



CERTIFICATE

Awarded To

Dr. SUKENDRO, M.Kes. AIFO

Who has participated as

PRESENTER

In the 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE)
Theme: Sharing Power, Valuing Local Cultures, and Achieving Success in Education

Organized by The Educational Management Alumni Association and Master's Program in Education Management, the Graduate School, Jambi University

April 3-4, 2016, Jambi, Indonesia

Dr. YUSRIZAL, PhD

Director of Jambi University Graduate School

Prof. Dr. RAHMAT MURBOJONO, M.Pd

Chair of Master's Program in Educational Management

AMIRUL MUKMININ, S.Pd. M.Sc.Ed. PhD.

Seminar Chair



jambi, April 3-4 2016

PROCEEDING

The 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE)

Theme : Sharing Power, Valuing Local Cultures, and Achieving Success in Education



Master's Program in Educational Management, The Graduate
School, Jambi University, Indonesia

ISBN: 978-602-74195-0-6



Ikatan
Guru
Indonesia

The 2016 Jambi International Seminar On Education (JISE)

Theme: Sharing Power, Valuing Local Cultures, and Achieving Success

'n Education

ISBN: 978-602-74195-0-6

Editors: Amirul Mukminin, Makmur, Herland Akbari Putra, Diana Oktavia, Siti Rahma Sari, Robi Hendra, Robin Pratama, Nurhadi, Harlina Harja, Nuraini, Habibi, Robi Soma, Masbirorotni

Editorial Board: Prof. Dr. Bert Creemers (Groningen University), Prof. Dr. Rahmat Murboyono (Jambi University), Hadiyanto, PhD. (Jambi University), Abdul Hadi, PhD. (UIN SUSKA RIAU), Eddy Haryanto, PhD. (Jambi University), Florante Ibarra, PhD. (Central Luzon State University), Dr. Sofyan, M.Pd. Jambi), Dairabi Kamil, PhD. (STAIN Kerinci), Dr. Suyadi, MA (Batanghari University), Sri Wachyuni. PhD. (Jambi University), Dr. Hary Soedarto (Jambi University), Dr. K.A. Rahman, M.Pd. (Jambi University), Dr. Muazza, M.Si. (Jambi University), Dr. Urip Sulistiyo, M.Ed. (Jambi University)

Publisher: Master's Program In Education Management-The Graduate School,
Jambi University, Kampus Universitas Jambi-Unja Pasar Jl. Raden Mattaher No. 16
Jambi, email: jise.jambiuniversity@gmail.com

The First Edition, April 2016

All rights reserved. No part of this proceeding may be reprinted or reproduced or
utilized in any form or by any electronic, mechanical, or other means, now known or
hereafter invented, including photocopying and recording, or any information storage
or retrieval system, without permission in writing from the publishers.

PREFACE

We are very pleased to introduce the proceedings of the 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) in Jambi, Indonesia which was held on *April 3-4, 2016*. It was the primary forum for the presentation of research results in the fields of Education. The 2016 JISE with the theme "*Sharing Power, Valuing Local Cultures, and Achieving Success in Education*" had brought professionals, researchers, policymakers, lecturers, teachers, and under/graduate students to engage and collaborate with colleagues from various institutions and outside Sumatra and Indonesia to discuss not only successful practices but also challenges faced in the area of education and to build professional networks focused on the education related research and knowledge.

The 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) tracks covered: *Educational Policy* (educational management and administration; educational leadership; language policy; multicultural education policy; teacher education policy; bilingual education policy; school leadership policy; educational technology policy) *Language and Education* (languages education and applied linguistics (ESL/TESL/TEFL); linguistics and pedagogy; multilingual societies; language arts and literature). *Educational Structures* (primary, secondary, and higher education; adult and lifelong learning; technology enhanced and distance learning; curriculum research and development; economic management of education; institutional accreditation and ranking; organizational learning and change; special education, learning difficulties, disability; student learning, learner experiences and learner diversity; distances learning; science education).

In the event, the seminar was highly successful. The 169 presented papers consisting of 63 English papers and 106 Indonesian/Malay papers maintained the high promise suggested by the written abstracts and the programme was chaired in a professional and efficient way by the session chairmen who were selected for their international standing in the subject. The proceedings consist of two parts: One consists of 63 English papers and the other one consists of 106 Indonesian/Malay papers. These Proceedings provide the permanent record of what was presented. We wish to thank the authors whose work is the body of the proceedings. Finally, it is appropriate that we record our thanks to all of the people who were involved directly and indirectly in this event.

Jambi, Indonesia

Amirul Mukminin, PhD.

