

MENINGKATKAN KETERAMPILAN DRIBBLING FUTSAL MELALUI METODE BERMAIN

Yandri Driyana Firmansah¹, Hernawan², Aan Wasan³, Widiastuti⁴

^{1) 2) 3) 4)} Program Pascasarjana, Universitas Negeri Jakarta

e-mail: driyanayandri@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk melihat peningkatan keterampilan *dribbling* futsal di Sekolah MTs Daarul U'luum PUI Majalengka melalui metode bermain. Penelitian ini menggunakan metode *Action Research* (penelitian tindakan). Model penelitian tindakan yang digunakan adalah model Kemmis dan Mc. Taggart dengan 4 proses yaitu proses (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi atau Pengamatan, dan (4) Refleksi. Penelitian ini dilaksanakan di MTs Daarul U'luum PUI Kecamatan Majalengka Kabupaten Majalengka. Subjek penelitian ini berjumlah 30 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen tes dan observasi. Hasil penilaian keterampilan *dribbling* futsal pada data awal sekitar 26% siswa yang mencapai nilai KKM. Pada Siklus I peneliti menerapkan metode bermain untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* futsal. Hasilnya sekitar 60% siswa yang mencapai nilai KKM. Pada siklus II terdapat peningkatan siswa yang mendapat nilai di atas KKM sekitar 83,33% siswa. Pada siklus ini dikatakan berhasil dikarenakan sudah 80% dari jumlah siswa sudah memenuhi KKM. Hasil Kinerja Peneliti pada siklus I, memperoleh persentase sekitar 93,75, pada siklus II, peneliti memperoleh persentase 100. Hasil aktivitas siswa pada siklus I, memperoleh persentase 76,6% tergolong baik, sedangkan pada siklus II, aktivitas siswa memperoleh peningkatan dengan persentase menjadi 93,33% tergolong sangat baik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* futsal.

Kata Kunci: bermain, keterampilan *dribbling*, futsal

Abstract

This research was conducted to see the improvement of futsal dribbling skills at the MTs Daarul U'luum PUI Majalengka School through playing methods. This study uses Action Research method (action research). The penelitian model of action used is the Kemmis and Mc Taggart with 4 processes, namely process (1) Planning, (2) Implementation of Action, (3) Observation or Observation, and (4) Reflection. This research was carried out at MTs Daarul U'luum PUI, Majalengka District, Majalengka District. The subjects of this study amounted to 30 students. The instrument used in this study is a test and observation instrument. The results of the assessment of futsal dribbling skills in the initial data were around 26% of students who achieved the KKM score. In Cycle I researchers applied a play method to improve futsal dribbling skills. The result is around 60% of students who achieve KKM scores. In the second cycle there is an increase in students who scored above the KKM approximately 83.33% of students. In this cycle is said to be successful because 80% of the number of students already meet the KKM .. Results Performance Researchers in the first cycle, obtained a percentage of about 93.75, in cycle II, researchers get 100 percent. Student activity on the first cycle, earn a percentage 76 , 6% is quite good, while in cycle II, students' activities to increase with the percentage to 93.33% are very good. Thus it can be concluded that the method of play can improve the skills of futsal dribbling.

Keywords: playing, dribbling skills, futsal

PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai manfaat sangat besar dalam meningkatkan dan menjaga kebugaran jasmani dengan memiliki kebugaran yang baik memudahkan kita dalam melakukan aktifitas fisik, selain untuk membantu kita dalam meningkatkan kebugaran. Olahraga juga memiliki peranan penting dalam mengembangkan kemampuan psikomotor. Berbagai macam jenis olahraga yang ada di masyarakat diantaranya ada olahraga rekreasi, olahraga kesehatan dan olahraga prestasi. Jenis olahraga prestasi yang banyak digandrungi oleh masyarakat di Indonesia saat ini diantaranya sepak bola, bola voli, renang, atletik, futsal, dan lain sebagainya.

