



Alat Bantu Latihan Arkick untuk Meningkatkan Teknik Dasar Passing Futsal

Dadi Hidayat[✉], Badruzaman

Program Studi Ilmu keolahragaan, Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: Oktober-2018
Disetujui: Oktober-2018
Dipublikasikan : Oktober-2018

Kata Kunci:

Arkick, futsal, passing, teknik dasar

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh alat bantu latihan ARKICK terhadap teknik dasar futsal passing siswa usia dini akademi ONE Futsal Bandung. Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimen, Desain penelitian ini menggunakan Pretest-Posttest Control Group Desain. Sampel yang digunakan siswa Akademi ONE Futsal Bandung 10 orang kelompok treatment dan 10 orang kelompok kontrol. Instrumen tes yang digunakan yaitu test passing controlling. Hasil yang di temukan rata-rata pretest kelompok treatment 9.300 dan kelompok kontrol 8.000. Setelah diberikan treatment menggunakan ARKICK selama 10 pertemuan didapatkan nilai rata-rata posttest sebesar 14.400 dan kelompok kontrol yang tidak di berikan treatment mendapatkan rata-rata sebesar 9.300. Penemuan ini menunjukkan bahwa pengaruh latihan passing menggunakan alat bantu latihan lebih efisien. Maka terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan menggunakan alat bantu latihan ARKICK terhadap penguasaan teknik passing pada siswa Akademi ONE Futsal Bandung yaitu peningkatan rata-rata 51 sentuhan dengan nilai signifikansi 0.000 artinya $P < 0.05$.

Abstract

This study aims to determine the effect of ARKICK training tools on basic futsal passing techniques for early age students at ONE Futsal Bandung academy. This research method uses an experimental method, the design of this study uses Pretest-Posttest Control Group Design. The sample used by ONE Futsal Academy Bandung students was 10 treatment groups and 10 control groups. The test instrument used is the controlling passing test. The results found on average pretest group treatment 9,300 and control group 8,000. After being given treatment using ARKICK for 10 meetings, the posttest average score was 14,400 and the control group that was not given treatment received an average of 9,300. This finding shows that the effect of passing exercises using exercise aids is more efficient. Then there is a significant effect of the training using the ARKICK training tool on mastery of passing techniques in students of the ONE Futsal Academy in Bandung, namely an average increase of 51 touches with a significance value of 0,000 which means $P < 0.05$.

© 2018 Universitas Pendidikan Indonesia

[✉] Alamat korespondensi:
Gedung FPOK Lantai 2 FPOK UPI
Universitas Pendidikan Indonesia, Jl. Dr. Setiabudhi No. 299 Bandung
E-mail: dadihidayat89@gmail.com

PENDAHULUAN

PENDAHULUAN

Futsal merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh lapisan masyarakat di Indonesia. Permainan futsal juga harus ditunjang dengan keterampilan yang di miliki setiap pemainnya. Keterampilan dasar futsal yang harus dikuasai pemain adalah teknik dasar yang baik. Pada dasarnya teknik dasar futsal sangat sederhana apabila di pelajari melalui latihan yang terus menerus.

(Furqon, 2002) menjelaskan bahwa masa usia dini dalam cabang olahraga futsal adalah umur 10-12 tahun. Hal ini merupakan masa pembinaan dimana stimulus seluruh aspek perkembangan berperan penting pada masa pertumbuhan ini. Karena masa usia dini merupakan masa yang penting untuk perlu mendapat penanganan sebaik mungkin. Untuk memperlancar jalannya permainan futsal pemain harus menguasai teknik dasar bermain futsal salah satunya yaitu passing. Passing merupakan hal yang paling fundamental sekali dalam permainan futsal sehingga harus di latih dengan baik dan benar. Adapun aspek aspek latihan yang perlu dilatih secara seksama adalah latihan fisik, teknik, taktik dan mental. Ke empat aspek tersebut saling memberikan pengaruh terhadap pencapaian suatu hasil, sehingga proses pelatihannya pun harus menyeluruh dan mencakup aspek-aspek tersebut. Namun untuk usia dini teknik merupakan hal yang sangat penting dan fundamental yang harus di latih di bandingkan fisik taktik dan mental. Mengenai latihan (Harsono & Drs, 1988) menjelaskan, "Tujuan serta sasaran utama dari latihan atau training adalah untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasi semaksimal mungkin. IPTEK (Ilmu pengetahuan dan teknologi) yang semakin berkembang pesat kian memberi perkembangan dan inovasi bagi para akademisi untuk bersaing dalam mengembangkan alat-alat olahraga. Disisi Lain perkembangan IPTEK dari waktu ke waktu semakin maju sehingga memudahkan para pemain juga pelatih dalam mengembangkan teknik dan fisik ataupun

