

**PENGARUH METODE BENTUK LATIHAN DAN METODE BENTUK BERMAIN
TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA PEMAIN
U-15 WARRIORS FC KAYU ARO KERINCI**

(Studi Quasi Eksperimen pada U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci)

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Pada
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Oleh :

OFROKI
2012/1206894

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

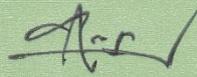
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Metode Bentuk Latihan dan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci
Nama : Ofroki
BP/NIM : 2012/1206894
Program Studi : Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2016

Disetujui oleh,

Pembimbing I,



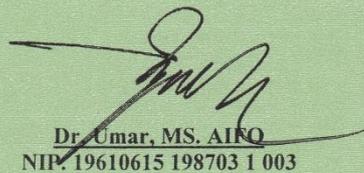
Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd
NIP. 19561020 1980031 005

Pembimbing II,



Drs. Afrizal. S, M.Pd
NIP. 19590616 1986031 003

Diketahui oleh,
Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, MS. AIKQ
NIP. 19610615 198703 1 003

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Kepeleatihan Olahraga Jurusan Pendidikan
Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pengaruh Metode Bentuk Latihan dan Metode Bentuk
Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola
Pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci

Nama : Ofroki

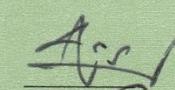
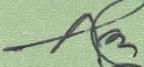
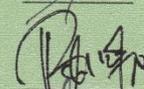
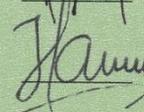
BP/NIM : 2012/1206894

Jurusan : Pendidikan Kepeleatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2016

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd	
2. Sekretaris	: Drs. Afrizal. S, M.Pd	
3. Anggota	: Drs. M. Ridwan, M.Pd	
4. Anggota	: Roma Irawan, S.Pd, M.Pd	
5. Anggota	: Drs. John Arwandi, M.Pd	

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Juli 2016
Yang menyatakan,



Ofroki

ABSTRAK

Ofroki (2016): Perbedaan Pengaruh Metode Bentuk Latihan dan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola. Skripsi. Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK-UNP

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Warriors FC Kayu Aro Kerinci. penelitian bertujuan untuk mengetahui 1) Pengaruh Metode Bentuk Latihan Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci. 2) Pengaruh Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci. 3) Perbedaan Pengaruh Metode Bentuk Latihan dan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci.

Jenis penelitian adalah Eksperimen Semu. Desain penelitian menggunakan *Two Groups pre-test and post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Warriors FC Kayu Aro Kerinci berjumlah 38 orang dengan kelompok U-10, U-12, U-15, U-17 dan kelompok U-15 berjumlah 24 orang sebagai Sampel. Sampel diambil melalui teknik *Purposive Sampling*. Instrumen Penelitian Tes keterampilan sepakbola yaitu rangkaian tes yang diberlakukan itu adalah: 1) Dribbling, 2) Short Passed, 3) Throw in, 4) Running with the ball, 5) Heading the ball, 6) Shooting at the wall. 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 Latihan Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola, dengan ($t_{hitung} 3,97 > t_{tabel} 1,80$), dari *mean* 309 pada *pre-test* menjadi *mean* 330 pada *post-test*. 2) Terdapat pengaruh yang signifikan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola, dengan ($t_{hitung} 6,90 > t_{tabel} 1,80$), dari *mean* 307 pada *pre-test* menjadi *mean* 316 pada *post-test*. 3) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara pengaruh Metode Bentuk Latihan dengan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola yaitu ($t_{hitung} 3,44 > t_{tabel} 1,80$) *mean post-test* kelompok Metode Bentuk Latihan 330 dan *mean post-test* Metode Bentuk Bermain 316. Dimana Metode Bentuk Bermain menunjukkan hasil yang lebih baik dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini dengan judul “Pengaruh Metode Bentuk Latihan dan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci”. Kemudian shalawat beriring salam tidak luput disampaikan kepada nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari alam jahiliyah ke dunia modernisasi dan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Penulisan skripsi ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada jurusan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, disamping itu juga untuk mengetahui Pengaruh Metode Bentuk Latihan dan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan peneliti sendiri. Untuk itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari para pembaca demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini

peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya Skripsi ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Umar, MS.AIFO dan Drs. Hermanzoni, M.Pd selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd selaku Penasehat Akademik sekaligus Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta ilmu yang sangat membantu dalam penyelesaian penyusunan skripsi ini dan Bapak Drs. Afrizal, S M.Pd selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk serta ilmu yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. John Arwandi, M.Pd, Bapak Drs. M. Ridwan, M.Pd, Bapak Roma Irawan, M.Pd selaku penguji yang memberikan masukan, kritikan dan pertanyaan untuk kesempurnaan penulisan Skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar dan TU Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya selama mengikuti perkuliahan.
6. Teristimewa kepada orang tua tercinta Syahrijal dan Lismarita yang telah memberikan dorongan semangat dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.

7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan semangat dalam penyusunan Skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh serta diridhoi oleh Allah SWT dan proposal penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juli 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	10

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	11
1. Teknik Dasar Sepakbola.....	11
2. Metode Latihan.....	26
3. Metode Bentuk Latihan.....	38
4. Metode Bentuk Bermain.....	41
B. Penelitian Relevan	45
C. Kerangka Konseptual.....	46
D. Hipotesis.....	50

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian	51
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	52
C. Defenisi Operasional.....	52
D. Populasi dan Sampel.....	53
E. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data.....	54
F. Teknik Analisis Data.....	68

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskriptif Data Penelitian.....	69
B. Uji Persyaratan Analisis.....	74
C. Pengujian Hipotesis.....	75
D. Pembahasan.....	78
E. Keterbatasan Peneltian.....	83

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	85
B. Saran.....	86

DAFTAR RUJUKAN	88
-----------------------------	----

LAMPIRAN	89
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skala kualitas intensitas beban dalam latihan.....	32
2. Kerangka konseptual.....	49
3. Sebaran populasi penelitian.....	53
4. Nama-nama pembantu dan pengawas dalam penelitian.....	54
5. Transformasi skor tes <i>Dribling</i> ke dalam T-Skore.....	56
6. Transformasi skor tes <i>Short Pass</i> (Waktu) ke dalam T-Skore.....	58
7. Transformasi skor tes <i>Short Pass</i> (Bola Masuk) ke dalam T-Skore.....	58
8. Transformasi skor tes <i>Throw In</i> ke dalam T-Skore.....	60
9. Transformasi skor tes <i>Running with the ball</i> ke dalam T-Skore.....	62
10. Transformasi skor tes <i>Heading the ball</i> ke dalam T-Skore.....	64
11. Transformasi skor tes <i>Shooting at the ball</i> ke dalam T-Skore...	66
12. Distribusi Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post Test</i>	69
13. Distribusi Frekuensi hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post Test</i> kemampuan teknik dasar sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci...	71
14. Distribusi Frekuensi hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post Test</i> kemampuan teknik dasar sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci...	72
15. Distribusi Frekuensi hasil <i>Post Test</i> dan <i>Post Test</i> kemampuan teknik dasar sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci...	73
16. Uji Normalitas data	74
17. Uji- t <i>Pre-Test</i> dan <i>Post Test</i> Metode Bentuk Latihan.....	75
18. Uji- t <i>Pre-Test</i> dan <i>Post Test</i> Metode Bentuk Bermain.....	76
19. Uji –t Data <i>Post Test</i>	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Passing Inside of The Food</i>	13
2. Pelaksanaan <i>Stoping</i> Dengan Telapak Kaki	17
3. Pelaksanaan <i>Dribbling</i> Dengan Kura-Kura bagian Atas.....	20
4. Tendangan Dengan Kaki Bagian Dalam.....	22
5. Tendangan Dengan Punggung Kaki.....	23
6. Tendangan Dengan Punggung Kaki Bagian Dalam	24
7. Tendangan Dengan Punggung Kaki Bagian Luar.....	25
8. Bentuk pelaksanaan metode bentuk latihan.....	39
9. Bentuk pelaksanaan metode bentuk bermain	42
10. Rancangan Penelitian.....	51
11. Lapangan Tes <i>Dribbling</i>	55
12. Tes <i>Short Pass</i>	57
13. Tempat Pelaksanaan Tes <i>Throw In</i>	59
14. Tempat Pelaksanaan Tes <i>Running With The Ball</i>	61
15. Tempat Pelaksanaan Tes <i>Heading The Ball</i>	63
16. Tempat Pelaksanaan Tes <i>Shooting At The Ball</i>	65
17. Diagram <i>Pre Test- Post Test</i> Metode Bentuk Latihan.....	71
18. Diagram <i>Pre Test-Post Test</i> Metode Bentuk Bermain.....	72
19. Diagram <i>Post Test</i> Metode Bentuk Bermain dan <i>Post Test</i> Metode Bentuk Latihan.....	73

