

# ANALISIS KETERAMPILAN DRIBBLING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA MAHASISWA PENDIDIKAN OLAHRAHA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA

M. Al Ghani, M.Pd.<sup>1</sup>, Dr. Doby Putro Parlindungan, M.Pd., AIFO<sup>2</sup>, Ika Yulianingsih, M.Pd.<sup>3</sup>,  
Muhammad Aspar Rivai, M.Pd., AIFO<sup>4</sup>

Universitas Muhammadiyah Jakarta <sup>1,2,3,4</sup>  
[algani17@gmail.com](mailto:algani17@gmail.com)<sup>1</sup>

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kemampuan teknik dasar *dribbling* yang dimana teknik tersebut adalah hal yang sangat penting untuk dikuasai, selain itu *dribbling* adalah teknik yang sangat sering digunakan dimana *dribbling* digunakan untuk melewati lawan ataupun setidaknya untuk mendekatkan bola ke gawang lawan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif pada mahasiswa pendidikan olahraga Universitas Muhammadiyah Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, metode yang digunakan adalah dengan test *dribbling* sepakbola. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa yang mengikuti mata kuliah sepakbola yang berjumlah 105 mahasiswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 35 mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*. Data pada penelitian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 16 orang mahasiswa memiliki hasil *dribbling* yang sangat baik, 19 orang mahasiswa memiliki hasil *dribbling* yang baik

**Kata Kunci:** Sepakbola, *Dribbling*

---

## ABSTRACT

*This research aims to examine the ability of basic dribbling techniques where the technique is very important to master, besides dribbling is a technique that is very often used where dribbling is used to pass the opponent or at least to bring the ball closer to the opponent's goal. This study uses quantitative descriptive methods in sports education students of Muhammadiyah University Jakarta. This research is a quantitative descriptive study, the method used is with football dribbling test. The population used is students who attend football courses that amount to 105 students. The sample used in this study as many as 35 students with sampling techniques is simple random sampling. Data on the study was analyzed using descriptive statistics. The results showed that 16 students had excellent dribbling results, 19 students had good dribbling results.*

**Keywords:** Football, *dribbling*

Dipublikasikan Oleh :  
UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal  
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

## PENDAHULUAN

Dalam permainan sepakbola *dribble* adalah teknik dasar yang digunakan untuk mendekatkan bola ke gawang lawan atau digunakan untuk melewati lawan. Ketika seseorang memutuskan siap untuk bermain sepakbola maka keterampilan yang pertama kali dapat memberikan kepuasan adalah keterampilan *me-ndribble* bola di lapangan dan melewati lawan. Ada beberapa cabang olahraga yang menggunakan istilah *men-dribble* bola dalam permainannya, yaitu olahraga bola basket, olahraga hoki, dan juga olahraga handball. Namun dalam hal ini, menurut Lukman (2009:40), *dribbling* atau menggiring bola merupakan satu teknik penyerangan dalam sepakbola.

Koger (2007:61) mengemukakan bahwa *dribbling* adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Dalam sebuah situasi seseorang pemain harus mampu mengambil keputusan dengan cepat. *Dribbling* merupakan keterampilan dasar dalam permainan sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak atau bersiap melakukan operan atau tembakan (Mielke 2007;1).

Beberapa fase dalam pelaksanaan *dribbling* sepakbola yang dijelaskan oleh Luxbacher (2011:49), fase yang terdapat dalam gerakan yaitu posisi tubuh tegak, bola tidak jauh dengan kaki, kepala tegak untuk memiliki pandangan dengan baik, lalu fase kedua adalah dan fase yang utama yaitu fokuskan perhatian kepada bola, dorong bola dengan permukaan *instep* atau *outside*, lalu dorong bola ke depan. Fase yang terakhir adalah kepala tegak untuk melihat lapangan dengan baik, bergerak mendekati bola lalu dorong lagi kedepan.

Faktor yang menentukan keberhasilan dalam *dribbling* yaitu sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir pada saat melakukan *dribbling*, motivasi dalam latihan, keterampilan dalam memberikan latihan *dribbling* yang dilakukan oleh instruktur, sarana dan prasarana, serta kemampuan fisik seperti kelenturan, kelincahan, kecepatan, daya tahan serta koordinasi.

