

**PENGARUH MOTOR ABILITY TERHADAP
PERMAINAN SEPAK BOLA MINI PADA SISWA PUTRA
KELAS V (LIMA) SD NEGERI I KASUGENGAN LOR
KECAMATAN DEPOK KABUPATEN CIREBON**

*The Effect of Motor Ability in Mini Football Game on Boy Students Class V (Five) SD
Negeri I Kasugengan Lor Sub-District Depok Cirebon Regency*

Risa Hadi

Ilmu Keolahragaan, Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh motor ability terhadap permainan sepakbola mini pada siswa putra kelas V SD Negeri 1 Kasugengan Lor Kecamatan Depok Kabupaten Cirebon. Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan memberikan perlakuan pada siswa berupa kegiatan tes awal dan akhir parameter *motor ability* sepakbola, treatment atau teknik-teknik latihan sepakbola mini selama 8 kali pertemuan selama sebulan pada kelompok kontrol. Sedangkan kelompok kontrol latihan sepakbola mini tanpa perlakuan khusus. Adapun variabel yang ingin diteliti yaitu berat badan sebagai variabel bebas (X) yaitu *motor ability* dan permainan sepakbola min sebagai variabel terikat (Y). pemberian latihan dan tes akhir. Hasil perhitungan teknik analisis *t-test* dengan taraf signifikansi 5% menunjukkan bahwa kelompok eksperimen diperoleh nilai tes awal dan tes akhir diperoleh t hitung sebesar 6.563 sedangkan t tabel = 2.069. Ternyata $t_{hitung} > t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak ditolak. Artinya terdapat pengaruh keterampilan *motor abillity* terhadap permainan sepak bola mini siswa putra kelas V pada siswa kelas V (Lima) SD Negeri I Kasugengan Lor Kecamatan Depok Kabupaten Cirebon Tahun Pelajaran 2019/2020.

Kata kunci: Motor Ability, Sepakbola

Abstract

This study aims to determine the effect of motor ability on mini soccer games in fifth grade male students of SD Negeri 1 Kasugengan Lor, Depok District, Cirebon Regency. The type of research that will be used in this study is an experimental method by giving treatment to students in the form of initial and final tests of soccer motor ability parameters, treatments or mini soccer training techniques for 8 meetings for a month in the control group. While the control group mini soccer practice without special treatment. The variables to be studied are body weight as the independent variable (X), namely motor ability and min soccer game as the dependent variable (Y). giving practice and final test

The results of the calculation of the t-test analysis technique with a significance level of 5% indicate that the experimental group obtained the initial test scores and the final test scores obtained t count of 6.563 while t table = 2.069. It turns out that t count > t table, which means the null hypothesis is rejected. This means that there is an influence of motor abillity skills on the mini soccer game for male students of class V in grade V

(Five) students of SD Negeri I Kasugengan Lor, Depok District, Cirebon Regency for the 2019/2020 academic year..

Keywords: *Motor Ability, Football*

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga paling populer di Indonesia. Sepakbola masuk ke dalam kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar. Penguasaan teknik dasar sepakbola penting dilakukan anak-anak usia sekolah dasar. Menendang bola yang benar, memberi passing, menahan bola dan menendang bola ke gawang merupakan teknik dasar yang harus dilalui untuk penguasaan teknik-teknik yang lebih kompleks. pengajaran sepakbola sangat terkait dengan tujuan pendidikan jasmani di sekolah dasar yaitu memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, emosional dan sosial anak yang selaras dengan bentuk dan perkembangan kemampuan gerak dasar (*motor ability*).

