. Analisis Uji Normalitas Sebaran data Post-Test	73
9. Uji Homogenitas	74
10. Analisis Uji hipotesis	75
11. Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z	77
12. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors.....	78
13. Dokumentasi Penelitian	79
14. Surat Balasan Penelitian	91
15. Surat Izin Penelitian.....	92
16. Surat Pengujian Mutu Barang dan Alat Ukur.....	93

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu usaha menciptakan manusia Indonesia seutuhnya adalah pembinaan generasi muda melalui olahraga. Olahraga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat agar masyarakat Indonesia memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar jasmani, tetapi lebih dari itu adalah untuk mencapai prestasi yang maksimal. Prestasi olahraga bila ditinjau dari kepentingannya memberikan dampak positif baik terhadap pribadi maupun kelompok, bahkan dapat mengharumkan nama bangsa dan negara. Hal ini sesuai dengan Undang-Undang Republik Indonesia No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 4 yang menyatakan bahwa :

“Keolahragaan nasional bertujuan untuk 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”.

Berdasarkan kutipan diatas dijelaskan bahwa salah satu tujuan dari berolahraga adalah untuk meningkatkan prestasi, prestasi ini dapat dicapai melalui proses pembinaan pengembangan secara terencana, berjenjang, berkelanjutan, dan terprogram dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Selain itu, prestasi ini juga dapat dicapai dengan meningkatkan latihan secara teratur dan melakukan pembinaan melalui wadah organisasi masing-masing

cabang olahraga agar tercapainya prestasi yang maksimal.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat terkenal di Indonesia dan perkembangannya sangat pesat. Olahraga ini banyak digemari diberbagai kalangan baik kalangan atas maupun bawah, baik muda maupun tua, bahkan saat ini wanitapun sudah mulai menyenangi olahraga ini. Dalam permainan sepakbola memerlukan kerja sama antar pemain, hal tersebut merupakan salah satu ciri dari olahraga permainan. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik dan benar para pemain harus menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola. Pemain yang memiliki kemampuan teknik dasar yang baik cenderung bisa bermain dengan baik.

Penguasaan teknik dalam sepakbola merupakan salah satu modal untuk memenangkan pertandingan. Dengan kata lain, tanpa menguasai teknik terutama teknik dasar tidak mungkin seseorang mencapai prestasi yang baik untuk memenangkan pertandingan maka suatu tim harus terdiri dari individu-individu disamping menguasai teknik harus ditunjang oleh teknik fisik dan mental. Taktik merupakan tindakan yang tidak dapat dipisahkan dari teknik pelaksanaan taktik bersumber dari penguasaan teknik yang ditunjang oleh kemampuan fisik serta kekuatan mental. Fisik merupakan modal dasar untuk dapat melaksanakan kegiatan teknik dan taktik. Tanpa adanya kemampuan fisik yang sempurna tidak mungkin dapat dilaksanakan teknik dan taktik yang baik. Mental merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diabaikan, keberhasilan seseorang pemain sangatlah tergantung dari pada sikap mentalnya.

Salah satu teknik dasar yang sangat penting dan harus dimiliki seorang pesepakbola adalah menggiring bola (*dribbling*). Menurut Darwis (1999: 59) menjelaskan bahwa, “menggiring bola ini merupakan usaha memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain pada saat permainan berlangsung”. Lebih lanjut Soekatamsi (1992: 59) menyatakan bahwa, “menggiring bola adalah gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah”. Dari pendapat di atas dapat diambil kesimpulan bahwa menggiring bola adalah suatu gerakan dalam permainan sepakbola yang menggunakan kaki untuk mendorong bola sehingga berpindah dari suatu tempat ke tempat lain yang bertujuan untuk menguasai bola untuk mencetak gol ke gawang lawan.

Bagi pesepakbola yang telah bermain di level profesional cenderung memiliki *dribbling* yang baik. Sebagaimana kita lihat seorang pemain mega Bintang Lionel Messi dan Eden Hazard bisa dengan mudah mengelabui lawannya dan melewati lawannya hanya dengan mendribble bola dan bisa membawa timnya pada jalur kemenangan. Hal tersebut memperlihatkan betapa pentingnya teknik dasar *dribbling* bagi pesepakbola. Fungsi dari *dribbling* itu sendiri adalah untuk merubah arah bola sesuai dengan yang kita inginkan. Tujuannya adalah untuk melewati lawan baik ketika satu lawan satu atau dua lawan satu sehingga menciptakan suatu peluang untuk menciptakan gol.

