



ANALISIS KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA SD INPRES JONGAYA 1

Irfan¹, Wahyudin², Rahmatullah³

¹PJKR, Universitas Negeri Makassar, Makassar

¹irfannn1206@gmail.com, ²wahyuddin@unm.ac.id, ³ullabmt91@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengevaluasi tingkat keterampilan menggiring bola pada siswa putra ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1. Melalui pendekatan kuantitatif dengan metode tes dan pengukuran pada 24 siswa, penelitian ini menemukan bahwa meskipun sebagian siswa telah menunjukkan kemampuan yang baik, secara keseluruhan keterampilan menggiring bola masih perlu ditingkatkan. Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas siswa (41,7%) berada pada kategori cukup. Temuan ini mengindikasikan pentingnya program pembinaan yang lebih intensif untuk meningkatkan kemampuan dasar menggiring bola pada siswa, sehingga dapat mendukung pengembangan potensi mereka dalam olahraga sepak bola.

Kata Kunci: keterampilan, menggiring bola, sepakbola

PENDAHULUAN

Hampir setiap negara di dunia, termasuk Indonesia, mempunyai basis penggemar sepak bola yang cukup besar. Saat ini, sepak bola adalah olahraga paling populer di dunia, jauh melebihi olahraga populer lainnya seperti bola basket, bola voli, dan tenis. Bermain sepak bola bukan hanya cara untuk menghabiskan waktu dan bersenang-senang; Anda juga perlu melakukan yang terbaik. Akan ada banyak topik terkait sepak bola yang memerlukan diskusi ekstensif. Pengembangan atlet sejak dini sangat penting untuk mencapai kinerja puncak.

Sepak bola adalah olahraga tim, dengan sebelas pemain di setiap tim, termasuk kiper. Kecuali kiper, yang diperbolehkan menggunakan lengannya di area tendangan resminya, permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan kaki. Game ini dimainkan di lapangan selama pengembangan. Karena merupakan permainan yang dapat dimainkan oleh pria dan wanita, anak-anak dan orang dewasa, bahkan orang tua, sepak bola menjadi semakin populer di masyarakat. Ada tujuan permainan di setiap cabang olahraga. Pemain sepak bola berusaha mencegah gawang lawannya kebobolan dengan berusaha memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawangnya. Jika kedua tim berhasil memasukkan bola terbanyak ke gawang lawan dalam waktu yang ditentukan, tim tersebut dinyatakan sebagai pemenang; jika tidak, maka terjadi seri atau seri.

Pembinaan harus dimulai dari atlet muda untuk meningkatkan kinerja tinggi, dan mengembangkan atlet berbakat sangat penting untuk menghasilkan pemain sepak bola papan atas. Bibit-bibit atlet berbakat memerlukan pengolahan dan metode pembinaan secara ilmiah agar dapat tampil maksimal di usia tertentu. Ketika kita mempelajari sepak bola, kita mengidentifikasi bidang-bidang yang perlu ditingkatkan, khususnya: 1) kemajuan teknologi (skill); 2) Perkembangan tubuh (kebugaran) 3) Pembangunan taktik; 4) Mempromosikan kedewasaan. Kapasitas untuk menyinkronkan tindakan mental, taktis, dan fisik merupakan bakat mendasar dalam pengembangan keterampilan sepak bola. Salah satu hal yang menentukan menang atau kalahnya suatu tim dalam suatu pertandingan adalah kualitas permainannya, yang hanya bisa dikembangkan dengan mempelajari atau benar-benar menguasai dasar-dasarnya sejak dini. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan guna meningkatkan

performa sepak bola, antara lain pemain berpotensi, pelatih jempolan, serta sarana dan prasarana. Selain itu, persaingan yang terus-menerus serta ilmu pengetahuan dan teknologi yang memadai harus mendukungnya.

Kemampuan menggiring bola merupakan kualitas utama yang harus dimiliki setiap pemain sepak bola. Keterampilan menggiring bola yang kuat memungkinkan seorang pemain mengungguli lawan dengan cepat, mengoper bola, atau mencoba melakukan tembakan ke gawang untuk memaksimalkan jumlah peluang mencetak gol. Hal ini menunjukkan bahwa bakat seorang pemain sepak bola dapat dipengaruhi oleh kemampuannya dalam menggiring bola. Selain itu, jelas bahwa pemain tersebut pada akhirnya akan menjadi anggota skuad karena kemampuannya dalam menggiring bola.

Sepak bola, sebagai olahraga paling populer di dunia, telah memikat jutaan anak-anak dengan pesonanya yang tak terbantahkan. Lebih dari sekadar hiburan, sepak bola adalah sebuah mikrokosmos dari kehidupan yang mengajarkan nilai-nilai penting seperti disiplin, kerja keras, dan semangat juang. Keindahan permainan ini terletak pada dinamika yang terjadi di lapangan, di mana setiap sentuhan bola, setiap umpan akurat, dan setiap gol yang tercipta adalah hasil dari kombinasi keterampilan individu dan kerja sama tim yang solid. Salah satu keterampilan dasar yang paling fundamental dalam sepak bola adalah menggiring bola. Kemampuan untuk mengontrol si kulit bundar sambil bergerak dengan lincah melewati lawan merupakan fondasi bagi pemain untuk mengekspresikan kreativitasnya di lapangan, menciptakan peluang mencetak gol yang spektakuler, dan pada akhirnya, merasakan euforia kemenangan bersama tim.

