

## BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Deskripsi Data Penelitian

Dalam pelatihan Teknik *Dribling* ini diharapkan kemampuan dan potensi atlet sepak bola SSB Karisma Medan meningkat lebih baik, oleh karena itu penulis melakukan penelitian ini dengan metode perhitungan eksperimen sebagai berikut. Dari penelitian lapangan didapat data sebagai berikut :

#### DATA Pre Test

No	Nama	Posisi	Usia	Hasil Test	Nilai	Kategori
1	Hafiz fadillah	Gelandang	15	11,54 detik	5	Sedang
2	Daffa sadira	Stoper	13	15,31 detik	1	Kurang sekali
3	Imam surya hadi	Wing bek	13	12,36 detik	4	Kurang
4	M. fauzan nasution	Wing	13	15,98 detik	1	Kurang sekali
5	Tengku sandi alfarizi	Gelandang	13	13,60 detik	3	Kurang
6	Feri ardiansyah	Kiper	13	12,74 detik	4	Kurang
7	Farel alinski	Gelandang bertahan	13	14,99 detik	2	Kurang sekali
8	M. Ismail	Gelandang	15	15,47 detik	1	Kurang sekali
9	Fahri khalid	Second Striker	13	12,71 detik	4	Kurang
10	James obiet	Stoper	13	13,70 detik	3	Kurang
11	M. alif ikram	Striker	14	15,33 detik	1	Kurang sekali
12	M. yasid zidane	Wing Bek	13	13,69 detik	3	Kurang
13	M. Wibi	Striker	15	12,06 detik	5	Sedang

**Tabel.4.1: Hasil PreTest Atlet Usia 13-15 Tahun SSB Karisma Medan Tahun 2022.**

**DATA Post Test**

No	Nama	Posisi	Usia	Hasil Test	Nilai	Kategori
1	Hafiz fadillah	Gelandang	15	08.03 detik	9	Sangat Baik
2	Daffa sadira	Stoper	13	09.93 detik	7	Baik
3	Imam surya hadi	Wing bek	13	09.03 detik	8	Baik
4	M. fauzan nasution	Wing	13	09.63 detik	7	Baik
5	Tengku sandi alfarizi	Gelandang	13	09.04 detik	8	Baik
6	Feri ardiansyah	Kiper	13	10.05 detik	7	Baik
7	Farel alinski	Gelandang Bertahan	13	10.01 detik	7	Baik
8	M. Ismail	Gelandang	15	11.04 detik	6	Sedang
9	Fahri khalid	Second Striker	13	10.02 detik	7	Baik
10	James obiet	Stoper	13	10.42 detik	6	Sedang
11	M. alif ikram	Striker	14	10.00 detik	7	Baik
12	M. yasid zidane	Wing Bek	13	09.83 detik	7	Baik
13	M. Wibi	Striker	15	07.88 detik	9	Sangat baik

**Tabel.4.2: Hasil Post Test Atlet Usia 13-15 Tahun SSB Karisma Meda Tahun 2022.**

## 4.2 Perhitungan Metode Penelitian

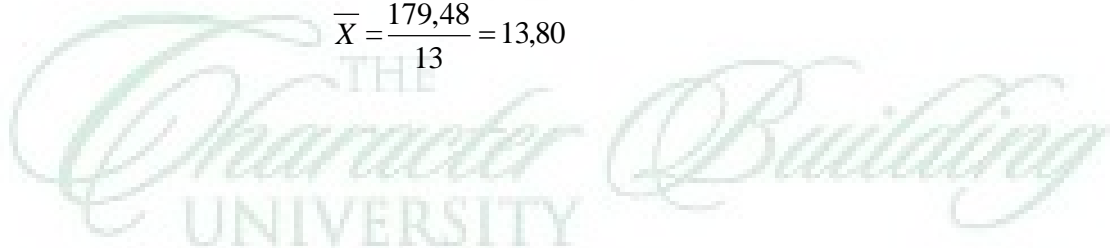
No	Nama	Pre test ( $X_1$ )	$X_1^2$	Post test ( $X_2$ )	$X_2^2$	Beda (B)	$B^2$
1	Hafiz Fadillah	11,54	133,17	08,03	64,48	3,51	12,32
2	Daffa Sadira	15,31	234,39	09,93	98,60	5,38	28,94
3	Imam Surya Hadi	12,36	152,76	09,03	81,54	3,33	11,08
4	M.Fauzan Nasution	15,98	255,36	09,63	92,73	6,35	40,32
5	Tengku Sandi Alfarizi	13,60	184,96	09,04	81,72	4,56	20,79
6	Feri Ardiansyah	12,74	162,30	10,05	101,00	2,69	7,23
7	Farel Alinski	14,99	224,70	10,01	100,20	4,98	24,80
8	M. Ismail	15,47	239,32	11,04	121,88	4,43	19,62
9	Fahri Khalid	12,71	161,54	10,02	100,40	2,69	7,23
10	James Obiet	13,70	187,69	10,42	108,57	3,28	10,75
11	M. Alif Ikram	15,33	235,00	10,00	100	5,33	28,40
12	M. Yasid Zidane	13,69	187,41	09,83	96,62	3,86	14,89
13	M. Wibi	12,06	145,44	07,88	62,09	4,18	17,47
	$\Sigma$	179,48	2504,04	124,91	1209,83	54,57	243,84

