THE EFFECT OF DRIBBLE SLALOM EXERCISE ON RIBBEL SKILLS SSB PLAYERS DEVELOPING USED U-12 PEKANBARU

Ramayuliardi[1], Drs. Slamet, M.Kes, AIFO[2], Aref Vai, S.Pd. M.Pd[3]
E-mail: ramayuliardi27@yahoo.com, Slametkepelatihan@ymail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id.
No. HP: 081372380261

Sports training education
Faculty of education and educational science
University of riau

Abstark:*. The problem in this study is that there is still a lack of control of dribbling, so that when the athlete's playing is very slow to dribble. The aim of the study was to determine the effect of slalom dribble training on the dribbling skills of SSB U-12 Talent Players in Pekanbaru. The form of this study was a weak experiment using a design of a one-group pre-post test design study, with a population of all Pekanbaru U-12 Talent SSB players as many as 14 people, 14 samples being studied. The instrument used in this study used a dribble test. The data were then processed with statistics to test the normality using the lilifours test at a significant level of 0.05α. The proposed hypothesis is that there is an effect of slalom dribble training on the dribbling skills of SSB U-12 Talent Players in Pekanbaru. Based on the normal test analysis, data X produces Lcount of 0.1193 and Ltable of 0.227, which means Lcount <Ltable. while the Y variable produces Lcount of 0.1927 and Ltable of 0.227. This means Lcount <LTable. Based on statistical data analysis, there is an average of variables X 15.61 and the average variable Y is 1.771, so the data is normally distributed. For example, there is the effect of slalom dribble training on the dribbling skills of SSB players in Pekanbaru U-12 Talent.*

Key Words: *Drible Slalom Exercise, Dribbling Skills*

"PENGARUH LATIHAN *DRIBBLE SLALOM* TERHADAP KETERAMPILAN *DRIBBLING* PEMAIN SSB BINA BAKAT U-12 PEKANBARU"

Ramayuliardi[1], Drs. Slamet, M.Kes, AIFO[2], Aref Vai, S.Pd. M.Pd[3]
E-mail: ramayuliardi27@yahoo.comSlametkepelatihan@gmail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id.
No. HP: 081372380261

Pendidikan kepelatihan olahraga
Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan
Universitas riau

Abstark : Masalah dalam penelitian ini adalah bahwa terdapat masih kurangnya menguasai *dribbling,* sehingga pada saat bermain atlet sangat lambat menggiring bola. Tujuan dalam penelitian ingin mengetahui pengaruh latihan *dribble slalom* terhadap keterampilan *dribbling* Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru. Bentuk penelitian ini adalah *eksperimen weak* dengan menggunakan rancangan penelitian *one group pretest-postest design,* dengan populasi seluruh Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru sebanyak 14 orang, sampel penelitian yang diteliti sebanyak 14 sampel. Instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes *dribbling*. Setelah itu, data diolah dengan statistik, untuk menguji normalitas menggunakan uji lilifours pada taraf signifikan 0,05α. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat pengaruh latihan *dribble slalom* terhadap keterampilan *dribbling* pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru. Berdasarkan analisis uji kenormalan data X menghasilkan L_{hitung} sebesar 0,1193 dan L_{tabel} 0,227, berarti $L_{hitung} < L_{tabel.}$ sedangkan variabel Y menghasilkan L_{hitung} sebesar 0,1927 dan L_{tabel} sebesar 0,227. Ini berarti $L_{hitung} < L_{Tabel}$. Berdasarkan analisis data statistik, terdapat rata-rata variabel X 15,61 dan rata-rata variabel Y sebesar 1,771 maka data tersebut berdistribusi normal. Dengan demikian,terdapat Pengaruh latihan *dribble slalom* terhadap keterampilan *dribbling* pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru

Kata Kunci: Latihan *Drible Slalom,* Keterampilan *Dribbling*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan, suatu kegiatan yang di lakukan secara long life dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot otot tubuh kegiatan ini dalam perkembangannya dapat di lakukan untuk membantu mengurangi stress tinggi kemudian dapat meningkatkan kekebalan imun pada tubuh. Dalam mengaplikasikan olahraga dalam ruang lingkup di masyarakat pemerintah mengupayakan pembinaan formal maupun non formal agar terjadi pemerataan terhadap akses terhadap olahraga. Dalam undang – undang No. 3 Tahun 2005 dalam Pidato Presiden pada peresmian undang – undang keolahragaan dimana Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa, "Pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga, peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang mampu menghadapi tantangan serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global memerlukan sistem keolahragaan nasional"..

