

**PENGARUH GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP KEMAMPUAN
MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM PADA
PERMAINAN SEPAK BOLA PESERTA DIDIK PUTRA SMP KRISTEN KALI
PINELENG**

¹ Dicki Maili., ² Tony Pandaleke., ³ Cindy Rantung

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia Email:

¹ dikimaili27@gmail.com ² tony pandaleke@unima.ac.id ³ cindyrantung @unima.ac.id

Diterima:12 -09-2025 Direvisi : :15 -09-2025 Disetujui : :25-09-2025

Abstrak

Fokus penelitian ini adalah menilai pengaruh gaya mengajar latihan terhadap kemampuan gerak dasar siswa dalam meningkatkan keterampilan menggiring bola bagian dalam. Sampel melibatkan 30 siswa putra SMP Kristen Kali Pineleng, terbagi 15 siswa kelompok eksperimen dan 15 siswa kelompok kontrol. Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan rancangan Randomized Pre-Test and Post-Test Control Group Design, sedangkan tes menggiring bola bagian dalam dijadikan alat ukur dengan fasilitas lapangan, bola, peluit, dan alat tulis.. Data diuji normalitas melalui Lilliefors dan homogenitas varians sebelum pengujian hipotesis, dan terbukti normal dan homogen. Nilai thitung 2,43 lebih tinggi daripada ttabel 2,048 pada uji-t, sehingga hipotesis alternatif diterima. Kesimpulannya, penerapan gaya mengajar latihan terbukti secara signifikan meningkatkan kemampuan dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam.

Kata kunci, gaya mengajar latihan, menggiring bola

Abstract

This study focused on assessing the effect of the training teaching style on students' basic motor skills in improving their inside dribbling skills. The sample involved 30 male students from Kali Pineleng Christian Middle School, divided into 15 students in the experimental group and 15 students in the control group. The study used an experimental method with a Randomized Pre-Test and Post-Test Control Group Design, while the inside dribbling test served as a measurement tool using a field, ball, whistle, and stationery. Data were tested for normality using Lilliefors and homogeneity of variance before hypothesis testing, and were found to be normal and homogeneous. The calculated t-value of 2.43 was higher than the t-table of 2.048 in the t-test, thus accepting the alternative hypothesis. In conclusion, the application of the training teaching style was proven to significantly improve basic dribbling skills with the inside of the foot.

Keywords: training teaching style, dribbling

PENDAHULUAN

Melalui apa yang di peroleh dalam kemampuan gerak dasar kaki bagian dalam melalui mengiring bola yang di lakukan oleh siswa SMP Kristen Kali Pineleng sangat tergantung pada bagaimana penerapan gaya mengajar, khususnya gaya mengajar latihan, dilakukan secara efektif. Gaya ini memungkinkan peserta didik belajar melalui praktik langsung, memperbaiki kesalahan gerak, serta meningkatkan penguasaan teknik secara mandiri. Keberhasilan pembelajaran akan sulit tercapai jika guru masih menggunakan pendekatan konvensional yang kurang menarik. Dalam konteks pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SMP, kemampuan menggiring bola yang memiliki peranan penting dalam Teknik dasar sepak bola menjadikan kreativitas guru pendidikan jasmani sebagai tuntutan utama dalam pembelajaran, inovasi, dan kemampuan beradaptasi untuk menyesuaikan model dan gaya mengajar dengan kebutuhan peserta didik serta karakteristik materi yang diajarkan. Tujuan pembelajaran PJOK pada dasarnya adalah menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan, aktif, dan efektif sehingga peserta didik dapat menguasai keterampilan gerak secara maksimal.

Karena sisi dalam kaki memberikan rasa kontrol yang lebih stabil bagi pemain, walaupun teknik dribbling bisa dilakukan dengan menggunakan kedua kaki. Kemampuan menggiring bola dengan bagian dalam kaki dibutuhkan agar pemain mampu menjaga penguasaan bola di berbagai zona permainan, baik ketika mendekati gawang lawan maupun saat bertahan di area

sendiri. Dengan perannya sebagai tindakan awal untuk menembus pertahanan, dribbling menjadi satu di antara teknik dasar yang paling menentukan dalam sepak bola.¹