Futsal merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang dimainkan satu timnya berjumlah lima pemain, kedua tim tersebut bermain memasukan bola ke dalam gawang, dan mengumpulkan gol sebanyak mungkin agar keluar menjadi seorang pemenang. Menjadi seorang atlet futsal berprestasi tidaklah mudah, karena seorang atlet futsal dituntut untuk bisa menguasai teknik-teknik yang ada dalam permainan futsal dengan baik sehingga bisa menunjang permainannya dilapangan. Dalam bermain futsal teknik-teknik tersebut tidak sesederhana seperti apa yang terlihat, melakukan semua teknik tersebut dengan baik dalam sebuah pertandingan merupakan sesuatu hal yang kita bisa dapatkan dari hasil latihan yang intensif dan terprogram.

Dari beberapa teknik dalam permainan futsal teknik menggiring bola (*dribbling*) sangat dominan dan menjadi ciri khas dalam sebuah permainan futsal.

Dalam membentuk pemain agar mempunyai teknik *dribbling* futsal yang baik diperlukan sebuah proses latihan yang baik sehingga bisa membuat anak didik ataupun atlet merasa nyaman dan membuat mereka terampil dalam melakukan *dribbling*. Proses latihan memiliki peran yang sangat besar di dalam dunia olahraga terutama olahraga prestasi, karena dengan melakukan latihan secara terencana, teratur dan berulang - ulang dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan fisik, teknik dan mental tetapi terbatasnya variasi, kemampuan dan pengetahuan pendidik dalam mengemas proses latihan menjadi lebih menarik dan efektif selalu menjadi kendala yang terjadi dilapangan, untuk itu pelatih harus mempunyai modifikasi agar proses latihan tidak monoton .

Salah satu latihan yang berperan besar adalah bermain, dengan memasukan sebuah unsur bermain kedalam proses latihan dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan *dribbling* dan motivasi siswa dalam mengikuti proses latihan Futsal khususnya dalam melakukan teknik *dribbling*. Berdasarkan penelitian melalui observasi pada ekstrakurikuler futsal di Sekolah Mts Dararul U'luum PUI Majalengka, siswa banyak mengeluh karena monoton nya bentuk latihan yang diberikan oleh pelatih pada saat latihan *dribbling* futsal. Akibat dari monotonnya bentuk latihan *dribbling* berpengaruh kepada kurangnya motivasi latihan para siswa dan keterampilan gerak siswa dalam melakukan *dribbling* sehingga para siswa terlihat kurang bersemangat ketika mengikuti latihan. Faktor-faktor yang menyebabkan kurangnya antusias

siswa dalam mengikuti latihan disebabkan karena pemberian materi oleh pelatih kepada siswa kurang menarik, efektif, inovatif dan masih kurangnya pemahaman pelatih dalam permainan futsal. Berdasarkan permasalahan tersebut dampak yang ditimbulkannya adalah masih banyaknya siswa yang belum memenuhi nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada mata pelajaran penjas khususnya materi futsal, selain berdampak terhadap nilai siswa dampak lain yang diberikan adalah prestasi tim ekstrakurikuler futsal MTs Daarul Uluum PUI Majalengka kualitasnya masih jauh berada dibawah tim sekolah yang bertanding di turnamen antar sekolah MTs se-Kabupaten Majalengka terutama pada teknik *dribbling* futsal.

Solusi dari permasalahan buruknya pola latihan tim ekstrakurikuler futsal Mts Daarul U'luum PUI Majalengka, maka diperlukan bentuk latihan yang tidak monoton dan harus bervariasi, terutama latihan dalam meningkatkan *dribbling* futsal. Salah satunya dengan mengkombinasikan metode bermain kedalam proses latihan ke dalam latihan *dribbling*futsal. Alasan mengapa mengkombinasikan metode bermain ke dalam proses latihan *dribbling*futsal karena selama proses latihan pelatih hanya memberikan latihan melewati teman sendiri tanpa ada perpaduan dengan model latihan yang lain yang bisa membuat latihan lebih bervariasi. Sedangkan jika dikombinasikan dengan metode bermain siswa bisa melakukan bermacam - macam permainan yang tanpa mereka sadari di dalam permainan tersebut terdapat sebuah cara dari seorang pelatih untuk meningkatkan keterampilan *dribbling*futsal sehingga siswa mendapatkan proses latihan yang

membantu mereka dalam meningkatkan keterampilan teknik futsal tersebut tanpa harus merasa jenuh.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, maka peneliti mempunyai sebuah solusi dalam meningkatkan efektifitas latihan *dribbling*futsal. Peneliti akan mengkombinasikan latihan *dribbling*futsal dengan pendekatan metode bermain. Tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah meningkatkan hasil keterampilan *dribbling*futsal menggunakan pendekatan bermain pada siswa ekstrakurikuler MTs Daarul U'luum PUI Majalengka.