The 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) Chair

Welcoming Words

Prof. Johni Najwan, SH, MHL., PhD. *Jambi University Rector*

On behalf of Jambi University, we are deeply honored to welcome you to the 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) in Jambi, Indonesia organized by The Educational Management Alumni Association and Master's Program in Education Management- the Graduate School, Jambi University in cooperation with the Government of Jambi City. The 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) tracks cover various topics such as Educational Policy (educational management and administration; educational leadership; language policy; multicultural education policy; teacher education policy; bilingual education policy; school leadership policy; educational technology policy) Language and Education (languages education and applied linguistics (ESL/TESL/TEFL); linguistics and pedagogy; multilingual societies; language arts and literature). Educational Structures (primary, secondary, and higher education; adult and lifelong learning; technology enhanced and distance learning; curriculum research and development; economic management of education; institutional accreditation and ranking; organizational learning and change; special education, learning difficulties, disability; student learning, learner experiences and learner diversity; distance learning; science education). We believe that this event not only brings professionals, researchers, policymakers, lecturers, teachers, and under/graduate students from inside and outside Indonesia, but also strengthens our future relationship to improve human and country development. Thank you.

H. Syarif Fasha, SE, ME, *the Mayor of Jambi City, Jambi, Indonesia*

Dear guests, on behalf of Jambi City, we are very privileged to welcome you to the 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) in Jambi, Indonesia organized by The Educational Management Alumni Association and Master's Program in Education Management- the Graduate School, Jambi University in cooperation with the Government of Jambi City. We hope that you will enjoy not only the seminar but also the city of Jambi and its attractiveness. Jambi City is one of the oldest cities in Sumatra, Indonesia. Jambi City is a city in Indonesia, capital of Jambi province, on the island of Sumatra. The city is a busy port on the Batang Hari River and an oil- and rubber-producing centre. The city is located 26 km from the ruins of Muaro Jambi, an important city in the ancient Sriwijaya kingdom. Jambi City was denoted as the administrative capital of the Jambi autonomic area by the Governor of Sumatra on 17 May 1946. In 1956, Jambi City was given its city status, and eventually became the capital of Jambi province on 6 January 1957. Again welcome to Jambi City and enjoy your time.

Dr. Yusrizal, MSc. PhD. *The Graduate School Director, Jambi University*

Dear professionals, researchers, professors, lecturers, teachers, and under/graduate students, our desire is to extend a gracious and inclusive welcome to all of you to the 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) in Jambi, Indonesia organized by The Educational Management Alumni Association and Master's Program in Education Management- the Graduate School, Jambi University in cooperation with the Government of Jambi City. We hope that all of you will enjoy the seminar and will take a lot of advantages from this event as its topics cover various areas in education starting from the specific ones to the general ones. Also, we hope you will enjoy the historical graduate school campus and the city of Jambi. Thank you very much.

Prof. Dr. Rahmat Murbojono, M.Pd. *The Chair of Master's Program in Education Management- the Graduate School, Jambi University*

On behalf of Master's Program in Education Management- the Graduate School, Jambi University, I wish you all a convivial welcome. We are going to have a cheery and enjoyable time together during the 2016 Jambi International Seminar on Education (JISE) in Jambi, Indonesia organized by The Educational Management Alumni Association and Master's Program in Education Management- the Graduate School, Jambi University in cooperation with the Government of Jambi City. We hope you will find interesting papers and presentations during our event. We also hope that this event is a place to start and strengthen our future relationship. Enjoy the seminar and our attractive city, Jambi.

TABLE OF CONTENTS

Preface	iii
Welcoming Words	iv
Prof. Johni Najwan, SH, MH., PhD, Jambi University Rector.....	iv
H. Syarif Fasha, SE, ME, <i>the Mayor of Jambi City, Jambi, Indonesia</i>	iv
Dr. Yusrizal, MSc. PhD. <i>The Graduate School Director, Jambi University</i>	v
Prof. Dr. Rahmat Murbojono, M.Pd. <i>The Chair of Master's Program in Education Management</i>	v
Table of contents	vi
Keynote Speakers' Profiles.....	xv
Education Matters: Intellectual, Economic, Social, Political, and Cultural Advantages, AMIRUL MUKMININ AND SANTI HENDRAYANI	xix-xxi
21 st Century Teaching and Learning Practice Among Students of Institut Pendidikan Guru Kampus Ipoh, Perak, BADRUL HISHAM BIN ALANG OSMAN (Ph.D) dan MOHD NASRUDDIN BIN BASAR (Ph.D)	1-14
Pengaruh Penerimaan terhadap Kepuasan E-pembelajaran dalam kalangan pelajar di Institut Pendidikan Guru di Sarawak, AGATHIA FRANCIS UMBIT	15-25
The Paradox of Islamic Education in Indonesia: Between Politics of Curriculum and Policy in Politics of Education, CHOIRUL MAHFUD	26-31
Bimbingan Oleh Penyelia & Guru Pembimbing Kepada Guru Pelatih Praktikum IPGKI, NORADZIMAH ABDUL MAJID, Ed. D dan HIO WEN JE	32-41
Peran Kontributor Individu Membangun Kekuatan sebagai Landasan untuk Sukses disetiap Jenjang dalam Pendidikan Mutu NELLY HERWANI, M.Pd	42-46
The Relation among Religion, Education and Social Harmony, SOEDARSO and CHOIRUL MAHFUD	47-51
Pengembangan Model Perkuliahan Tatap Muka Matakuliah Mpsi ke Model <i>Blended Learning</i> , RISWAN	52-57
Pengaruh Metode <i>Bedside Teaching</i> Dan <i>Locus of Control</i> terhadap Keterampilan Perawatan Luka Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Jambi, CEK MASNAH, M.Pd.	58-65