Penguasaan teknik kaki bagian dalam melalui Gerakan dasar mengiring bola dalam dapat dicapai apabila peserta didik mendapatkan pengalaman belajar yang melibatkan latihan secara berulang dan terarah. Melalui latihan semacam ini, kemampuan serta wawasan peserta didik berkembang lebih luas karena proses belajar dilakukan secara aktif. Metode pembelajaran yang menekankan hal tersebut dikenal sebagai gaya mengajar latihan, yaitu pendekatan latihan-latihan yang di berikan oleh guru yang berkaitan langsung dengan keterampilan yang hendak dikuasai, khususnya melalui permaianan sepak bola.

materi dribbling kaki bagian dalam dapat dikuasai lebih cepat melalui pengulangan latihan yang intensif, yang sekaligus memperkaya pemahaman peserta didik mengenai teknik tersebut. Keistimewaan gaya mengajar latihan terletak pada proses praktik yang dilakukan secara terus-menerus, sehingga peserta didik benar-benar mendapatkan pengalaman langsung yang memperkuat keterampilan mereka. Dari rangkaian latihan berulang inilah kemampuan menggiring bola dengan kaki bagian dalam dalam permainan sepak bola berkembang secara signifikan.²

Peningkatan melalui gerakan dasar mengiring bola dalam pembelajaran sepak bola berdasarkan kemampuan kaki bagian dalam dapat dicapai apabila lembar tugas diterapkan secara tepat. Efektivitas ini muncul karena peserta didik diarahkan untuk fokus pada instruksi tertulis, bertanggung jawab terhadap tugasnya, serta tidak mengabaikan penjelasan guru. Selain itu, guru terbantu karena tidak perlu mengulang penjelasan berkali-kali. Dengan demikian, dalam perencanaan pelajaran yang menggunakan gaya mengajar latihan, lembar tugas menjadi faktor utama yang menjamin keberhasilan proses pembelajaran.

Proses pembelajaran sepak bola di SMP Kristen Kali Pineleng masih menghadapi berbagai kendala. Minimnya inovasi gaya mengajar, terutama dalam menerapkan gaya latihan, serta waktu belajar yang terbatas, menyebabkan peserta didik jarang melakukan latihan berulang kemampuan kaki bagian dalam melalui mengiring bola. Akibatnya, kemampuan mereka dalam menguasai teknik tersebut belum berkembang dengan baik. Selain itu, metode pembelajaran yang digunakan masih bersifat tradisional, sementara efektivitas gaya mengajar latihan dalam meningkatkan keterampilan mengiring bola belum diketahui secara pasti. Fakta di lapangan pun memperlihatkan bahwa sebagian besar peserta didik belum mampu melakukan Teknik dasar kaki bagian dalam melalui gerakan dasar mengiring bola. kemampuan ini hampir selalu digunakan saat pemain membawa bola menuju area pertahanan lawan untuk membangun serangan. Dengan perannya yang begitu sering muncul dalam pertandingan, dribbling menjadi salah satu keterampilan dasar paling esensial dalam permainan sepak bola.³

¹ A. J. L. Goni, M. A. S. F. Rambitan, A. R. J. Sengkey, Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Gerak Dasar Pada Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Peserta Didik SMP Negeri 1 Pusomen. Olympus : Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi UNIMA. 2024. Hal. 142

² Keren Kumayas, Tony Pandeleke, Jan Lengkong, Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Pada Peserta Didik SMP Negeri 2 Kumelembuai. VitaMedica : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum. 2025. Hal. 195

³A. B. Bubane, A. R. J. Sengkey, Y. Sattu. Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Luar Pada Permainan Sepak Bola Pada Siswa SMA Negeri 1 Langowan. Olympus : Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi UNIMA. 2024. Hal. 22.

Kondisi pembelajaran sepak bola di SMP Kristen Kali Pineleng menunjukkan perlunya pendekatan baru yang lebih efektif dan menyenangkan. Guru sebagai perencana dan pelaksana pembelajaran dituntut untuk kreatif dalam memilih metode yang tepat. Salah satu alternatifnya adalah menerapkan gaya mengajar latihan agar kemampuan peserta didik dalam kemampuan kaki bagian dalam melalui mengiring bola dapat meningkat. Berdasarkan pertimbangan tersebut, peneliti kemudian memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Peserta Didik Putra SMP Kristen Kali Pineleng.”