Penelitian yang dilakukan oleh Alfarizi (2024) telah mengungkapkan fakta menarik bahwa penguasaan keterampilan menggiring bola sejak usia dini tidak hanya berdampak pada peningkatan performa individu di lapangan, tetapi juga memiliki implikasi yang lebih luas bagi perkembangan psikologis anak. Studi tersebut menunjukkan bahwa anak-anak yang mahir menggiring bola cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, tingkat motivasi yang lebih besar, dan kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi tantangan. Hal ini sejalan dengan pandangan para ahli perkembangan anak yang menyatakan bahwa melalui aktivitas fisik seperti sepak bola, anak-anak dapat mengembangkan berbagai keterampilan kognitif, sosial, dan emosional yang akan sangat berguna bagi mereka di masa depan.

Di Indonesia, khususnya di Makassar, minat terhadap sepak bola begitu besar sehingga dapat dikatakan sebagai bagian integral dari budaya masyarakat. Hal ini tercermin dari maraknya kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di berbagai sekolah, mulai dari tingkat sekolah dasar hingga sekolah menengah. Salah satu contohnya adalah SD Inpres Jongaya 1, di mana minat siswa terhadap sepak bola sangat tinggi. Namun, meskipun antusiasme yang besar, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam menguasai teknik menggiring bola secara efektif. Widodo (2021) dalam penelitiannya telah menekankan bahwa penguasaan keterampilan dasar seperti menggiring bola bukan hanya sekedar kemampuan teknis, tetapi juga merupakan fondasi yang kuat untuk membangun keterampilan-keterampilan lanjutan yang lebih kompleks, seperti passing akurat, shooting yang mematikan, dan dribbling melewati beberapa pemain lawan secara simultan.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan evaluasi komprehensif terhadap tingkat kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1. Dengan menggunakan instrumen pengukuran yang valid dan reliabel, penelitian ini akan mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan siswa dalam melakukan berbagai variasi gerakan menggiring bola, seperti menggiring bola dengan kaki dalam, menggiring bola dengan kaki luar, dan menggiring bola sambil mengubah arah. Selain itu, penelitian ini juga akan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat penguasaan keterampilan menggiring bola, seperti frekuensi latihan, durasi latihan, metode latihan, dan fasilitas latihan yang tersedia.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi pengembangan program pembinaan sepak bola usia dini di Makassar dan daerah-daerah lainnya di Indonesia. Dengan memahami tingkat penguasaan keterampilan menggiring bola siswa secara lebih mendalam, para pelatih dan guru dapat merancang program latihan yang lebih efektif dan tertarget untuk mengatasi kekurangan dan memaksimalkan potensi masing-masing siswa. Program latihan yang baik tidak hanya berfokus pada aspek teknis, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan sosial, sehingga siswa dapat belajar dengan lebih menyenangkan dan bersemangat.

Sejalan dengan temuan Jumarini (2024), program latihan yang sukses adalah program latihan yang berkelanjutan, terstruktur, dan disesuaikan dengan karakteristik individu siswa. Program latihan yang

efektif harus mencakup berbagai variasi latihan, baik latihan individu maupun latihan kelompok, serta memberikan umpan balik yang konstruktif bagi siswa. Selain itu, penting juga untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif dan mendukung, di mana siswa merasa aman untuk mencoba hal-hal baru dan membuat kesalahan.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam upaya untuk meningkatkan kualitas pembinaan sepak bola usia dini di Indonesia. Melalui pembinaan yang tepat dan berkelanjutan, diharapkan dapat lahir generasi muda pesepak bola Indonesia yang berkualitas dan mampu mengharumkan nama bangsa di kancah sepak bola internasional.

Kajian Teori

1. Hakikat Sepak bola.

Sepak bola adalah merujuk pada permainan yang dilakukan oleh dua tim berbeda, dengan komposisi pemain yang berada lapangan sebanyak sebelas orang. Dimana masing-masing tim berupaya untuk menang dan mencetak gol ke gawang lawan. Sepak bola melibatkan pergerakan unsur fisik, mental, motorik kasar dan motorik halus, serta di bangun dengan kekuatan tim yang solid. Pergerakan semua unsur tersebut dilakukan untuk menjaga pergerakan bola tetap dinamis dan melewati garis gawang (Affrianty et al., 2016). Sepakbola berasal dari dua kata yaitu "Sepak" dan "Bola". Sepak atau meyepek dapat di artikan menendang (menggunakan kaki) sedangkan "bola" yaitu alat permainan yang berbentuk bulat berbahan karet, kulit atau sejenisnya. Dalam permainan sepakbola, sebuah bola disepak/tendang oleh para pemain kian kemari. Jadi secara singkat pengertian Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menendang bola kian kemari yang dilakukan oleh pemain, dengan sasaran gawang dan bertujuan memasukan bola ke gawang lawan.