Optimalisasi Pembelajaran Sains Anak Usia Dini Melalui Pendekatan Saintifik. <i>YENNIZAR, N</i>	757-770
Analisis Kemampuan Menulis Teks Pidato Siswa Kelas Ix Smp Negeri 3 Pelepat Ilir Tahun Pelajaran 2015-2016, <i>ANGGIA PRATIWI, M.Pd</i>	771-782
Citra Wanita dalam Novel Indonesia Karya Wanita Ddan Pria: Suatu Analisis Perbandingan, <i>Dra. ELFA ERIYANI, M.Pd</i>	783-789
Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola, <i>SUKENDRO</i>	790-798
Membangun Kecerdasan Logika Matematika Anak Usia Dini (Aud) Melalui Sentra Balok di Paud Sekolah Al-Falah Ciracas Jakarta Timur, <i>ZUKHAIRINA</i>	799-811
Bahasa Percakapan <i>Facebook</i> ditinjau dari Aspek Variasi Bahasa, <i>ABDOEL GAFAR, S.PD., M.PD</i>	812-819
The Past and Current Issues in Reading Research. <i>RETNO WAHYU NINGSIH</i>	820-831
Hubungan Kompetensi dengan Kinerja Guru Ekonomi SMA Negeri Se-Kota Jambi, <i>DR. HJ. MUAZZA, M.SI, CHRISTARIA HUTABARAT</i>	832-839

**PENGARUH METODE LATIHAN DAN MOTIVASI BERLATIH TERHADAP
KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA**

**THE EFFECTS OF TRAINING METHODS AND TRAINING MOTIVATION TOWARD
OF FOOTBALL FUNDAMENTAL SKILLS**

Sukendro

sukendrodasar@yahoo.co.id

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari metode *blocked practice* dan *random practice* serta motivasi berlatih terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Prodi PORKES FIK UNJA, penelitian ini menggunakan treatment by level 2 x 2. Sampel terdiri dari 40 mahasiswa. Teknik analisis data adalah analisis varians dua jalur (ANAVA) dan selanjutnya dilanjutkan dengan uji Tukey pada tingkat signifikansi $\alpha = .05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1). Nilai kemampuan teknik dasar dalam sepakbola pada perlakuan metode *blocked practice* (A_1) lebih tinggi dari nilai metode *random practice* (A_2) Prodi PORKES FIK UNJA. (2). terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan (A) dan motivasi berlatih (B) terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola di sekolah Prodi PORKES FIK UNJA. (3). Nilai kemampuan teknik dasar dalam sepakbola pada perlakuan metode *blocked practice* motivasi berlatih tinggi (A_1B_1) lebih tinggi dari nilai metode *random practice* motivasi berlatih tinggi (A_2B_1) di Prodi PORKES FIK UNJA. (4). Nilai kemampuan teknik dasar dalam sepakbola pada perlakuan metode *blocked practice* motivasi berlatih rendah (A_1B_2) lebih rendah dari nilai metode *random practice* motivasi berlatih tinggi (A_2B_2) di Prodi PORKES FIK UNJA.

Catatan kunci : Metode *blocked practice* dan *random practice*, Motivasi berlatih, Teknik dasar Sepakbola.

