

**Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)

**PERBEDAAN PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN SISTEM *BLOCKED* DAN *RANDOM* TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLAPADA PEMAIN SEPAKBOLA KELOMPOK UMUR 12 TAHUN KLUB SSB HWM SURAKARTA TAHUN 2016**

Oleh :

**Ratna Kumala Setyaningrum<sup>1</sup>  
Arumning Endah Pradiyati<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Dosen FKIP PKO UTP SKA, Mahasiswa FKIP PKO UTP SKA<sup>2</sup>

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan kemampuan menggiring bola dengan sistem blocked dan random terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola kelompok umur 12 tahun klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola dengan pembelajaran sistem *blocked* dan *random* terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain sepakbola kelompok umur 12 tahun klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016.

Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimendan sampel penelitian dengan jumlah 30siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu latihan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola dengan pendekatan pembelajaran sistem *blocked* dan sistem *random* sebagai variabel bebas serta kemampuan menggiring bola variabel terikat.

# **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

Hasil analisis data diperoleh: (1) perbedaan pengaruh yang signifikan antara pembelajaran sistem *blocked* dan sistem *random* terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain kelompok umur 12 tahun putra SSB HWM Surakarta Tahun 2016. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu  $t_{hitung} = 3.9710$  lebih besar dari pada  $t_{tabel} = 2,145$  dengan taraf signifikansi 5%. (2) Sistem *random* lebih baik pengaruhnya dari pada metode sistem *blocked* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan menggiring bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan sistem *blocked*) adalah 5.237% < kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan sistem *random*) adalah 5.955%.

**Kata Kunci : Kemampuan menggiring bola, sistem *blocked* dan sistem *random*.**

## **A. PENDAHULUAN**

Dengan melihat hasil piala Eropa yang banyak bertumbuhan beberapa negara unggulan, ini menunjukkan bahwa negara-negara yang tidak diunggulkan sudah mengalami perkembangan yang cukup pesat dalam bidang persepakbolaan. Dengan berkembangannya sepakbola di negara-negara kecil tidak lepas dari pembinaan sepakbola usia dini untuk mencapai prestasi yang maksimal. Untuk olahraga yang bertujuan mencapai prestasi yang maksimal, pemain dituntut harus menguasai teknik-teknik dasar, taktik, dan mental bertanding yang baik serta memiliki kemampuan kondisi fisik yang baik.

Ditambah lagi seorang pemain benar-benar dituntut untuk mengikuti perkembangan permainan sepakbola mutakhir dengan ditunjang kemampuan fisik yang baik, agar mereka mampu bermain selama pertandingan penuh yaitu 2 x 45 menit. Oleh karena itu seorang pemain dituntut untuk melakukan latihan kondisi fisik dengan baik dan benar. Proses pembinaan olahragaini harusnya di pahami sebagai suatu sistem yang kompleks, sehingga masalah yang terdapat didalamnya perlu ditelaah dari sudut pandang yang luas termasuk sistem program latihan. Pembinaan sebagaimana yang dimaksud antara lain dapat dilakukan pada aspek gerakan.

## **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

Gerakan-gerakan dalam bidang olahraga diharapkan dilakukan dengan cara efisien dan teknik yang benar.

Menggiring bola merupakan bagian dari teknik dasar bermain sepakbola yang sangat penting dikuasai setiap pemain. Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Pemain yang terampil dalam menggiring bola serta dapat menguasai dengan sempurna akan menjadi pemain yang baik. Dengan menguasai teknik menggiring, *passing* dan *shooting* yang terampil seorang pemain akan akurat di dalam mengolah bola dan memberikan umpan kepada teman maupun membidik tendangan ke dalam sasaran gawang lawan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun menggiring hanyalah merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai dalam bermain sepakbola, namun apabila dapat dikuasai dengan baik akan dapat bermanfaat bagi peningkatan kualitas permainan, baik bagi individu maupun bagi tim.

Di SSB HWM Surakarta, teknik dasar sepakbolanya kurang bisa dimaksimalkan terutama teknik menggiring bola untuk penguasaan kemampuan individu pemain masih jauh dari kata baik. Ini menjadi perhatian untuk bisa menerapkan metode pembelajaran yang tepat untuk perkembangan SSB HWM Surakarta. Pemain harus mempunyai motivasi, semangat, kemandirian dan kemampuan gerak dalam menerapkan pendekatan pembelajaran. Untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola harus didukung faktor kemampuan gerak juga karena dengan kemampuan yang baik akan memudahkan dalam penguasaan dalam menggiring bola dalam sepakbola.