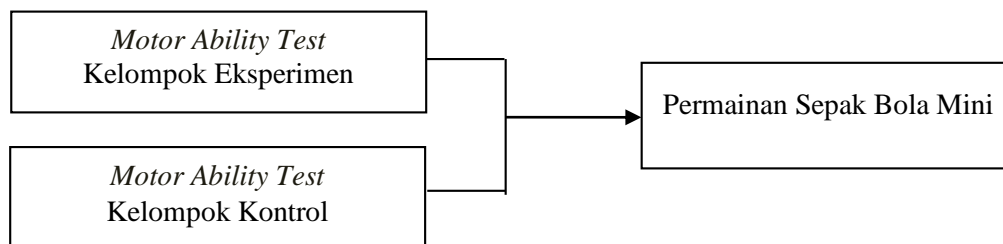
Penguasaan keterampilan gerak dasar harus direncanakan dan disesuaikan dengan ciri pertumbuhan dan perkembangan anak, seperti tingkat kematangan anak. Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup siswa di masa depan (Mamun, 2000). Amung (2000) menyebutkan bahwa kemampuan gerak (*motor ability*) terdiri dari : (1) Kecermatan control(*control precision*), (2) Koordinasi anggota badan (*multilimb oordination*), (3) Orientasi ruang (*response orientation*), (4) waktu reaksi (*reaction tiem*), (5) Control kecepatan (*Rate control*), (6) Kecepatan geakan lengan (*manual dexterity*), (7) ketangkasan jemari (*finger dexterity*), (8) Kesetabilan lengan-lengan (*arm-hand steadiness*), (9) Kecepatan pergelangan jari (*wrist-finger speed*), (10) Kepekaan kinestetik (*kinesthetic sensitivity*).

Kemampuan *motor ability* dapat diukur untuk melihat kemampuan gerak siswa dan kemudian memotivasi kelemahan-kelemahan dan memberi bimbingan kepada siswa. *Motor ability* pada sepakbola tidak banyak dilakukan oleh pelatih. Padahal dengan diketahuinya tingkat kemampuan dasar siswa, akan memberikan petunjuk bagi para guru atau pelatih dalam menemukan potensi terhadap cabang olahraga dan kemudian mengambil langkah lebih lanjut dengan tepat. Bertolak dari Bertolak dari latar belakang yang dikemukakan di atas, maka judul penelitian ini adalah: “Pengaruh Motor Ability Terhadap Permainan Sepak Bola Mini Pada Siswa Putra Kelas V (Lima) SD Negeri I Kasugengan Lor Kecamatan Depok Kabupaten Cirebon.”

METODE

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan memberikan perlakuan pada siswa berupa kegiatan tes awal dan akhir parameter *motor ability* sepakbola, treatment atau teknik-teknik latihan sepakbola mini selama 8 kali pertemuan selama sebulan pada kelompok kontrol. Sedangkan kelompok kontrol latihan sepakbola mini tanpa perlakuan khusus.

Adapun variabel yang ingin diteliti yaitu berat badan sebagai variabel bebas (X) yaitu *motor ability* dan permainan sepakbola min sebagai variabel terikat (Y). pemberian latihan dan tes akhir. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan dengan desain penelitian adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian
Sugiyanto (2005:21)

Subjek Penelitian

Penelitian ini adalah sejumlah peserta putra kelas V SD Negeri 1 Kasugengan Lor Kecamatan Depok Kabupaten Cirebon tahun pelajaran 2019/2020 yang termasuk kelompok umur 9 sampai 11 tahun sebanyak 20 orang.

Tes Heading

Tujuan tes ini adalah untuk mengukur koordinasi mata dan kaki, dimana peserta diminta untuk menyundul bola dengan dahi dan kaki tidak boleh melewati batas garis dan diukur jatuhnya bola ke tanah.

Tes Passing (menyepak dan menghentikan bola)

Tujuan tes ini adalah untuk mengukur koordinasi kaki. Dimana subjek diminta untuk menyepak bola untuk dipantulkan pada dinding dan harus dihentikan sebelum tendangan berikutnya, dilakukan selama 10 detik. Skor yang dihitung adalah jumlah sepakan dan menghentikam bola.

Tes Dribling (Menggiring bola)

Tujuan tes ini adalah untuk mengukur koordinasi kaki. Tes dilakukan dengan subjek diminta menggiring bola dengan melalui rintangan I, II, III, dan IV tiang (con). Waktu dihentikan ketika masuk finish.