PENDAHULUAN

Maraknya usaha pemerintah dalam mengedepankan olahraga sebagai bagian dari kegiatan sehari-hari melalui semboyan "mengolahragakan masyarakat dan memasyarakatkan olahraga," maka sudah seharusnya olahraga diberikan kepada anak-anak agar nanti tercipta masyarakat yang sadar mengenai pentingnya olahraga. Telah jelas bahwa olahraga merupakan suatu hal penting yang menjadi rutinitas setiap orang dimana sehat berolahraga merupakan tujuan dari setiap orang yang berolahraga. Salah satu olahraga yang paling mendominasi dalam kehidupan sehari-hari yaitu sepak bola yang mempunyai daya tarik besar dalam kehidupan, merupakan sarana sebagai profesional untuk menghasilkan banyak keuntungan berupa materi dan jasmani yang sehat.

Hinca mengatakan "sepak bola tidak hanya bagian dari rutinitas dan hak asasi warga negara dalam berolahraga sehari-hari tetapi sudah menjadi sebuah industri yang mengglobal (Hinca, 2013; 5)". Terlihat pada Piala Dunia 2014 di Brazil yang memberikan pelajaran besar bagaimana sepakbola mampu menghipnotis semua orang di dunia dan memutar roda ekonomi besar yang menghidupi sebuah negara. Sepakbola adalah olahraga paling populer di dunia. Sepakbola menjadi olahraga nasional di sebagian besar negara Eropa dan Amerika Latin dan di banyak negara lainnya. Jutaan orang di lebih dari 160 negara memainkan sepakbola (Andi, 2011; 1148).

Sepak bola di Indonesia saat ini merupakan olahraga yang telah memasyarakat dan digemari sampai ke pelosok penjuru Indonesia.

Penggemarnya baik laki-laki maupun perempuan bahkan sampai orang-orang tua sekalipun. Olahraga ini berkembang menjadi olahraga profesional yang cukup menjamin masa depan seorang mahasiswa. Namun prestasi sepak bola Indonesia

saat ini belum mendapatkan hasil yang patut dibanggakan, dimana sebuah Negara

akan bangga jika negaranya masuk ke dalam pertandingan final pialadunia.

Penyebab utama kegagalan pengelolaan sepakbola nasional kita kurangnya perhatian kita pada pembinaan usia dini (*grassroots*) dan usia muda (kelompok umur) dimana kompetisi yang diadakan pada pembinaan olahraga usia dini dan usia muda sangat sedikit, dapat dibayangkan bahwa keterampilan akan semakin lancar hingga menjadi otomatisasi gerak adalah dengan cara berulang-ulang dilakukan. Pembinaan terhadap pemain-pemain masa depan merupakan persoalan penting dalam pengembangan sepakbola dari Negara manapun. Permainan sepakbola yang membutuhkan banyak energi, kepintaran di dalam lapangan memacu semangat bertanding sekaligus memberikan kegembiraan melalui kebersamaan dalam sebuah tim.

Permainan sepakbola memiliki bermacam teknik dasar bermain yaitu : *passing* (mengoper), *dribbling* (menggiring) dan *shooting* (menembak). Teknik dasar merupakan *fundamental* yang harus dikuasai oleh semua mahasiswa agar dapat bermain sepak bola dengan terampil yang didasari kemampuan *multilateral* Igerak. Latihan yang perlu dikembangkan pada anak usia muda adalah kemampuan teknik dasar yang benar dengan kemampuan fisik dasar yang baik. Oleh karena itu, setiap pelatih dituntut untuk memahami tahap-tahap latihan dari aspek latihan tersebut sehingga mengetahui kapan dan berapa besar porsi latihan. Pemain yang memiliki kemampuan teknik dasar sepak bola yang baik akan mampu menggunakannya dalam berbagai situasi, sehingga memberikan kemudahan dalam menerapkan taktik, kemudian mampu menciptakan kerjasama yang baik, secara kelompok dan tim untuk meraih kemenangan.

Perkembangan sepakbola dewasa ini kita sebagai seorang pembina olahraga

mesti ikut memberikan hal yang terbaik ditengah-tengah tantangan yang dirasakan para pembina sepakbola khususnya usia muda, seluruh sekolah sepakbola yang ada perlu mengambil peran yang lebih optimal sebagai awal lahirnya pemain sepakbola. Praktis menjadi satu-satunya tempat bagi anak-anak dan remaja ingin belajar sepakbola. Hal paling utama yang perlu dilakukan adalah menyediakan latihan usia muda yang berkualitas bagi anak-anak dan remaja yang terlibat di sekolah sepakbola khususnya Prodi PORKES FIK UNJA

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen lapangan. Sebagaimana dikemukakan Sugiono bahwa, dalam penelitian ini ada perlakuan (*Treatment*), dengan demikian metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. (Sugiono, 2013: 107).