Kemampuan teknik dasar *dribbling* juga memiliki prinsip yang harus di perhatikan, antara lain pada saat melakukan *dribbling* bola harus dikuasai sepenuhnya agar tidak mudah direbut atau dirampas oleh lawan, dengan menggunakan seluruh bagian kaki sesuai tujuan yang ingin dituju serta dapat mengawasi situasi dalam permainan pada saat menggiring bola.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2012: 13) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain.

### Intrumen Test

Tujuan dari diadakannya tes ini adalah untuk mengukur kecakapan dan juga keterampilan didalam melakukan menggiring bola(*dribbling*) permainan sepak bola. Sehingga diharapkan mampu dan dapat memiliki keterampilan dalam permainan sepak bola yang baik (*individual skill*) dan mengerti pemahaman tehnik dasar menggiring bola yang benar.

### Pelaksanaan Test

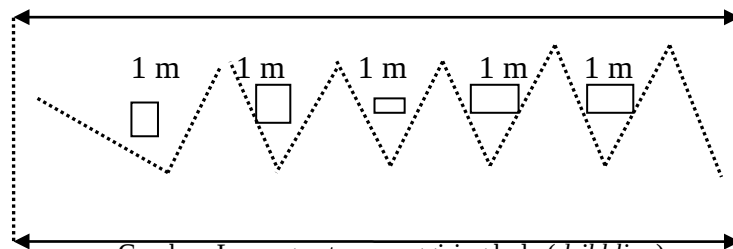
1. Peserta tes berdiri dibelakang garis star dengan sebuah bola di garisstar
2. Pada aba-aba “ya” peserta tes mendribel bola secepat mungkin melewati semua rintangan zig-zag sampai garis finis
3. Pencatatan hasil diambil dari lama waktu tempuh dari star sampai finish dalam waktu sepuluh detik.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Gambar 3.2. Lapangan tes menggiring bola (*dribbling*)  
6 meter



Gambar. Lapangan tes menggiring bola (*dribbling*)  
(sumber : Arsil: 2009:127)

Untuk test ketrampilan menggiring bola (*dribbling*) dilakukan dengan menggunakan test menggiring bola (*dribbling*) dengan reabilitas 0,61 dan validitas sebesar 0,72. (Arsil,2009:125)

Skor Menggiring Bola

| T-SKORE | DRIBLING<br>TEST ( /10 DTK ) | T-SKORE | DRIBLING<br>TEST ( /10 DTK ) |
|---------|------------------------------|---------|------------------------------|
| 78      | ≤ 6.30                       | 54      | 13.95 – 14.25                |
| 77      | 6.31 – 6.60                  | 53      | 14.26 – 14.60                |
| 75      | 6.61 – 7.40                  | 52      | 14.61 – 14.93                |
| 74      | 7.40 – 7.73                  | 51      | 14.94 – 15.28                |
| 73      | 7.74 – 8.10                  | 50      | 15.29 – 15.58                |
| 69      | 8.11 – 9.40                  | 49      | 15.59 – 15.90                |
| 68      | 9.41 – 9.53                  | 48      | 15.91 – 16.22                |
| 67      | 9.54 – 9.70                  | 47      | 16.23 – 16.54                |
| 66      | 9.71 – 10.24                 | 46      | 16.55 – 16.87                |
| 64      | 10.25 – 10.89                | 45      | 16.88 – 17.15                |
| 62      | 10.90 – 11.70                | 44      | 17.16 – 17.50                |
| 61      | 11.71 – 11.78                | 43      | 17.51 – 17.80                |
| 60      | 11.79 – 12.30                | 42      | 17.81 – 17.87                |
| 59      | 12.31 – 12.60                | 41      | 17.88 – 18.40                |
| 58      | 12.61 – 12.90                | 40      | 18.41 – 18.81                |
| 57      | 12.91 – 13.31                | 39      | 18.82 – 19.13                |
| 56      | 13.32 – 13.64                | 38      | 19.14 – 19.28                |
| 55      | 13.65 – 13.94                | 37      | 19.29 – 19.57                |