Pembinaan dan pengembangan olahraga permainan sepakbola ini juga dilaksanakan di Kota Pariaman melalui sekolah sepakbola. Salah satu sekolah sepakbola yang ada di Kota Pariaman yang diharapkan dapat melahirkan pemain-pemain yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan Sumatera Barat pada

umumnya Kota Pariaman khususnya adalah Para pemain sepakbola klub Basoka FC Kota Pariaman. Agar dapat menjadi seorang pemain yang handal pada saat ini banyak hal perlu diperhatikan oleh pembina/pelatih dan oleh pemain itu sendiri dalam meraih prestasi sepakbola yang baik. Disamping pembinaan yang teratur, terarah dan kontiniu hendaknya pembinaan tersebut dapat diarahkan kepada komponen prestasi seperti kondisi fisik, teknik,taktik dan mental.

Klub Basoka FC merupakan salah satu klub sepakbola yang berada di Kota Pariaman tepatnya di desa Pauh Kurai Taji Kecamatan Pariaman Selatan. Basoka FC sudah cukup lama berdiri dan sudah cukup banyak mendapatkan gelar diberbagai kejuaraan yang diikuti diantaranya adalah juara 2 Basoka Cup se-SUMBAR tahun 2012 dan juara 1 Basoka cup III se-SUMBAR tahun 2014.

Sebagai suatu tim sepakbola yang telah melakukan pembinaan sejak lama dan menginginkan prestasi maksimal, maka sudah seharusnya pemain sepakbola Basoka FC memiliki keterampilan (teknik) bermain yang baik, karena dengan menguasai teknik yang baik akan dapat bermain dengan efektif dan efisien. Efektif berarti sesuai dengan tujuan yang diharapkan sedangkan efisien adalah hemat dalam penggunaan tenaga, jadi apabila pemain telah memiliki teknik atau keterampilan bermain yang baik maka akan dapat menghemat energinya dan memudahkan pemain untuk menjalankan taktik yang diinstruksikan oleh pelatih, sehingga apabila semua komponen tersebut sudah berjalan dengan baik maka prestasi yang diharapkan akan dapat tercapai.

Namun setelah periode 2015, Klub Basoka FC mulai mengalami penurunan prestasi. Hal ini terbukti dari kejuaraan-kejuaraan yang diikuti oleh tim

Basoka FC sudah jarang mendapatkan gelar juara bahkan sering gugur di babak-babak awal. Setelah peneliti mengamati pada kegiatan-kegiatan latihan yang dilakukan dan juga setelah berdiskusi dengan pelatih di klub Basoka FC, terdapat realita yang seringkali ditemukan pada saat sesi latihan, uji coba, maupun ketika pertandingan resmi, yaitu masih rendahnya penguasaan teknik atau keterampilan bermain pemain klub Basoka FC salah satunya kurangnya kemampuan menggiring bola yang dilakukan oleh para pemain. Hal ini terlihat dari seringnya bola terlepas dari kaki pemain ketika menggiring bola, baik saat sendirian, maupun ketika dihadang oleh lawan.

Dari uraian diatas dapat kita ketahui bahwa rendahnya penguasaan teknik pemain klub Basoka FC salah satunya kurangnya kemampuan menggiring bola, yang mana hal tersebut bisa menyebabkan kekalahan bagi klub Basoka FC sehingga terjadinya penurunan prestasi klub tersebut. Menurut Syafrudin (1999:22), “pencapaian prestasi olahraga dipengaruhi oleh banyak faktor yang berasal dari dalam (*internal*) maupun dari luar (*eksternal*)”. Lebih lanjut Syafrudin (1999 : 23) menjelaskan, “faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri sang atlet seperti kemampuan fisik, dan teknik sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri atlet seperti sarana prasarana, pelatih, keluarga, dana, gizi dan sebagainya”. Dari pendapat di atas dapat kita ketahui bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi prestasi seorang atlet seperti faktor internal yang berasal dari dalam diri sang atlet sendiri, dan juga faktor internal yang berasal dari luar diri sang atlet.

