



Perbedaan Pengaruh Latihan *Boomerang Run With The Ball* dengan Latihan *Curving Line Trajectory* Terhadap Kecepatan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Usia 16 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat Tahun 2021

Andi Nur Abady¹⁾, Fajar Sidik Siregar²⁾, Arifin Siregar²⁾

¹⁾ STOK Binaguna, PJKR, Medan, Indonesia

²⁾ Universitas Negeri Medan, FIP PGSD, Medan, Indonesia

e-mail: andi.nurabady@gmail.com

Corresponding Author:

Email:

andi.nurabady@gmail.com

Keywords: *boomerang run with the ball, curving line trajectory, dribbling*

How To Cite

Abady, A.N., Siregar, F. S., & Siregar, A. (2022). Perbedaan Pengaruh Latihan Boomerang Run With The Ball Dengan Latihan Curving Line Trajectory Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Usia 16 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat Tahun 2021. *Journal of Technology and Literacy in Education*, 1 (1): 78-84

Abstract

This study aims to find out which is the greater effect between boomerang run with the ball exercise and curving line trajectory exercise on dribbling speed in 16 years old students of Tunas Muda Rantau Prapat soccer school (SSB) in 2021. The population of SSB Tunas Muda students is 42 people. In this study, 18 years old students from Tunas Muda Rantau Prapat Soccer School (SSB) were enrolled. The number of samples of 16 people was obtained by random sampling technique. The method used in this research is the experimental method. The research instrument for data collection with tests and measurements is a soccer dribbling speed test, to determine the athlete's soccer dribbling speed. Furthermore, they were divided into two groups using the matching pairing technique, namely the boomerang run with the ball training group and the curving line trajectory training group. The study was conducted for 6 (six) weeks with exercise 4 (four) times a week. The analysis of the first hypothesis can be concluded that there is a significant effect of the boomerang run with the ball exercise on the speed of dribbling in soccer games for 16-year-old students of Tunas Muda Rantau Prapat football school (SSB) in 2021. The analysis of the second hypothesis can be concluded that there is a significant effect of curving line trajectory training on the speed of dribbling in soccer games for 16 years old students of Tunas Muda Rantau Prapat football school (SSB) in 2021. Analysis of the third hypothesis can be concluded that the boomerang run with the ball exercise has a greater effect than the curving-line trajectory exercise on the speed of dribbling in soccer games for 16-year-old students of Tunas Muda Rantau Prapat football school (SSB) in 2021.

Keywords: boomerang run with the ball, curving line trajectory, dribbling

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan *boomerang run with the ball* dan latihan *curving line trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola(SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. Populasi siswa SSB Tunas Muda berjumlah 42 orang. Dalam penelitian ini adalah Siswa Usia 16 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat sebanyak 18 Orang. Jumlah sampel 16 orang diperoleh dengan teknik *random sampling*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan *test* dan pengukuran yaitu tes kecepatan menggiring sepakbola, untuk mengetahui kecepatan menggiring sepakbola atlet. Selanjutnya dibagi menjadi dua

kelompok dengan teknik *matching pairing* yaitu kelompok latihan *boomerang run with the ball* dan kelompok latihan *curving line trajectory*. Penelitian dilaksanakan selama 6 (enam) minggu dengan latihan 4 (empat) kali dalam seminggu. Analisis hipotesis pertama dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari latihan *boomerang run with the ball* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. Analisis hipotesis kedua dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari latihan *curving line trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. Analisis hipotesis ketiga dapat disimpulkan bahwa latihan *boomerang run with the ball* lebih besar pengaruhnya daripada latihan *curving-line trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021.
Kata kunci: *boomerang run with the ball, curving line trajectory, menggiring bola*

INTRODUCTION

Dalam permainan sepakbola diperlukan kerja sama yang baik dan tentu harus dengan tehnik-tehnik yang benar. Untuk menguasai tehnik sepakbola yang benar, para pemain sebaiknya berlatih secara rutin dengan penuh kedisiplinan, oleh karena itu penguasaan tehnik dasar diharapkan mendapatkan perhatian serius dari pembinaan sepakbola sejak dini. Berkaitan pembinaan sepakbola usia dini, maka *club* Tunas Muda Rantau Prapat merupakan salah satu *club* yang memiliki andil didalam persepakbolaan khususnya di Sumatera Utara. Kegiatan berolahraga khususnya sepakbola menerapkan latihan tehnik berguna untuk meningkatkan keterampilan tehnik mereka. Penguasaan keterampilan dari tehnik-tehnik dasar

amatlah penting karena akan menentukan kemahiran dalam melakukan keseluruhan gerak dalam suatu cabang olahraga. Penguasaan tehnik-tehnik dasar dalam berbagai cabang olahraga mutlak dimiliki olahragawan untuk memperoleh *efesiensi* dan *efektifitas* gerakan dan berujung pada *efesiensi* energi.