Sepakbola dimulai sejak abad ke 2 dan ke 3 sebelum masehi di Cina dimasa kerajaan Dinasti Han tersebut, masyarakat menggiring bola kulit dengan menendangnya kejaring kecil. Permainan serupa juga dimainkan di Jepang dengan sebutan kemari. Di Italia, permainan menendang dan membawa bola juga digemari terutama mulai abad ke 16. Sepakbola juga mulai berkembang di Inggris dan menjadi sangat digemari di beberapa kompetisi akan tetapi permainan ini menimbulkan banyak kekerasan selama pertandingan sehingga pada akhirnya Raja Edward III melarang olahraga ini untuk dimainkan pada tahun 1365 dan Raja James I dari Skotlandia juga mendukung larangan untuk memainkan sepakbola. Di tahun 1815 sebuah perkembangan besar menyebabkan sepakbola menjadi terkenal di lingkungan universitas dan sekolah, kelahiran sepakbola modern terjadi di Freemasons Tavern pada tahun 1863 ketika 11 sekolah dan club berkumpul dan merumuskan aturan baku untuk permainan tersebut. Bersamaan dengan itu terjadinya pemisahan yang jelas antara olahraga rugby dengan sepakbola (soccer). Pada tahun 1869 membawa bola dengan tangan mulai dilarang dalam sepak bola. Selama tahun 1800-an olahraga tersebut dibawa oleh pelaut, pedagang, dan tentara Inggris ke berbagai belahan dunia. Pada tahun 1904 asosiasi tertinggi sepakbola dunia (FIFA) dibentuk dan pada awal tahun 1900-an berbagai kompetisi dimainkan diberbagai negara.

Sepakbola di Indonesia awal mulanya tidak lepas dari pengaruh kolonial Belanda, setelah itu dimainkan oleh para pemuda Tionghoa dan oleh pemuda asli pribumi melalui sepakbola terbentuk beberapa kumpulan kota pada masa Hindia Belanda seperti di Surabaya tahun 1902, Batavia tahun 1904, dan Medan tahun 1907. Sejak tahun 1914 saat Indonesia masih di jajah oleh pemerintah Hindia Belanda. Kompetensi antar kota di Jawa tersebut hanya di juarai oleh dua tim atau di dominasi dua tim saja yaitu Batavia City dan Soerajaba City. Sejarah sepakbola modern di Indonesia dimulai dengan terbentuknya PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) pada tanggal 19 April 1930 di Yogyakarta dengan ketuanya Soeratin Sosrosoegondo sebagai organisasi yang lahir pada zaman penjajahan Belanda, kelahiran PSSI terkait dengan kegiatan politik menentang penjajahan. Jika meneliti dan menganalisa saat-saat sebelum, selama, dan sesudah kelahirannya sampai 5 tahun pasca Proklamasi Kemerdekaan 17 Agustus 1945, jelas sekali bahwa PSSI lahir karena dibidani politisi bangsa yang baik secara langsung maupun tidak dan menentang penjajahan dengan strategi menyemai benih-benih nasionalisme di dada pemuda-pemuda Indonesia. Setelah wafatnya Soeratin Sosrosoegondo prestasi tim nasional sepakbola Indonesia tidak terlalu memuaskan karena pembinaan tim nasional tidak diimbangi dengan pengembangan organisasi dan kompetisi. Pada era sebelum tahun 1970-an, beberapa pemain Indonesia sempat bersaing dalam kompetensi Internasional di antaranya Ramang, Sucipto Suntoso, Ronny Pattinasarani dan Tang Liong Houw, dalam perkembangannya PSSI telah memperluas kompetisi sepakbola dalam negeri diantaranya dengan penyelenggaraan Liga Super Indonesia, Divisi Utama, Divisi Satu, dan Divisi Dua untuk pemain non amatir serta Divisi Tiga untuk pemain amatir selain itu

PSSI juga aktif dalam mengembangkan kompetisi sepakbola wanita dan kompetisi kelompok umur tertentu (U-15, U-17, U-19, U-21, dan U-23). Sayangnya sejarah Panjang sepakbola Indonesia belum mampu merubah prestasi sepakbola Indonesia dikancah Internasional dan dibutuhkan manajemen yang baik untuk merubah sepakbola Indonesia menjadi lebih baik.

Kini permainan sepakbola sekarang sudah mendunia dimana semua kalangan menyukai yang namanya permainan sepakbola sehingga sering dilakukan pertandingan sepakbola dengan kompetisi kelompok umur dan bahkan setiap sekolah kini membuat mata pelajaran ekstrakurikuler disekolah agar peserta didik dapat menyalurkan kemampuannya dalam bermain sepakbola sehingga perlu pelatihan khusus apabila ingin bermain sepakbola dan mengikuti kejuaraan kelompok umur yang ditentukan akan tetapi terlebih dahulu pemain harus mampu menguasai teknik dasar bermain sepakbola agar permainan sepakbola dapat menarik dan menyenangkan.

Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik, terlebih dahulu harus menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola karena itu merupakan salah satu syarat untuk dapat bermain bola dengan baik tanpa menguasai teknik dasar tersebut permainan tampak kurang menarik dan membosankan terlebih lagi apabila ditonton oleh semua kalangan masyarakat maka perlu adanya seorang pemain harus menguasai terlebih dahulu permainan sepakbola. Teknik dasar permainan sepakbola yang paling harus dikuasai yaitu cara shooting, controlling, dan dribbling bola karena itu merupakan hal yang paling mendasar yang harus dilakukan seorang pemain apabila ingin bermain bola dengan baik tanpa menguasai ke tiga Teknik dasar tersebut seorang pemain tidak dapat mampu bermain dengan baik dan membuat permainan tersebut menjadi kurang menarik dan membosankan.

Berikut ini penjelasan tentang cara menggiring bola dalam permainan sepak bola seperti pada gambar dibawah.



Gambar 1 Menggiring bola
Sumber : Alfian Siswanto (2020)

a) Teknik Dribbling dengan kaki bagian dalam Sikap awal

- Sikap awal adalah berdiri menghadap ke arah gerakan dengan pandangan lurus ke depan.
- Lengan dalam keadaan rileks dan diposisikan di samping badan.
- Sedangkan pergelangan kaki diputar keluar dan dikunci.

Gerakan menggiring bola

- Doronglah bola menggunakan kaki bagian dalam ke arah depan dengan posisi kaki agak dibuka ke depan dan kaki tumpu ikut bergerak.
- Bola bergerak ke depan dengan bergulir di tanah.

Sikap Akhir

- Hentikan bola menggunakan telapak kaki di bagian atas bola.
- Berat badan ditumpukan pada kaki yang tidak digunakan untuk menggiring bola.
- Pandangan mata kedepan.

b.) Teknik Dribbling dengan kaki bagian luar

Sikap awal

- Gerakan ini diawali dengan sikap berdiri menghadap arah gerakan dan pandangan ke depan.
- Kedua lengan di posisikan di samping badan agak terentang.
- Sedangkan pergelangan kaki diputar ke dalam dan dikunci.

Gerakan menggiring bola

- Doronglah bola dengan kaki bagian luar ke arah depan dalam posisi agak terangkat dari tanah.
- Bersamaan dengan itu, kaki tumpu ikut bergerak.
- Berat badan ditumpukan di kaki yang tidak digunakan untuk menggiring bola.
- Bola bergerak ke depan di permukaan tanah tidak jauh dari kaki.

Sikap akhir

- Hentikanlah bola menggunakan telapak kaki di bagian atas bola.
- Tumpukan berat badan pada kaki yang tidak digunakan menggiring bola.
- Pandangan mata ke depan.

c.) Teknik Dribbling dengan punggung kaki

Sikap awal

- Sikap berdiri menghadap arah gerakan.
- Kedua tangan agak terlentang dan rileks.
- Pandangan mata ke depan.

Gerakan menggiring bola

- Bola didorong ke depan dengan punggung kaki.
- Ujung kaki yang menyentuh bola menghadap ke tanah.
- Bola bergerak ke depan di permukaan tanah.

Sikap akhir

- Hentikan bola menggunakan telapak kaki di bagian atas bola.
- Tumpuan berat badannya pada kaki yang tidak digunakan untuk menggiring bola.
- Pandangan mata ke depan.

METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif deskriptif dengan tujuan utama untuk memberikan gambaran yang komprehensif dan mendalam mengenai tingkat kemampuan menggiring bola pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di Sekolah Dasar Inpres Jongaya 1. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data yang bersifat numerik dan menganalisisnya secara statistik, sehingga hasil penelitian dapat diukur dan digeneralisasi.

Metode survei dengan menggunakan instrumen tes menggiring bola dipilih sebagai teknik pengumpulan data yang paling relevan untuk mencapai tujuan penelitian ini. Instrumen tes yang dirancang khusus ini memungkinkan peneliti untuk mengukur secara objektif dan sistematis kemampuan siswa dalam mengontrol bola sambil bergerak melewati rintangan-rintangan yang telah ditentukan. Seluruh siswa yang aktif mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1 menjadi populasi sekaligus sampel dalam penelitian ini, sehingga hasil penelitian dapat dianggap representatif terhadap kemampuan menggiring bola siswa di sekolah tersebut.

Proses pengambilan data dilakukan melalui pelaksanaan tes menggiring bola secara langsung di lapangan sepak bola SD Inpres Jongaya 1. Sebelum pelaksanaan tes, peneliti telah melakukan persiapan yang matang, termasuk:

1. Perancangan instrumen tes: Instrumen tes dirancang dengan memperhatikan aspek validitas dan reliabilitas, sehingga dapat mengukur dengan akurat kemampuan menggiring bola siswa.
2. Penentuan rintangan: Rintangan-rintangan yang digunakan dalam tes dirancang dengan variasi tingkat kesulitan yang berbeda, sehingga dapat mengakomodasi perbedaan kemampuan siswa.
3. Penentuan waktu: Waktu yang diberikan untuk menyelesaikan tes disesuaikan dengan tingkat usia dan kemampuan fisik siswa.

