

**PENGARUH METODE BENTUK BERMAIN DAN METODE BENTUK  
LATIHAN TERHADAP KETERAMPILAN TEKNIK DASAR  
SEPAKBOLA SEKOLAH SEPAKBOLA TUAH SAKATO  
PASAMAN BARAT**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sains Pada  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



**OLEH:  
ARI NALDI  
1207047/2012**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

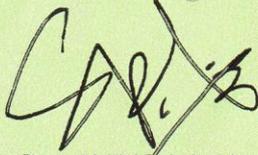
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

PENGARUH METODE BENTUK BERMAIN DAN METODE BENTUK  
LATIHAN TERHADAP KETERAMPILAN TEKNIK DASAR  
SEPAKBOLA SEKOLAH SEPAKBOLA TUAH SAKATO PASAMAN  
BARAT

Nama : Ari Naldi  
Nim/Bp : 1207047/2012  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

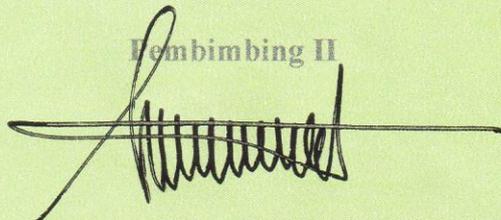
Padang, Januari 2018

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Dr. Anton Komaini, S.Si.M.Pd  
NIP. 19860712 201012 1 008

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Welis, SP. M.Kes  
NIP.19700512 199903 2 001

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*

### **PENGARUH METODE BENTUK BERMAIN DAN METODE BENTUK LATIHAN TERHADAP KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA SSB TUAH SAKATO PASAMAN BARAT**

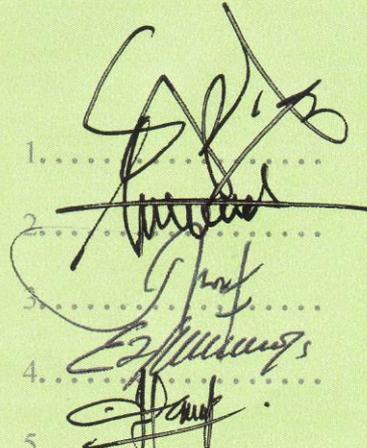
Nama : Ari Naldi  
NIM/BP : 1207047/2012  
Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2018

#### Tim Penguji

1. Ketua : Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si. M.Pd
2. Sekretaris : Dr. Anton Komaini, S.Si. M.Pd
3. Anggota : Dr. Didin Tohidin, M.Kes. AIFO
4. Anggota : Endang Sepdanius, S.Si. M. Or
5. Anggota : Hadi Pery Fajri, S.Si. M.Pd

1. ....  
2. ....  
3. ....  
4. ....  
5. ....



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Pengaruh Metode Bentuk Bermain dan Metode Bentuk Latihan Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat”**, adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan penguji;
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada keperpustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya tulis ini, serta sanksi lain nya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2018

Yang membuat pernyataan



**Ari Naldi**  
**NIM: 1207047**

## ABSTRAK

### **Ari Naldi (2018) : Pengaruh Metode Bentuk Bermain dan Metode Bentuk Latihan Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat**