METODE PENELITIAN

Tujuan utama penelitian ini adalah mengungkap adanya perubahan dalam keterampilan menggiring bola memakai kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Perubahan itu ditelusuri dengan memberikan perlakuan berupa gaya mengajar latihan, sehingga dapat dinilai apakah pendekatan tersebut benar-benar memberikan dampak pada kemampuan siswa. Gaya mengajar latihan dimaknai sebagai metode yang mendorong siswa untuk berlatih mandiri setelah mendapatkan arahan dan contoh dari guru. Kemampuan menggiring bola dijadikan variabel terikat yang dievaluasi berdasarkan hasil pengamatan pada aspek-aspek keterampilan gerak. Sedangkan gaya mengajar latihan ditetapkan sebagai variabel bebas yang diuji efektivitasnya melalui perbandingan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tujuan utama dari penelitian ini adalah mengetahui sejauh mana gaya mengajar latihan mampu meningkatkan keterampilan dasar sepak bola siswa.

Metode Penelitian

Studi ini menerapkan metode eksperimen sebagai strategi penelitian untuk menilai dampak perlakuan terhadap kemampuan peserta didik.

Rancangan Penelitian

Dalam studi ini, rancangan penelitian berbasis eksperimen diimplementasikan dengan penjabaran rancangan sebagai berikut:⁴.

Tabel 1 Rancangan eksperimen

Kelompok	Post-Test	Treatment	Pre-Test
(R) A	Y ₂	X	Y ₁
(R) B	Y ₂	-	Y ₁

Keterangan :

A : Kelompok Eksperimen

- : Tidak ada perlakuan

Y₁ : Tes awal untuk kedua kelompok

B : Kelompok Kontrol

X : Perlakuan dengan gaya mengajar latihan

R : Random

Y₂ : Test akhir kedua kelompok

Penelitian ini dilaksanakan selama dua bulan di SMP Kristen Kali Pineleng dengan frekuensi kegiatan tiga kali setiap minggu. Sampel penelitian mencakup 30 siswa putra yang sekaligus menjadi populasi karena memiliki karakteristik yang seragam sesuai tujuan penelitian. Berdasarkan pandangan Sugiyono, Yang dimaksud dengan populasi ialah himpunan objek atau subjek yang memuat karakter tertentu dan menjadi area tempat seorang peneliti

⁴Donald Ary, Cheser Luchy Cheser Jacobs and Asghar Razavieh, Pengantar Penelitian dalam Pendidikan, Terjemahan Arief Furchan, Usaha Nasional, Surabaya, 1982, Hal. 356

melakukan generalisasi,⁵ sedangkan sampel adalah sebagian dari populasi tersebut yang mewakili keseluruhan. Oleh karena itu, 30 siswa tersebut dibagi menjadi dua kelompok: 15 siswa pada kelompok eksperimen dan 15 siswa pada kelompok kontrol untuk mendukung pelaksanaan penelitian secara sistematis.

Untuk menentukan sampel penelitian, seluruh peserta didik putra kelas VIII SMP Kristen Kali Pineleng diikutsertakan dalam prosedur pengundian, yang diawali dengan pembuatan potongan kertas sebanyak jumlah siswa, kemudian menuliskan angka 1 sampai 30 pada kertas tersebut dan menggulungnya. Setiap peserta didik mengambil satu gulungan secara acak; gulungan yang bernomor 1 sampai 30 menjadi penentu keikutsertaan sebagai sampel. Peserta didik dengan nomor 1 sampai 15 ditempatkan pada kelompok eksperimen, sedangkan nomor 16 sampai 30 dimasukkan dalam kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil undian, maka Peserta didik putra diberitahukan jadwal untuk melaksanakan penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data, peserta didik mengikuti dua kali tes keterampilan gerak dasar kaki bagian dalam melakukan tindakan mengiring bola. Tes post-test dilakukan setelah penerapan gaya mengajar latihan agar kemampuan akhir dapat diukur, sedangkan pre-test dilaksanakan untuk mengetahui kemampuan sebelum siswa putra kelas VIII SMP Kristen Kali Pineleng sebelum perlakuan di lakukan.

Teknik Analisa Data

Sebelum menerapkan uji-t, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis untuk memastikan data memenuhi ketentuan statistik yang diperlukan. Pengujian dilakukan melalui dua tahapan, Untuk memastikan data layak dianalisis, dilakukan uji normalitas dengan Lilliefors. Tahapan pelaksanaan pengujian ini dilakukan secara bertahap sebagaimana langkah-langkah berikut.