Tabel.4.3: Pehitungan Nilai X,  $X^2$ , B dan  $B^2$

### 4.2.1.1. Mencari Nilai Rata – Rata Pre Test ( $\bar{X}$ )

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

$$\bar{X} = \frac{179,48}{13} = 13,80$$



#### 4.2.1.2. Mencari Nilai Rata – Rata Post Test ( $\bar{X}$ )

$$\bar{X} = \frac{\sum x_2}{n}$$

$$\bar{X} = \frac{124,91}{13} = 9,99$$

#### 4.2.2. Mencari Nilai Simpangan Baku ( $S_1$ )

##### 4.2.2.1. Mencari Nilai Simpangan Baku ( $S_1$ ) *Pre Test*

$$S_1 = \sqrt{\frac{n\sum X_1^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

$$S_1 = \sqrt{\frac{13.2504,04 - (179,48)^2}{13(13-1)}}$$

$$S_1 = \sqrt{\frac{32552,52 - 32213,07}{156}}$$

$$S_1 = \sqrt{\frac{339,45}{156}} = \sqrt{2,175} = 1,47$$

##### 4.2.2.2 Mencari Nilai Simpangan Baku ( $S_2$ ) *Post Test*

$$S_2 = \sqrt{\frac{n\sum X_2^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

$$S_2 = \sqrt{\frac{13.1209,83 - (124,91)^2}{13(13-1)}}$$

$$S_2 = \sqrt{\frac{15727,79 - 15602,50}{156}}$$

$$S_2 = \sqrt{\frac{125,29}{156}} = \sqrt{0,8031} = 0,89$$

Maka Nilai Simpangan baku dipakai untuk mencari nilai normalitas

1. baku pre Test

$$S_1 = 1,47$$

2. Simpangan baku post test

$$S_2 = 0,89$$

#### 4.2.3 Mencari Nilai Normalitas

##### 4.2.3.1. Mencari Nilai Normalitas Pre Test ( $Z_1$ )

$$Z_1 = \frac{X_1 - \bar{X}}{S_1}$$

Untuk memudahkan mencari nilai normalitas, maka akan dibuat di tabel

sebagai berikut :

<b>Xi</b>	<b>Zi</b>	<b>Fkum</b>	<b>F(zi)</b>	<b>S(zi)</b>	<b>F(Zi)-S(zi)</b>
11,54	-1,54	1	0,0618	0,077	-0,015
12,06	-1,18	2	0,1190	0,154	-0,035
12,36	-0,98	3	0,1635	0,231	-0,067
12,71	-0,74	4	0,2296	0,308	-0,078
12,74	-0,72	5	0,2358	0,385	-0,149
13,60	-0,14	6	0,4443	0,462	-0,017
13,69	-0,07	7	0,4721	0,538	-0,065
13,70	-0,07	8	0,4721	0,615	-0,142
14,99	0,81	9	0,7910	0,692	0,099
15,31	1,03	10	0,8485	0,769	0,079
15,33	1,04	11	0,8508	0,846	0,005
15,47	1,14	12	0,8729	0,923	-0,050
15,98	1,48	13	0,9306	1,000	-0,069

**Tabel.4.4: Mencari nilai normalitas pre test.**

Ukuran Sampel	Taraf Nyata ( $\alpha$ )				
	0,01	0,05	0,10	0,15	0,20
n = 4	0,417	0,381	0,352	0,319	0,300
5	0,405	0,337	0,315	0,299	0,285
6	0,364	0,319	0,294	0,277	0,265
7	0,348	0,300	0,276	0,258	0,247
8	0,331	0,285	0,261	0,244	0,233
9	0,311	0,271	0,249	0,233	0,223
10	0,294	0,258	0,239	0,224	0,215
11	0,284	0,249	0,230	0,217	0,206
12	0,275	0,242	0,223	0,212	0,199
13	0,268	0,234	0,214	0,202	0,190
14	0,261	0,227	0,207	0,194	0,183
15	0,257	0,220	0,201	0,187	0,177
16	0,250	0,213	0,195	0,182	0,173
17	0,245	0,206	0,189	0,177	0,169
18	0,239	0,200	0,184	0,173	0,166
19	0,235	0,195	0,179	0,169	0,163
20	0,231	0,190	0,174	0,166	0,160
25	0,200	0,173	0,158	0,147	0,142
30	0,187	0,161	0,144	0,136	0,131
	<u>1,031</u>	<u>0,886</u>	<u>0,805</u>	<u>0,768</u>	<u>0,736</u>
n > 30	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$	$\sqrt{n}$