METODE PENELITIAN

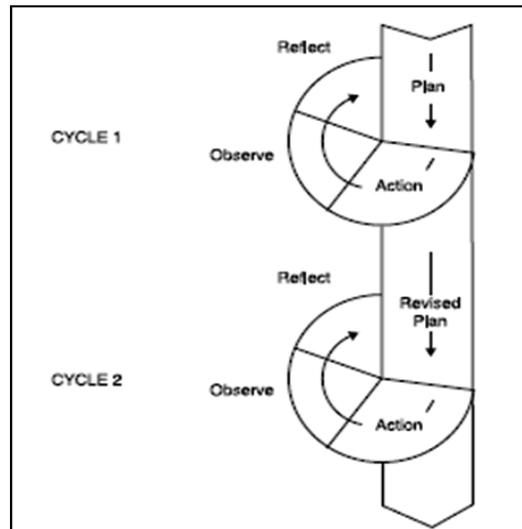
Penelitian ini menggunakan metode *Action Research* (penelitian tindakan). Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan Kemmis & Mc Taggart. Metode penelitian tindakan Kemmis & Mc Taggart berupa siklus atau putaran kegiatan yang meliputi beberapa tahapan sesuai dengan prinsip umum penelitian tindakan setiap tahap dan siklusnya selalu dilakukan secara partisipatoris dan kolaboratif melalui proses, yaitu (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi atau Pengamatan, dan (4) Refleksi pada setiap putaran atau siklus. Apabila berdasarkan hasil refleksi ditemukan permasalahan yang memerlukan tindakan berikutnya, akan dilakukan revisi ulang perencanaan pada siklus berikutnya.

Penelitian ini dilaksanakan di MTs Daarul U'luum PUI Kecamatan Majalengka Kabupaten Majalengka. Subjek penelitian ini berjumlah 30 siswa.

Data yang dikumpulkan merupakan hasil keterampilan passing dan *dribbling* menggunakan lembar penilaian hasil keterampilan *dribbling* futsal. Peneliti

menyusun kisi-kisi instrumen sebagai penilaian. Indikator yang dinilai adalah

kecepatan *dribbling* futsal.



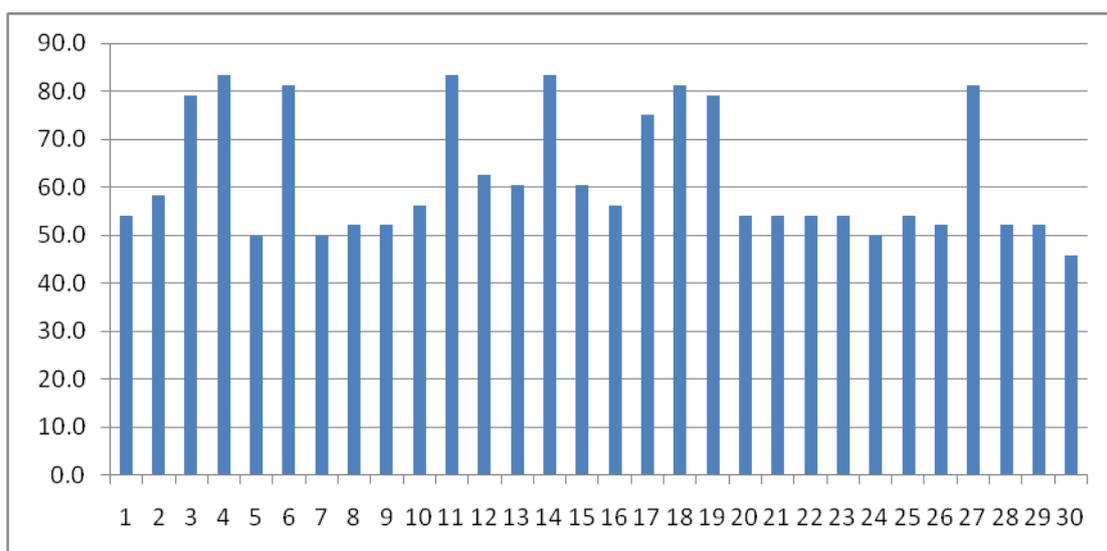
Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis & McTaggart

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Tes Keterampilan Futsal Siswa

Hasil penilaian data awal keterampilan *dribbling* futsal terdapat 22 siswa yang belum mencapai KKM dan 8

orang orang yang mencapai KKM dengan skor maksimal 83.3 serta skor minimal 50 dan rata-rata nilai 62.1, bisa dikatakan masih di bawah KKM yang ditentukan oleh peneliti.