Dalam memberikan sumbangsih kepada bangsa banyak sekali anak bangsa telah mencoba belajar dengan cara berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, pembinaan dalam berbagai olahraga menjadikan olahraga sebagai pasar kesehatan yang menjanjikan, pembinaan diluar sekolah kini telah menjamur dan menciptakan manusia yang bermanfaat bagi masyarakat, dalam hal ini olahraga yang sangat berkembang salah satu nya adalah sepakbola. Menurut Engkos Kosasih (1993:3) Olahraga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta, mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial.

Berdasarkan uraian diatas, jelas bahwa keolahragaan memiliki tujuan yang sangat kompleks. Oleh sebab itu bidang keolahragaan sangatlah perlu dilakukan pembinaan yang menara disetiap daerah, mengapa demikian, agar dapat menghasilkan manusia yang berkualitas terutama dibidang keolahragaan. Kegiatan pembinaan cabang olahraga telah dilaksanakan di sekolah yang dikenal dengan pendidikan jasmani dan kegiatan – kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Dari pihak pemerintah sudut melaksanakan usaha pengenalan pendidikan jasmani dari taman kanak – kanak hingga tingkat Perguruan Tinggi. Hal ini juga terlihat dengan adanya perkembangan perkumpulan – perkumpulan ataupun lembaga – lembaga olahraga sesuai dengan cabang olahraganya. Salah satu lembaga olahraga tersebut adalah SSB (Sekolah Sepakbola), suatu lembaga olahraga sepakbola dimana lembaga ini yang akan memberikan pendidikan olharaga khususnya olahraga sepakbola yang diperuntukkan mulai dari usia dini.

Sepakbola adalah olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat diseluruh dunia, karenanya olahraga ini sangat popular dan banyak sekali peminatnya. Namun olahraga ini bukanlah jenis olahraga yang mudah untuk dimainkan, terlebih lagi perkembangan permainan sepakbola, menurut Soekatamsi (1992:3) Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan sepakbola merupakan olahraga yang paling populer di Indonesia dan Menjadi cabang olahraga permainan yang sangat di gemari masyarakat baik di desa maupun di kota. Meskipun olahraga sepakbola telah populer sampai kepelosok – kepelosok Indonesia, namun perkembagan prestasi sepakbola Indonesia nampak nya masih kurang dapat berkembang, dilihat dari prestasi

sepakbola Indonesia untuk wilayah Asia Tenggara saja belum dapat berbicara. Hal ini terlihat, dimana kesebelasan PSSI masih kalah ketika melawan negara-negara di Asia Tenggara.

Ada beberapa komponen fisik yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola menurut Koger (2007:3) yaitu daya tahan tubuh, kontrol pikiran, kelincahan, kekuatan tubuh, kecepatan bereaksi dan koordinasi. Kemudian dilanjutkan dengan teknik permainan sepakbola, sesuai yang dijelaskan Sucipto Dkk (2000:17-38) teknik dalam permainan sepakbola yaitu menendang (*kicking),* menghentikan bola (*stopping),* menggiring bola (*dribbling),* menyundul bola (*heading),* merampas bola (*tackling),* lemparan kedalam (*throwin)* dan menjaga gawang (*goal keeping).* Disamping fisik dan teknik, taktik juga berpengaruh dalam permainan sepakbola karena taktik membantu pemain menguasai cara bermain didalam formasi, bergerak ke bidang terbuka dilapangan dan lain- lain. Adapun taktik dalam sepakbola yang dijelaskan Sucipto Dkk (2000:43-44) yaitu taktik individu, unit dan tim. Mental juga dibutuhkan dalam permainan sepakbola sebab betapa sempurnanya pun perkembangan fisik, teknik dan taktik apabila mentalnya tidak turut berkembang, prestasi tinggi tidak mungkin akan dapat dicapai. Menurut Ganesha Putra (2010:39) mental yang harus ditanamkan dalam pemain sepakbola yaitu kecintaan pada sepakbola, belajar berkelompok menghargai dan dihargai orang lain dan *fair play.*