Dalam penelitian ini dilibatkan tiga variabel, yakni : (1) Variabel bebas adalah metode *blocked practice* dan metode *random practice* (2) Variabel terikat adalah kemampuan teknik dasar dalam sepak bola, dan (3) Variabel atribut yaitu motivasi berlatih. Desain penelitian atau rancangan penelitian adalah rencana dan struktur penyelidikan yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti akan memperoleh jawaban untuk pertanyaan-pertanyaan penelitiannya.

Desain penelitian ini menggunakan rancangan treatment by level 2 x 2. Rancangan treatment adalah unit-unit eksperimen ke dalam sel sedemikian rupa secara acak, sehingga unit-unit eksperimen dalam setiap sel relatif bersifat homogen. Secara visual desain penelitian ini dapat di gambarkan sebagai berikut :

Tabl : Rancangan treatment by level 2 x 2

Metode Latihan (A)	<i>Blocked Practice</i>	<i>Random Practice</i>
Motivasi	(A1)	(A2)
Berlatih (B)		
Tinggi (B1)	A1B1	A2B1
Rendah (B2)	A1B2	A2B2
Total		

Populasi yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah sekolah sepakbolagaruda muda *Under 15* Tahun Kota Baturaja. Adapun untuk sampel penelitian yaitu seluruh populasi terjangkau 48 orang dengan Nomogram Harry King sampel 48 orang x 84% = 40,3 yang menjadi sampel 40 orang.

Teknik Pengumpulan Data

Kemampuan Teknik Dasar Dalam Sepakbola

a. Definisi Konseptual

Kemampuan teknik dasar sepakbola merupakan salah satu “pondasi” bagi seseorang untuk bermain sepakbola dengan baik dan benar

b. Definisi Operasional

Kemampuan teknik dasar sepakbola secara operasional adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan dalam menguasai sepakbola agar dapat bermain sepakbola yang baik dan benar. Definisi operasional dalam penelitian ini mengukur instrumen kemampuan teknik dasar *dribbling*, *passing* dan *shooting* sepakbola.

c. Alat-alat Pengumpul Data

1) bola, 2) pluit, 3) cones, kerucut, 4) tali rafia, 5) paku, 6) lapangan bola, 7) stopwatch, 8) alat ukur meter dan 9) alat tulis dan format tes.

d. Petugas Tes Terdiri dari :

Empat orang pelatih, satu sebagai kepala pelatih, dan tiga orang diantaranya asisten pelatih

e. Pengumpulan Data Motivasi Berlatih

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1	Saya dapat meraih prestasi jika berlatih keras.					
2	Untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar, saya latihan dengan teratur dan rutin.					
3	Pengulangan gerak yang banyak dapat mempercepat penguasaan teknik dasar sepakbola saya.					
4	Saya hanya berlatih pada jadwal yang ditentukan.					
5	Saya tidak mengeluarkan kemampuan maksimal pada saat latihan.					
6	Saya harus bersungguh-sungguh dalam memperhatikan petunjuk latihan.					
7	Saya harus berkonsentrasi penuh dalam mengikuti latihan					

Untuk menganalisa data yang terkumpul, digunakan teknik analisis varians (ANOVA) dua arah pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ Persyaratan yang diperlukan dalam analisis varians adalah uji normalitas dan homogenitas. Uji normalitas menggunakan uji Lillefors. Sedangkan untuk uji homogenitas menggunakan uji Bartlet. Apabila terdapat interaksi akan dilanjutkan dengan uji Tukey.

Dalam penelitian ini motivasi berlatih dioperasikan menjadi 2 (dua) katagori, yaitu motivasi tinggi dan motivasi rendah. Motivasi berlatih diharapkan dapat memberikan interaksi dengan variabel-variabel lainnya terhadap

peningkatankemampuan teknik
dasarmahasiswaProdi PORKES.

Pelaksanaan Tes:

Mahasiswa akan mengisi lembar angket yang berisi 37 soal secara bersama-sama di daerah lapangan latihan.

Cara Penilaian:

Nilai terdiri atas 5 bagian

Jenis Tes : Motivasi berlatih

HASIL PENELITIAN

1. Nilai kemampuan teknik dasar dalam sepakbola pada perlakuanmetode *blocked practice* (A1) lebih tinggi dari nilaimetode *random practice* (A2)di Prodi PORKES

Berdasarkan hasil analisis varian (ANOVA) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$, didapat $F_0 = 13,8686$ dan $F_1 = 4,085$. Dengan demikian $F_0 > F_1$, sehingga H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan, terdapat perbedaan yang nyata antara metode *blocked practice* dan distribusi terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola. Nilai metode *blocked practice* ($\bar{X} = 51,801$; $SD = 7,135$) lebih tinggi dari nilai metode *random practice* ($\bar{X} = 48,198$; $SD = 5,514$).