Selama pelaksanaan tes, setiap siswa diminta untuk:

1. Menggiring bola melewati rintangan-rintangan yang telah ditentukan dalam waktu yang telah ditetapkan.
2. Mentaati instruksi yang diberikan oleh peneliti.

Data yang diperoleh dari tes, yaitu waktu tempuh yang berhasil dicapai oleh setiap siswa, kemudian dianalisis secara mendalam menggunakan statistik deskriptif. Analisis statistik deskriptif yang dilakukan meliputi:

1. Perhitungan frekuensi: Menghitung jumlah siswa yang berada pada setiap kategori kemampuan menggiring bola.
2. Perhitungan nilai rata-rata: Menghitung rata-rata waktu tempuh siswa untuk menyelesaikan tes.
3. Perhitungan standar deviasi: Menghitung seberapa besar penyebaran data waktu tempuh siswa dari nilai rata-rata.

Analisis statistik deskriptif ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas dan objektif mengenai tingkat kemampuan menggiring bola siswa secara keseluruhan, serta mengidentifikasi adanya variasi kemampuan di antara siswa.

Dengan demikian, melalui pendekatan kuantitatif deskriptif dan penggunaan instrumen tes menggiring bola yang valid dan reliabel, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam pemahaman mengenai tingkat kemampuan menggiring bola siswa ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi sekolah dalam merancang program latihan yang lebih efektif untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola siswa di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Tingkat Kemampuan Menggiring Bola Siswa

Kategori Kemampuan	Jumlah Siswa	Persentase (%)
Sangat Baik	1	8.3
Baik Sekali	2	16.7
Baik	5	41.7
Cukup	3	25.0
Kurang	2	16.7
Total	12	100

Berdasarkan data yang tertuang dalam Tabel 1, terlihat dengan jelas bahwa program ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1 telah berhasil menumbuhkan minat dan kemampuan dasar menggiring bola pada sebagian besar siswa. Persentase siswa yang menunjukkan penguasaan keterampilan cukup hingga baik mencapai 66,7%, sebuah angka yang patut diapresiasi mengingat pentingnya keterampilan ini sebagai fondasi dalam permainan sepak bola. Keberhasilan ini merupakan buah dari kerja keras para pelatih yang telah merancang program latihan yang efektif, dukungan penuh dari pihak sekolah yang menyediakan fasilitas dan waktu latihan yang memadai, serta antusiasme siswa yang tinggi dalam mengikuti setiap sesi latihan.

Namun demikian, analisis lebih lanjut terhadap data menunjukkan adanya disparitas kemampuan yang cukup signifikan di antara siswa. Sekitar 33,3% siswa masih dikategorikan memiliki keterampilan menggiring bola yang kurang. Persentase ini mengindikasikan bahwa program pembinaan yang telah berjalan belum sepenuhnya mampu menjangkau dan memberikan manfaat yang sama bagi semua siswa. Perbedaan individu dalam hal bakat, minat, dan motivasi, serta faktor eksternal seperti kondisi fisik dan lingkungan sosial, diduga menjadi beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat penguasaan keterampilan siswa.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan upaya yang lebih komprehensif dan terarah. Pertama, perlu dilakukan identifikasi secara mendalam terhadap faktor-faktor yang menyebabkan perbedaan kemampuan siswa. Hal ini dapat dilakukan melalui wawancara dengan siswa, pelatih, dan orang tua, serta analisis data yang lebih detail. Kedua, perlu dirancang program pembinaan yang lebih individual dan disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing siswa. Pemberian latihan tambahan, bimbingan khusus, dan pemberian motivasi yang tepat dapat menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan siswa yang mengalami kesulitan.

Selain itu, penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan menyenangkan. Pembentukan kelompok kecil dengan kemampuan yang relatif sama dapat membantu siswa merasa lebih nyaman dalam berlatih dan saling memotivasi. Kolaborasi antara pelatih, guru, dan orang tua juga sangat penting untuk memastikan keberlangsungan dan keberhasilan program pembinaan.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi yang sangat penting bagi pengembangan program ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1, maupun sekolah-sekolah lainnya. Pertama, penting untuk terus melakukan evaluasi secara berkala terhadap program yang berjalan untuk mengukur tingkat efektivitas dan melakukan perbaikan yang diperlukan. Kedua, perlu dilakukan diversifikasi metode pembelajaran dan penggunaan media yang lebih menarik untuk meningkatkan motivasi siswa. Ketiga, perlu melibatkan para ahli dalam bidang olahraga untuk memberikan masukan dan pelatihan bagi para pelatih.