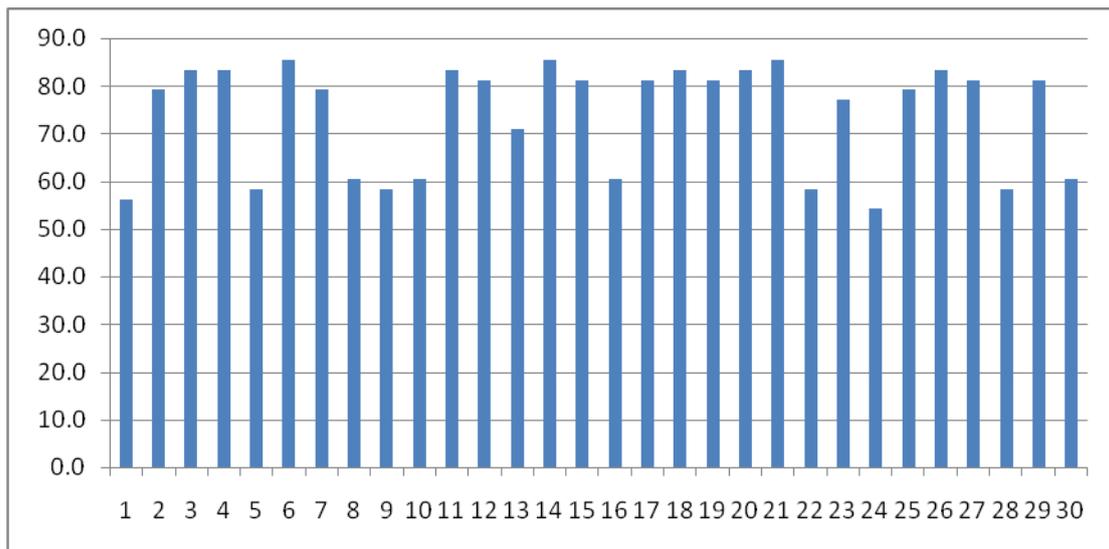


Gambar 2. Diagram Penilaian Hasil Data Awal Keterampilan Dribbling Futsal

Hasil penilaian keterampilan *dribbling* futsal pada siklus I terdapat 12 siswa yang belum mencapai KKM dan 18 orang orang yang mencapai KKM dengan skor maksimal 85.4 serta skor minimal 79.2 dan

rata-rata nilai 73.8, sehingga perlu di berikan tindakan berikutnya dikarenakan belum mencapai apa yang menjadi standar peneliti. Siswa yang tuntas belum

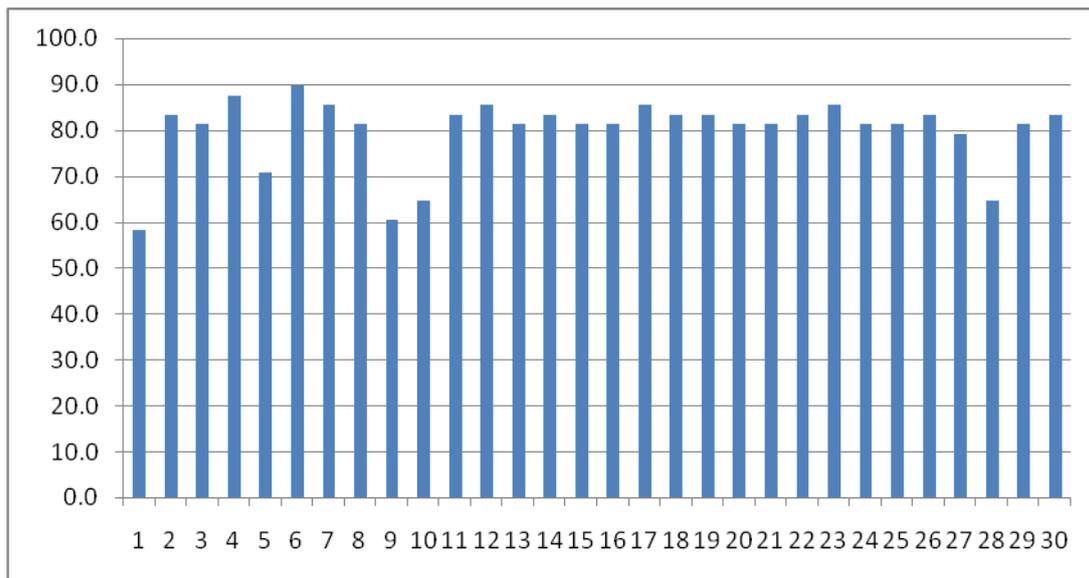
mencapai 80% dari jumlah siswa maka perlu diadakannya siklus II.