1. Uji Homogenitas

$$“F = \frac{\text{varians terbesar}}{\text{varians terkecil}}”^6$$

2. Uji Normalitas

Untuk menguji hipotesis, penelitian ini menggunakan statistik uji t dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$, setelah terlebih dahulu melakukan uji kenormalan data melalui Lilliefors.

$$“t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}”^7$$

$$S^2 = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}$$

Keterangan :

n_1 = Jumlah sampel kelompok eksperimen

\bar{X}_1 = Rata-rata kemampuan gerak dasar kaki bagian dalam melakukan tindakan mengiring bola siswa kelompok eksperimen

\bar{X}_2 = Rata-rata kemampuan gerak dasar kaki bagian dalam melakukan tindakan mengiring bola Peserta didik kelompok kontrol

n_2 = Jumlah sampel kelompok kontrol

S^2 = Standar deviasi

⁵Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta, Bandung. 2011. hal.117

⁶Sudjana, Metode Statistik Edisi IV. Tarsito Bandung, 1986, Hal. 250.

⁷Ibid. Hal. 232

Hipotesis penelitian menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan peningkatan rata-rata kemampuan menggiring bola Dinyatakan dalam hipotesis alternatif (H_a) bahwa gaya latihan mampu meningkatkan kemampuan menggiring bola secara signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Sebaliknya, hipotesis nol (H_0) menunjukkan tidak adanya perbedaan rata-rata hasil antara peserta yang mendapat pembelajaran gaya latihan dan mereka yang tidak menerima perlakuan. Secara statistik, hipotesis nol menyatakan tidak ada peningkatan kemampuan kelompok eksperimen dibandingkan kontrol ($H_0: \mu_1 \leq \mu_2$), dan hipotesis alternatif menyatakan terdapat peningkatan signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan kontrol ($H_a: \mu_1 > \mu_2$). Dengan membandingkan t hitung terhadap t tabel pada $\alpha = 0,05$ dan dk 28, H_0 dinyatakan benar bila t hitung berada di bawah atau sama dengan t tabel. Bila kondisi sebaliknya terjadi, yakni t hitung lebih tinggi dari t tabel, maka H_0 gugur.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penyajian Data

Objek kajian untuk menilai peningkatan gerak dasar kaki bagian dalam melakukan tindakan mengiring bola. Tujuan penelitian adalah mengetahui dampak penerapan gaya mengajar latihan, dengan evaluasi proses gerak dilakukan melalui instrumen berupa tes gerak dasar menggiring bola.

Total sampel penelitian adalah 30 peserta, dibagi dua: kelompok eksperimen 15 orang yang mendapatkan pembelajaran dengan gaya latihan, dan kelompok kontrol 15 orang tanpa intervensi. Evaluasi mencakup gerak dasa mengiring bola melalui tindakan kaki bagian dalam, dengan penilaian pada sikap awal, proses gerak, dan sikap akhir. Hasil pengukuran pra-tes dan pasca-tes dari kedua kelompok akan dipaparkan berikutnya.

Tabel 2 Data Hasil penelitian gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola Kelompok Eksperimen

No Sampel	Pre Test	Selisih (X_1)	Post Test
1	5	4	9
2	3	4	7
3	4	2	6
4	4	5	9
5	7	2	9
6	3	5	8
7	4	3	7
8	5	3	8
9	5	4	9
10	6	3	9
11	4	3	7
12	4	4	8
13	5	4	9
14	6	2	8
15	3	3	6

Tabel 3 Data Hasil penelitian gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola kelompok kontrol

No Sampel	Pre Test	Selisih (X_1)	Post Test
1	4	2	6
2	6	-1	5
3	3	0	3

4	3	1	4
5	7	0	7
6	3	2	5
7	5	1	6
8	4	1	5
9	6	-2	4
10	6	-1	5
11	5	2	7
12	4	1	5
13	4	2	6
14	5	0	5
15	4	2	6

Tabel 4 Besaran Statistik data pre tes Kedua Kelompok

Kelompok Kontrol (X_2)	Kelompok Eksperimen (X_1)
$n = 15$	$n = 15$
$\bar{X}_1 = 4.6$	$\bar{X}_1 = 4.53$
$S_1 = 1.2421$	$S_1 = 1.1872$
$S_1^2 = 1.542857$	$S_1^2 = 1.409523$

Tabel 5 Gain Score gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam kelompok eksperimen dan Kelompok Kontrol

No	Kelompok Kontrol (X_2)	Kelompok Eksperimen (X_1)
1	2	4
2	-1	4
3	0	2
4	1	5
5	0	2
6	2	5
7	1	3
8	1	3
9	-2	4
10	-1	3
11	2	3
12	1	4
13	2	4
14	0	2
15	2	3