Masalah penelitian adalah masih rendahnya Keterampilan teknik dasar Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1). Pengaruh metode bentuk bermain terhadap keterampilan teknik dasar Pemain Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat. 2) Pengaruh metode bentuk latihan terhadap keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat. 3) Pengaruh metode bentuk bermain dan metode bentuk latihan terhadap keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi experimental*). Desain Penelitian menggunakan *Two Group pre test and post test* Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Tuah Sakato Pasaman Barat terdiri dari kelompok pemula sampai kelompok senior terdiri dari 38 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* yaitu berjumlah 18 orang. Instrumen Penelitian Tes Keterampilan Sepakbola yaitu rangkaian tes yang dilakukan adalah 1) Tes *Passing*, 2) Tes Mendribel Bola (*Dribbling*), 3) Menendang Bola ke gawang. Analisis data untuk pengujian hipotesis penelitian menggunakan uji-t dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Terdapat pengaruh yang signifikan Metode Bentuk Bermain terhadap keterampilan teknik dasar Sepakbola, dengan (Thitung 5,31 > T tabel 1,86). Dari *mean* 136 pada *pre test* menjadi 170,56 pada *post test*. 2) Terdapat pengaruh yang signifikan Metode Bentuk Latihan terhadap keterampilan teknik dasar Sepakbola, dengan (thitung 5,87 > T tabel 1,86). Dari *mean* 164,56 pada *pre test* menjadi 190,22 pada *post test*. 3) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara pengaruh metode bentuk bermain dengan metode bentuk latihan terhadap keterampilan teknik dasar Sepakbola (Thitung 2,38 > T tabel 1,86) *mean post test* kelompok Metode Bentuk Bermain 170,56 dan *mean post test* kelompok Metode Bentuk Latihan 190,22. Dimana Bentuk Metode Bermain menunjukkan hasil yang lebih baik dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar Sepakbola.

***Kata Kunci : Metode Bentuk Bermain, Metode Bentuk Latihan, Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola***

## KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "**Pengaruh Metode Bentuk Bermain dan Metode Bentuk Latihan Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat**".

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Padang Prof. Dr. Ganefri, Ph. D, yang telah memberi berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan program studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Dr. Syafrizar, M.Pd, yang telah memberikan kesempatan saya untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan ibuk Dr. Wilda Wellis, SP. M.Kes yang telah memberikan izin dalam melakukan penelitian ini.

4. Dr. M.Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd, selaku Pembimbing I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan Proposal hingga penelitian ini siap dilaksanakan dan Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd, selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan serta arahan dalam pembuatan Skripsi ini..
5. Dr.Didin Tohidin, M.Kes.AIFO, Hadi Pery Fajri, S.Si. M.Pd , Endang Sepdanius, S.Si. M.Or, selaku Penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam pembuatan Skripsi ini.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen/staf pengajar Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dan motivasi dalam pembuatan Skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu karyawan/tata usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan, pelayanan dan memfasilitasi peneliti sehingga Skripsi ini selesai.
8. Seluruh rekan-rekan seperjuangan mahasiswa Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Terima kasih kepada seluruh sahabat, teman-teman yang selalu membantu dalam susah maupun senang dan selalu mendo'akan serta memberikan bantuan moral, moril dan materi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut diatas, semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Amin-amin ya rabbal'amin.

Padang, Januari 2018

Peneliti

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABLE</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Perumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	11
1. Permainan Sepakbola .....	11
a. Pengertian .....	11
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi.....	12
c. Teknik Dasar Sepakbola.....	13
1) <i>Passing</i> (Mengoper bola) .....	14
2) <i>Dribbling</i> (Menggiring bola).....	16
3) <i>Shooting</i> (Menembak) .....	18
2. Metode Bentuk Bermain .....	22
a. Pengertian Metode Bentuk Bermain .....	22
b. Fungsi dan Kegunaan .....	24
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi.....	24
3. Metode Bentuk latihan .....	26
a. Pengertian Bentuk Latihan .....	26
b. Fungsi dan Kegunaan .....	28
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi.....	28