**Tabel.4.5: Nilai Kritis L untuk Uji Lilliefors.**

Dari kolom terakhir dalam daftar di atas didapat  $L_0 = 0,099$ . Dengan  $n = 13$  dan taraf nyata  $\alpha = 0,05$ , dan dari tabel 1. didapat nilai  $L = 0,234$  yang lebih besar dari  $L_0 = 0,099$  sehingga hipotesis nol diterima.

Kesimpulannya adalah bahwa populasi berdistribusi normal.

#### 4.2.3.2. Mencari Nilai Normalitas Post Test ( $Z_2$ )

$$Z_2 = \frac{X_2 - \bar{X}}{S_2}$$

Untuk memudahkan mencari nilai normalitas, maka akan dibuat di table sebagai berikut :

<b>Xi</b>	<b>Zi</b>	<b>Fkum</b>	<b>F(zi)</b>	<b>S(zi)</b>	<b>F(Zi)-S(zi)</b>
7,88	-2,37	1	0,0089	0,077	-0,068
8,03	-2,20	2	0,0139	0,154	-0,140
9,03	-1,08	3	0,1401	0,231	-0,090
9,04	-1,07	4	0,1423	0,308	-0,165
9,63	-0,40	5	0,3446	0,385	-0,040
9,83	-0,18	6	0,4286	0,462	-0,043
9,93	-0,07	7	0,4721	0,538	-0,065
10,00	0,01	8	0,5040	0,615	-0,111
10,01	0,02	9	0,5080	0,692	-0,184
10,02	0,03	10	0,5120	0,769	-0,257
10,05	0,07	11	0,5279	0,846	-0,318
10,42	0,48	12	0,6480	0,923	-0,275
11,04	1,18	13	0,8810	1,000	-0,119

**Tabel.4.6: Mencari nilai normalitas post test.**

Dari kolom terakhir dalam daftar di atas didapat  $L_0 = -0,040$ . Dengan  $n = 13$  dan taraf nyata  $\alpha = 0,05$ , dan dari tabel ... didapat nilai  $L = 0,234$  yang lebih besar dari  $L_0 = -0,040$  sehingga hipotesis nol diterima.

Kesimpulannya adalah bahwa populasi berdistribusi normal.

#### 4.2.4. Mencari Nilai Homogenitas.

Uji homogenitas data hasil dari *pre-test* dan *post-test* kemampuan menggiring bola untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* atlet sepak bola SSB Karisma medan Usia 13-15 tahun 2022.

Varians *pre-test* = 1,47

Varians *post-test* = 0.89

$$F = \frac{\text{Varians Terbesar}}{\text{Varians Terkecil}}$$

$$F = \frac{1,47}{0,89} = 1,65$$

a) Hipotesis statistik

$H_0$  : data berasal dari varians yang homogen

$H_1$  : data tidak berasal dari varians yang homogen

b) Kriteria Pengujian

Pada  $\alpha = 0,05$ ,  $H_0$  diterima jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$

c) Kesimpulan

Dari hasil perhitungan pada tabel diatas harga  $F_{tabel}$  dengan taraf nyata  $\alpha = 0,05$  dan dk pembilang =  $13-1=12$  dan dk penyebut =  $13-1= 12$  dimana diperoleh  $F_{tabel} (12,12) = 2,69$ , Dengan demikian  $F_{hitung} = 1,65 < F_{tabel} = 2,69$ , berarti  $H_0$  diterima. Kesimpulannya adalah data berasal dari varians yang homogen.