program latihan untuk para pelatih. Salah satunya dengan cara alat bantu latihan yang di modifikasi yang standar untuk digunakan. Salah satu caranya dengan membeli alat bantu latihan dari luar negeri yang cukup mahal. Sehingga mereka para pencinta pengembang alat-alat olahraga melakukan inovasi semata-mata untuk meningkatkan prestasi agar dapat mengaktualisasikan diri. Oleh karena itu dalam penelitian ini pun peneliti menambahkan alat bantu latihan teknik dasar futsal, untuk membuat variasi latihan yang menarik dan praktis yang dinamakan ARKICK. Karena sifat anak yang mudah bosan, waktu latihan yang kurang dan tidak banyak variasi latihan yang di berikan oleh para pelatih, peneliti dalam hal ini ingin menggunakan alat bantu latihan agar membuat minat dan menarik siswa untuk berlatih. Alat ini pun dapat digunakan dengan praktis tidak membutuhkan tempat yang luas yang dinamakan ARKICK. Para pelatih pun mengevaluasi bahwa teknik dasar para siswa akademi ONE Futsal Bandung kategori usia dini (10-12 tahun) masih rendah, terlihat dari beberapa pertandingan ujicoba dan game internal yang di lakukan oleh siswa dengan lawan yang usia dan postur tubuh yang sama, teknik dasar passing controlling dribbling dan shooting para siswa sangat rendah. Padahal para pelatih sudah memberikan berbagai program latihan teknik dasar passing controlling, dribbling dan shooting.

Akan tetapi, pada penelitian ini peneliti akan memfokuskan terhadap kemampuan penguasaan teknik passing pada anak usia 10-12 tahun. Penelitian ini akan membandingkan kemampuan penguasaan teknik passing dengan bantuan media latihan ARKICK dan yang tidak menggunakan alat bantu latihan ARKICK.

Latihan merupakan aktifitas olahraga yang sistematis dalaam waktu yang lama, ditingkatkan secara progresif dan individual yang mengarah pada ciri-ciri fisiologis dan psikologi manusia untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan (Carrera & Bompaa, 2007).

Keterampilan dasar passing futsal sangat dibutuhkan oleh pemain, karena dengan

lapangan yang rata dan ukuran yang kecil dibutuhkan passing yang keras dan akurat (Lhaksana, 2011).

Terdapat beberapa jenis passing dalam permainan futsal yaitu, paasing menggunakan kaki bagian dalam, passing menggunakan punggung kaki. Passing menggunakan kaki bagian dalam lebih efektif dalam melepaskan bola dari satu pemain ke pemain lain (Mielke & Berry, 2007)..

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen (exsperimental). Eksperimen adalah salah satu cara mengetahui hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeleminasi atau mengurangi faktor lsin ysg mengganggu. (Arikunto, n.d.) Sedangkan desain penelitian ini adalah Pretest-Postest Only Group Design. Peneliti menetapkan partisipan merupakan siswa yang tergabung di Akademi ONE Futsal Bandung. Berdasarkan topik penelitian, maka populasi dari peneltian ini menggunakan siswa Akademi ONE Futsal Bandung usia 10-12 tahun. Teknik sampling yang digunakan yaitu total sampling dengan jumlah sampel 10 untuk kelompok ARKICK dan 10 orang untuk kelompok kontrol.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah test passing controlling (Nurhasan & Cholil, 2007). Dalam penelitian ini untuk mencari apakah ada peningkatan dari pretest ke posttest menggunakan paired sampel t-test.

HASIL

Profil Poduk

Tabel 1. Data Hasil Rata-rata Pretest Postest Kelompok ARKICK

PRETEST	POSTEST	PENINGKATAN
9.3	14.4	5.1

Table 2. Data Hasil Rata-rata Pretest Postest Kelompok Kontrol

PRETEST	POSTEST	PENINGKATAN
8	9.3	1.3

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dari kedua kelompok, yaitu kelompok treatment dan kelompok kontrol, peneliti memperoleh penemuan, diantaranya:

Nilai rata-rata pre-test siswa Akademi ONE Futsal Bandung keseluruhan adalah 8.5, sedangkan nilai rata-rata pretest kelompok treatment adalah 9.3, dan nilai rata-rata pretest kelompok kontrol adalah 8. nilai rata-rata ini dapat ditingkatkan karena nilai rata-rata maksimum dari instrumen analisis passing yang digunakan dalam penelitian ini adalah 17 sentuhan. Data pretest ini menunjukkan bahwa teknik passing siswa Akademi ONE Futsal Bandung rata-rata masih dapat ditingkatkan.