Salah satu faktor internal yang mempengaruhi prestasi adalah kondisi fisik. Bagi setiap cabang olahraga memerlukan kondisi fisik yang bagus agar bisa melakukan teknik, taktik yang diberikan oleh pelatih sehingga hasilnya akan maksimal seperti cabang olahraga sepakbola. Dalam menguasai teknik-teknik sepakbola terutamanya teknik menggiring bola hal yang terpenting yang harus dimiliki oleh setiap pemain adalah kondisi fisik yang baik. Bafirman (2008 :4) menjelaskan bahwa “komponen dasar kondisi fisik ditinjau dari konsep *muscular* meliputi : daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*)”. Diantara komponen kondisi fisik diatas, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi sangat penting dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Kelincahan merupakan salah satu komponen fisik yang banyak dipergunakan dalam olahraga seperti dalam sepakbola. Menurut Agus (2012:71-72) mendefinisikan “kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat merubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan”. Kelincahan biasanya dapat dilihat dari keterampilan bergerak dengan cepat, mengubah arah dan posisi, menghindari benturan antara pemain dan keterampilan berkelit dari pemain di lapangan. Keterampilan bergerak mengubah arah dan posisi tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi dalam waktu yang relatif singkat dan cepat. .

Selain kelincahan, kecepatan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam menggiring bola. Menurut Corbin dalam Bafirman (2008 : 65),

“kecepatan adalah kemampuan untuk melangkah dari suatu tempat ketempat lainnya dalam waktu sesingkat mungkin”. Jadi dari pendapat di atas dapat diketahui bahwa kecepatan adalah kemampuan tubuh untuk berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain dalam waktu secepat mungkin.

Koordinasi adalah unsur kondisi fisik yang juga tak bisa dipisahkan perannya terhadap kemampuan menggiring bola. Menurut Agus (2012:86) menyatakan bahwa “koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan berbagai gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif”.

Keseimbangan merupakan kemampuan dasar yang digunakan dalam setiap kegiatan sehari-hari seperti berjalan, berlari, melompat serta berbagai gerakan dan aktifitas yang menunjang dalam sebagian besar kegiatan olahraga. Teknik menggiring bola dipengaruhi oleh keseimbangan yang dimiliki, sebab ketika menggiring bola, perubahan posisi kaki yang cepat, bergantian dan selang seling-seling membutuhkan kondisi keseimbangan pada tubuh.

Sedangkan salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi prestasi olahraga sepakbola adalah metode latihan. Dalam meningkatkan kemampuan bermain atau teknik dalam sepakbola tidak hanya dengan memperbaiki kondisi fisik saja melainkan juga dengan memperbanyak metode latihan, salah satunya dengan metode rangkaian bermain. Metode bermain mengandung pengertian bahwa dalam situasi bermain tersebut harus ada lawan, harus ada kalah dan menang dan ada peraturan yang mengikat. Metode pengajaran rangkaian bermain merupakan metode pengajaran yang menjadikan suasana atau situasi bermain untuk menumbuhkan persaingan yang menyenangkan dalam diri seseorang, agar

mereka termotivasi dalam latihan. Selanjutnya Grossing dalam Zulfar (1995:21) yang menyatakan “metode latihan rangkaian bermain merupakan proses latihan yang diurutkan dalam bentuk permainan sederhana dari mudah keurutan yang lebih sulit serta kompleks dengan menuju kepermainan yang sebenarnya”. Untuk mencegah kemungkinan timbulnya kebosanan pemain dalam latihan maka metode rangkaian bermain, cenderung akan dapat membantu meningkatkan motivasi pemain. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Locke dalam Hutasuhut (1993:12) bahwa “Penggunaan metode penemuan dan permainan dapat menimbulkan suasana latihan yang menyenangkan disamping metode pujian dan kritikan pribadi”.

Mengingat komponen-komponen dasar kondisi fisik merupakan hal penting yang tidak dapat dipisahkan dari penggunaan teknik dasar pada kegiatan olahraga secara umum, termasuk dalam olahraga sepak bola, karena itulah peneliti menarik kesimpulan bahwa lemahnya unsur-unsur kondisi fisik yang dimiliki oleh para pemain sepakbola klub Basoka FC dan metode latihan yang kurang tepat sangat berhubungan erat dengan kurangnya kemampuan menggiring bola pada para pemain yang akhirnya berimbas terhadap penurunan prestasi pada klub tersebut.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa latihan dengan metode bermain adalah merupakan suatu cara atau pendekatan yang efisien dalam memberikan materi latihan yang dilaksanakan dalam situasi bermain sehingga pemain dalam latihan tidak merasa bosan. Seorang pelatih harus mampu untuk melatih dengan baik dan tentunya dengan metode melatih yang baik pula.