#### 4.2.5. Mencari Nilai Hipotesis

##### 4.2.5.1. Mencari Nilai Rata-rata Beda (B)

$$\bar{B} = \frac{\sum B}{n}$$

$$\bar{B} = \frac{54,57}{13} = 4,19$$

##### 4.2.5.2. Mencari Nilai simpangan baku Beda (SB)



$$SB^2 = \frac{n \sum B^2 - (\sum B)^2}{n(n-1)}$$

$$SB = \sqrt{\frac{13.243,84 - (54,57)^2}{13(13-1)}}$$

$$SB = \sqrt{\frac{3169,92 - 2977,88}{156}}$$

$$SB = \sqrt{\frac{192,04}{156}} = \sqrt{1,23} = 1,11$$

#### 4.2.5.3. Mencari Nilai t

$$t = \frac{\bar{B}}{\frac{SB}{\sqrt{N}}}$$

$$t = \frac{4,19}{\frac{1,11}{\sqrt{13}}} = \frac{4,19}{0,31}$$

$$t = \frac{4,19}{0,31} = 13,51$$

Berdasarkan tabel daftar distribusi t dengan dk = n-1 (13-1) Pada taraf nyata  $\alpha = 0,05 = 0,242$  yang berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $13,51 > 0,242$ ) dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa latihan *Dribling* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan mengiring bola dalam permainan sepak bola atlet usia 13-15 tahun SSB Karisma Medan Tahun 2022.

### 4.3. Hasil Pengujian.

#### 4.3.1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji liliefors, dari kolom *pre-test* variasi latihan *dribble* terhadap peningkatan hasil *dribbling bola* didapat  $L_o = 0,099$  dan  $L_{\text{tabel}} = 0,234$  dengan  $n = 13$  taraf  $\alpha = 0,05$ . Karena  $L_o < L_{\text{tabel}}$  maka dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi normal.

Pengujian normalitas data dilakukan dengan menggunakan liliefors, dari kolom *post-test* variasi latihan *dribble* terhadap peningkatan hasil *dribbling bola* didapat  $L_o = 0,206$  dan  $L_t = 0,234$  dengan  $n = 13$   $\alpha = 0,05$ . Karena  $L_o < L_t$  maka dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi distribusi normal.

#### 4.3.2. Pengujian Hipotesis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis  $t_{\text{hitung}}$  sebesar 13,51. Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga tabel dengan  $dk = n - 1 = 13 - 1 = 12$  pada taraf  $\alpha = 0,05 = 0,242$ . Didalam kriteria pengujian hipotesis dinyatakan bahwa pada  $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$  ( $13,51 > 0,242$ ) dengan taraf  $\alpha = 0,05$  maka  $H_o$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari implementasi variasi latihan menggiring bola terhadap peningkatan hasil *dribbling* dalam permainan sepakbola pada atlet usia 13-15 tahun SSB Karisma Medan 2022.

#### 4.4. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan menggiring bola terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* dalam permainan

sepakbola pada atlet usia 13-15 tahun di SSB Karisma tahun 2022. Berdasarkan perhitungan dan kriteria hipotesis yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan karena data diperoleh  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ketika di uji dengan menggunakan uji t dapat disimpulkan bahwa latihan menggiring bola sangat berpengaruh yang signifikan terhadap gerakan *dribbling*.

*Dribbling* adalah suatu *unsure* teknik yang harus dimiliki seorang pesepak bola. *Dribbling* adalah suatu usaha seorang pemain untuk memindahkan daerah permainan dari satu tempat ke tempat daerah lainm dengan berlari sambil melakukan sentuhan-sentuhan kecil terhadap bola.

Teknik menggiring bola sangat penting sebagaimana diketahui bahwa pada situasi-situasi tertentu, misalnya pada saat tidak ada lawan yang menghalangi atau tidak ada teman yang berdiri bebas, maka pemain dapat melakukan *dribbling*.

Menggiring bola juga dimaksud dengan menyelamatkan bola apabila tidak ada kemungkinan untuk passing untuk membagi bola dengan cara membebaskan diri dari tekanan lawan dan untuk menerobos pertahanan lawan maka pemain harus menggiring bola.

Menurut Matkovich dalam (Ardi Nusri, 2019) “*Dribbling* adalah suatu keterampilan kunci, jika seorang pemain ingin sukses pada permainan level tinggi. Keterampilan menggiring bola sangat penting karena pemain sepakbola harus memiliki keterampilan *dribbling* yang cepat dan efisien untuk mengendalikan bola dan membuat gerakan tipuan dan melewati lawan”.

Menurut (Amir Supriadi, 2015) “Dalam menggiring bola, seorang pemain harus dapat mengontrol bola dengan baik didaerah sempit, dengan demikian bola

harus dapat disentuh pada setiap langkah sebagai keperluan untuk melindungi bola dari lawan. Menggiring bola juga dimaksudkan untuk menyelamatkan bola apabila tidak ada kemungkinan untuk di passing dengan cara membebaskan diri dari tekanan lawan”.