Ini harus dimaksimalkannya pendekatan pembelajaran sistem *blocked* dan *random* terhadap kemampuan menggiring bola dan yang dipelajari memiliki unsur gerakan yang sulit atau sederhana. Selain itu, keseimbangan pemain harus stabil agar dapat melakukan teknik dasar dalam menerapkan perlakuan di SSB HWM Surakarta. Pendekatan pembelajaran sistem *blocked* dan *random* yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola. Kedua pendekatan pembelajaran tersebut masing-masing memiliki ciri dan penekanan yang berbeda, sehingga belum diketahui tingkat efektifitasnya terhadap peningkatan kemampuan

# **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

menggiringbola. Untuk mengetahui hal tersebut, maka perlu dikaji dan diteliti secara lebih mendalam baik secara teori maupun praktik melalui penelitian ini.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di kemukakan di atas, maka penelitian ini berjudul “Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem *Blocked* dan *Random* Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Sepakbola Pada Pemain Sepakbola Kelompok Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Serakarta”.

## **B. Permainan Sepakbola**

### **1. Hakekat Permainan Sepakbola**

“Dasar permainan sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan”. Cipta Nugraha Andi (2016:10).

Dengan kemampuan dasar yang mumpuni akan menjadikan pemain lebih mudah menguasai bola sehingga dapat memudahkan tim untuk dapat memenangkan pertandingan. Yang dimaksud dengan teknik dasar bermain sepakbola adalah menendang bola, menggiring bola (*dribbling*), mengontrol bola (*controlling*), menyundul bola (*heading*), melempar bola (*throw-in*), dan menembak bola (*shooting*).

Dalam permainan yang sebenarnya, setiap tim maksimal memiliki sebelas pemain, salah satunya haruslah penjaga gawang. Kadang-kadang ada peraturan kejuaraan yang mengharuskan jumlah minimum pemain dalam sebuah tim (biasanya delapan). Sang penjaga gawang diperbolehkan untuk mengambil bola dengan tangan atau lengannya di dalam kotak penalti di depan gawangnya. Pemain lainnya dalam kedua tim dilarang untuk memegang bola dengan tangan atau lengan mereka ketika bola masih dalam permainan, namun boleh menggunakan bagian tubuh lainnya.

# **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

Suharno HP. (1985 : 47) berpendapat bahwa, “Teknik dasar adalah suatu teknik dimana proses gerakannya merupakan dasar, dan gerakan itu dalam kondisi sederhana dan mudah.” Jadi teknik dasar permainan sepakbola dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Penguasaan teknik dasar dalam suatu cabang olahraga merupakan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Kesempurnaan teknik dasar tersebut sangat penting, karena akan menentukan gerak keseluruhan. Sudjarwo (1993:13) berpendapat bahwa, “Pembentukan teknik harus dimulai dari teknik dasar ke teknik tinggi yang akhirnya harus menuju gerakan-gerakan otomatis. Penguasaan gerakan-gerakan otomatis tersebut menjadi tujuan dari pembentukan teknik untuk setiap cabang olahraga yang ditekuni.”

Jadi kesempurnaan teknik dalam permainan sepak bola hanya akan dapat dicapai melalui latihan teknik yang dimulai dari teknik dasar ke teknik tinggi yang akhirnya harus menuju kepada gerakan-gerakan yang otomatis. Dengan diketahuinya teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola, maka akan dibahas salah satu teknik dasar permainan sepak bola yaitu teknik menggiring bola.

## **2. Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola**

Kemampuan menggiring bola adalah sebuah *skill* menggiring bola atau membawa bola menggunakan kaki dengan keadaan lari dan posisi bola menyusur tanah. Kemampuan menggiring bola dapat diartikan suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam menggiring bola. Adapun pengertian menggiring bola menurut Soekatamsi (1984: 158) adalah. “Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan bagian kaki mendorong bola agar bergulir terus-menerus di atas tanah.” Jadi ada dua unsur yaitu gerakan lari dan penguasaan bola.