4. Metode Latihan .....	29
a. Metode .....	29
b. Pengertian Latihan .....	29
c. Kegunaan Latihan.....	30
B. Kerangka Konseptual.....	32
C. Hipotesis Penelitian .....	34
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	35
C. Desain Penelitian .....	36
D. Defenisi Operasional.....	37
E. Variabel Penelitian.....	38
F. Pengembangan Perlakuan .....	38
G. Penyusunan Jadwal Latihan.....	39
H. Prosedur Penelitian .....	40
I. Instrumen Penelitian .....	41
J. Teknik Analisis Data .....	46
<b>BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data Penelitian.....	48
1. Data Awal ( <i>Pre-Test</i> ) Kelompok dengan menggunakan Metode Bentuk Bermain .....	48
2. Data Awal ( <i>Pre-Test</i> ) Kelompok dengan menggunakan Metode Bentuk Latihan.....	49
3. Data Akhir ( <i>Post-Test</i> ) Kelompok dengan menggunakan Metode Bentuk Bermain .....	51
4. Data Akhir ( <i>Post-Test</i> ) Kelompok dengan menggunakan Metode Bentuk Latihan.....	52
B. Uji Persyaratan Analisis.....	54
C. Pengujian Hipotesis.....	55
D. Pembahasan.....	58
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Jumlah Atlet SSB Buah Sakato Pasaman Barat .....	36
2. Pengawas dan Tenaga Pembantu Tes .....	40
3. Norma Tes <i>Passing</i> .....	43
4. Transformasi skor tes <i>dribbling</i> ke dalam T-Skore.....	44
5. Norma Penilaian <i>Dribbling</i> .....	44
6. Transformasi skor Tes <i>Shooting at the ball</i> ke dalam T-Skore.....	46
7. Norma penilaian <i>Test Shooting at the ball</i> .....	46
8. Distribusi Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> .....	
9. Distribusi Data Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Dari Sampel Sebelum Diberi Perlakuan Metode Bentuk Bermain .....	48
10. Distribusi Data Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Dari Sampel Sebelum Diberi Perlakuan Metode Bentuk Latihan.....	50
11. Distribusi Data Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Dari Sampel Setelah Diberi Perlakuan Metode Bentuk Bermain .....	51
12. Distribusi Data Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Dari Sampel Setelah Diberi Perlakuan Metode Bentuk Latihan.....	53
13. Uji Normalitas Data .....	54
14. Uji-t <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Metode Bentuk Bermain.....	55
15. Uji-t <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Metode Bentuk Latihan.....	56
16. Uji-t Data <i>Post Test</i> .....	57

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Pelaksanaan Passing <i>inside of foot</i> .....	15
2. Pelaksanaan Menggiring Dengan Kura-Kura Bagian Atas.....	18
3. Tendangan Dengan Kaki Bagian Dalam.....	19
4. Tendangan dengan punggung kaki.....	20
5. Tendangan Dengan punggung Kaki Bagian Dalam.....	21
6. Tendangan Dengan Punggung Kaki Bagian Luar.....	21
7. Metode Bentuk Bermain 4 vs 2.....	23
8. Metode Bentuk Latihan <i>Passing</i> .....	26
9. Bagan Kerangka Konseptual.....	34
10. Desain Penelitian.....	36
11. <i>Ordinally Meatching Pairing</i> .....	38
12. Lapangan Tes passing dan mengontrol bola .....	42
13. Lapangan Tes Mendribel Bola .....	43
14. Lapangan Tes Menendang Bola Ke Gawang.....	45
15. Grafik Data <i>Pree-Test</i> Metode Bentuk Bermain.....	49
16. Grafik Data <i>Pree-Test</i> Metode Bentuk Latihan .....	50
17. Grafik Data <i>Post-Test</i> Metode Bentuk Bermain .....	52
18. Grafik Data <i>Post-Test</i> Metode Bentuk Latihan.....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Program Latihan.....	70
2. Data Tes Awal Teknik Dasar Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat .....	90
3. Hasil Tes Awal Teknik Dasar Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat .....	91
4. Data Tes Akhir Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat Metode Bentuk Bermain .....	92
5. Data Tes Akhir Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat Metode Bentuk Latihan.....	93
6. Pembagian Kelompok Perlakuan Setelah Data <i>Pre Test</i> Keterampilan Teknik Dasar di Ranking dan Matching .....	94
7. Pembagian Kelompok Perlakuan Setelah Data <i>Post Test</i> Keterampilan Teknik Dasar di Ranking dan Matching .....	95
8. Uji Normalitas <i>Pre Test</i> Keterampilan Teknik Dasar Kelompok Perlakuan Metode Bentuk Bermain .....	96
9. Uji Normalitas <i>Pre Test</i> Keterampilan Teknik Dasar Kelompok Perlakuan Metode Bentuk Latihan.....	97
10. Uji Normalitas <i>Post Test</i> Keterampilan Teknik Dasar Kelompok Perlakuan Metode Bentuk Bermain .....	98
11. Uji Normalitas <i>Post Test</i> Keterampilan Teknik Dasar Kelompok Perlakuan Metode Bentuk Latihan.....	99
12. Terdapat pengaruh yang signifikan Metode Bentuk Bermain terhadap Keterampilan teknik dasar Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat..	100
13. Terdapat pengaruh yang signifikan Metode Bentuk Latihan terhadap Keterampilan teknik dasar Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat..	102
14. Terdapat pengaruh yang signifikan Metode Bentuk Bermain dan Metode Bentuk Latihan terhadap Keterampilan teknik dasar Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat.....	104
15. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar dari 0 ke z.....	106

16. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors .....	107
17. Nilai persentil untuk distribusi t .....	108
18. Foto dokumentasi penelitian .....	109
19. Surat izin penelitian	
20. Surat telah melakukan penelitian	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Hakekat olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan melawan diri sendiri atau dengan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam. Istilah olahraga saat ini tidak asing lagi bagi masyarakat. Olahraga dapat diartikan sebagai kebutuhan yang merupakan suatu kegiatan manusia yang ingin hidup sehat, baik jasmani maupun rohaninya. Menurut Apri Agus (2012:22) “tujuan orang berolahraga diantaranya untuk meningkatkan derajat kesehatan, untuk meningkatkan kebugaran jasmani, untuk rekreasi, untuk mencapai prestasi, dan untuk pendidikan”.

Olahraga merupakan salah satu aspek yang dapat meningkatkan kualitas manusia secara jasmaniah dan rohaniah. Dengan olahraga prestasi diharapkan dapat mengangkat harkat dan martabat Indonesia di masa yang akan datang. Olahraga tidak hanya bersifat prestasi tetapi olahraga juga bisa bersifat rekreasi dan juga bertujuan untuk meningkatkan kesehatan jasmani, pendidikan, dan pengobatan. Olahraga pada saat sekarang ini merupakan suatu kegiatan rutin yang dilakukan oleh banyak orang di Indonesia. Olahraga juga sudah di atur dalam UU RI no.3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 4 yang berbunyi:

“Sistem Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak yang mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan Nasional dan mengangkat harkat dan kehormatan bangsa”.

Dengan sistem olahraga yang tertata seperti di jelaskan dalam Undang-undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional diharapkan olahraga sepak bola di Indonesia dapat berkembang. Namun di Indonesia saat ini Sepakbola belum tertata rapi, baik itu dalam segi pengelolaan kompetisi ataupun dari segi pemain itu sendiri. Menurut Muhajir (2007:34):

“Syarat-syarat menjadi pemain Sepakbola di tinjau dari 2 faktor, yaitu faktor fisik yang terdiri dari faktor kesehatan, faktor kebugaran, faktor kelincahan, faktor postur tubuh, dan faktor keterampilan. Sedangkan faktor non fisik terdiri dari faktor motivasi, faktor daya juang, dan faktor kerja sama”.

Faktor fisik yang di maksud dalam kutipan tersebut adalah: 1) faktor kesehatan yang menyangkut medis, 2) faktor kebugaran yang menyangkut stamina, 3) faktor kelincahan yaitu bergerak dengan cepat dan mengubah arah dengan tangkas, 4) faktor postur tubuh yang menyangkut bentuk badan, 5) faktor keterampilan yang menyangkut kemampuan dan bakat. Sedangkan faktor non fisik meliputi: 1) faktor motivasi menyangkut dorongan dalam diri, 2) faktor daya juang menyangkut rasa semangat dalam setiap pertandingan, 3) faktor kerjasama menyangkut keinginan untuk bekerja sama dengan pemain lain.