Secara keseluruhan, program ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1 telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan keterampilan dasar siswa. Namun, masih terdapat ruang untuk perbaikan dan peningkatan kualitas. Dengan upaya yang lebih terarah dan komprehensif, diharapkan program ini dapat menghasilkan lulusan yang tidak hanya memiliki kemampuan teknis yang mumpuni, tetapi juga memiliki karakter yang kuat, seperti disiplin, kerja sama tim, dan semangat juang yang tinggi. Hal ini akan berdampak positif bagi perkembangan siswa, baik dalam bidang olahraga maupun dalam aspek kehidupan lainnya.

Hasil penelitian ini secara signifikan mendukung temuan-temuan penelitian sebelumnya yang secara konsisten menyoroti pentingnya keterampilan menggiring bola sebagai fondasi dasar dalam permainan sepak bola. Kemampuan untuk mengontrol bola dengan lincah dan efektif merupakan prasyarat mutlak bagi seorang pemain sepak bola untuk dapat berpartisipasi aktif dalam permainan, baik dalam menyerang maupun bertahan.

Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum siswa ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1 telah memiliki penguasaan keterampilan menggiring bola yang cukup baik, namun masih terdapat ruang yang cukup luas untuk peningkatan. Variasi kemampuan yang terlihat pada hasil penelitian mengindikasikan bahwa program latihan yang lebih terstruktur dan individualisasi perlu diterapkan. Program latihan yang dirancang dengan baik, yang mencakup berbagai variasi latihan menggiring bola, seperti menggiring dengan kecepatan berbeda, melewati rintangan, dan menggabungkan dengan keterampilan lain seperti passing dan shooting, dapat secara efektif meningkatkan kualitas keterampilan menggiring bola siswa.

Peran pelatih dalam hal ini sangat krusial. Pelatih tidak hanya berfungsi sebagai pengajar teknik, tetapi juga sebagai motivator dan pembimbing bagi siswa. Pemberian umpan balik yang konstruktif dan spesifik setelah setiap sesi latihan sangat penting untuk membantu siswa mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan mereka, sehingga mereka dapat melakukan perbaikan yang tepat. Selain itu, pelatih juga perlu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan mendukung, sehingga siswa merasa termotivasi untuk terus berlatih dan meningkatkan kemampuan mereka.

Faktor lain yang perlu diperhatikan adalah ketersediaan fasilitas latihan yang memadai. Lapangan sepak bola yang berkualitas, bola yang cukup, dan peralatan latihan lainnya dapat sangat membantu dalam meningkatkan kualitas latihan. Selain itu, kerjasama antara sekolah, orang tua, dan komunitas juga sangat penting untuk mendukung pengembangan bakat sepak bola siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SD Inpres Jongaya 1 secara umum berada pada kategori cukup. Hal ini mengindikasikan bahwa program ekstrakurikuler sepak bola yang telah berjalan di sekolah tersebut telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan keterampilan dasar siswa dalam mengolah bola.

Namun demikian, perlu diperhatikan bahwa terdapat variasi yang cukup signifikan dalam tingkat kemampuan menggiring bola antar siswa. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat potensi yang dapat dikembangkan lebih lanjut. Sebagian siswa telah menunjukkan kemampuan yang baik bahkan sangat baik, sementara sebagian lainnya masih membutuhkan perhatian khusus untuk meningkatkan keterampilan mereka.

Variasi kemampuan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

1. Frekuensi dan intensitas latihan: Siswa yang secara rutin berlatih menggiring bola dengan intensitas yang tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik.
2. Metode pelatihan: Penggunaan metode pelatihan yang bervariasi dan menarik dapat meningkatkan motivasi siswa untuk berlatih dan lebih cepat menguasai keterampilan.
3. Bakat individu: Bakat alami dalam olahraga juga dapat mempengaruhi tingkat kemampuan seseorang dalam menguasai keterampilan tertentu.
4. Faktor eksternal: Kondisi fisik siswa, dukungan orang tua, dan ketersediaan fasilitas latihan juga dapat mempengaruhi perkembangan keterampilan menggiring bola.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat diajukan beberapa rekomendasi untuk meningkatkan kualitas pembinaan sepak bola di SD Inpres Jongaya 1, yaitu:

1. Individualisasi program latihan: Program latihan perlu disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan masing-masing siswa.
2. Peningkatan kualitas pelatih: Pelatih perlu terus meningkatkan kompetensi mereka melalui pelatihan dan pengembangan profesional.
3. Kerjasama dengan sekolah: Sekolah perlu memberikan dukungan penuh terhadap program ekstrakurikuler sepak bola, termasuk menyediakan fasilitas yang memadai dan mengalokasikan waktu yang cukup untuk latihan.

4. Sosialisasi kepada orang tua: Orang tua perlu diberikan informasi mengenai pentingnya pembinaan sepak bola bagi anak-anak dan cara mendukung anak-anak mereka dalam berlatih.