Penelitian ini menggunakan total 30 sampel menjadi dua kelompok berdasarkan pembagian dengan jumlah seimbang. Kelompok eksperimen berjumlah 15 peserta dan diajar menggunakan gaya mengajar latihan, sementara kelompok kontrol terdiri dari 15 peserta tanpa perlakuan. Data penelitian mencakup kemampuan peserta dalam gerak dasar kaki bagian dalam melakukan tindakan mengiring bola yang diukur melalui tiga indikator utama: sikap awal, pelaksanaan gerak, dan sikap akhir.

Tabel 6 Besaran Statistik Gains Score Kedua Kelompok

Kelompok Kontrol (X ₂)	Kelompok Eksperimen (X ₁)
n = 15	n = 15
$\bar{X}_1 = 0.66$	$\bar{X}_1 = 3.4$
S ₁ = 0.9759	S ₁ = 0.9856
S ₁ ² = 0.952380	S ₁ ² = 0.971428

Analisis Data

Sebelum analisis dilakukan, data diperiksa kelayakannya Sebelum masuk ke analisis lanjutan, data dievaluasi melalui dua proses awal: pertama, menguji normalitas distribusi menggunakan Lilliefors; kedua, menilai homogenitas dengan membandingkan varians paling besar dengan varians paling kecil. Selanjutnya, metode statistik uji beda diterapkan untuk mengetahui pengaruh gaya mengajar latihan terhadap peningkatan permaian sepak bola melalui tindakan kaki bagian dalam melakukan gerak dasar mengiring bola.

1. Pengujian Normalitas Data Pre Test gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam

Data diuji normalitasnya dengan metode Lilliefors, dan urutan langkah pelaksanaannya akan dijabarkan selanjutnya.

a. Langkah Pertama:

Sebagai langkah awal pengujian hipotesis, Sampel yang tidak berasal dari populasi berdistribusi normal dijelaskan melalui hipotesis alternatif (HA), sementara hipotesis nol (Ho) menyatakan sebaliknya, yaitu bahwa sampel bersumber dari populasi dengan distribusi yang normal.

b. Langkah Kedua:

Dalam pengujian ini, kriteria keputusan menyatakan bahwa hipotesis nol diterima bila Lo kurang dari atau sama dengan Lt, dan ditolak bila Lo melebihi Lt, dengan tingkat signifikansi α ditetapkan sebesar 0,05.

c. Langkah Ketiga: Langkah selanjutnya adalah mencatat hasil perhitungan S(Z_i), Z_i, F(Z_i), dan selisih F(Z_i) – S(Z_i) ke dalam tabel, dengan dasar nilai rata-rata $\bar{X}_1 = 4,53$ dan simpangan baku S_{dX1} = 1,18.

Tabel 7 Perhitungan Uji Normalitas Data Pre – Test gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam permainan sepak bola kelompok eksperimen

No	X ₁	Z _i	F(Z _i)	S(Z _i)	F(Z _i)-S(Z _i)
1	3	-1.29	0.0985	0.1333	0.0348
2	3	-1.29	0.0985	0.1333	0.0348
3	3	-1.29	0.0985	0.1333	0.0348
4	4	-0.44	0.3300	0.4000	0.0700
5	4	-0.44	0.3300	0.4000	0.0700
6	4	-0.44	0.3300	0.4000	0.0700
7	4	-0.44	0.3300	0.4000	0.0700
8	4	-0.44	0.3300	0.4000	0.0700
9	5	0.39	0.6517	0.7000	0.0483
10	5	0.39	0.6517	0.7000	0.0483
11	5	0.39	0.6517	0.7000	0.0483
12	5	0.39	0.6517	0.7000	0.0483
13	6	1.24	0.8925	0.9000	0.0075
14	6	1.24	0.8925	0.9000	0.0075
15	7	2.09	0.9817	1.0000	0.0183

d. Langkah Keempat:

Berdasarkan perhitungan uji Lilliefors, nilai observasi Lo mencapai 0,0700, sedangkan nilai kritis Lt untuk n = 15 pada taraf signifikansi 0,05 adalah 0,220. Karena Lo lebih kecil daripada Lt, Ho diterima, bahwa populasi yang berdistribusi normal berasal dari sampel.