Kemampuan teknik dasar dalam sepakbolamerupakan salah satu pola gerak dasar yang sangat penting pada sepakbola. Untuk itu dibutuhkan metode latihan yang cocok di dalam melatih sepakbola. Dalam penelitian ini diterapkan dua metode latihan, yakni metode *blocked practice* dan *random practice* dengan tujuan untuk melihat metode mana yang memiliki nilai lebih tinggi dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola. Kedua metode latihan ini mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbolayang mana motivasi berlatihjuga sangat menunjang untuk mendapatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbolayang baik, akan tetapi masing-

masing metode latihan tersebut memiliki perbedaan dalam segi hasilnya.

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, maka dapat direkomendasikan bahwa metode *blocked practice* lebih cocok diterapkan dalam meningkatkankemampuan teknik dasar dalam sepakbola.

2. Terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan dan motivasi berlatihterhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakboladi Prodi PORKES

Hasil analisis varians 2×2 , tentanginteraksi antara metode latihan dan motivasi berlatihterhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola menunjukkan interaksi antara metode latihan dan motivasi terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbolaterlihat pada harga hitung F_0 interaksi (FAB) = 5,1964 dan $F_1 = 4,085$. Tampak bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat interaksi antara metode latihan dan motivasi berlatihterhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola.

Hal ini didapat setelah penghitungan dan kenyataan di lapangan dimana motivasi berlatih memiliki peran yang bisa mempengaruhi hasil dari kedua metode latihan. Hal ini diperkuat oleh hasil uji lanjut yang membedakan antara metode *blocked practice* dengan motivasi berlatih tinggi juga motivasi berlatih rendah dan metode *random practice* dengan motivasi tinggi juga motivasi berlatih rendah. Keefektifan nilai metode *blocked practice* dengan motivasi berlatih tinggi lebih tinggi secara nyata terlihat hasilnya pada nilai kemampuan teknik dasar mahasiswa. Kita bandingkan dengan metode *random practice* dengan motivasi berlatih rendah dapat menghasilkan nilai yang tidak bisa diduga karena bisa lebih tinggi dari nilai metode *blocked practice* motivasi rendah. Metode *random practice* dan metode *blocked practice* keduanya sama-sama memberikan keefektifan hasil terhadap kemampuan teknik dasar dalam

sepakbola hanya saja pada kedua metode ini saling memberi pengaruh dengan keadaan mahasiswa masing-masing.

Kita dapat menyimpulkan bahwa bagi mahasiswa yang memiliki motivasi berlatih tinggi jika ingin meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola secara terstruktur dengan tingkat satu persatu penguasaan maka hendaknya dilatih dengan menggunakan metode *blocked practice*, sebaliknya bagi mahasiswa yang memiliki motivasi berlatih rendah jika ingin meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola dapat menggunakan kedua metode *random practice* maupun metode *blocked practice*.

3. Nilai kemampuan teknik dasar dalam sepakbola pada perlakuan metode *blocked practice* motivasi berlatih tinggi (A_1B_1) lebih tinggi dari nilai metode *random practice* motivasi berlatih tinggi (A_2B_1) di Prodi PORKES

Perbedaan nilai kelompok motivasi berlatih tinggi dengan metode *blocked practice* (P_3) dibanding dengan kelompok motivasi berlatih tinggi dengan metode *random practice* (P_4), diperoleh $Q_3 = 11,487$ dan $Q_4 = 3,89$. Dengan demikian Q_3 lebih besar dari Q_4 , sehingga H_0 ditolak. Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi dengan menggunakan metode *blocked practice* ($X = 51,801$; $SD = 7,135$) lebih tinggi dari metode *random practice* ($X = 48,198$; $SD = 5,514$).

Kedua metode ini mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola, tetapi masing-masing memiliki perbedaan dalam segi hasilnya. Bagi mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi hal yang demikian justru akan dapat mengembangkan kemampuannya terhadap pencapaian peningkatan kemampuan teknik dasar, karena mereka lebih tertarik untuk melakukan yang lebih jauh dan secara

tersusun peningkatan terhadap satu persatu teknik dasar yang dilaksanakan.