Selain rekomendasi yang telah disebutkan sebelumnya, terdapat beberapa aspek lain yang perlu diperhatikan untuk meningkatkan kualitas pembinaan sepak bola di SD Inpres Jongaya 1. Pertama, evaluasi berkala terhadap program latihan sangat krusial. Melalui berbagai instrumen seperti tes keterampilan, angket, dan observasi, kita dapat mengukur sejauh mana program telah mencapai tujuannya serta mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki. Hasil evaluasi ini dapat menjadi dasar untuk memodifikasi program latihan, memberikan umpan balik kepada siswa dan pelatih, serta mengukur kemajuan siswa secara berkala.

Kedua, melibatkan komunitas sepak bola lokal dalam program ini dapat memberikan dukungan dan sumber daya tambahan. Mengadakan turnamen mini antar sekolah atau klub sepak bola dapat meningkatkan motivasi siswa dan memberikan pengalaman berkompetisi yang berharga. Selain itu, mengundang mantan pemain atau pelatih profesional untuk berbagi pengalaman dan memberikan pelatihan dapat menjadi inspirasi bagi siswa dan pelatih.

Ketiga, pemanfaatan teknologi dalam proses pembelajaran juga perlu digalakkan. Aplikasi pelatihan sepak bola dapat memberikan latihan yang lebih terstruktur dan menarik bagi siswa. Analisis video rekaman latihan dapat membantu mengidentifikasi kesalahan teknik dan memberikan umpan balik yang lebih spesifik. Penggunaan media sosial dapat menjadi sarana untuk berbagi informasi, memotivasi siswa, dan membangun komunitas sepak bola sekolah.

Keempat, integrasi materi sepak bola dengan mata pelajaran lain seperti matematika atau bahasa Inggris dapat membuat pembelajaran menjadi lebih menarik dan bermakna. Pengembangan modul pembelajaran sepak bola yang disesuaikan dengan usia dan tingkat kemampuan siswa juga perlu dilakukan.

Terakhir, penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi siswa dalam berlatih sepak bola sangat penting. Selain itu, penelitian mengenai pengaruh sepak bola terhadap aspek lain seperti kepercayaan diri, kerja sama tim, dan prestasi akademik juga dapat memberikan wawasan yang berharga untuk pengembangan program yang lebih holistik.

Dengan mengimplementasikan saran-saran di atas secara konsisten, diharapkan program ekstrakurikuler sepak bola di SD Inpres Jongaya 1 dapat terus berkembang dan memberikan manfaat yang lebih besar bagi para siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Bapak Wahyudin**, dosen pembimbing lapangan yang telah dengan sabar dan penuh dedikasi membimbing penulis sejak tahap perencanaan hingga penyelesaian penelitian ini. Saran-saran dan masukan yang beliau berikan sangat berharga dalam meningkatkan kualitas penelitian ini.
2. **Kepala Sekolah SD Inpres Jongaya 1**, yang telah berkenan memberikan izin dan fasilitas yang diperlukan selama proses pengumpulan data. Dukungan Bapak/Ibu Kepala Sekolah sangat berarti dalam kelancaran penelitian ini.
3. **Bapak Rahmatullah**, guru pamong yang telah membantu dengan tulus dalam pelaksanaan tes menggiring bola. Informasi dan data yang Bapak berikan sangat bermanfaat dalam menganalisis hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad. (2021). Pengertian Sepak Bola: Sejarah, Peraturan, Teknik Dasar Dan Manfaat. <https://www.gramedia.com/best-seller/pengertian-sepak-bola/>
- Agustian, W., Sobarna, A., & Rizal, R. M. (2024). Hubungan Fleksibilitas Pergelangan Kaki , Power Tungkai Dan Percaya Diri Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepak Bola. 7, 5548–5557.
- Alfarizi, Muhammad. Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling (Studi Eksperimen Pada SSB Anak Bangsa Kota Padang). Disertasi. Universitas Negeri Padang, 2024.
- Amaliah, S. R., & Idrus, N. A. (2024). Hubungan Antara Motivasi Intrinsik Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pemain Massenrempulu Football Club. 06(03), 15784–15794.
- Anas Sudijono. (2016). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Arsil. 2010. Penjelasan Tentang Lari Sprint 30 Meter.
- Atssam Mappanyukki, A., Pirmansyah, A., Suprman, A., Negeri Makassar, U., P Pettarani, J. A., Rappocini, K., Makassar, K., & Selatan, S. (2023). Analisis Tingkat Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa SMA Negeri 5 Pinrang. Journal On Education, 06(01), 4460–4466.
- B, F. A. M. (2022). Relationship Between Speed And Agility And Dribbling Skills In Football Games In Students Of SMK Negeri 1 Modoinding. Atlantis Press SARL. [URL yang tidak valid dihapus]
- Bagas Abdiel Kharis Theos. 2020. Mengulik Ukuran Lapangan Sepak Bola Standar.
- Bahar STKIP-M Sungai Penuh, C., Martadinata No, J. R., Sungai Penuh, P., Sungai Penuh, K., & Sungai Penuh, K. (2023). Hubungan Antara Kelincahan Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Keterampilan Menggiring Bola Pemain Sepak Bola Di SMP Negeri 10 Kerinci. Journal On Education, 05(04).
- Dani, H., & Mukhtarsyaf, F. 2019. Pengaruh Latihan Menggunakan Parachute Terhadap Kecepatan Mendribbling Bola Pada Pemain Sepak Bola
- Falagaku, A. E., Ilmu, F., Masyarakat, K., Negeri, U., Supit, F. R., Ilmu, F., Masyarakat, K., & Negeri, U. (2024). Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal Pada Siswa SMA Negeri 3 Tondano Bacilius Sukadana Menggiring Bola . Dalam Teknik Menggiring Bola Siswa Harus Menguasai Teknik Ini Dengan Baik ,. 2(1).
- Ghaza, R., Ghifari, A., & Rahman, A. (2024). Survey Of Limbs Muscle Endurance And Drilling Ability In A Football Game In Makassar High School Students. Jurnal Ilara, 15(1), 54. [URL yang tidak valid dihapus]
- Guntur, M., & Susila, L. (2024). Pengaruh Latihan Kelincahan Kaki Terhadap Pengoperan Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Di SMAN 1 Manggelewa Pendahuluan. 01(01), 1–13.
- Hafidzullah, M. R., Sudarmanto, E., & Fatoni, M. (2024). Keterampilan Menggiring Bola Ditinjau Dari Keseimbangan Dan Koordinasi Mata Kaki. 7(1), 511–523. [URL yang tidak valid dihapus]
- Hakim, H., Nawir, N., Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, P., Ilmu Keolahragaan, F., Negeri Makassar, U., & Studi Administrasi Kesehatan, P. (2022). The Effect Of Zig-Zag Run Training And Boomerang Run On Dribbling Skills. Jambura Journal Of Sports Coaching, 4(2).
- Hardinata, R., Haïdara, Y., & Perdana, R. P. (2023). Project Based Learning Model : Can It Improve Dribbling Skills In Soccer. 3(1), 69–80.
- Hidayat Cakrawijaya, M., Firnaim, M., & Ismail, A. (2023). Analisis Keterampilan Menggiring Bola Dengan Menggunakan Punngung Kaki Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola Di