Olahraga Sepakbola adalah olahraga yang membutuhkan keterampilan, setiap pemain Sepakbola harus memiliki keterampilan atau teknik yang diperlukan dalam permainan Sepakbola seperti teknik menggiring bola, teknik menipu lawan, dan teknik-teknik lainnya. Keterampilan tidak dapat di pelajari sesaat tetapi memerlukan waktu yang panjang atau memerlukan suatu proses yang panjang. Agar seorang pemain Sepakbola memiliki keterampilan menguasai seluruh teknik dan terampil dalam permainan Sepakbola harus di didik atau

diberikan pengetahuan dan keterampilan bermain Sepakbola sedini mungkin. Dengan diberikannya pengetahuan dan keterampilan sejak dini diharapkan nantinya seseorang yang memiliki bakat dapat berpretasi dalam olahraga Sepakbola.

Untuk mengajarkan permainan Sepakbola bagi pemain Sepakbola perlu adanya perencanaan bentuk metode pengajaran yang tepat agar dapat tercapai sasaran yang diinginkan. Berbagai-bentuk metode pengajaran disini diarahkan agar anak didik dapat melakukan permainan sesuai yang di harapkan. Sesuai dengan konsep yang sudah diuraikan sebelumnya. Dalam olahraga Sepakbola ada beberapa metode yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan anak dalam bermain Sepakbola. Dalam Yulifri dan Arsil (2011:66) mengatakan bahwa “ada beberapa metode pengajaran dalam Sepakbola yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dalam bermain yaitu metode bermain dan metode bentuk latihan”

Metode yang dijelaskan di atas merupakan suatu rangkaian bentuk pengajaran dalam olahraga Sepakbola yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan anak dalam bermain Sepakbola. Metode bentuk bermain merupakan usaha pencapaian melalui kegiatan-kegiatan yang kompleks yang dapat mencerminkan terjadinya suatu permainan atau pertarungan diantara dua regu, sedangkan metode bentuk latihan biasanya dilakukan terhadap elemen-elemen dari permainan seperti untuk latihan teknik baik secara terpisah maupun secara kombinasi. Dengan dilakukannya metode bentuk latihan diharapkan anak didik dapat memperoleh pengalaman dalam melaksanakan beberapa elemen teknik yang

berhubungan satu sama lain sebagai salah satu contoh dengan mengkombinasikan beberapa elemen teknik seperti passing, menahan bola, dan mendribble.

Dengan diterapkannya metode-metode yang dijelaskan diatas diharapkan seorang pemain Sepakbola atau peserta didik dapat mengembangkan bakat dan kemampuannya dalam bermain Sepakbola. Namun untuk menjadikan seorang pemain Sepakbola berprestasi, masih banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi. Pencapaian prestasi yang tinggi dalam Sepakbola di pengaruhi oleh banyak faktor, seperti yang di ungkapkan oleh Syafrudin (1999:57) yang menyatakan bahwa “faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi ada 2 yaitu faktor internal dan faktor eksternal”. Adapun faktor internal tersebut adalah faktor kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang timbul dari luar diri atlet seperti pelatih, sarana dan prasarana, iklim, keluarga, dan cuaca, makanan yan bergizi dan sebagainya.