Saat ini perkembangan permainan sepakbola sangat pesat sekali, hal ini ditandai dengan banyaknya sekolah sepakbola (SSB) muncul di tengah-tengah masyarakat yang bertujuan untuk menambah pengetahuan mereka terhadap sepakbola khususnya. Sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda berdiri pada tahun 2009 berada di kecamatan Rantau Utara kabupaten Labuhan Batu merupakan salah satu diantara sekian

banyak sekolah sepakbola (SSB) yang ikut serta dalam pembinaan prestasi persepakbolaan Indonesia khususnya persepakbolaan Sumatera Utara. Pelatih klub sepakbola ini bernama Anwar Efendi S.Pd, yang merupakan alumni dari Unimed. Berdasarkan umur atlet rata-rata berumur 16 tahun sebanyak 18 orang. Klub ini mempunyai waktu latihan 4 kali dalam seminggu, (Senin, Rabu, Jum'at dan Sabtu), fasilitas-fasilitas (sarana dan prasarana) yang dimiliki terdiri dari bola kaki 10 buah, *cone* sebanyak 40 buah serta rompi sebanyak 2 set. Pada saat peneliti melakukan pengamatan di lapangan SSB Tunas Muda yang berada di daerah PTPN 3 Janji Rantau Prapat, mulai tanggal 16 sampai dengan tanggal 20 Juni 2021, dari hasil pengamatan peneliti pada saat latihan, bahwasanya para pemain melakukan pemanasan sebelum diberikan latihan inti, dengan melakukan menggiring bola secara bersama-sama, setelah pemanasan para pemain melakukan latihan menggiring dengan cara menggiring bola ke teman yang ada di depan nya, menggiring bola kemana saja di dalam area yang ditentukan oleh pelatih dengan ukuran area sekitar 20x20 meter, dan melakukan menggiring bola lalu melakukan *passing* ke teman yang ada di depannya. Peneliti melihat latihan yang diberikan oleh pelatih terlalu mudah untuk dilakukan

para pemain tidak terlihat pelatih memberikan latihan seperti latihan *boomerang run with the ball* maupun *curving line trajectory*. Pada saat *game* berlangsung para pemain terlihat kurang cepat melakukan *dribbling* juga pada saat mengubah arah terlalu lambat, dikarenakan pada saat pemain menggiring bola, kebanyakan bola pada saat menggiring terlalu jauh dari kaki, bola berada di luar jangkauan kaki, bola terselip di sela kaki, pada saat mengubah arah terlalu cepat sehingga mudah kehilangan bola, dan melakukan langkah memotong yang pendek sehingga mengalami kesulitan untuk menggiring dengan cepat, Peneliti juga mewawancarai kepada pelatih bahwasanya kendala yang dihadapi atlet mereka adalah menggiring bola masih terlalu lambat, hal itu terbukti karena pada saat latihan tidak adanya pelatih memberikan latihan yang sulit ataupun latihan yang bervariasi.

Untuk memperkuat dugaan kemampuan para atlet dalam kecepatan menggiring bola masih kurang, peneliti mencoba melakukan tes pendahuluan pada tanggal 23 Juni 2021, yaitu tes keterampilan menggiring bola.

Dari data tersebut yaitu para atlet sekolah sepakbola (SSB) Tunas

Muda Rantau Prapatusia 16 tahun pada kriteria baik terdapat 2 orang, kriteria sedang 13 orang, kriteria kurang 3 orang. Dari hasil tes pendahuluan menggiring bola peneliti menarik kesimpulan yaitu teknik dalam menggiring para atlet SSB Tunas Mudamasih dalam kategori lemah, mencermati permasalahan yang ada peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Perbedaan pengaruh latihan *Boomerang Run with the Ball* dengan Latihan *Curving-Line Trajectory With The Ball* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021".

METHOD

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang diuraikan sebelumnya, bahwa penelitian yang dilakukan bermaksud untuk menemukan informasi tentang perbedaan pengaruh latihan *Boomerang Run with the Ball* dengan latihan *Curving-Line Trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat usia 16 tahun. Sehubungan dengan hal tersebut, maka peneliti menggunakan metode yang dianggap sesuai dengan permasalahan yang hendak diteliti yaitu dengan menggunakan metode *eksperimen*, untuk teknik pengambilan

data digunakan test dan pengukuran. Ada 3 variabel penelitian yang diteliti dalam penelitian ini yaitu latihan *Boomerang Run with the Ball* sebagai variabel bebas pertama dan latihan *Curving-Line Trajectory* sebagai variabel bebas kedua serta kecepatan menggiring bola pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat sebagai variabel terikat.