Nilai yang menjelaskan bahwa metode *blocked practice* dalam pelaksanaannya dengan cara pengulangan latihan yang sama dengan tujuan untuk meningkatkan atau menguasai satu persatu teknik dasar yang akan dilatih maka akan mencapai satu kemampuan teknik dasar yang benar-benar bisa dikuasai dalam pelaksanaannya. Metode *random practice* dalam pelaksanaannya, menekankan pada variasi yang berbeda dimana tidak terfokus pada satu persatu kemampuan dengan bergantian melatih teknik dasar ketiganya dalam satu latihan. Mahasiswa yang melakukan metode *random practice* tidak dipengaruhi oleh satu fokus teknik dalam penguasaan tetapi secara bersama mencerna teknik dasar yang diberikan dalam satu latihan.

Bagi mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi, latihan tersebut merupakan kegiatan yang biasa serta tidak mempunyai tantangan yang tinggi apabila hanya dilakukan dalam satu latihan yang memiliki waktu singkat dengan tugas gerak yang berbeda-beda, karena menurutnya latihan tersebut tidak memiliki satu tujuan pencapaian dari ke tiga teknik dasar dan ini sederhana seperti biasa yang didapatkan di setiap latihan yang ada di setiap sekolah sepakbola sehingga tidak menimbulkan kemampuan yang tinggi pada salah satu teknik ataupun ketiganya serta unsur kompetisi sangat kecil dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola, dengan demikian hasil yang akan dicapai juga tidak seperti yang diharapkan. Dengan kata lain, berlatih dengan penerapan metode latihan *random practice* bagi mahasiswa yang memiliki motivasi tinggi kurang menimbulkan semangat menguasai teknik dasar.

Nilai $\mu_{A_1B_1} > \mu_{A_2B_1}$ sehingga H_0 ditolak. Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, maka dapat direkomendasikan bahwa bagi mahasiswa yang memiliki motivasi berlatih tinggi, metode *blocked practice* lebih cocok diterapkan dalam

meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola

4. Nilai kemampuan teknik dasar dalam sepakbola pada perlakuan metode *blocked practice* motivasi berlatih rendah (A_1B_2) lebih rendah dari nilai metode *random practice* motivasi berlatih tinggi (A_2B_2) di Prodi PORKES

Nilai kelompok motivasi berlatih rendah dengan metode *blocked practice* (P_5) lebih rendah dibanding kelompok motivasi berlatih rendah dengan metode *random practice* (P_6) diperoleh hasil, $Q_0 = -2,369$ dan $Q_1 = 3,89$. Artinya, data tersebut tidak ada alasan untuk menerima H_0 , sehingga dapat ditafsirkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan *dribbling* dalam sepakbola metode *blocked practice* dan *random practice* dengan motivasi rendah dan nilai metode *blocked practice* motivasi berlatih rendah lebih rendah dari nilai teknik dasar dalam sepakbola metode *random practice* motivasi berlatih rendah di sekolah sepakbola garuda muda.

Dikatakan bahwa kedua metode latihan ini mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola, tetapi masing-masing memiliki perbedaan dalam segi pelaksanaannya. Metode *blocked practice* dalam pelaksanaannya, dengan cara pengulangan latihan dengan tujuan untuk meningkatkan atau menguasai teknik dasar yang akan dilatih, sedangkan metode *random practice* dalam pelaksanaannya, menekankan pada mencari pemecah suatu masalah dan mengambil keputusan yang tidak terlalu sulit atau mudah.

Bagi mahasiswa yang memiliki motivasi rendah, latihan seperti ini merupakan kegiatan yang sangat disenangi, karena menurutnya latihan tersebut gerakan-gerakannya bergantian dalam satu latihan tidak hanya pada satu fokus gerakan sehingga bergerak tanpa adanya batasan membuat mahasiswa semakin leluasa dengan hal tersebut. Dengan kata

lain, berlatih dengan penerapan metode *random practice* bagi mahasiswa yang memiliki motivasi rendah lebih merangsang timbulnya gairah untuk mencapai tingkat otomatisasi gerakan. Sedangkan berlatih dengan penerapan metode *blocked practice* mahasiswa yang memiliki motivasi rendah, kurang merangsang timbulnya gairah serta semangat dalam usaha pencapaian gerakan kemampuan teknik dasar dan memberikan pembatasan gerak dalam sebuah latihan sepakbola. Artinya, data tersebut tidak ada alasan untuk menerima H_0 , sehingga dapat ditafsirkan bahwa terdapat perbedaan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola metode *blocked practice* dan *random practice* dengan motivasi rendah.

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, maka bagi mahasiswa yang memiliki motivasi rendah, kedua metode latihan cocok diterapkan dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar dalam sepakbola.

KESIMPULAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang melibatkan variabel bebas, yaitu metode *blocked practice* dan metode *random practice* dan motivasi berlatih, sedangkan sebagai variabel terikatnya adalah kemampuan teknik dasar dalam sepakbola pada mahasiswa Prodi PORKES.