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program latihan metode bentuk latihan.....	88
2. Program latihan metode bentuk bermain.....	97
3. Data tes awal teknik dasar sepakbola U-15 Waarriors FC Kayu Aro Kerinci.....	106
4. Hasil tes awal teknik dasar sepakbola setelah dirangking.....	107
5. Data tes akhir teknik dasar sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci.....	108
6. Pembagian kelompok perlakuan setelah data pre test kemampuan teknik dasar di <i>Rangking</i> , dan <i>Matching</i> ,.....	109
7. Data <i>Post Test</i> kemampuan teknik dasar sepakbola Warriors FC Kayu Aro.....	110
8. Uji Normalitas <i>Pre Test</i> kemampuan teknik dasar kelompok perlakuan Metode Bentuk Latihan.....	111
9. Uji Normalitas <i>Pre Test</i> kemampuan teknik dasar kelompok perlakuan Metode Bentuk Bermain.....	112
10. Uji Normalitas <i>Post Test</i> kemampuan teknik dasar kelompok perlakuan Metode Bentuk Latihan.....	113
11. Uji Normalitas <i>Post Test</i> kemampuan teknik dasar kelompok perlakuan Metode Bentuk Bermain.....	114
12. Uji Hipotesis I.....	115
13. Uji Hipotesis II.....	117
14. Uji Hipotesis III.....	119
15. Daftar nilai kritis L untuk uji <i>Liliefors</i>	121
16. Luas dibawah lengkungan normal standar dari 0 ke z.....	122
17. Nilai Presentil untuk distribusi t.....	123
18. Dokumentsai Penelitian.....	124

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian aktivitas sehari-hari manusia yang membentuk kondisi jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah terbukti memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan manusia untuk menjadikan pola hidup sehat dan bugar setiap saat. Selain itu, olahraga juga berperan dalam menyelenggarakan sistem pembangunan nasional yang berkelanjutan dalam rangka untuk mencerdaskan manusia Indonesia seutuhnya berdasarkan tujuan pendidikan secara nasional.

Seiring perkembangannya, olahraga merupakan suatu kebutuhan yang diyakini oleh masyarakat luas untuk menjaga dan memelihara kondisi jasmani individu agar tetap segar setiap saat dalam beraktivitas sehari-hari serta mendorong kemampuan individu untuk berprestasi lebih unggul pada bidang pekerjaannya masing-masing, guna untuk mencapai kesuksesan dalam menjalani kehidupan yang lebih baik.

Dalam undang-undang No.3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional BAB I pasal 1 ayat 4 dijelaskan “olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial”.(2007: 2) Dengan demikian, terlihat jelas bahwa olahraga mempunyai peran strategis yang

menyehatkan kehidupan manusia dalam rangka untuk meningkatkan taraf hidup melalui kesehatan jasmani dan rohani yang seimbang.