Dewasa ini pola permainan sepakbola menyerang dilakukan dengan keterampilan lari dan operan bola dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana, dengan kecepatan dan

# **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

ketepatan. Adapun prinsip-prinsip menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah sebagai berikut :

1. Bola di dalam penguasaan pemain, tidak mudah direbut lawan, dan bola selalu terkontrol.
2. Di depan pemain terdapat daerah kosong artinya bebas dan lawan.
3. Bola digiring dengan kaki kanan atau kaki kiri, tiap langkah kaki kanan ataupun kaki kiri mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang irama sentuhan pada bola tidak mengubah irama langkah kaki.
4. Pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun posisi kawan.
5. Badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas seperti pada waktu lari biasa. Sedangkan menggiring bola dapat dilakukan dengan tiga cara yaitu bola dapat digiring dengan :

- 1) Kura-kura kaki bagian dalam
- 2) Kura-kura kaki penuh
- 3) Kura-kura kaki bagian luar

Adapun kegunaan teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola sebagai berikut :

- 1) Untuk melewati lawan
- 2) Untuk mencari kesempatan memberikan umpan kepada teman dengan tepat
- 3) Untuk menahan bola tetap dalam penguasaan, menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberikan operan kepada teman.

## **C. PENDEKATAN PEMBELAJARAN**

Pendekatan pembelajaran merupakan sebuah kemampuan seseorang dalam mempergunakan pengetahuannya untuk menampilkan gerak. Untuk menguasai keterampilan sepakbola terutama dalam menggiring bola diperlukan proses belajar yang didukung dengan pengalaman gerak yang dimiliki sebelumnya. "Pendekatan (*approach*) dapat diartikan sebagai

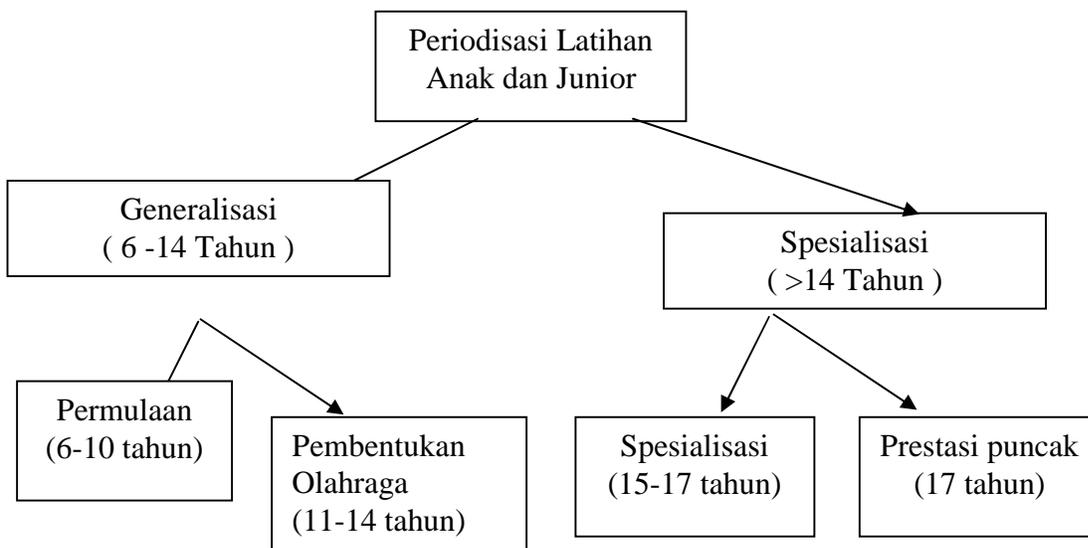
# Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Meggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016

(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)

titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran” (Wina Sanjaya, 2008:127). Proses ini merupakan masih sangat umum sekali.

Dalam pendekatan pembelajaran ini, selain unsur psikomotor, ada pula unsur kognitif dan afektif. Berkaitan dengan tahap-tahap belajar keterampilan motorik, Fitts & Posner yang dipaparkan oleh Sugiyanto dan Sudjarwo (1993:272) merinci tahap-tahap belajar gerak yaitu “fase kognitif, fase asosiatif dan fase otomatisasi”.