Dari keempat aspek yang telah dijelaskan bahwa dalam permainan sepakbola yang penting dan harus dikuasai yaitu teknik bermain karena teknik membantu pemain mengembangkan keterampilan yang harus dikuasai untuk bermain sepakbola, Robert Koger (2007:2). Salah satu teknik yang harus dikuasai pemain sepakbola adalah kemampuan menggiring bola. Seperti yang diungkapkan Danny Mielke ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka didalam pertandingan akan sangat besar.

Dari penjelasan di atas jelas dapat disimpulkan bahwa untuk menjadi pemain sepakbola yang baik harus memiliki kemampuan menggiring bola, dengan baiknya kemampuan menggiring bola seorang pemain dapat bermain dengan efisien sehingga mudah untuk melewati lawan, dapat memberikan bola umpan kepada teman denga tepat serta bisa menahan bola tetap dalam penguasaan. Menurut Robert Koger (2007:51) *dribble* adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki, bola harus selalu dekat dengan kaki dan agar mudah dikontrol, pemain tidak boleh terus- menerus melihat bola, mereka juga harus melihat sekeliling dengan kepala tegak agar dapat mengamati situasi lapangan dan mengawasi gerak-gerik pemain lawan. Teknik dasar permainan sepakbola yang tidak kalah pentingnya adalah *dribbling* (menggiring bola), karena jika pemain sepakbola tidak dapat menguasai teknik ini maka pemain tersebut tidak akan bermain dengan baik, karena dengan teknik inilah pemain bola mampu menggiring bola, melewati lawan, melakukan gerakan tipu hingga akhirnya mencetak gol. Dan menurut Danny Mielke (2003;1) *dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan bersama pelatih di lapangan club SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru terlihat bahwa pemain-pemain masih kurang menguasai tes *dribbling* sangat lambat dalam tempuh waktu. Hal tersebut mungkin disebabkan oleh kurangnya latihan tes teknik *dribbling* yang diberikan pelatih kepada

pemain. Jadi peneliti mencoba memberikan tes *dribble slalom* terhadap *dribbling* kepada pemain dan pelatih mereka setuju dan menyarankan peneliti untuk melakukan tes tersebut yaitu tes *dribbling* terhadap *dribble slalom* untuk tidak mudah direbut lawan dan karena punya kecepatan dalam *dribbling* itu sangat dibutuhkan dalam cabang olahraga sepakbola. Setelah peneliti memberikan tes *dribble slalom* terhadap *dribbling* kepada pemain peneliti mendapatkan masalah pada pemain yaitu pemain sangat lambat menguasai bola dan mungkin ini juga yang membuat pemain kurang berprestasi. Tanpa latihan kecepatan dribbling tidak cukup untuk memenangkan pertandingan. Bahkan kalau kecepatan dan fisik baik akan dapat mengkoordinasi gerakan – gerakan yang berganda, mempermudah penguasaan teknik – teknik tinggi apalagi didukung oleh teknik yang bagus akan lebih baik.

Untuk menyelesaikan permasalahan ini peneliti ingin memberikan beberapa bentuk latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* atlet. Beberapa bentuk latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* sesuai yang di tuliskan oleh Joseph A. Luxbacher, (2004:58) yaitu *dribble slalom.* Dengan demikian dapat di ambil kesimpulan dari observasi dan tes yang di lakukan bahwa kecepatan *dribbling* yang menjadi masalah pada pemain SSB bina bakat U-12 Pekanbaru. Dimana dari hasil tes tersebut dapat di lihat tingkat kemampuan *dribbling* melewati kerucut dari para pemain hanya berkisar pada sedang bahkan ada juga kurang. Dan metode tes latihan *dribble slalom* di harapkan harus bisa untuk meningkatkan keterampilan *dribbling*. Karena *dribbling* itu paling penting dalam aspek teknik cabang olahraga sepakbola dan salah satu faktor pendukung yang harus di miliki pemain sepakbola agar bermain dengan maksimal dalam sebuah pertandingan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan tersebut dengan judul "**Pengaruh Latihan *Dribble Slalom* Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru".**

METODE PENELITIAN

Penelitian ini digunakan menggunakan jenis penelitian eksperimen. Dengan demikian metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagi metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam posisi yang terkendali (Sugiyono, 2008:107). Dalam hal ini sebagai variabel bebas (X) adalah *latihan dribble slalom*, dan variabel terikat (Y) adalah keterampilan *dribbling*.

PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dideskripsikan melalui *latihan dribble slalom* dengan menggunakan instrumen tes *Dribbling*. Data yang diperoleh sebagai hasil penelitian adalah kuantitatif melalui serangkaian tes dan pengukuran terhadap 14 orang sampel yang merupakan Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru. Variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu variabel bebas (X) adalah *latihan dribble slalom*, dan variabel terikat (Y) adalah keterampilan *dribbling*.

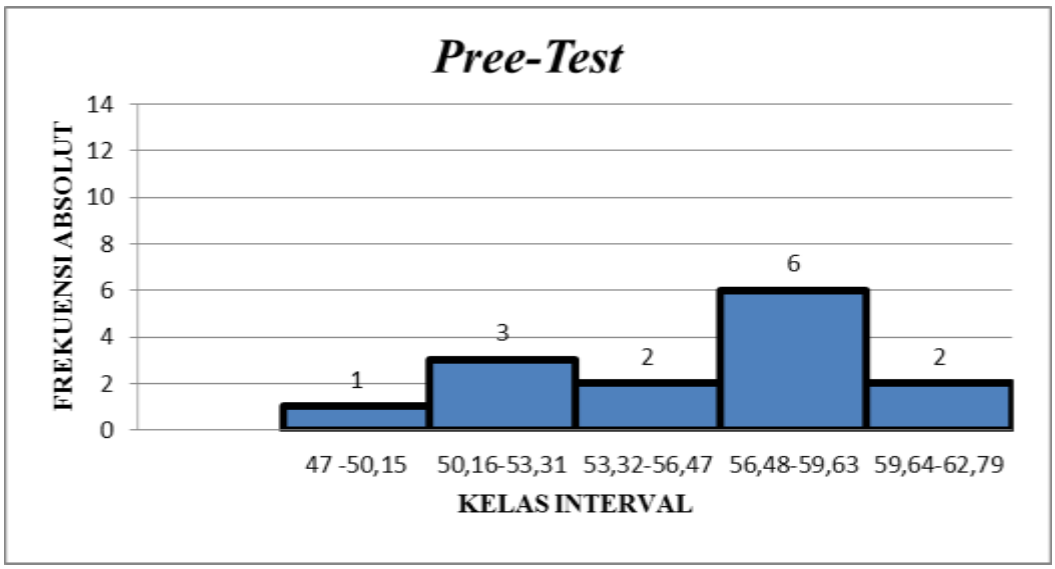
a) Data Hasil *Pre tes* Keterampilan *Dribbling*

Dari table analisis hasil *Pree-test Dribbling* dapat disimpulkan bahwa hasil *pree-test s*ebagai berikut: skor tertinggi adalah 62, skor terendah adalah 47, dengan mean 56,28, median 57,72, standar deviasi 3,94 dan varians 15,59.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Pree-Test*

No	Nilai	Frekuensi Absolute	Frekuensi Relatif (%)
1	47-50,15	1	7,14%
2	50,16-53,31	3	21,43%
3	53,32-56,47	2	14,29%
4	56,48-59,63	6	42,85%
5	59,64-62,79	2	14,29%
Jumlah		**14**	**100%**

Berdasarkan pada tabel distribusi frekuensi diatas dari 14 sampel, sebanyak – banyak 1 orang (7,14%) dengan rentang interval 47 -50,15 kategori sedang, kemudian 3 orang (21,43%) dengan rentang interval 50,16-53,31 kategori sedang, sedangkan 2 orang (14,29%) dengan rentangan interval 53,32-56,47 kategori sedang, dan 6orang (42,85%) dengan rentangan interval 56,48-59,63 kategori baik, dan sisanya 2 orang (14,29%) dengan rentangan interval 59,64-62,79 kategori baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram di bawah ini.