Pengkategorian Skor

| No | Pengkategorian Skor (detik) | Kategori    |
|----|-----------------------------|-------------|
| 1. | ≤ 6.30                      | Baik Sekali |
| 2. | 14.26 - 10.24               | Baik        |
| 3  | 17.88 – 14.93               | Sedang      |
| 4. | ≥19.57                      | Kurang      |

Dipublikasikan Oleh :  
UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal  
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskriptif Data

Penelitian ini menghasilkan data terkait survei keterampilan *dribbling* sepakbola mahasiswa pendidikan olahraga, dalam pembahasan data penelitian ini di sajikan dalam table sebagai berikut:

Tabel 1. Deskriptif Data  
Descriptive Statistics

|                    | N  | Minimum | Maximum | Sum    | Mean   | Std. Deviation | Variance |
|--------------------|----|---------|---------|--------|--------|----------------|----------|
| MAX                | 35 | 6.86    | 11.89   | 339.53 | 9.7009 | 1.64625        | 2.710    |
| Valid N (listwise) | 35 |         |         |        |        |                |          |

Pada data tersebut dapat ditemukan jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 35 mahasiswa, nilai minimum 6.86, nilai maksimum 11.89, summary 339.53, mean 9.7009, standar deviasi 1.64625, dan varians 2.710.

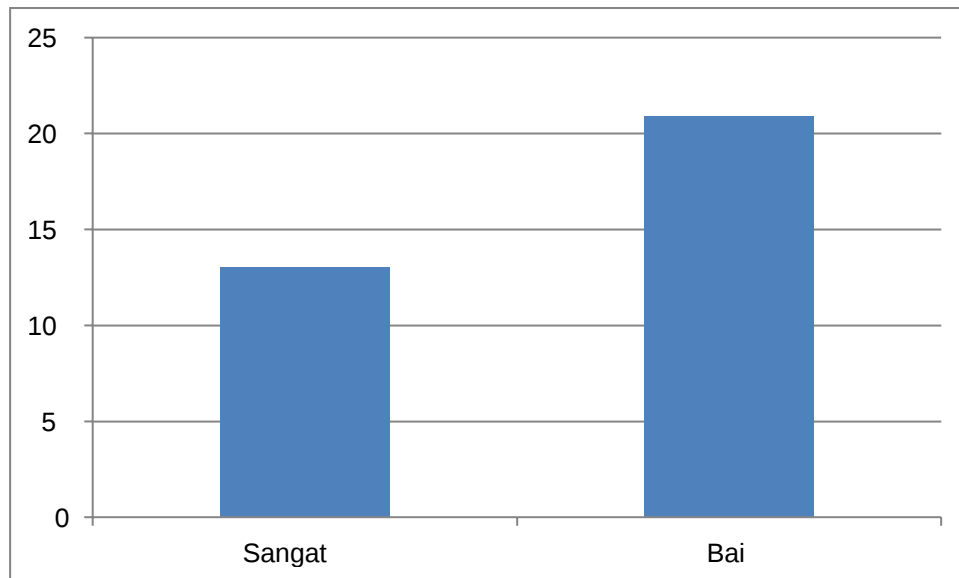
Dalam pengkategorian data tersebut dikarenakan alternative skor ada 4 pengkategorian maka data tersebut mengikut table sebagai berikut :

### Pengkategorian skor

Tabel 2. Interval Skor Penilaian

| Kategori    | Jumlah | N  |
|-------------|--------|----|
| Sangat Baik | 130,33 | 16 |
| Baik        | 209,2  | 19 |
| Sedang      | -      | -  |
| Kurang      | -      | -  |
|             | 339,53 | 35 |

Dengan mengacu pada data di atas dapat kita Tarik informasi bahwa untuk mahasiswa dengan pengkategorian sangat baik sejumlah 16 orang mahasiswa, sedangkan mahasiswa dengan pengkategorian baik sejumlah 19 orang mahasiswa, sementara untuk kategori sedang dan kurang sejumlah 0 mahasiswa. Data tersebut kami sajikan dalam bentuk diagram sebagai berikut :