Pendekatan pembelajaran oleh guru bisa dikaitkan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, pemasalan sangat baik jika dimulai sejak masa kanak-kanak, terutama pada akhir masa kanak-kanak (6-12). Pada masa ini merupakan tahap perkembangan keterampilan gerak dasar. Menurut Bompa (1994:70) pada bagan dibawah ini:



Gambar 5. Periodisasi Pengembangan Olahraga Jangka Panjang

## A. Pendekatan Pembelajaran Sistem *Blocked*

Pendekatan pembelajaran terpusat/ *blocked* ini menjadikan pembelajaran yang terpusat satu perlakuan secara berulang-ulang. Ini adalah suatu urutan pembelajaran dimana siswa

# **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

melakukan tugas atau latihan yang sama secara berulang-ulang. Sistem terpusat ini adalah melakukan tugas sampai selesai tugas pertama baru beralih ke tugas kedua dan seterusnya. Sistem *blocked* tersebut dilaksanakan sampai menyelesaikan tugas pertama dan baru boleh melaksanakan tugas kedua. Begitu seterusnya bila tugas kedua belum selesai, tidak boleh melaksanakan tugas ketiga.

Sistem *blocked*/terpusat biasanya terlihat dalam latihan dimana siswa melakukan satu tugas gerakan yang sama secara terus menerus. Jenis pembelajaran ini akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk memperdalam, memperbaiki dan bila perlu membetulkan gerakan yang sedang dilakukan sebelum memulai tugas berikutnya, menurut Richard A. Schmidt (2004:249).

## **1. Tujuan Pembelajaran Dengan Pendekatan *Blocked***

Sistem pembelajaran ini menonjolkan perkembangan pemain dan fokus pada satu keahlian sampai bisa menguasai materi. Tujuan mengajar dengan pendekatan *blocked* bagi pemain adalah: (1) penguasaan kemampuan *skill* dengan perkembangan permainan, (2) memberikan metode pendekatan pembelajaran yang hanya terpusat dalam satu titik saja, (3) memecahkan masalah dan membuat keputusan cepat dan tepat dalam bermain.

Dalam pengajaran *blocked* cabang olahraga sepakbola ini adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep latihan. Melalui pendekatan *blocked*, pemain didorong untuk terpusat dalam satu titik latihan. Dengan menggunakan pendekatan *blocked*, pemain semakin memahami kaitan antara teknik yang benar dalam suatu permainan. Penggunaan pendekatan *blocked* diharapkan dapat meningkatkan mutu pembelajaran cabang olahraga permainan.

Pembelajaran ini memungkinkan siswa untuk menyadari keterkaitan antara elemen teknik dan peningkatan performa bermain mereka. Pendekatan pembelajaran terpusat menekankan pada penempatan latihan keterampilan teknik dan memberikan kesempatan kepada pemain untuk melihat relevansi keterampilan teknik pada situasi bermain yang sebenarnya.

## **2. Manfaat Pembelajaran dengan Pendekatan *Blocked***

# Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016

(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)

Melalui pendekatan pembelajaran *blocked*, akan senantiasa tercipta suasana belajar yang memungkinkan atlet untuk selalu bergerak sesuai dengan tugas dan tujuan pembelajaran.

## a. Kelebihan pendekatan pembelajaran *blocked*

- a) Membantu berlatih pada kompleksitas gerakan yang rendah atau sederhana
- b) Mudah direspon atau dimengerti, karena tugas yang sederhana meminta perhatian terbatas
- c) Gerakan ketrampilan mudah untuk dikoreksi

## b. Kelemahan pendekatan pembelajaran terpusat

- a) Menimbulkan kejenuhan dalam belajar ketrampilan, karena gerakan yang diulang-ulang
- b) Menimbulkan kelelahan
- c) Waktu yang diperlukan relatif lama untuk menguasai suatu ketrampilan

## 3. Implementasi pendekatan pembelajaran *blocked* terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepakbola

“Metode pembelajaran dengan sistem *blocked* adalah suatu urutan pembelajaran dimana siswa melakukan tugas / latihan yang sama secara berulang-ulang”. Richard A.Schmidt (2004:249). Sistem pembelajaran ini fokus pada satu satu tugas latihan. Pemain melakukan perlakuan menggiring bola lurus dengan tanpa halangan dilakukan dengan berjalan. Dilakukan terus menerus sampai tugas latihan pertama selesai di lanjutkan ke langkah kedua yaitu dilakukan dengan menggiring bola lurus dengan tanpa halangan dan dilakukan dengan berlari dan tugas ketiga yaitu pemain melakukan perlakuan dengan cara menggiring bola dengan berkelok-kelok dengan haling rintang dan dilakukan dengan berlari.

## B. Pendekatan pembelajaran *Random*

# **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

Pendekatan pembelajaran *random* ini menjadikan pembelajaran yang berorientasi dengan latihan. Menurut Edward (2011: 406) latihan random adalah pengaturan susunan praktek keterampilan yang terus berubah-ubah dan tidak dapat diprediksi urutannya dalam satu sesi latihan.