Gambar.1 Histogram Data Hasil *Pree-test Dribbling*

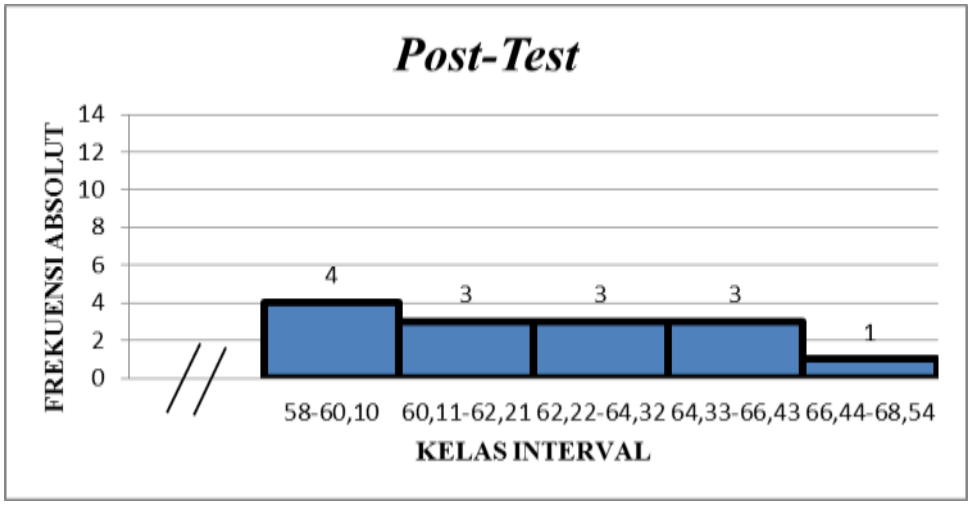
b) Data Hasil *Post tes* Keterampilan *Dribbling*

Dari tabel analisis hasil *Post-test Dribbling* di atas dapat disimpulkan bahwa hasil *post-test* sebagai berikut : skor tertinggi adalah 68, skor terendah adalah 58, dengan mean 62, median 60,62, standar deviasi 2,75, dan varians 7,6.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Post-Test*

No	Nilai	Frekuensi Absolute	Frekuensi Relatif (%)
1	58-60,10	4	28,57%
2	60,11-62,21	3	21,43%
3	62,22-64,32	3	21,43%
4	64,33-66,43	3	21,43%
5	66,44-68,54	1	7,14%
Jumlah		**14**	**100%**

Berdasarkan pada table distribusi frekuensi diatas dari 14 sampel, ternyata dari sebanyak 4 orang (28,57%) dengan rentang interval 58-60,10 kategori sedang, kemudian 3 orang (21,43%) dengan rentang interval 60,11-62,21 kategori sedang, sedangkan 3 orang (21,43%) dengan rentangan interval 62,22-64,32 kategori sedang, dan 3 orang (21,43%) dengan rentangan interval 64,33-66,43 kategori baik. sisanya 1 orang (7,14%) dengan rentangan interval 66,44-68,54 kategori baik. Untuk lebih jelasnya dapat di lihat di histogram :



Gambar.2 Histogram Data Hasil *Postest Dribbling*

A. Pengujian Persyaratan Analisis

Pengujian persyaratan analisis dimaksud untuk menguji asumsi awal yang di jadikan dasar dalam menggunakan teknik analisis varians. Asumsi adalah data yang di

analisis dan diperoleh dari sampel yang mewakili populasi berdistribusi normal. Untuk itu pengujian yang digunakan yaitu normalitas . Uji normalitas dilakukan uji *liliefors* dengan taraf signifikan 0,05 dengan hasil dari pengujian persyaratan sebagai berikut :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan uji liliefors, hasil uji normalitas terhadap penelitian yaitu latihan *Dribble Slalom* (X) terhadap hasil *Dribbling* (Y) dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3. Uji Normalitas Data Dengan Uji Lilliefors

NO	Variabel	LoMax	Ltabel	Keterangan
1	Latihan *Dribble Slalom pree-test*	0.1193	0.227	Normal
2	Latihan *Dribble Slalom post-test*	0.1927		Normal

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa data hasil *pree-test Dribbling* setelah dilakukan perhitungan menghasilkan LoMax sebesar 0.1193 dan Ltabel sebesar 0.227. Dapat disimpulkan penyebarnya data hasil *pree-test Dribbling* adalah berdistribusi normal. Untuk pengujian hasil hasil *post-test Dribbling* menghasilkan LoMax sebesar 0.1927 dan Ltabel sebesar 0.227. Dapat disimpulkan penyebaran data hasil *post-test Dribbling* adalah berdistribusi normal.