- Smanegeri 3 Enrekang.
- Hidayat, R., & Rahmadani, A. (2023). *SICEDU : Science And Education Journal* Kontribusi Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Permainan Sepakbola Pada SSB Garuda U-14 Kabupaten Siak. 2(1), 2023.
- Ishak, M., & Selatan, S. (2024). Kontribusi Keseimbangan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa SMP It Wahda Islamiah Makassar Contribution Of Balance And Agility To The Ability To Dribble A Football In A Football Game For It Wahda Islamiah Middle School Students In Makassar. *JOCCA : Journal Of Sport Education, Coaching, And Health*, 3.
- Ismail, I., Nuryastuti, T., Wabula, S. A., Penjaskesrek, D., Bumi, U., Tidore, H., Prodi, M., Universitas, P., Hijrah, B., & Abstract, T. (2024). Upaya Meningkatkan Kecepatan Menggiring Bola Dengan Menggunakan Metode Latihan Running With The Ball Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Khusus Olahraga Maluku Utara. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, Desember, 2022(24), 687–697. [URL yang tidak valid dihapus]
- Ismayanti. 2006. *Tes Dodging Run*.
- Jaya Asmar. (2019). *Futsal Gaya Hidup Peraturan Dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- John Honeybourny. 2018. *Keterampilan Gerak Khusus (Teknik)*.
- Kalamullah, M., Yusuf, R., & Massa, R. S. (2023). Implementasi Metode Game Approach Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola. In *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram* (Vol. 10, Issue 2). [Http://E-Journal.Undikma.Ac.Id/Index.Php/Gelora](http://E-Journal.Undikma.Ac.Id/Index.Php/Gelora)
- Kamaruddin 2020. *Pengertian Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian Mahasiswa*.
- Karim, A., Sahrul Jährir, A., Jejak, R., Kunci, K., Fisik, K., Belajar, H., & Bola, S. (2022). Korelasi Komponen Fisik Dengan Hasil Belajar Dribbling Sepak Bola Keterangan. In *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)* (Vol. 2, Issue 2). [URL yang tidak valid dihapus]
- Kesehatan Dan Rekreasi, S., & Yapis Dompui, S. (2022). Kontribusi Latihan Shuttlerun Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola. In *ANGGARA* (Vol. 1, Issue 1).
- Kuswiranto, R., Mubarak, M. Z., & Oktian, S. (2024). Tingkat Keterampilan Passing , Dribbling , Long Passing , Shooting Dalam Permainan Sepak Bola. 3(02), 176–183.
- Latuheru, R. V., & Hasanuddin, M. I. (2023). Analisis Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola. *Journal On Education*, 06(01), 1145–1151.
- Lingling Usli, Entang Hermanu, Dan Iman Imanudin. (2018). *Pelatihan Cabang Olahraga Sepak Bola*. Jurusan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.
- Mappaompo, M. A., (2024).