2. Pengujian Normalitas Data Pre Test gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam permainan sepak bola kelompok kontrol

Penelitian ini memanfaatkan uji Lilliefors untuk mengevaluasi normalitas data, sehingga dapat ditentukan apakah sampel termasuk dalam populasi dengan distribusi normal, dengan urutan pelaksanaan pengujian yang akan dipaparkan berikutnya.

a. Langkah Pertama:

Prosedur pengujian menetapkan Ho sebagai hipotesis yang menegaskan sampel termasuk populasi normal, dan HA sebagai hipotesis yang menyatakan sampel berasal dari populasi yang distribusinya tidak normal.

b. Langkah Kedua:

Kriteria pengujian ditentukan dengan menyatakan Ho diterima bila Lo kurang dari atau sama dengan Lt, dan ditolak bila Lo melebihi Lt, sementara tingkat signifikansi pengujian ditetapkan sebesar 0,05.

c. Langkah Ketiga: Langkah berikutnya adalah mencatat hasil perhitungan Zi, F(Zi), S(Zi), dan selisih F(Zi) – S(Zi) ke dalam tabel, dengan acuan nilai rata-rata $\bar{X}_2 = 4,6$ dan simpangan baku $S_{dx_2} = 1,24$.

Tabel 8 Perhitungan Uji Normalitas Data Pre – Test gerak dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam permainan sepak bola kelompok kontrol

No	X ₁	Z _i	F(Z _i)	S(Z _i)	F(Z _i)-S(Z _i)
1	3	-1.29	0.0985	0.1333	0.0348
2	3	-1.29	0.0985	0.1333	0.0348
3	3	-1.29	0.0985	0.1333	0.0348
4	4	-0.48	0.3156	0.4000	0.0844
5	4	-0.48	0.3156	0.4000	0.0844
6	4	-0.48	0.3156	0.4000	0.0844
7	4	-0.48	0.3156	0.4000	0.0844
8	4	-0.48	0.3156	0.4000	0.0844
9	5	0.32	0.6255	0.6666	0.0411
10	5	0.32	0.6255	0.6666	0.0411
11	5	0.32	0.6255	0.6666	0.0411
12	6	1.12	0.8686	0.8666	0.0020
13	6	1.12	0.8686	0.8666	0.0020
14	6	1.12	0.8686	0.8666	0.0020
15	3	-1.29	0.0985	0.1333	0.0348

d. Langkah Keempat :

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai L observasi (Lo) yang diperoleh adalah 0,0844, sedangkan nilai L tabel (Lt) pada taraf signifikansi 0,05 dengan n = 15 sebesar 0,220. Berdasarkan kriteria pengujian, karena Lo lebih kecil daripada Lt ($0,0844 < 0,220$), Berdasarkan penerimaan Ho, populasi yang berdistribusi normal berasal dari sampel.

Pengujian Homogenitas Varians

Untuk memastikan data yang dianalisis memenuhi asumsi kesamaan varians antar kelompok, Pengujian homogenitas dilakukan dengan membandingkan nilai varians paling tinggi dan paling rendah untuk menilai keseragaman data, sehingga dapat diketahui apakah populasi penelitian memiliki varians yang seragam.

Tabel 9 Uji Homogenitas Varians dengan Varians terbesar Dibanding Varians Terkecil

Nilai Varians Sampel	Jenis Variabel	
	S ² ₁	S ² ₂
n	15	15
S	1.409523	1.542857

Dalam pengujian homogenitas varians, langkah-langkah menggunakan metode perbandingan varians paling tinggi dan paling rendah dijabarkan sebagai berikut untuk memastikan keseragaman varians antar kelompok.

- a. **Langkah pertama:** Untuk mengetahui varians terbesar serta varians terkecil, data dihitung menggunakan persamaan varians yang menjadi alat ukur dalam pengujian homogenitas.

$$F = \frac{1.542857}{1.409523} = 1.094595 = 1.09 (\text{dibulatkan})$$

- b. **Langkah kedua:** Nilai F diperoleh dari perhitungan rumus uji F, kemudian nilai tersebut dihadapkan pada F tabel sebagai tahap inti dalam proses pembandingan:

Dalam pengujian homogenitas, Uji homogenitas mengungkapkan bahwa F hitung 1,09 berada di bawah F tabel 2,48, menegaskan homogenitas varians antar populasi. Setelah data dinyatakan normal, pengujian hipotesis dapat dilanjutkan menggunakan uji parametrik. sebagai dasar perbandingan, F tabel didapatkan sebesar 2,48 dengan taraf signifikansi 0,05 dan derajat kebebasan masing-masing 14 untuk varians terbesar dan varians terkecil, sehingga keseragaman varians antar populasi dapat dikonfirmasi.