B. Uji Hipotesis

yang diuji dalam penelitian ini adalah pengaruh metode latihan *Dribble Slalom* terhadap kemampuan men*dribble* bola pada Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru. Untuk menguji apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima keberadaannya atau tidak maka dilakukan pengujian data yang memakai Uji-t sampel terikat. Dari analisis yang dilakukan, nilai t_{hitung} antara tes awal dan tes akhir latihan *Dribble Slalom* terhadap Keterampilan *dribbling* bola menunjukan bahwa nilai $t_{hitung}(15{,}61) > t_{tabel}(1.771)$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat pengaruh latihan *Dribble Slalom* terhadap kemampuan *dribbling* Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru.

Tabel 4. Hasil Perhitungan Statistik

Sampel	N	Mean	t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
Sampel	14	5,71	15,61	1,771	Signifikan

C. Pembahasan

Setelah dilaksanakan penelitian yang dilaksanakan pada bulan September 2018 sampai bulan Desember 2018 yang di awali dari pengambilan data hingga pengolahan data yang akhirnya dijadikan patokan sebagai pembahasan hasil penelitian sebagai berikut : Pengaruh Latihan *Dribble Slalom* terhadap keterampilan *Dribbling* Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru, ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan pada variabel tersebut karena sampel dalam penelitian ada yang semangat melakukan gerakan latihan *Dribble Slalom*. Hal ini dibuktikan dengan *test Dribbling* 1 orang sampel 7 second, kenaikan kecepatan dalam menggiring bola dari hasil *Pree-Test* lalu ada perubahan 5 orang sampel 6 second sampai 7 second, kenaikan kecepatan menggiring bola karena kurang maksimal mengikuti gerakan latihan *Dribble Slalom*, lalu ada 5 orang sampel perubahannya hanya 5 second kecepatan menggiring bola dari hasil *Pree-Test Dribbling* karena kurang mengikuti dengan benar urutan latihan *Dribble Slalom.* Sedangkan dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti juga memiliki beberapa hambatan yang menyebabkan hasil penelitian ini terasa masih kurang maksimal diantaranya adalah : 1. Pada saat latihan sampel selalu tidak disiplin dengan dengan jadwal yang sudah ditetapkan dan terkadang sampel ada yang izin tidak datang latihan dan ada sampel yang melakukan gerakan *Dribble Slalom* kurang maksimal. 2. Jadwal jam latihan yang berubah karena perubahan cuaca yang tidak menentu saat melakukan penelitian. Walaupun demikian penelitian ini akhinya dapat terselesaikan.

Berdasarkan analisis yang dilakukan, nilai t_{hitung} antara tes awal dan tes akhir latihan *Dribble Slalom* terhadap power dengan t_{tabel} pada taraf signifikan 0,05 dengan derajat kebebasan N – 1 (13) menunjukan bahwa nilai t_{hitung} (15,61) $>$ t_{tabel} (1.771) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat pengaruh latihan *Dribble Slalom* terhadap keterampilan *dribbling* Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru. Untuk mendapatkan suatu hasil *dribbling* dengan baik, maka salah satu latihan yang dapat meningkatkan kecepatan yaitu dengan latihan *Dribble Slalom.* Metode latihan *Dribble Slalom* adalah salah satu latihan *keceptan* yang bermanfaat untuk meningkatkan kecepatan dalam melakukan *dribbling*, karena mekanisme gerakan pelatihan tersebut sebagian besar melibatkan otot-otot yang terdapat pada mekanisme tubuh. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Dribble Slalom* yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *Dribbling.* Latihan yang terprogram dan *continue*, semakin rutin kita melakukan latihan *Dribble Slalom*, maka semakin baik kemampuan *Dribbling* kita, apalagi pada atlet sepakbola yang sangat membutuhkan kecepatan dalam men*dribble* bola dalam pertandingan.

SIIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Dari hasil pengamatan di lapangan diketahui bahwa banyak terdapat kekurangan yang terjadi pada Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru dipengaruhi oleh faktor fisik, misalnya kecepatan dalam men*dribble* bola. Banyak atlet yang tidak bisa melakukan *dribbling* dengan maksimal akibat kecepatan dalam men*drible* bola sangat lambat. Berdasarkan permasalahan, maka diperlukan penelitian yang bertujuan untuk memberikan satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan kecepatan men*drible* bola dan perlu diadakan latihan yang intensif dan terprogram. Setelah dirumuskan dan dibatasi, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *Dribble Slalom* terhadap keterampilan *Dribbling* Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru.

Rancangan penelitian ini adalah *pree-test post-test one group design* yang diawali dengan melakukan *pre-test Dribbling.* Setelah itu dilakukan *Post-test Dribbling*. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif, maka selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis penelitian yang telah diajukan sesuai masalah yaitu: "terdapat pengaruh latihan *Dribble Slaloms* (X) Terhadap Keterampilan *Dribbling* (Y). Berdasarkan analisis yang dilakukan, nilait_{hitung} antara tes awal dan tes akhir latihan *Dribble Slalom* terhadap keterampilan *dribbling* dengan t_{tabel} pada taraf signifikan 0,05 dengan derajat kebebasan N – 1 (13) hal ini menunjukan bahwa nilai t_{hitung} (15,61) $>$ t_{tabel}(1,771) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan Terdapat Pengaruh latihan *Dribble Slalom* (X) terhadap keterampilan *Dribbling* (Y) pada Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru.

Rekomendasi

Dari kesimpulan hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka penulis menyarankan bahwa :

1. Dalam pembinaan dan peningkatan prestasi khususnya pada permainan sepakbola perlu diperhatikan secara baik.

2. Bagi para pelatih olahraga sepakbola serta guru maupun calon guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (guru Penjasorkes), untuk meningkatkan keterampilan *Dribbling* maka harus meningkatkan latihan *Dribble Slalom.*

3. Perlu adanya penelitian lanjutan sehubungan dengan masalah ini dan diuji- cobakan kepada sampel dan tempat yang berbeda dalam kurung waktu yang lama pula.

4. Diharapkan Pemain SSB Bina Bakat U-12 Pekanbaru menjadi pendorong penguasaan teknik yang lebih baik, sehingga kualitas kondisi fisik juga semakin baik.

DAFTAR PUSTAKA

2007. *Undang – undang RI nomor 3 tahun 2005 dan Peraturan Pemerintah RI tahun 2007 Tentang Sistem keolahragaan Nasional*, Bandung; Penerbit Citra Umbara.

Engkos kosasih. 1993 *Olahraga Teknik dan Program Latihan.* PT. Akademika Presindo, Jakarta

Depdikbud. Dirjen Pendidiker, Robert koger. 2007. *Latihan Dasa*r *Andal Sepakbola Remaja.*

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek – aspek Psikologis dalam Coaching.* Depdikbud. Dirjen Pendidiker, Robert L. 2007 Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja. Macanan Jaya Cemerlang

Luxbacher, Joe. *Sepakbola. Taktik dan Teknik Bermain*, PT Raja grafindo Persada. Jakarta.

Sajoto, muchamad. (1995). *Coaching Dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching.* Dhara Prize: Semarang.

Sugyono. 2012. Metode Penelitian.

Marjohan.HS. M.PD. *Tes Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan jasmani*

Robert Koger. 2008. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja Latihan Dan Keterampilan Andal Untuk Pertandingan*. Suka Mitra Kompetensi. Klaten

Sajoto M. 1995. *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize

Danny Mielke. 2007. *Dasar – Dasar SepakBola : Cara Yang Lebih Baik Untuk Mempelajari*. Pakar Raya. Bandung

Zidane Muhdor Al-Hadiqie. 2013. *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional*. Kata Pena.

Ritonga Zulfan. (2007). *Statistika untuk ilmu-ilmu sosial.* Cendikia Insani. Pekanbaru.