



Pengaruh Latihan Bermain Crossover Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Di SSB Watu Kandang Trenggalek Kelompok Usia 9-12 Tahun

The Effect Of Playing Crossover Training On Dribbling Skills At SSB Watu Kandang Trenggalek Age Group 9-12 Years

Mochamad Sodiq Fauzi¹

STKIP PGRI Trenggalek

email: mochamadsodiqfauzi09@gmail.com¹

Abstrak

Latihan *Crossover* adalah sebuah gerakan bermanuver demand seorang pemain yang menggiring bola mampu memindahkan bola dari satu arah ke arah lainnya dengan sangat cepat. Penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh dari metode latihan crossover terhadap keterampilan menggiring bola di SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun. Penelitian ini bersifat eksperimen dengan model *pre-experimental design* dengan desain *one grub pretest-posttest design* dan memberikan *treatment* untuk mengetahui hasil peningkatan yang dihasilkan peserta didik dengan jumlah sampel sebanyak 16 pemain. Data diperoleh melalui kegiatan *pretest* dan *posttest* yang dilakukan kepada pemain di SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun. Hasil analisis data diketahui bahwa uji normalitas *pretest* $17,05 > 0,05$ dan *posttest* $14,23 < 0,05$, uji homogenitas nilai p (*sig.*) $9,194 > 0,05$ dan hasil uji t menunjukkan bahwa t $5,758 > t_{(16)} 2,228 =$, dan nilai *sig.* $0,000 < 0,05$. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian berdistribusi normal dan homogen. Hasil uji t menunjukkan bahwa H_a diterima atau proses *treatment* memberikan pengaruh yang signifikan sebesar 16,53%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian *treatment* latihan *crossover* terhadap keterampilan menggiring bola di SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun memberikan pengaruh sebesar 16,53% dibandingkan sebelum dilakukan *treatment*.

Kata kunci: *Crossover*, Sepakbola; Keterampilan, Latihan , Menggiring Bola

Abstract

*Crossover is a maneuvering movement in which a player who swings the ball is able to move the ball from one direction to the other very quickly. This study was used to find out the influence of crossover training methods on ball swing skills in SSB Watu Kandang Trenggalek aged 9–12 years. The study is an experiment with a pre-experimental design model with a one-grub pretest-posttest design and provides treatment to know the results of improvements produced by students with a sample size of as many as 16 players. The data was obtained through pre-test and post-test activities carried out with players in SSB Watu Kandang Trenggalek aged 9–12 years. The results of data analysis showed that the normality test (pre-test $17,05 > 0,05$ and post-test $14,23 < 0,05$), the test homogeneity value p (*sig.*) $9,194 > 0,05$, and the test result t showed that t $5,758 > t(16) 2,228 =$, and the value *sig.* $0,000 < 0,05$. The results showed that both variables of the study were distributed normally and homogeneously. The t -test results showed that H_a received or the treatment process had a significant impact of 16.53%. Thus, it can be concluded that the treatment of crossover training skills in SSB Watu Kandang Trenggalek groups aged 9–12 years had an impact of 16.53% compared to before the treatment*

Keywords: *Crossover, Football, Skills, Training, Swinging the Ball*

Style APA dalam mensitasi artikel ini: Fauzi. M.S (2023). Pengaruh Latihan Bermain Crossover Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Di SSB Watu Kandang Trenggalek Kelompok Usia 9-12 Tahun. PENJAGA: Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 3 (2),23-27

Correspondence author: Mochamad Sodiq Fauzi, STKIP PGRI Trenggalek, Indonesia. E-Mail: mochamadsodiqfauzi09@gmail.com

Received: 3 Januari 2023, **Revised** : 14 Juli 2023, **Accapted** : 16 Juli 2023

PENDAHULUAN

Definisi olahraga menurut Husdarta (2017) bahwa olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan geraknya dan kemauanya semaksimal mungkin. Jadi intinya olahraga adalah sesuatu hal yang dilakukan dalam rangka menyehatkan tubuh serta melatih otot agar membuat otot terlatih. Olahraga sepakbola merupakan cabang olahraga yang menggunakan bola terbuat dari bahan kulit dengan permainan dua regu yang setiap regunya terdiri dari 11 pemain dan tujuan sepakbola ini sendiri adalah memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan agar tidak kebobolan (2009).

Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain sepak bola tidak cukup hanya dengan kegembiraan dan kesenangan akan tetapi banyak faktor yang harus dilatih dan diolah baik fisik maupun mental. Salah satu unsur yang perlu dilatih dalam permainan sepakbola adalah cara dribbling atau menggiring bola, jika seseorang mampu menggiring bola dengan baik maka di senyalir dapat melewati lawan dengan mudah. Penerapan latihan menggiring bola harus dilakukan dimulai dari usia dini, karena pada anak usia dini komponen tubuh masih muda untuk dilatih dan diolah.