Pengujian Hipotesa Penelitian

Hipotesis diuji dengan teknik uji-t untuk menilai pengaruh penerapan gaya mengajar latihan, dengan cara membandingkan rata-rata peningkatan kemampuan menggiring Untuk menilai kemampuan menggiring bola, perbandingan dilakukan antara peserta didik pada perlakuan yang di lakukan semalam satu bulan melalui kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi. Pengujian ini bertujuan mengevaluasi sejauh mana gaya mengajar latihan dapat meningkatkan permaian sepak bola melalui tindakan kaki bagian dalam melakukan gerak dasar menggiring bola dalam melakukan tindakan menggiring bola pada siswa putra SMP Kristen Kali Pineleng.

$$t_{\text{hitung}} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$\text{Dimana: } S^2 = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2}$$

a. Langkah Pertama:

Ho : Kelompok eksperimen yang mengikuti pembelajaran dengan gaya mengajar latihan diperkirakan mengalami peningkatan gerak dasar kaki bagian dalam saat menggiring bola yang tidak lebih tinggi dibandingkan perkiraan awal, bahkan dapat setara, dengan kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan.

H_A: Peserta kelompok eksperimen yang memperoleh pembelajaran dengan gaya mengajar latihan memperlihatkan peningkatan rata-rata kemampuan gerak dasar kaki bagian dalam dalam menggiring bola lebih signifikan daripada yang tidak mendapatkan perlakuan seperti kelompok kontrol.

Hipotesa statistiknya adalah:

$$H_0: \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_A: \mu_1 > \mu_2$$

- b. Langkah Kedua:** Dengan taraf signifikansi 0,05 dan derajat kebebasan $n_1 + n_2 - 2$, keputusan pengujian menyatakan bahwa H_0 berlaku bila t hitung tidak melebihi t tabel (artinya tidak signifikan), sedangkan H_0 ditolak bila t hitung melampaui t tabel (artinya signifikan).
- c. Langkah Ketiga:** Tahap persiapan sebelum memasukkan besaran statistik ke dalam rumus uji-t adalah menghitung standar deviasi gabungan (S) terlebih dahulu, agar perhitungan uji-t dapat dilakukan secara akurat.

Kelompok Kontrol (X_2)	Kelompok Eksperimen (X_1)
$n = 15$	$n = 15$
$\bar{X}_1 = 0.66$	$\bar{X}_1 = 3.4$
$S_1 = 0.9759$	$S_1 = 0.9856$
$S_1^2 = 0.952380$	$S_1^2 = 0.971428$

$$\begin{aligned} S^2 &= \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \\ &= \frac{(15-1)0.971428 + (15-1)0.952380}{15+15-2} \\ &= 0.9807 \\ &= 0.98 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} t_{\text{hitung}} &= \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \\ &= \frac{3.4 - 0.66}{0.98 \sqrt{\frac{1}{15} + \frac{1}{15}}} \\ &= 2.433537 \\ &= 2.43 \end{aligned}$$

- d. Langkah Keempat: Menyimpulkan Hasil Perhitungan**

Keputusan uji-t memperlihatkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, setelah thitung 2,43 melebihi ttabel 2,048 Dengan probabilitas kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) dan jumlah derajat kebebasan 28, sehingga dapat disimpulkan pengaruh yang signifikan. Kesimpulannya, penerapan gaya mengajar latihan berpengaruh positif dalam meningkatkan kemampuan kaki bagian dalam melalui mengiring bola dibandingkan dengan mendapatkan perlakuan seperti kelompok kontrol.

Pembahasan Hasil Penelitian

Melalui pemberian latihan-latihan yang terus-menerus pada gerak dasar mengiring bola, siswa tidak hanya memperdalam pemahaman mereka tetapi juga meningkatkan keterampilan mengiring bola dengan baik. Pendekatan ini efektif karena gaya mengajar latihan menitikberatkan pada praktik langsung materi yang dipelajari, khususnya penggunaan kaki bagian dalam dalam mengiring bola.