Berdasarkan hasil analisis data, hasil pengujian hipotesis dan hasil pembahasan penelitian yang telah diperoleh maka dapat dijelaskan beberapa kesimpulan, implikasi penelitian dan saran sebagai berikut:

1. Metode *blocked practice* memiliki pengaruh yang lebih tinggi nilainya dari metode *random practice* terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola di Prodi PORKES.
2. Terdapat interaksi antara metode *blocked practice* dan metode *random practice* dan motivasi berlatih terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola di Prodi PORKES.

3. Metode *blocked practice* motivasi berlatih tinggi memiliki pengaruh yang lebih tinggi nilainya dari metode *random practice* motivasi berlatih tinggi terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakbola di Prodi Porkes
4. Metode *blocked practice* motivasi berlatih rendah memiliki pengaruh yang lebih rendah dari metode *random practice* motivasi berlatih rendah terhadap kemampuan teknik dasar dalam sepakboladi Prodi Porkes

DAFTAR PUSTAKA

- Abus, Emral. *Pengembangan Model Latihan Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Siswa SSB PSTS Padang*. Jakarta: PPs. UNJ. 2013
- Ardi, David. *Pengaruh Gaya Mengajar dan Motivasi Terhadap Keterampilan Sepakbola SSB Muspan Padang*. Padang : PPs UNP. 2014
- Al-Hadiqie, Zidane Muhdhor. *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional*. Jakarta: Kata Pena. 2013
- Bangsbo, Jens. *Fitness Training in Soccer A Scientific Approach*. Michigan: Reeds wain Publishing. 2003
- Bompa, Tudor O. *Periodization Theory and Methodology of Training*. USA: Human Kinetics. 2009
- Cook, Malcolm. *101 Drills Sepakbola Untuk Pemain Muda Usia 12-16 Tahun*. Jakarta: PT. Indeks. 2013
- Costas I Carageorghis. *Inside Sport Psychology*. Canada: Human Kinetics. 2011
- Google.
<http://rinawssuriyani.blogspot.com/2013/04/pengertian-metode-dan-metodologi.html> (diakses 29 Oktober 2014)
- Husdarta. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta. 2010
- Jarvis, Matt. *Sport Psychology: A Student's Handbook*. New York: Routledge. 2006
- Kadir. *Statistik Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial dilengkapi dengan Output Program SPSS*. Jakarta: Rosemata Sampurna. 2010
- Koger, Robert. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: PT Saka Mitra Kompetensi. 2007
- Lubis, Johansyah. *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2013
- Luxbacher, Joseph A. *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2011
- Mahendra. *Teori Belajar Mengajar Motorik*. Bandung: FPOK. 2007
- Mielke, Danny. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya. 2007
- Mulya, Andi. *Ensiklopedia Olahraga Indonesia*. Bandung: Angkasa. 2011
- Muhammad Zein. *Peraturan Permainan (Laws of The Game FIFA) 2009/2010*. Jakarta: PSSI. 2009
- Panjaitan, Hince IP. *Kedaulatan Negara vs Kedaulatan FIFA*. Jakarta: Gramedia. 2010
- Program PPs UNJ. *Buku Pedoman Penulisan Tesis dan Disertasi*. Jakarta: PPs UNJ. 2012
- Scheunemann, Timo. *Dasar Sepakbola Modern*. Malang: Dioma. 2008

- Schmidt, Richard A. *Motor Learning and performances*. Illion: Human Kinetic. 2011
- Sugarwanto. *Metode Latihan Random Practice dan Blocked Practice Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Sepaktakraw Siswa SMP Negeri 1 Keluang*. Padang: PPs. UNP. 2014
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2010
- Suharno. *Metodologi Pelatihan*. Jakarta: KONI Pusat. 2010
- Suhartini, B. *Pemulihan Kontrol Motorik Penderita Stroke dengan Motor Learning Programe*. Yogyakarta: FIK UNY. 2008
- Sukadiyanto. *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik* Yogyakarta: FIK UNY. 2011
- Sukirno. *Psikologi Olahraga dan Kepeleatihan*. Palembang: Dramata. 2012
- Syafruddin. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga (Teori dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga)*. Padang: UNP Press. 2011
- Syahrastani. *Psikologi Olahraga*. Padang: Wineka Media. 2010
- Tangkudung, James. *Kepeleatihan Olahraga "Pembinaan Prestasi Olahraga"*. Jakarta, Cerdas Jaya. 2012
- Uno, Hamzah B. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara. 2008
- Widiastuti. *Tes Pengukuran Olahraga*. (Jakarta: Bumi Timur Jaya). 2011