Gambar. 1  
Histogram Data Penilaian Dribbling

### Pembahasan

Menggiring bola adalah salah satu teknik yang banyak menarik perhatian. Karena menggiring bola adalah kemampuan seseorang untuk memainkan bola dan memindahkan bola dari satu daerah ke daerah atau wilayah yang kosong tanpa bantuan teman dan tanpa bisa direbut oleh pemain lawan. Olahraga sepakbola adalah olahraga yang sangat kompleks dari segi ketrampilan gerak, maka seorang atlet harus memiliki tingkat kemampuan pemahaman gerak yang cepat dan tepat. Hal ini berkaitan dengan *motor educability* atau kemampuan seseorang dalam mengenal gerakan baru yang dapat mempermudah seseorang dalam penguasaan gerakan sehingga gerakan yang dihasilkan menjadi lebih efisien dan efektif. Ketika kemampuan *motor educability* atlet sangat tinggi, para atlet menerima gerakan-gerakan yang baru dikenalnya akan lebih mudah sehingga terjadi peningkatan pemahaman dalam penguasaan gerak yang dapat membantu dalam permainan sepakbola.

Unsur lain yang dapat membantu dan mendukung dalam proses penguasaan gerak adalah kemampuan kondisi fisik. Dalam bermain sepakbola kemampuan fisik pemain atau atlet memegang peranan penting untuk dapat menjaga kualitas teknik yang akan digunakan dan tentunya kualitas permainan keseluruhan. Kelincahan merupakan salah satu unsur yang ada dalam kemampuan kondisi fisik seseorang yang memiliki arti sebagai kemampuan seseorang untuk dapat bergerak dan merubah arah gerakan ke berbagai arah tanpa kehilangan keseimbangan. Dalam implementasi ketrampilan bermain sepakbola di lapangan, para atlet banyak mengalami kesulitan dalam menguasai teknik-teknik dasar yang telah disebutkan diatas. Kemampuan bermain atlet akan terlihat secara jelas pada saat aplikasi teknik dalam bermain, atlet yang memiliki kemampuan *motor educability* yang baik dan kondisi fisik yang bagus akan mendorong dan membantu atlet dalam memahami gerakan yang baru dilatih.

### PENUTUP

Dengan mengacu pada data hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa 16 orang mahasiswa memiliki hasil *dribbling* yang sangat baik, 19 orang mahasiswa memiliki hasil *dribbling* yang baik. Dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* mahasiswa diperlukan pengembangan dari model latihan yang dapat diaplikasikan ke pada mahasiswa sehingga dapat menjadi rujukan maupun referensi dalam pembelajaran, atau juga dapat menjadi rujukan oleh para pelatih, atlet, maupun seluruh yang bergelut dalam dunia sepakbola

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

## REFERENSI

- Arsil. (2009). Tes Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Malang: Wineka Media
- Lukman (2009), *Latihan Metode Sepakbola Baru Serangan*. Cirebon: Cv. Gunung Djati.
- Koger, Robert. (2007). *Latihan Dasar Sepakbola Andal Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya
- Luxbacher A. Joseph, (2011), SepakBola. Edisi Kedua. Jakarta: PT. Rajagrafindo Dersada.
- Werd, M. B., & Leslie Knight, E. (2010). Athletic footwear and orthoses in sports medicine. *Athletic Footwear and Orthoses in Sports Medicine*, 1–350. <https://doi.org/10.1007/978-0-387-76416-0>
- Minden, C., & Marsico, K. (2009). *Soccer*. USA: Cherry Lake Publishing
- Lennox, J. W., Rayfield, J., & Steffen, B. (2006). *Soccer Skills & Drills*. USA: Human Kinetics.
- Snow, S. (2011). *Coaching Youth Soccer*. USA: Human Kinetics.
- Gilford, C. (2007). *Keterampilan Sepakbola*. Yogyakarta: PT. Intan Sejati.
- Nugraha, A. C. (2012). *Mahir sepakbola*. Bandung: Nuansa cendikia.
- Burns, T. (2003). *Holistic Futsal A Total Mindbody, Spirit Approach*. USA: Bull Publishing Company.
- Snow, S. (2011). *Coaching Youth Soccer*. USA: Human Kinetics.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Tenang, J. D. (2008). *Mahir Bermain Futsal*. Jakarta: PT. Mizam Pustaka.
- Burhan, B. (2006). *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: raja grafindo persada.