Melalui interaksi guru dan siswa dalam pembelajaran berbasis latihan keterampilan, siswa mengalami perubahan tingkah laku sekaligus adanya peningkatan terhadap kaki bagian dalam melakukan tindakan mengiring bola. Gaya mengajar latihan memberikan ruang bagi siswa menjalankan tugas sesuai instruksi guru, sementara lembar tugas dan kartu tugas berperan sebagai alat bantu untuk mengingat arahan, mengurangi penjelasan guru yang berulang, dan menanamkan tanggung jawab tertulis, siswa mendatkan tugas yang harus dilakukan yang terpusat apa yang di lakukan oleh guru.

Kelompok kontrol menunjukkan adanya peningkatan kemampuan mengiring bola dengan kaki bagian dalam yang lebih rendah dibandingkan kelompok eksperimen yang memperoleh pembelajaran melalui gaya mengajar Latihan. Analisis statistik menggunakan uji-t memperlihatkan adanya perbedaan signifikan antara kedua kelompok, dengan thitung

2,43 yang lebih besar daripada ttabel 2,048 pada $\alpha = 0,05$ dan df 28. Berdasarkan hasil ini, H_0 ditolak dan H_a diterima.

Analisis hipotesis membuktikan bahwa melalui gaya mengajar latihan berdasarkan penerapan yang ada memengaruhi secara signifikan penguasaan keterampilan gerak dasar kaki bagian dalam melakukan tindakan mengiring bola pada peserta didik putra SMP Kristen Kali Pineleng.

KESIMPULAN

Melalui hipotesis berdasarkan pengujian, H_0 ditolak dan H_a diterima setelah thitung 2,43 terbukti lebih besar daripada ttabel 2,048 pada taraf signifikansi 0,05 dengan derajat kebebasan 28. Dapat disimpulkan bahwa penguasaan gerak dasar kaki bagian dalam peserta didik menerima pengaruh signifikan dari penggunaan gaya mengajar latihan dengan melakukan tindakan mengiring bola pada peserta didik putra SMP Kristen Kali Pineleng.

DAFTAR PUSTAKA

- Ary Donald, Cheser Luchy Cheser Jacobs and Asghar Razavieh, Pengantar Penelitian dalam Pendidikan, Terjemahan Arief Furchan, Usaha Nasional, Surabaya, 1982.
- Bubane, A. B., Sengkey, A. R. J., Sattu, Y. Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Luar Pada Permainan Sepak Bola Pada Siswa SMA Negeri 1 Langowan. Olympus : Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi UNIMA. 5(2), 21-27. 2024.
- Csanadi Arpad. Soccer. Corvina press. Budapest. 1972.
- Charles Hughes. Soccer Tactics and Skill. British Broadcasting Coporation. London. 1980.
- Goni, A. J. L., Rambitan, M. A. S. F., Sengkey, A. R. J. Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Gerak Dasar Pada Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Peserta Didik SMP Negeri 1 Pusomaen. Olympus : Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi UNIMA. 5(2), 141-145. 2024.
- Kosasih Engkos. Olahraga Teknik dan Program Latihan. Akademika Presindo. Jakarta. 1985.
- Koger Robert. Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja. Saka Mitra Kompetensi. Klaten. 2007.
- Kumayas, Keren., Pandeleke, Tony., Lengkong, Jan. Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Pada Peserta Didik SMP Negeri 2 Kumelembuai. VitaMedica : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum. 3(1), 191-197. 2025.
- Mielke Danny. Dasar-Dasar Sepak Bola. Cara Yang Lebih Baik Untuk Mempelajarinya. Pakar Raya. Bandung. 2009.
- Muhajir, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Untuk SMP Kelas VII, Jilid 1 Yudistira, Jakarta: 2007.
- Nurhasan. Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya. Direktorat Jenderal Olahraga. Depdiknas. 2001
- Rahantoknam, E. Strategi Instruksional dalam Pendidikan Olahraga, FPS IKIP Jakarta. 1998.
- Paturusi Achmad, Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga. PT Rineka. Jakarta. 2012.
- Sarumpaet, A. Permainan Bola Besar. Depdikbud. Padang. 1992.
- Soejono. Sepakbola: Taktik dan Kerjasama.. PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat. Yogyakarta. 1985.
- Sudjana, Metode Statistik Edisi IV. Tarsito Bandung, 1986.
- Sukatamsi. Teknik Dasar Bermain Sepak Bola. Surabaya. 1988.
- Wiryaman Sri Anita, Strategi dan Metode Belajar Mengajar. Dikjen. Dikti. Universitas Terbuka. 1992.