Pada saat ini salah satu cabang olahraga yang berkembang dengan pesat dalam sistem olahraga nasional adalah sepakbola. Secara historis sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang telah dikenal oleh masyarakat Indonesia sejak puluhan tahun yang lalu dan sudah mendapat tempat tersendiri dihati masyarakat luas terutama pada kalangan generasi muda selaku pelajar dan bukan pelajar.

Perkembangan olahraga ini terbukti dari tingginya antusiasme ataupun keterlibatan langsung generasi muda dalam melakukan aktivitas cabang olahraga sepakbola baik itu dalam ruang lingkup olahraga pendidikan sebagai peserta didik ataupun seperti kearah pengembangan olahraga prestasi sebagai atlet. Kemudian dari itu, olahraga sepakbola telah sangat populer mulai dari perkotaan sampai ke pedesaan, anak-anak, tua muda. hal ini terlihat dari antusiasme masyarakat terhadap olahraga sepakbola tersebut. Hal ini terlihat lagi dari merebaknya klub-klub sepakbola tingkat pelajar dan banyaknya sekolah, perguruan tinggi serta instansi pemerintah dengan sistematis menumbuhkembangkan dalam melakukan pembinaan sepakbola semua tingkatan.

Sebagai cabang olahraga yang banyak digemari dikalangan masyarakat mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, sepakbola mempunyai peran yang menarik dalam prinsip permainannya dan merupakan cabang olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik,

menghibur, serta dapat memberikan kebugaran tubuh sehingga menyehatkan. Kemudian dari itu, perkembangan cabang olahraga sepakbola di Indonesia khususnya berkembang sangat pesat walaupun terdapat kisruh sepakbola yang belum terselesaikan sampai saat ini dengan tuntas.

Warriors FC Kayu Aro Kerinci merupakan salah satu klub di daerah Kabupaten Kerinci yang melaksanakan kegiatan latihan dalam pembinaan cabang olahraga sepakbola salah satunya U-15. Kegiatan latihan dilaksanakan dengan sangat sedikit yaitu dua kali tatap muka perminggu yang jadwal latihannya sudah diprogram oleh pelatih. Kegemaran terhadap cabang olahraga ini terlihat dari banyaknya masyarakat yang mengarahkan anak-anaknya untuk melibatkan diri secara langsung dalam setiap kegiatan latihan. Maka dari itu, berhasil tidaknya pelaksanaan kegiatan ini akan terlihat dari keterampilan gerakan yang ditampilkan atlet dalam bermain seperti dalam gerakan teknik dan taktik.

Pada prinsipnya, sepakbola adalah cabang olahraga beregu yang membutuhkan keterampilan gerakan individu yang matang untuk dapat memainkan bola dengan baik, artinya disini semakin baik keterampilan gerakan individual (*skill individual*) seperti menendang bola, *passing*, *dribbling*, *heading*, dan dalam mengontrol bola. Maka semakin mudah bagi atlet untuk bisa mencapai prestasi dalam cabang olahraga sepakbola kearah yang lebih baik. Untuk dapat memainkan bola dengan baik perlu

melakukan gerakan teknik dengan baik pula, gerakan yang baik akan menimbulkan efisiensi kerja dan efektivitas gerakan yang baik pula.

Kemudian keterampilan bermain sepakbola atlet yang baik akan lahir melalui penguasaan teknik dasar yang benar dan kondisi fisik yang matang, yang mana ini semua merupakan suatu bentuk efek dari proses latihan yang tepat, intensif dan sistematis. Artinya. Semua komponen yang diprogramkan dalam latihan akan berpengaruh terhadap hasil latihan yang dilakukan guna untuk mencapai keterampilan bermain dengan baik.