Tes Shooting (Menyepak bola ke sasaran gawang)

Tujuan tes ini untuk mengukur koordinasi kaki ketepatan sasaran. Subjek diminta menendang bola ke sasaran tembak yaitu tiang gol yang berangka sasaran. Bola harus masuk pada sasaran angka pada tiang gol sebagai skor yang dipakai sebagai nilai perolehan hasil *shooting*.

Teknik Pengolahan Data

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji apakah data tes berdistribusi normal dan homogen digunakan statistik parametrik uji t atau Anova SPSS Versi 20 dengan taraf signifikan α 0,05 (5%). Kriteria pengujiannya bila taraf signifikansi harga statistik hitung lebih besar dari α 0,05 (5%).

HASIL

Kelompok treatmen setelah diberikan treatment latihan teknik dasar latihan sepakbola mini 8 kali pertemuan. Hasil tes awal dan akhir *motor ability* pada kelompok treatmen dan kelompok kontrol disajikan pada tabel 1 berikut :

Tabel 1. Hasil Pengukuran *motor ability* sebelum dan sesudah treatmen

Parameter	Kelompok Treatmen		Kelompok Kontrol	
	Mean tes awal	Mean tes akhir	Mean Tes awal	Mean Tes akhir
<i>Heading</i>	59,9 ± 4,72	64,8 ± 5,9	58,5 ± 4,95	62 ± 4,67
<i>Passing</i>	70,4 ± 4,65	83,5 ± 2,63	60 ± 4,67	69,1 ± 3,38

<i>Dribbling</i>	68,4 ± 2,22	73,9 ± 1,28	60,2 ± 8,04	61.9 ± 9,23
Waktu <i>Shooting</i>	49,5 ± 21,6	71,9 ± 3,07	18,4 ± 10,41	24.4 ± 16,67
Skor <i>Shooting</i>	59,0 ± 3,94	62,4 ± 4,43	51,2 ± 4,89	59.6 ± 4,43

Tabel 2. Nilai Mean Keseluruhan Tes Motor Ability Sepakbola

	Tes Awal	Tes Akhir	t
Kelompok Eksperimen	61,44	71,3*	6,568
Kelompok Kontrol	49,66	50,4	2,065

Ho diterima apabila $t_{hitung} < 2.262$

Ho ditolak apabila $t_{hitung} > 2.262$

Berdasarkan perhitungan teknik analisis *t-test* dengan taraf signifikansi 5% menunjukkan bahwa kelompok eksperimen diperoleh nilai tes awal dan tes akhir diperoleh t_{hitung} sebesar 6.563 sedangkan $t_{tabel} = 2.069$. Ternyata $t_{hitung} > t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak ditolak. Artinya terdapat pengaruh keterampilan *motor ability* terhadap permainan sepak bola mini siswa putra kelas V pada siswa kelas V (Lima) SD Negeri I Kasugengan Lor Kecamatan Depok Kabupaten Cirebon Tahun Pelajaran 2019/2020.

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, berdasarkan perhitungan teknik analisis *t-test* dengan taraf signifikansi 5% menunjukkan bahwa kelompok eksperimen diperoleh nilai tes awal dan tes akhir diperoleh t_{hitung} sebesar 6.563 sedangkan $t_{tabel} = 2.069$. Ternyata $t_{hitung} > t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak ditolak. Artinya terdapat pengaruh keterampilan *motor ability* terhadap permainan sepak bola mini siswa putra kelas V pada siswa kelas V (Lima). Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu oleh Gede Eka Budi Darmawan (2013) terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara perbedaan metode latihan dan *kemampuan motorik* terhadap peningkatan keterampilan *lompat* bola basket.

komponen *motor ability* yaitu: kecepatan, kekuatan, daya tahan, power, koordinasi mata-tangan, dan koordinasi mata-kaki, kelincahan dan kelentukan punya peran sangat

penting dalam keterampilan spesifik olahraga sepakbola. Semakin baik kemampuan *motor ability*-nya semakin baik penguasaan keterampilan sepakbola.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh keterampilan *motor ability* terhadap permainan sepak bola mini siswa putra kelas V pada siswa kelas V (Lima) di Negeri I Kasugengan Lor Kecamatan Depok Kabupaten Cirebon.