Pembelajaran ini adalah suatu urutan dimana siswa melakukan sejumlah tugas latihan yang berbeda-beda dalam urutan yang tidak tertentu sehingga menghindari pengulangan dengan tugas secara bergantian. Dalam pembelajaran *random* ini pengaturan variasi latihan tidak secara berurutan dan teratur. Jenis pembelajaran ini memberikan tugas bervariasi kepada siswa namun mereka tidak pernah melakukan tugas yang sama sebanyak dua kali dalam satu perlakuan.

Pembelajaran dengan pendekatan *random* adalah pembelajaran yang menitik beratkan untuk mengasah kemahiran teknik gerakan yang sesuai cabang olahraga yang ditekuni oleh atlet. Harsono (1988:100) mengemukakan bahwa, "Latihan teknik adalah latihan yang khusus dimaksudkan guna membentuk dan memperkembangkan kebiasaan-kebiasaan motorik atau perkembangan neuromusculair". Pembelajaran teknik meninang-nimang bola adalah pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan penguasaan gerak menguasai bola pada permainan sepakbola.

## **1) Tujuan Pembelajaran Dengan Pendekatan *Random***

Tujuan pembelajaran seyogianya memenuhi kriteria sebagai berikut:

- a. Tujuan itu menyediakan situasi atau kondisi untuk belajar
- b. Tujuan mendefinisikan tingkah laku siswa dalam bentuk dapat diukur dan dapat diamati.
- c. Tujuan menyatakan tingkat minimal perilaku yang dikehendaki.

Pembelajaran berdasarkan makna berarti proses, cara, perbuatan mempelajari. Pada pembelajaran guru mengajar diartikan sebagai upaya guru mengorganisir lingkungan terjadinya pembelajaran, yang mana guru menyediakan fasilitas belajar bagi peserta didiknya. Jadi subjek pembelajaran adalah peserta didik. Namun yang menjadi kunci dalam menentukan tujuan pembelajaran adalah kebutuhan siswa itu sendiri karena dalam pembelajaran para siswa bukan

# **Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

hanya menerima pelajaran berupa mata pelajaran saja tapi mewariskan beberapa ilmu pengetahuan lainnya.

## **2) Manfaat Pembelajaran dengan Pendekatan Random**

Pembelajaran dengan metode pendekatan *random* ini bisa meningkatkan peluang pemain untuk meningkatkan permainannya, yaitu dengan bertambahnya keluwesan dalam beradaptasi dengan aktivitas dan situasi baru manakala diperlukan.

### **1. Kelebihan pendekatan pembelajaran *random***

- a) Membantu berlatih pada gerak ketrampilan yang sulit
- b) Ketrampilan akan lebih cepat dikuasai
- c) Melatih beberapa jenis ketrampilan dalam satu waktu

### **2. Kelemahan pendekatan pembelajaran *random***

- a) Sulit direspon atau dimengerti karena tugas yang kompleks, sehingga menuntut perhatian dan konsentrasi yang lebih
- b) Memerlukan pengamatan yang serius dalam mengoreksi gerakan ketrampilan
- c) Memerlukan waktu yang lebih untuk belajar ketrampilan.

### **3) Implementasi pendekatan pembelajaran *random* terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepakbola**

Metode pembelajaran dengan sistem *random* adalah suatu latihan dimana siswa melakukan sejumlah tugas atau latihan yang berbeda secara *random* yang tidak tertentu sehingga menghindari atau meminimalisasi pengulangan salah satu tugas secara beturut-turut. Pendekatan pembelajaran *random* menampilkan berbagai macam tugas atau variasi dalam satu sesi latihan dengan pelatih atau petugas memberikan kode perlakuan apa yang dilakukan oleh pemain. Dalam pembelajaran *random* ini pengaturan variasi latihan tidak secara berurutan dan teratur. Perlakuan pembelajaran sistem *random* bervariasi baik dari variasi menggiring bola dengan bejalan berlari dengan halangan atau tanpa halangan tergantung pelatih saat memberikan instruksi dalam latihan.

# Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016

(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)

## D. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen, dasar penggunaan metode ini adalah kegiatan percobaan yang diawali dengan memberikan perlakuan kepada subyek yang diakhiri dengan suatu tes guna mengetahui pengaruh perlakuan yang diberikan. Sutrisno (1995:21) menyatakan bahwa tujuan penelitian ekperimental adalah untuk meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan (treatment) terhadap kelompok eksperimen yang hasilnya dibandingkan dengan hasil kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau diberi perlakuan yang berbeda.