Gambar 3. Diagram Penilaian Hasil Keterampilan Dribbling Futsal Siklus I

Hasil penilaian keterampilan *dribbling* futsal pada siklus II terdapat 5 siswa yang belum mencapai KKM dan 25 orang orang yang mencapai KKM dengan skor

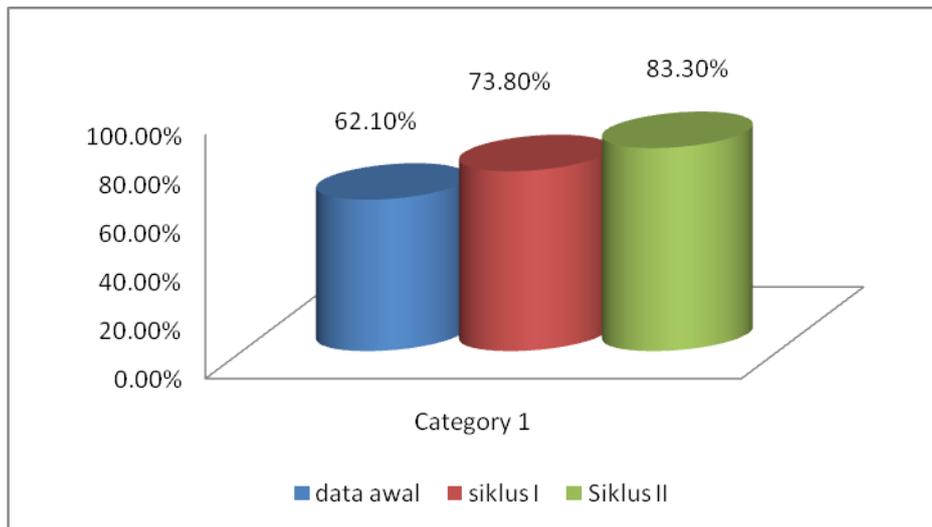
maksimal 83 serta skor minimal 85.4 dan rata-rata nilai 83.3, maka tindakan ini dikatakan berhasil dikarenakan sudah 80% dari jumlah siswa sudah memenuhi KKM.



Gambar 4. Diagram Penilaian Hasil Keterampilan Dribbling Futsal Siklus II

Berikut di bawah ini adalah perbandingan persentase siswa yang lulus

keterampilan *Dribbling*futsal tahap data awal, siklus I, dan siklus II.



Gambar 5. Perbandingan Persentase Siswa Yang Lulus Tes Keterampilan *Dribbling* Futsal Tahap Data Awal, Siklus I, Dan Siklus II