Setelah pemberian treatment selama 10 kali pertemuan Pada 10 orang kelompok treatment, didapatkan nilai rata-rata post-test yaitu sebesar 14.4 Nilai ini menunjukkan bahwa ada peningkatan nilai rata-rata dari 9.3 menjadi 14.4, mengalami peningkatan sebesar 5.1 sentuhan. Sedangkan nilai rata-rata posttest dari kelompok kontrol adalah 9.3. Ada peningkatan dari 8. menjadi 9.3 sentuhan. Mengalami peningkatan sebesar 1.3 sentuhan.

Penemuan ini menunjukkan bahwa pengaruh latihan passing menggunakan alat bantu latihan ARKICK lebih efisien dibandingkan dengan latihan passing yang tidak menggunakan alat bantu.

Pentingnya alat bantu latihan untuk mempermudah menguasai teknik dalam olahraga tertentu juga di ungkapkan oleh Juliantine (Renjana, Anjana, & Thoppil, 2013) yang menyatakan bahwa “alat bantu untuk mempelajari teknik dalam cabang olahraga tertentu sangat diperlukan untuk mempermudah penyampaian materi latihannya”. Sedangkan Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi

dengan dukungan Ilmu pengetahuan dan teknologi (Suherman, 2009).

Pernyataan ini terbukti, bahwa latihan passing menggunakan alat bantu dalam penelitian ini latihan menggunakan alat ARKICK menjadi lebih mudah penyampaian materi latihan, dan mempermudah atlet menguasai teknik passing tersebut, juga terbukti bahwa latihan menggunakan alat lebih besar peningkatannya dibandingkan dengan latihan tidak menggunakan alat bantu.

Selain dari latihan menggunakan alat bantu, adanya peningkatan penguasaan teknik passing pada penelitian ini juga dikarenakan adanya latihan yang berulang-ulang. Sebagaimana di ungkapkan oleh (Harsono & Drs, 1988) latihan adalah "Suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan passing menggunakan alat bantu ARKICK atau pekerjaannya".

Penemuan ini menunjukkan bahwa pengaruh latihan passing menggunakan alat bantu latihan ARKICK lebih efisien. Maka terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan menggunakan alat bantu latihan ARKICK terhadap penguasaan teknik passing pada siswa Akademi ONE Futsal Bandung yaitu peningkatan rata-rata 5.1 sentuhan dengan nilai signifikansi 0.000 artinya $P < 0.05$

KESIMPULAN

Berdasarkan pengolahan dan analisis data peneliti dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut:

Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan passing menggunakan alat bantu latihan ARKICK terhadap penguasaan teknik dasar futsal passing pada siswa usia dini Akademi ONE Futsal Bandung.

Hasil yang di temukan rata-rata pretest kelompok treatment sebesar 9.3 dan nilai rata-rata pretest kelompok kontrol adalah 8. Setelah diberikan treatment menggunakan alat bantu ARKICK selama 10 pertemuan didapatkan nilai

rata-rata posttest kelompok ARKICK sebesar 14.4 dan kelompok kontrol 9.3. Penemuan ini menunjukkan bahwa pengaruh latihan passing menggunakan alat bantu latihan ARKICK lebih efisien. Maka terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan menggunakan alat bantu latihan ARKICK terhadap penguasaan teknik passing pada siswa Akademi ONE Futsal Bandung yaitu peningkatan rata-rata 5.1 sentuhan dengan nilai signifikansi 0.000 artinya $P < 0.05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (n.d.). Suharsimi. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.
- Carrera, M., & Bompa, T. (2007). Theory and methodology of training: General perspectives. *Psychology of Sport Training*, 19–39.
- Furqon, M. H. (2002). Pembinaan Olahraga Usia Dini. Pusat Penelitian dan Pengembangan Keolahragaan (PUSLITBANG OR) Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Harsono, M. S., & Drs, M. S. (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi: Jakarta.
- Lhaksana, J. (2011). Taktik & Strategi futsal modern. Be Champion.
- Mielke, P. W., & Berry, K. J. (2007). Permutation methods: a distance function approach. Springer Science & Business Media.
- Nurhasan, H., & Cholil, D. (2007). Tes dan pengukuran keolahragaan. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Renjana, P. K., Anjana, S., & Thoppil, J. E. (2013). Evaluation of genotoxic effects of baking powder and monosodium glutamate using Allium cepa assay. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 5, 311–316.
- Suherman, A. (2009). Revitalisasi Pengajaran dalam pendidikan jasmani. Bandung: Bintang WarliArtika.