Sehingga dapat menampilkan prinsip dalam pelaksanaan latihan, agar pemain termotivasi untuk mengikuti latihan, disamping itu pelatih harus bisa mengembangkan peraturan-peraturan yang mudah dimengerti pemain sehingga dapat memberi semangat. Sarana dan prasarana pendukungpun perlu diadakan sesuai dengan tujuan latihan.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berkaitan dengan masalah tersebut. Dari penelitian ini diharapkan bisa melahirkan satu langkah antisipatif terhadap masalah yang terjadi pada klub Basoka FC kedepannya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diajukan identifikasi masalah yakni sebagai berikut:

1. Metode rangkaian bermain dalam menggiring bola
2. Kelincahan dalam menggiring bola
3. Sarana dan prasarana latihan
4. Kecepatan dalam menggiring bola
5. Keseimbangan dalam menggiring bola
6. Koordinasi gerak dalam menggiring bola

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan fenomena yang peneliti temukan di lapangan maka penelitian ini dibatasi pada : pengaruh metode rangkaian bermain terhadap keterampilan menggiring bola.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah pada bagian terdahulu maka rumusan masalah penelitian ini adalah: Apakah terdapat pengaruh Metode Rangkaian Bermain terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain sepakbola klub Basoka FC Kota Pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah : Untuk mengetahui Pengaruh Metode Rangkaian Bermain terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain sepakbola klub Basoka FC Kota Pariaman.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Salah satu syarat penulis untuk mendapatkan gelar Sarjana Sains (S.Si) pada jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program studi Ilmu Keolahragaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pembina, sebagai masukan informasi demi perkembangan pembinaan sepakbola klub Basoka FC Kota Pariaman.
3. Pelatih, sebagai bahan acuan yang melatih sepakbola untuk pencapaian prestasi tim sepakbola.
4. Peneliti selanjutnya sebagai bahan acuan dan kajian dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode rangkaian bermain terhadap keterampilan menggiring bola pemain sepakbola Basoka FC Kota Pariaman secara empiris.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Kepada para pelatih atau pembina olahraga sepakbola agar memberikan latihan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* sepakbola, khususnya kondisi fisik kekuatan, kelincahan dan kecepatan, serta memilih bentuk latihan kekuatan, kelincahan dan kecepatan. Salah satu bentuk latihan yang dapat diterapkan adalah metode rangkaian bermain.
2. Bagi atlet pada umumnya dan khususnya pemain sepakbola usia 13-19 tahun yang latihan di klub Basoka FC yang ikut latihan *dribbling* sepakbola disarankan dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* dengan melakukan latihan secara disiplin, sistematis dan berkesinambungan.
3. Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian ini agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi untuk melakukan penelitian mengenai latihan metode rangkaian bermain ini lebih dalam lagi, ataupun melakukan penelitian bentuk latihan kekuatan, kecepatan dan kelincahan lainnya dan membandingkan dengan latihan metode rangkaian bermain ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus, Apri. (2012). *Olahraga Kebugaran Jasmani*. Padang: Sukabina Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Afrizal. (2004). *Permainan Sepak Bola*. Padang: FIK UNP Padang.
- Buku panduan penulisan tugas akhir/ skripsi Universitas Negeri Padang (2014). Padang UNP.
- Bafirman. (2008). *Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: Wineka Media.
- Darwis, Ratinus. (1999). *Sepak Bola*. Padang: FIK UNP.
- Harsono. (1988). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK.
- Isparjadi. (1988). *Statistik Pendidikan*. Jakarta: Depdiknas.
- Lufri dan Ardi. *Metode Penelitian*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Luthan, Rusli (1986). *Belajar Kemampuan Motorik*. Pengantar Teori Metode. Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Jakarta.
- Luxbacher. 2004. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Pakar Raya.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta Pusat. Direktorat Jenderal Olahraga.
- Sajoto. Muhammad. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: P2LPTK, Ditjen Dikti Depdikbud.
- Sneyers, Jef. 1988. *Sepakbola (Latihan dan Strategi Bermain)*. Jakarta: PT. Rosda Jaya Putra.
- Suharno. 1985. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan Sekolah Tinggi Olahraga.
- Syafruddin. (1999). *Dasar-Dasar Kepeleatihan Olahraga*. Padang: DIP Proyek UNP.
- (2011), *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*, Padang: UNP PRESS.