Dalam proses latihan untuk mencapai teknik dasar sepakbola dengan baik sangat ditentukan oleh beberapa faktor yang saling menunjang yaitu : metode latihan yang digunakan pelatih, kondisi fisik atlet, motivasi berlatih atlet, status gizi atlet, sarana dan prasarana latihan, daya dukung sosial ekonomi orang tua atlet, serta mental, dan koordinasi gerak. Dalam hal ini peran dari beberapa faktor tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

Pertama, faktor metode latihan merupakan cara atau jalan yang digunakan oleh seorang pelatih untuk menyajikan tugas-tugas latihan berupa aktivitas fisik dan keterampilan gerak, metode latihan yang tepat pada suatu cabang olahraga akan terlihat dari proses cepatnya atlet dalam menguasai tugas latihan yang disajikan oleh pelatih. Artinya, peran metode latihan yang tepat sangat menentukan terhadap keberhasilan dalam latihan cabang olahraga sepakbola dan begitu juga sebaliknya jika metode latihan yang digunakan pelatih belum tepat, maka konsekuensinya

penguasaan tugas latihan akan terhambat dalam mencapai keberhasilan. Untuk itu, diperlukan pemahaman pelatih yang lebih khusus terhadap atlet atau siswa dalam menentukan metode latihan yang tepat.

Kedua, faktor kondisi fisik merupakan kesiapan atlet dalam menerima tuntutan beban dalam setiap cabang olahraga. Pada umumnya, semua jenis cabang olahraga yang melakukan gerakan secara aktif seperti sepakbola sangat dibutuhkan kondisi fisik yang baik. Kondisi fisik adalah komponen dasar yang harus dimiliki oleh atlet untuk mencapai keterampilan bermain sepakbola yang baik. Komponen kondisi fisik disini terdiri dari unsur daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan. Salah satu bentuk pembinaan kondisi fisik yang baik akan didapatkan melalui latihan yang terprogram. Artinya, jika dalam proses latihan atlet tidak memiliki kondisi fisik yang baik maka secara otomatis keterampilan bermain bola tidak akan berkembang kearah prestasi.

Ketiga, faktor motivasi berlatih merupakan suatu dorongan yang dimiliki atlet dalam mengikuti kegiatan latihan cabang olahraga sepakbola untuk mencapai prestasi yang baik. Dalam hal ini motivasi sangat berkaitan dengan tekun dan semangat. Secara teoritis atlet yang memiliki motivasi berlatih yang tinggi cenderung akan mendapatkan keberhasilan dalam melakukan latihan. Sebaliknya, jika motivasi berlatih rendah dikhawatirkan akan berdampak terhadap hasil latihan yang tidak memuaskan atau dapat dikatakan sulit untuk didorong berprestasi.

Keempat, faktor status gizi merupakan asupan gizi atlet untuk mampu mencapai prestasi secara optimal. Jika status gizi individu rendah maka ia tidak akan mampu melakukan kinerja aktifitas fisik secara maksimal dan jika kinerja aktivitas fisik tidak baik konsekuensinya tentu terhadap rendahnya kemampuan individu dalam melakukan keterampilan gerakan bermain sepakbola.

Kelima, faktor sarana dan prasarana merupakan wadah, alat atau tempat pengembangan keterampilan bermain yang dilakukan atlet dalam bentuk latihan yang terprogram dan mempunyai unsur kelengkapan alat latihan yang memadai. Dalam hal ini sarana yang memadai sangat bermanfaat sekali bagi atlet untuk melaksanakan kegiatan latihan yang efektif dan efisien serta mendukung keberhasilan dalam pengembangan keterampilan bermain sepakbola atlet yang baik.

Keenam, faktor daya dukung sosial ekonomi keluarga merupakan suatu rangsangan yang mendorong atlet baik itu secara moril maupun materil untuk mencapai prestasi kearah yang lebih baik. Pada prinsipnya, tidak bisa dipungkiri bahwa sosial ekonomi keluarga adalah suatu tonggak yang memberikan kekuatan bagi siswa untuk bisa mengembangkan diri secara aktif kearah prestasi puncak dalam cabang olahraga sepakbola. Artinya dengan adanya keadaan sosial ekonomi yang mapan, maka seluruh aspek eksternal yang berhubungan dengan pencapaian prestasi dalam cabang olahraga sepakbola akan terpenuhi dengan baik. Kemudian, begitu sebaliknya apabila sosial ekonomi keluarga tidak mendukung maka akan

berdampak terhadap terhambatnya pencapaian prestasi dan keinginan berlatih cenderung akan menurun.