Faktor internal tidak hanya melibatkan fisik dan taktik, tetapi juga melibatkan teknik dasar dalam bermain sepak bola. Yuliftri dan Arsil (2011:78) mengatakan bahwa “terdapat dua komponen teknik dasar Sepakbola yaitu teknik tanpa bola dan teknik dengan bola.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, teknik dasar tanpa bola merupakan kegiatan atau gerakan-gerakan yang dilakukan seorang pemain di lapangan tanpa bola yang bertujuan untuk mengganggu konsentrasi lawan, mencari posisi yang baik sehingga teman dapat mengoper bola serta memberi umpan yang sempurna untuk menciptakan peluang yang baik. Gerakan teknik tanpa bola meliputi, lari, melompat, *tackling* (merampas bola), rempel (*body*

*chart*). Teknik dasar dengan bola adalah suatu gerakan yang dilakukan pemain sambil menguasai bola yang meliputi, *passing*, *shooting* menahan dan mengontrol bola, menggiring bola, melempar bola dan teknik penjaga gawang.

Teknik dasar merupakan salah satu “pondasi” bagi seseorang untuk dapat bermain Sepakbola dengan baik dan benar. Teknik dasar merupakan semua kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain Sepakbola. Seluruh kegiatan dalam bermain dilakukan dengan gerakan-gerakan, baik gerakan yang dilakukan dengan bola maupun gerakan tanpa bola. Dengan demikian gerakan-gerakan dalam permainan Sepakbola semata-mata melibatkan orang dan bola. Pada saat bermain, pemain yang mengolah bola hanya satu orang sedangkan pemain yang lain akan melakukan gerakan, baik pemain penyerang maupun pemain bertahan.

Dengan memahami teknik dasar diatas diharapkan pelatih dapat mempraktekkan dan mengembangkan pelaksanaan teknik dasar tersebut. Bentuk bermain dan bentuk latihan tersebut dapat dirancang sedemikian rupa yang memungkinkan anak didik dapat mengalami bermacam-macam situasi di dalam bermain Sepakbola. Diharapkan pemain mendapatkan pengalaman dalam setiap bentuk modifikasi tersebut sehingga dapat di jadikan bekal bagi anak didik untuk dapat bermain Sepakbola yang sesungguhnya sesuai dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku.

Untuk menentukan bentuk bermain dan bentuk latihan harus dikaitkan dengan kemampuan anak didik dalam bermain Sepakbola. Berdasarkan hal tersebut kita dapat menggabungkan bentuk bermain dan bentuk latihan dengan

teknik dasar sebagai salah satu contoh dengan mengkombinasikan beberapa elemen teknik seperti, *passing*, *shooting*, menahan bola dan mendribel. Metodologi untuk latihan digunakan dalam mencapai tujuan terhadap peningkatan kemampuan elemen-elemen teknik baik dilakukan secara terpisah maupun secara kombinasi di antara elemen teknik yang saling berhubungan antara satu sama lain. Urutan latihan sama halnya dengan urutan bermain, dimana proses belajar dimulai dengan kegiatan mudah secara bertahap dengan variasi tertentu kepada kegiatan yang lebih sukar sampai kepada suatu bentuk latihan yang diinginkan.

Prestasi olahraga Sepakbola di Indonesia bukanlah sesuatu yang didapatkan dengan mudah, dibutuhkan pembinaan yang baik di seluruh wilayah Indonesia dari Sabang sampai Merouke. Perkembangan Sepakbola di Provinsi Sumatra Barat belum terlalu pesat perkembangannya. Berdasarkan perkembangan Sepakbola di wilayah Sumatra Barat, Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Pasaman Barat merupakan salah satunya. Tim ini berlatih di lapangan Sepakbola Pertanian Padang Tujuh Kabupaten Pasaman Barat.

Dengan teori yang mempengaruhi prestasi pemain Sepakbola tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk mencoba melakukan penelitian terhadap metode bentuk bermain dan metode bentuk latihan di Sekolah Sepakbola (SSB) Tuah Sakato Pasaman Barat.