Sebelum diberikannya variasi latihan menggiring bola para atlet masih masuk dalam kategori kurang dalam melakukan *dribbling*, tetapi setelah diberikan latihan variasi menggiring bola para atlet mulai mengalami perubahan pada masing-masing atlet tersebut. Para atlet mengalami perubahan peningkatan yang termasuk dalam kategori baik. Variasi latihan menggiring bola ini mampu meningkatkan kemampuan *dribbling* atlet SSB Karisma Medan Usia 13 - 15 Tahun setelah mengikuti latihan variasi menggiring bola sebanyak 18 kali pertemuan, dengan menggunakan lima bentuk variasi latihan yaitu sebagai berikut :

Hal ini menggambarkan bahwa latihan menggiring bola memberikan pengaruh yang berarti terhadap teknik menggiring bola pada atlet usia 13-15 tahun SSB Karisma Medan tahun 2022. Hal ini juga dapat dilihat dari pelaksanaan latihan menggiring bola dimana latihan ini terdiri dari 10 bentuk variasi latihan dimana di setiap variasi mempunyai bentuk latihan teknik menggiring bola yang berbeda dengan bentuk lainnya yang dirancang untuk meningkatkan teknik *dribbling* sepak bola, adapun bentuk latihan dalam setiap variasi tersebut adalah yaitu:

1 : *Dribbling* lurus dan mengubah arah bola dengan kaki dominan dimana saat melakukan *dribbling* atlet melewati enam buah kun dengan latihan ini atlet

akan mampu mengontrol bola saat *dribbling*, merubah arah dan meningkatkan penguasaan bola di kaki.

2 : *Dribbling* lurus dan menyilang mengubah arah bola mengintari kun dengan *dribbling* bola akan terlatih dalam penguasaan bola, keseimbangan tubuh merubah arah dan dapat mengontrol kecepatan bola.

3 : *Dribbling* lurus, menyilang mengubah arah bola dan memutari kun dimana pada latihan ini melatih penguasaan bola di kaki dengan arah yang berbeda saat melakukan *dribbling*.

4 : *Dribbling* lurus dan memutari kun, atlet melewati kun dengan lintasan berbentuk p di manan pada latihan ini melatih penguasaan bola dikaki.

5 : *Dribbling* lurus menyilang dan zig-zag, atlet melakukan *dribbling* dengan lintasan tersebut, melatih penguasaan bola saat *dribbling* dan mampu merubah arah *dribbling* bola.

6 : *Dribbling* lurus dan memutari kun, atlet melakukan *dribbling* dengan lintasan berbentuk huruf v pada latihan ini melatih keseimbangan tubuh, merubah arah bola.

7 : *Dribbling* lurus, menyilang, mengintari kun dan zig-zag penguasaan bola yang bagus yang bertujuan untuk mengganggu atau menghilangkan keseimbangan lawan sesaat sebelum melakukan *dribbling*.

8 : *Dribbling* menyilang dan memutari kun, dengan penguasaan bola yang bagus yang bertujuan untuk menjaga keseimbangan tubuh saat melewati lawan

9 : *Dribbling* lurus, mengubah arah bola dan menyilang mengintari kun dengan kecepatan yang bertujuan untuk menjaga ketabihan tubuh saat *dribbling* menggunakan *speed*.

10 : *Dribbling* lurus, menyilang dan zig-zag dengan penguasaan bola yang baik bertujuan untuk mengganggu atau menghilangkan keseimbangan lawan dengan gerakan tipuan zig-zag.

Sehubungan dengan pendapat diatas penelitian ini menunjukkan bahwa variasi latihan menggiring bola mampu meningkatkan kemampuan *dribbling* atlet SSB Karisma Medan Usia 13-15 Tahun, dalam pelaksanaanya para pemain dituntut melewati setiap rintangan yang tersusun ditiap-tiap bentuknya dan mengulang-ulang setiap gerakan tersebut sesuai dengan program latihan yang telah disusun sehingga menghasilkan sinkronisasi gerakan, yang menyebabkan terciptanya otomatisasi gerak tubuh dalam melakukan gerakan *dribbling* dan secara langsung hal itu akan meningkatkan kemampuan teknik *dribbling* para atlet.

Penelitian ini tercapai karena disebabkan semangat latihan para atlet yang baik untuk meningkatkan keterampilan individu masing-masing, dalam melakukan latihan dan menjalankan program latihan dengan baik, penguasaan teknik yang cukup baik dan kedisiplinan atlet selama melakukan latihan menggiring bola yang diberikan oleh peneliti.

#### 4.5. Flowchart Perhitungan Metode Penelitian Latihan Variasi Dribbling