Salah satu faktor pendukung keberhasilan setiap penelitian perlunya satu bentuk desain yang berguna sebagai pedoman dalam satu kegiatan penelitian. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-test* dan *post-test* artinya sebelum dilakukan perlakuan, dilakukan tes awal terlebih dahulu dan diakhiri dengan melakukan tes akhir

RESULT AND DISCUSSION

Pembahasan hasil analisis data penelitian dimaksudkan untuk mempermudah dalam menarik kesimpulan hasil penelitian. Dari hasil pengujian hipotesis I menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok latihan *boomerang run with the ball* berpengaruh terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB)

Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. *Boomerang run with the ball* merupakan salah satu bentuk latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kecepatan dan kelincahan. Kecepatan dalam hal menggiring bola sangat berpengaruh terhadap kelangsungan gerakan yang sama dalam waktu yang singkat untuk membawa bola, sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan *boomerang run with the ball* merupakan bentuk latihan dengan teknik yang sangat efektif untuk meningkatkan kecepatan *dribbling* dalam permainan sepakbola, karena pelaksanaannya yang menyerupai permainan yang sesungguhnya di lapangan. Latihan yang dilakukan seorang atlet melalui program latihan yang telah disusun sebelumnya sesuai dengan prinsip-prinsip latihan sehingga tujuan dari latihan itu sendiri dapat tercapai dengan maksimal. Oleh karena itu latihan *boomerang run with the ball* berpengaruh untuk meningkatkan kecepatan menggiring bola. Pengujian hipotesis II menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok latihan *curving line trajectory* berpengaruh terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. Latihan *curving line trajectory* pada

dasarnya merupakan bentuk latihan teknik menggiring bola dan dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola. Dalam penelitian ini hal tersebut terbukti secara nyata bahwa latihan *curving line trajectory* dapat meningkatkan kecepatan menggiring bola.

Dari hasil pengujian hipotesis III, menunjukkan bahwa latihan *Boomerang run with the ball* besar pengaruhnya daripada latihan *curving line trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. Hal ini dikarenakan latihan *Boomerang run with the ball*, dalam pelaksanaannya adalah menggiring bola lurus dan melakukan *manuver* atau mengitari *cone* sesuai dengan lintasannya. Gerakan ini ada kemiripannya dengan tes yang dilaksanakan dalam penelitian ini, yakni tes menggiring oleh nurhasan. Dalam pelaksanaannya dalam tes ini, *testee* juga menggiring bola lurus dan melakukan *manuver* atau perubahan arah sesuai dengan lintasannya.

Sedangkan pada latihan *curving line trajectory* pada dasarnya

merupakan bentuk latihan teknik menggiring bola dan dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap peningkatan hasil kecepatan menggiring bola. Dalam penelitian ini hal tersebut terbukti secara nyata bahwa latihan *curving line trajectory* dapat meningkatkan kecepatan menggiring bola, dalam latihan ini atlet dilatih kurang cepat, dalam latihan ini kelihatan lebih didominasi adanya unsur tehnik dalam hal mengubah arah di area sempit, yaitu menggiring bola hanya mengitari *cone* yang ada di depannya, terlihat ada unsur kecepatan dalam hal menggiring, dikarenakan pemain saat melakukan latihan bisa bergerak bebas saat menggiring.

Latihan *Boomerang Run With The Ball* dan *Curving Line Trajectory* merupakan bentuk latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kecepatan menggiring bola. Latihan *Boomerang Run With The Ball* dan latihan *Curving Line Trajectory* berpengaruh dalam hasil tes kecepatan menggiring bola karena tingkat latihannya sangat memerlukan kelincahan yang baik karena rintangan yang diberikan kepada pemain. Menggiring bola adalah salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan sepak bola dimana setiap pemain perlu

untuk menggiring bola untuk melewati lawan, sehingga bola bisa lebih dekat ke gawang dan lebih mudah untuk melakukan tembakan ke gawang untuk menghasilkan gol. Kemampuan menggiring bola yang tidak baik akan membuat lawan lebih mudah merebut bola sehingga kesempatan untuk menghasilkan gol akan lebih sedikit sehingga penting untuk menguasai keterampilan menggiring bola.

Latihan *boomerang run with the ball* dan latihan *curving-line trajectory* sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021, dan latihan *boomerang run with the ball* lebih besar pengaruhnya daripada latihan *curving-line trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan sebagai

berikut: Ada pengaruh yang signifikan dari latihan *Boomerang Run with the Ball* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. Ada pengaruh yang signifikan dari latihan latihan *Curving-Line Trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021. Dapat disimpulkan bahwa latihan *boomerang run with the ball* dan latihan *curving-line trajectory* sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021, dan latihan *boomerang run with the ball* lebih besar pengaruhnya daripada latihan *curving-line trajectory* terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa usia 16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Tunas Muda Rantau Prapat tahun 2021.

REFERENCES

FIFA. (2009). *Peraturan Permainan Sepakbola. (Laws of the Game)*. Alih bahasa ketua umum PSSI. Jakarta.

Glifford, Clive. (2007). *Keterampilan Sepakbola*, Jakarta: PT. Citra Aji Parama.

Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Koger, Robert. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Jakarta.

Luxbacher. (1998). *Sepak bola: Langkah-Langkah Menuju Sukses*, Penerjemah, Agus Wibawa.- Ed. 2. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Mielke, Danny. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Jakarta: PT. Intan Sejati.

Nurhasan (1988). *Tes dan Pengukuran*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Sarumpaet, Aip. (1992). *Permainan Besar*, Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Segura, Jose. (2001). *Teaching the Skill Of Soccer*, Reedswain Publising.

Sudjana. (2005). *Statistik*. Bandung, Tarsito.