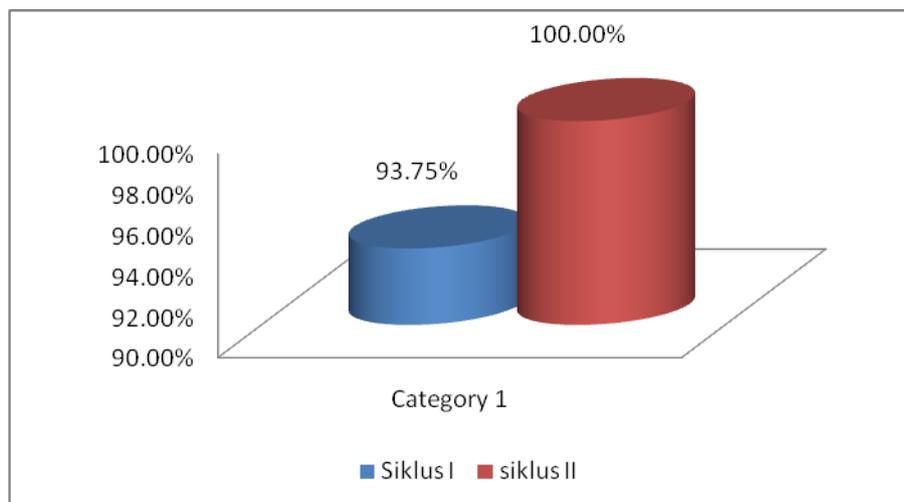
2. Kinerja Guru

Pada siklus I, peneliti sudah mampu mempraktikkan 15 dari 16 indikator pembelajaran atau persentase sekitar 93,75% sesuai dengan perencanaan yang telah disusun akan tetapi ada satu indikator harus disempurnakan oleh peneliti.

Pada siklus II, peneliti sudah mampu mempraktikkan semua indikator

proses latihan dengan persentase 100% sesuai dengan perencanaan yang telah disusun akan tetapi ada beberapa tambahan yang harus disempurnakan oleh peneliti.

Berikut di bawah ini adalah perbandingan persentase indikator yang dicapai oleh peneliti pada siklus I dan siklus II.



Gambar 6. Perbandingan Persentase Indikator Yang Dicapai Oleh Peneliti Pada Siklus I Dan Siklus II.

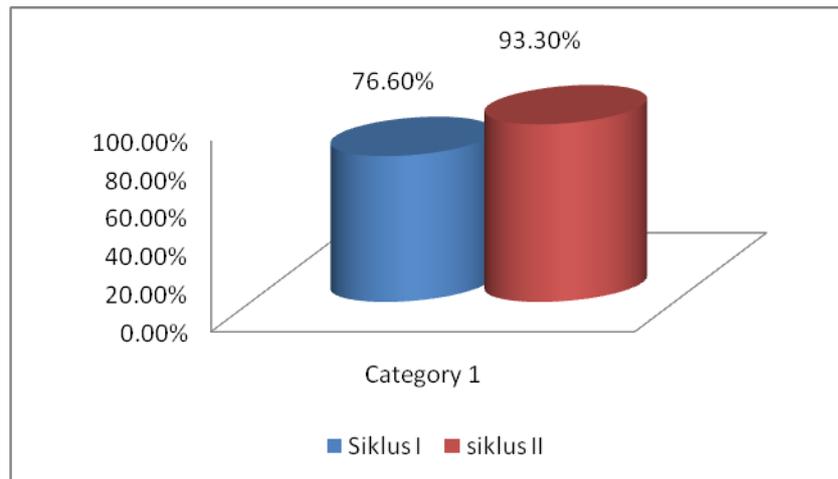
3. Aktivitas Siswa

Pada siklus I, hasil pengamatan aktivitas siswa rata-rata memperoleh

persentase 76,6% tergolong baik. Sedangkan pada siklus II, aktivitas siswa memperoleh peningkatan dengan persentase menjadi

93,33% tergolong sangat baik. Hasil tersebut telah melampaui target yang telah ditentukan. Berikut di bawah ini adalah

perbandingan persentase aktivitas siswa pada siklus I dan siklus II.



Gambar 7. Perbandingan persentase aktivitas siswa pada siklus I dan siklus II

Menurut Rahmad Darmawan keterampilan *dribbling* menjadi skill individu yang penting selain teknik *passing* dan *ball control*. Sedangkan menurut Yanuar dan Sudarso *dribbling* adalah salah satu metode memindahkan bola dari satu titik ke titik yang lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *dribbling* merupakan sebuah aspek yang penting yang harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. Teknik *dribbling* ini sangat dekat sekali kaitannya dengan sebuah permainan, karena permainan identik dengan aktifitas motorik salah satunya adalah berlari. Teknik *dribbling* sendiri merupakan sebuah keterampilan dalam membawa bola dari satu tempat ke tempat yang lain menggunakan kaki sebagai pengontrol. Teknik *dribbling* juga bisa digunakan sambil berlari, berbelok dan berputar dengan tujuan agar lawan tidak dapat merebut bola dari penguasaan. Maka dari itu jika teknik *dribbling* dikombinasikan dengan metode bermain akan sangat tepat sekali.