REFERENSI

- Adiwinanto W., 2008. *Pengaruh intervensi olahraga di sekolah terhadap indeks massa tubuh dan tingkat kesegaran kardiorespirasi pada remaja obesitas*. Tesis. Semarang: Bagian Ilmu Kesehatan Anak FK UNDIP.
- Anam M.S., 2010. Pengaruh Intervensi Diet dan Olah Raga Terhadap Indeks Massa Tubuh, Lemak Tubuh, dan Kesegaran Jasmani pada Anak Obes. *Sari Pediatri*. Vol 12 hlm 36-41.
- Astorin T, Robergs R, Ghiasvand S, Marks D, Burns S. 2000. Incidence of the Oxygen Plateau at $\dot{V}O_2\max$ during Exercise testing to Volitional Fatigue. *Journal of the American Society of Exercise Physiologists*. ; 3:2
- Bray, G.A., 2004. Medical Consequences of Obesity. *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*.
- Daniels, Stephen R. et al, 1997. *The Utility of Body Mass Index as a Measure of Body Fatness in Children and Adolescents: Differences by Race and Gender*. *PEDIATRICS* Vol.99 No.6 June 1997.
- Departemen Kesehatan RI, 1997. Laporan Survey IMT di 12 kota Besar tahun 1996, Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat, Departemen Kesehatan RI, Jakarta.
- Fox SI. 2003. *Respiratory Physiology : The Respiratory System*. In : Fox SI. *Human Physiology*, 8th ed. Kota: McGraw-Hill; p.480.
- Ganong, W.F. 2008. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC pp.621-54
- Halim, Nur Ichsana. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar : Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Halim, Nur Ichsana., Anwar, Khairil. 2011. *Tes dan Pengukuran dalam Bidang Keolahragaan*. Makassar : Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.

- Irianto, Djoko Pekik, M.Kes. 2007. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta : Penerbit Andi Yogyakarta.
- Muchsin D, Kiyanto, Suradi. 2011. Kontibusi sistem respirasi terhadap VO₂ maks. *J Respir Indo*. Volume: halaman 31, No.1
- Pate R, McClenaghan B, Rotella R. 1984. Pengangkutan dan penggunaan oksigen. dalam : Dwijowinoto K (penerjemah). *Dasar-dasar Ilmiah Kepelatihan*. Philadelphia (USA): Saunders College Publishing;.p. 256-7
- Rhistianingrum I, Indah R, Lantip R. 2010. Hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tes fungsi paru. *Mandala of health.*, hlm 105-112
- Rosenbaum M. 2002. obesity in children. *Endotext.com*..1-23.
- Ruth S.M. Chan, Jean Woo. 2010. Prevention of overweight and obesity: how effective is the current public health approach. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. Halaman:765-78.
- Simon R. 2006. *Perbandingan tingkat kebugaran jasmani berdasarkan VO₂ maks antara anak tunagrahita ringan dengan anak normal tingkat pendidikan SLTP*. Karya Tulis Ilmiah. Program studi pendidikan guru sekolah dasar FKIP UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA.
- Soekarman, 1991. *Energi dan Sistem Energi Predominan pada Olahraga*. Jakarta: Inti Idayu Press.
- Sugiyono. 2013. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Bandung : Penerbit Alfabeta Bandung.
- Sugiyono. 2007. Faktor-Faktor Resiko yang Berpengaruh terhadap Kesegaran Jasmani. *Jurnal Epidemiologi*.Semarang.
- Uliyandari A. 2009. *Pengaruh latihan fisik terprogram terhadap perubahan nilai konsumsi oksigen maksimal (VO₂max) pada siswi sekolah bola voli tugu muda semarang usia 11-13 tahun*. Skripsi. Semarang:FK UNDIP.
- Vander. 2001. *Human Physiology : The Respiratory System*. In : *Human Physiology The Mechanism of Body Funtion*, 8nd ed. Boston : McGraw-Hill;.p.
- Wiarso, Giri. 2015. *Panduan Berolahraga untuk Kesehatan dan Kebugaran*. Yogyakarta : Graha Ilmu.