Dari hasil pengamatan dan observasi peneliti dalam pelaksanaan kegiatan latihan pada Rabu, Tanggal 29 Januari 2016. Pembinaan olahraga Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat, terlihat dari anak didik berlatih masih banyak yang mempunyai kemampuan teknik dasar sepakbola yang rendah, seperti yang

ditunjukkan pada saat melakukan gerakan-gerakan teknik dalam bermain yaitu penguasaan dribel bola yang masih lemah, pelaksanaan *passing* yang belum tepat ke sasaran. Kemudian, dari pemantauan peneliti pada setiap kejuaraan yang diikuti SSB Tuah Sakato tidak menunjukkan grafis prestasi naik sebaliknya mendapatkan hasil selalu belum memuaskan. Dalam beberapa pertandingan yang di ikuti SSB Tuah Sakato Pasaman Barat, terlihat dari beberapa kali pertandingan yang di ikuti SSB Tuah Sakato pada Piala Dispora Usia15 antar Sekolah Sepakbola se Kabupaten Pasaman Barat, begitu jelas terlihat SSB Tuah Sakato mengalami kekelahan yang disebabkan rendahnya penguasaan bola, yang di sebabkan sering terjadi kesalahan passing antar pemain yang tidak tepat sehingga bola begitu mudah di rebut oleh tim lawan, bukan hal itu saja pada saat dribbling yang di lakukan pemain pada saat pertandingan terlihat penguasaan dribbling pemain yang masih lemah saat menggiring bola, dribbling yang dilakukan pemain SSB Tuah Sakato sering tidak terarah bahkan bola tidak terkuasai dengan baik. Tidak hanya dribbling dan psassing saja, shooting yang dilakukan pemain dari beberapakali yang dilakukan dalam permainan untuk mencoba untuk menciptakan gol masih terlihat lemah bahkan begitu mudah di tangkap oleh kiper tim lawan bahkan shhoting tidak sampai mendekati gawang ataupun mengancam gawang dari tim lawan. Dari permasalahan tersebut diduga ada beberapa faktor yang memepengaruhi antara lain : metode latihan yang digunakan pelatih belum tepat, kondisi fisik anak didik yang masih rendah, sarana dan prasarana latihan yang belum lengkap.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul penelitian **“Pengaruh Metode Bentuk Bermain dan Metode Bentuk Latihan Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka terdapat identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh kondisi fisik terhadap keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.
2. Apakah metode bentuk bermain akan memberikan pengaruh terhadap keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.
3. Apakah metode bentuk latihan akan memberikan pengaruh terhadap keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.
4. Bagaimana cara atau metode latihan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.
5. Apakah metode bentuk bermain dan metode bentuk latihan memberikan pengaruh berbeda terhadap teknik dasar pemain Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat keterbatasan waktu, biaya, dan kemampuan peneliti maka penelitian ini perlu di batasi pada:

1. Metode bentuk latihan pemain SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.

2. Metode bentuk bermain pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat.
3. Keterampilan teknik dasar pemain SSB Buah Sakato Pasaman Barat.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dirumuskan masalah penelitian yaitu :

1. Apakah terdapat pengaruh metode bentuk latihan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat?
2. Apakah terdapat pengaruh metode bermain terhadap keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara metode bentuk latihan dan metode bentuk bermain terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat?

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

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yaitu :

1. Untuk mengetahui pengaruh metode bentuk bermain terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar Pemain Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat.
2. Untuk mengetahui pengaruh metode bentuk latihan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat.
3. Untuk mengetahui pengaruh metode bentuk bermain dan metode bentuk latihan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar pemain Sepakbola SSB Buah Sakato Pasaman Barat.

**F. Manfaat Penelitian**

1. Bagi penulis sendiri, sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Sains pada Jurusan Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi peneliti dan pemain sepak bola usia 12-15 serta pengurus SSB Tuah Sakato agar mengetahui manfaat metode bentuk bermain dan metode bentuk latihan terhadap teknik dasar Sepakbola.
3. Sebagai salah satu gambaran untuk Pelatih agar mengetahui sejauh mana keterampilan teknik dasar Sepakbola SSB Tuah Sakato Pasaman Barat.
4. Sebagai bahan keputusan dalam penulisan karya ilmiah.