Definisi permainan sendiri menurut kamus bahasa Indonesia, kata main berarti "melakukan perbuatan untuk tujuan bersenang-senang (dengan alat-alat tertentu atau tidak); berbuat sesuai dengan sesuka hati, berbuat asal saja." Dan dalam dunia psikologi kegiatan bermain dipandang sebagai suatu kegiatan atau lebih luasnya aktivitas yang mengandung keasyikan (*fun*) dan dilakukan atas kehendak diri sendiri, bebas, tanpa paksaan dengan tujuan untuk memperoleh kesenangan pada waktu mengadakan kegiatan tersebut. Berdasarkan definisi permainan di atas, agar latihan teknik *dribbling* tidak membosankan maka harus dikombinasikan dengan metode bermain.

Pentingnya bermain bagi anak juga dijelaskan Ki Fudyartanta, permainan merupakan gejala umum suatu fase perkembangan biososial anak-anak yang demikian pentingnya. Oleh karena itu melatih teknik *dribbling* bagi anak-anak di bawah usia 15 tahun dengan mengkombinasikan dengan metode permainan sangatlah tepat. Berdasarkan kesamaan prinsip teknik *dribbling* dengan

konsep bermain membuat peneliti tertarik untuk menerapkan metode bermain untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* futsal.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan di BAB sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

Hasil penilaian keterampilan *dribbling* futsal terdapat 22 siswa yang belum mencapai KKM dan 8 orang orang yang mencapai KKM atau sekitar 26% siswa yang mencapai nilai KKM. Skor maksimal 83.3 serta skor minimal 50 dan rata-rata nilai 62,1. Pada Siklus I peneliti menerapkan metode bermain untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* futsal. Adapun hasilnya yaitu terdapat 12 siswa yang belum mencapai KKM dan 18 orang orang yang mencapai KKM atau sekitar 60% siswa yang mencapai nilai KKM. Skor maksimal yang didapat yaitu 85.4 serta skor minimal 79.2 dan rata-rata nilai 73.8. Hasil tersebut belum mencapai apa yang menjadi standar peneliti. Siswa yang tuntas belum mencapai 80% dari jumlah siswa maka perlu diadakannya siklus II. Pada siklus II terdapat peningkatan siswa yang mendapat nilai di atas KKM sebanyak 25 orang dan 5 siswa yang belum mencapai

1. KKM atau sekitar 83,33% siswa yang mendapatkan nilai di atas KKM. Skor maksimal yang didapat yaitu 83 serta skor minimal 85.4 dan rata-rata nilai 83.3. Pada siklus ini dikatakan berhasil dikarenakan sudah 80% dari jumlah siswa sudah memenuhi KKM.
2. Hasil Kinerja Peneliti pada siklus I, peneliti sudah mampu mempraktikan 15 dari 16 indikator pembelajaran atau persentase sekitar 93,75% sesuai dengan perencanaan yang telah disusun akan tetapi ada satu indikator harus disempurnakan oleh peneliti. Pada siklus II, peneliti sudah mampu mempraktikan semua indikator proses latihan dengan persentase 100% sesuai dengan perencanaan yang telah disusun akan tetapi ada beberapa tambahan yang harus disempurnakan oleh peneliti.
3. Pada siklus I, hasil pengamatan aktivitas siswa rata-rata memperoleh persentase 76,6% tergolong baik. Sedangkan pada siklus II, aktivitas siswa memperoleh peningkatan dengan persentase menjadi 93,33% tergolong sangat baik. Hasil tersebut telah melampaui target yang telah ditentukan. Berikut di bawah ini adalah perbandingan persentase aktivitas siswa pada siklus I dan siklus II.

DAFTAR PUSTAKA

Dani Wardani. (2009). *Bermain Sambil Belajar*. Jakarta: Edukasia

Ki Fudyartanta. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Rahmad Darmawan dan Ganesha. (2012). *Jadi Juara Dengan Sepak Bola Possession*. Pamulang: Kick Off Media

Somadayo. (2013). *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Yanuar dan Susilo. (2017) "*Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Togethe (NHT) Terhadap Hasil Belajar Sepak Bola,*" *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Vol.02 (02)