Di Sekolah Sepakbola (SSB) Watu Kandang Trenggalek selama peneliti bertugas menjadi pelatih. Pada kenyataannya masih terdapat beberapa pemain kelompok usia 9-12 tahun SSB Watu Kandang Trenggalek dalam permainan sepakbola memiliki kemampuan kurang dalam melakukan tehnik menggiring bola, menandakan bahwa ada faktor yang mempengaruhi terhadap ketrampilan tersebut.

Latihan bermain *Crossover* adalah dalam permainan sepakbola *crossover* merupakan gerakan menipu lawan dengan menggerakkan seluruh tubuh ke arah yang satu dengan arah lawannya, misalnya menggerakkan bola dan seluruh badan ke arah kanan kemudian disusul dengan gerakan bolanya ke kiri dan pentingnya melakukan latihan bermain *crossover* yaitu untuk meningkatkan keterampilan para pemain dalam melakukan dribbling (menggiring) bola pada permainan sepakbola.

Berdasarkan pengamatan penyebab yang paling dominan kurangnya ketrampilan pemain dalam menggiring bola adalah dari pemain itu sendiri, disamping itu pelatih juga merupakan salah satu penyebab kurangnya ketrampilan pemain dalam menggiring bola sebagai contoh jarang sekali melakukan latihan dalam permainan belum secara maksimal dilakukan.

Oleh karena itu, harapan melalui Penelitian ini dapat menemukan solusi permasalahan yang dihadapi pelatih dalam penerapan latihan berbentuk permainan sehingga dapat meningkatkan keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola pemain SSB Watu Kandang Trenggalek. Sehingga dari uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Pengaruh bentuk latihan bermain *crossover* terhadap kerampilan menggiring bola di SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah melalui bentuk latihan bermain *crossover* dapat meningkatkan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola kelompok usia 9-12 di SSB Watu Kandang Trenggalek. Penelitian ini berusaha mendeskripsikan informasi yang ada sesuai dengan variabel yang diteliti. Penelitian ini dilakukan terhadap satu variabel tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Variabel tersebut adalah keterampilan menggiring bola

Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek ataupun subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). menurut (Arikunto, 2017) populasi

adalah keseluruhan subjek peneliti dalam penelitian ini populasinya adalah pemain sepakbola SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 yang berjumlah 16 pemain.

(Sugiyono, 2017) Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulan akan dapat diperlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil harus betul-betul representatif (mewakili). Dalam penelitian ini sampel yang diambil berjumlah 16 pemain. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan teknik sampling jenuh. Menurut (Sugiyono, 2017) teknik sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Tingkat keterampilan yang akan dihitung yaitu meliputi tes menggiring. Hasil dari penilaian tersebut kemudian dijumlahkan. Dan hasilnya dijadikan data kasar untuk menentukan tingkat keterampilan menggiring bola.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode penelitian berupa tes keterampilan menggiring bola (Thamrin, 2006). Pada penelitian ini untuk mendeskripsikan tingkat keterampilan menggiring bola di SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun. Populasi penelitiannya adalah SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun yang berjumlah 16 pemain. Berikut ini hasil deskripsi dari penelitian yang telah dilakukan:

Data diperoleh melalui kegiatan *pretest* dan *posttest* yang dilakukan kepada pemain di SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun. Hasil analisis data diketahui bahwa uji normalitas *pretest* $17,05 > 0,05$ dan *posttest* $14,23 < 0,05$, uji homogenitas nilai p (*sig.*) $9.194 > 0,05$ dan hasil uji t menunjukkan bahwa t $5,758 > t_{(16)} 2,228$, dan nilai *sig.* $0,000 < 0,05$. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian berdistribusi normal dan homogen. Hasil uji t menunjukkan bahwa H_a diterima atau proses *treatment* memberikan pengaruh yang signifikan sebesar 16,53%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian *treatment* latihan *crossover* terhadap keterampilan menggiring bola di SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun. Dan memberikan pengaruh sebesar 16,53% dibandingkan sebelum dilakukan *treatment*. Mengingat pentingnya keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola Pelatih diharapkan dapat menjadi fasilitator yang baik bagi pemain sehingga dapat meningkatkan dan mengembangkan keterampilan menggiring bola dalam proses latihan.