Dari penjelasan di atas mengenai beberapa faktor yang saling menunjang terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola, maka dari itu upaya untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci, diharapkan program latihan yang disusun oleh pelatih harus disesuaikan dengan faktor-faktor yang saling menunjang dalam latihan sebagaimana yang telah disebutkan di atas. Dengan adanya penyesuaian tersebut diharapkan kemampuan teknik dasar akan lebih mudah dicapai dan dalam hal meraih prestasi akan lebih mudah didapatkan.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti dalam pelaksanaan kegiatan latihan pada Kamis, Tanggal 30 Januari 2016. Pembinaan olahraga sepakbola Warriors FC Kayu Aro Kerinci, terlihat dari atlet berlatih masih banyak yang mempunyai kemampuan teknik dasar sepakbola yang rendah, seperti ditunjukkan pada saat melakukan gerakan-gerakan teknik dalam bermain yaitu penguasaan *dribble* bola yang masih lemah, pelaksanaan *passing* yang belum tepat sasaran antar individu dan akurasi *shooting* yang belum tepat ke sasaran. Kemudian, dari pemantauan peneliti pada setiap kejuaraan yang diikuti klub Warriors FC U-15 tidak menunjukkan grafis prestasi naik sebaliknya mendapatkan hasil selalu belum memuaskan. Dalam hal ini, dari permasalahan tersebut diduga ada beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain: metode latihan yang digunakan pelatih belum tepat, kondisi fisik atlet yang masih rendah, sarana dan prasarana latihan yang belum

lengkap, serta daya dukung latar belakang sosial ekonomi orang tua yang belum relatif stabil.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh kondisi fisik terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci?
2. Apakah metode bentuk bermain akan memberikan pengaruh terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci?
3. Apakah metode bentuk latihan akan memberikan pengaruh terhadap kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci?
4. Apakah terdapat perbedaan pengaruh dari metode bentuk bermain dan metode bentuk latihan memberikan pengaruh terhadap teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro?
5. Bagaimana cara atau metode latihan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang tercakup dalam penelitian ini maka penelitian perlu dibatasi pada:

1. Metode bentuk latihan pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci
2. Metode bentuk bermain pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci
3. Kemampuan teknik dasar pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci.

D. Perumusan masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah yang ada maka perumusan masalahnya adalah

1. Apakah terdapat pengaruh metode bentuk latihan terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci?
2. Apakah terdapat pengaruh metode bentuk bermain terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara metode bentuk latihan dan metode bentuk bermain terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola pemain U-15 Warriors FC Kayu Aro Kerinci?

E. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang:

1. Pengaruh metode bentuk latihan terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola.

2. Pengaruh metode bentuk bermain terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola.
3. Perbedaan pengaruh metode bentuk latihan dan metode bentuk bermain dalam peningkatan kemampuan teknik dasar sepakbola.

F. Manfaat penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Salah satu syarat bagi peneliti dalam menyelesaikan gelar sarjana pendidikan Strata Satu (S1) Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai pedoman dan pertimbangan bagi pelatih dalam pelaksanaan pembinaan pemain sepakbola.
3. Untuk mahasiswa FIK UNP, sebagai referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah dan sebagai bahan penelitian lebih lanjut.
4. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan yang bermanfaat terutama dalam bidang teori kepelatihan dan teori gerak sebagai pengetahuan yang diperlukan dalam pembinaan olahraga.
5. Civitas Akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pengembangan wawasan dalam memperluas kajian dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan untuk melakukan penelitian yang baru.