## E. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan uji perbedaan nilai  $t$  antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 (kelompok yang mendapat sistem *blocked*) = 146.6959, sedangkan  $t_{tabel} = 2,145$ . Ternyata  $t$  yang diperoleh  $> t_{tabel}$ , yang berarti hipotesis nol ditolak. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1. Kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan menggiring bola yang disebabkan oleh metode yang diberikan, yaitu metode *blocked*.

Pada analisa data yang didapat antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 (kelompok yang mendapat sistem *random*) = 48.2302, sedangkan  $t_{tabel} = 2,145$ . Ternyata  $t$  yang diperoleh  $> t_{tabel}$ , yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 2. Berarti kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan menggiring bola yang disebabkan oleh metode yang diberikan, yaitu sistem *random*. Pada analisa data yang lain yaitu pada hasil uji perbedaan yang dilakukan terhadap tes akhir pada kelompok 1 dan 2, diperoleh nilai  $t$  sebesar 3.9710, sedangkan  $t_{tabel} = 2,145$ . Ternyata  $t$  yang diperoleh  $t < t_{tabel}$ , yang berarti hipotesis nol ditolak. Hal ini

# Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016

(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)

menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan selama 6 minggu, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2. Kelompok 1 dan kelompok 2 diberikan perlakuan (*treatment*) dengan sistem *random* yang berbeda.

Adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok 1 dan kelompok 2 maka dilakukan penghitungan nilai perbedaan peningkatan kemampuan menggiring bola dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2. Kelompok 1 memiliki nilai persentase kemampuan menggiring bola sebesar 5.237%, sedangkan kelompok 2 memiliki nilai persentase peningkatan kemampuan menggiring bola sebesar 5.955%. Hal ini menunjukkan kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan menggiring bola yang lebih baik daripada kelompok 1, karena sistem random sangat efektif untuk peningkatan kemampuan menggiring bola.

## D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Adanya perbedaan pengaruh yang signifikan antara pembelajaran sistem *blocked* dan sistem *random* terhadap kemampuan menggiring bola Pada Pemain kelompok umur 12 tahun putra SSB HWM Surakarta Tahun 2016. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu  $t_{hitung} = 3.9710$  lebih besar dari pada  $t_{tabel} = 2,145$  dengan taraf signifikansi 5%.
2. Sistem *random* lebih baik pengaruhnya dari pada metode sistem *blocked* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola Pada Pemain kelompok umur 12 tahun putra SSB HWM Surakarta Tahun 2016. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan menggiring bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode *blocked*) adalah 5.237% < kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan sistem *random*) adalah 5.955%.

**Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)

**DAFTAR PUSTAKA**

- Andi Cipa Nugraha, 2016. *Mahir Sepakbola*. Nuansa Cendikia, Bandung.
- Bompa, Tudor. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Kendal. Lowo : Hunt Publishing Company.
- Edward, W. H. (2011). *Motor Learning And Control: From Theory to Practice*. USA: Wadsworth.
- Harsono (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Cv Tambak Kusuma
- Schmidt, Richard A. (2004). *Motor Control Dan Learning*. Champaign Human Kinetics, Publisher, Inc.
- Sukatamsi (1984). *Dasar-dasar bermain sepakbola*. Surakarta. UNS. Press.
- Sugianto dan sudjarwo.(1993). *Perkembangan Belajar Gerak*. Jakarta Depdikbud, Proyek Penataan Guru Penjaskes SD Setara D-II.
- Suharno,HP (1983). *Teknik-teknik dasar* . Yogyakarta
- Sutrisno Hadi. 1995. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wina Sanjaya, (2008). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Medika.

**Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Sistem Blocked dan Random Terhadap Kemampuan Meggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Umur 12 Tahun Klub SSB HWM Surakarta Tahun 2016**

**(Ratna Kumala Setyaningrum dan Arumning Endah Pradiyati)**

**BIODATA PENULIS**

Nama : Ratna Kumala Setyaningrum, S. Pd. M. Or.  
Pendidikan : - S1 Universitas Sebelas Maret Surakarta  
: - S2 Universitas Sebelas Maret Surakarta  
: - Dosen pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta  
Alamat Kantor : Jl. M. Walanda Maramis 31 Cengklik Surakarta. Telp. 854188