Berdasarkan hasil dari Pre-test dan Post-test terkait keterampilan menggiring bola pada pemain SSB Watu Kandang Trenggalek, di dapatkan hasil data sebagai berikut:

Tabel 1. hasil *Pre-test Post-test* keterampilan menggiring bola

NO	NAMA	HASIL	
		PRE-TEST	POST-TEST
1	MNAP	12.4	13.72
2	YP	14.5	14.05
3	DI	14.34	12.51
4	WR	14.34	15.47
5	MAS	23.14	12.56
6	NWA	16.27	14.47
7	MSF	19.96	16.91
8	RB	19.15	12.19
9	YFM	20.83	13.43
10	FWH	13.73	13.78

11	ADH	15.15	13.68
12	GBPP	19.25	17.22
13	AFK	22.25	14.22
14	DPA	19.22	13.22
15	BANE	14.45	14.78
16	ES	13.87	15.5

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif data *pretest* keterampilan menggiring bola di SSB Watu Kandang Trenggalek, didapat hasil nilai minimal 12.40, nilai maksimal 23.14, rata-rata (*mean*) 17,0531, dan simpangan baku (*Std. Deviation*) 3.42315, sedangkan data *posttest* nilai minimal 12.19, nilai maksimal 17.22, rata-rata (*mean*) 14.2319, dan simpangan baku (*Std. Deviation*) 1.46059.

Hasil Analisis Data Penelitian

Dalam penelitian ini analisis data digunakan untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis yang telah dijelaskan dan dirumuskan pada pembahasan sebelumnya. Untuk menguji hipotesis, peneliti menggunakan uji-*t/t-test* dengan menggunakan program aplikasi SPSS versi 21.0. Dari hasil analisis data dalam deskriptif statistik dengan menggunakan program aplikasi SPSS versi 21.0 didapatkan hasil rata-rata(*mean*) *pretest* sebesar 17.0531 dan rata-rata (*mean*) *posttest* sebesar . 14.2319.

Tabel 2. Rata-rata *Pretest* dan *Posttest*

	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
N	16	16
Mean	17.0531	14.2319

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji-*t* yang dilakukan diperoleh peningkatan yang signifikan pada hasil menggiring bola pada pemain. Pemberian perlakuan yang dilakukan selama 16 kali pertemuan memberikan peningkatan/pengaruh terhadap hasil keterampilan menggiring bola pada pemain SSB Watu Kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun. Hasil peningkatan yang diperoleh setelah dilakukan perlakuan *drilling* umpan lempar dapat diketahui dari hasil nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* pada uji-*t* tersebut. Hasil uji-*t* menunjukkan bahwa *crossover* memberikan peningkatan/pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain SSB Watu Kandang Trenggalek. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji-*t* yang menunjukkan bahwa nilai *t* lebih besar daripada t_{16} ($14,23 > 17,05$) dan nilai signifikan α lebih kecil daripada 0,05 ($0,000 < 0,05$). Berdasarkan hal ini maka H_a diterima dan H_0 ditolak, sehinggadapat disimpulkan bahwa pemberian perlakuan latihan *crossover* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan menggiring bola kepada pemain yang dapat dilihat dari meningkatnya rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* (*posttest* > *pretest*). Apabila dilihat dari hasil rata-rata *pretest* 13,50 dan *posttest* 21,08 maka didapatkan hasil angka *mean different* sebesar 7,58. Berdasarkan hal ini menunjukkan bahwa Latihan *Drilling* umpan memberikan hasil peningkatan sebesar 56,15% terhadap kemampuan *crossover* dibandingkan sebelum diberikan perlakuan tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa latihan *crossover* berpengaruh signifikan terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain SSB Watu kandang Trenggalek kelompok usia 9-12 tahun. Hasil uji-*t* yang menunjukkan nilai $t > t_{16}$ ($14,23 > 17,05$) dan nilai signifikan $\alpha < 0,05$ ($0,000 < 0,05$), maka H_a diterima. Dengan nilai *mean different* sebesar 2,53 dan nilai *pretest* sebesar 14,23 sehingga memberikan peningkatan kemampuan *crossover* sebesar 16,53% dibandingkan hasil sebelum pelaksanaan *treatment*.

Referensi

- Achmad, I. Z. (2016). Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata- Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Unsika*, 4(1), 78–90.
- Effendy, I. (2016). Pengaruh Pemberian Pre-Test dan Post-Test Terhadap Hasil Belajar Mata Diklat HDW.DEV.100.2.a pada Siswa SMK Negeri 2 Lubuk Basung. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(2), 81–88.
- Hafid Wafi Hanggarjita. (2016). Pengaruh Latihan Ball Feeling Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kalasan Skripsi Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Oleh : H.
- li, B. A. B. (2009). S_Pgsd_Penjas_1101373_Chapter2. *Kajian Teori*, 6–23.
- Palar, C. M., Wongkar, D., & Ticoalu, S. H. R. (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. *Jurnal e-Biomedik*, 3(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.7127>
- Setiyawan. (2017). Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 58(12), 7250–7257.
- Setiyawan, D. A. (2013). Data dan Metode Pengumpulan Data Penelitian. *Metodologi Penelitian*, 9–17.
- Sugiyono & Priyatno. (2016). *Pengaruh Disiplin Kerja Dan Kinerja Pegawai*. 1. <https://dspace.uc.ac.id/bitstream/handle/123456789/1637/BABIII.pdf?sequence=13&isAllowed=y#:~:text=Populasi dan Sampel-,Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek%2Fsubjek yang,Sugiyono%2C2016%3A135>.