



 <http://dx.doi.org/10.25157/jkor.v9i3.20292>

Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Target Permainan Terhadap Hasil *Passing* Sepakbola

Mohamad Rizqi Aprianto¹, Sri Maryati², Ruli Sugiawardana³, Dede Iman Suhendra⁴
Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Galuh, Ciamis, Indonesia

Email: mohamadrizqiaprianto@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of the research that the author proposes is to determine whether there is a significant influence of passing training using game targets on football passing results at SMK Galuh Rahayu. The research method used in this study is pre-experimental designs, This research design uses a one-group pretest-posttest design. The population in this study were students who took extracurricular activities totaling 20 children. The sample in this study was 20 students. Based on the results of the paired t-test, it can be concluded that: Sig. Value (2-tailed): 0.000, which is smaller than 0.05. Decision: Because the probability (0.000) < 0.05, then Ho is rejected and Ha is accepted. The conclusion is that there is a significant influence of passing training using game targets on football passing results at SMK Galuh Rahuya, meaning that passing training using game targets is effective in improving football passing results. Based on the results of the research and hypothesis testing, it can be concluded that: "There is a significant influence of passing training using game targets on football passing results at SMK Galuh Rahayu."

Keywords: Soccer passing, Passing practice using game targets.

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian yang penulis ajukan yaitu untuk mengetahui apakah apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* menggunakan target permainan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental designs*, Desain penelitian ini menggunakan desain *one groups pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler yang berjumlah 20 anak. Sampel dalam penelitian ini adalah 20 siswa. Berdasarkan hasil uji *t-paired*, dapat disimpulkan bahwa: Nilai Sig. (2-tailed): 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Keputusan: Karena probabilitas (0,000) < 0,05, maka Ho ditolak dan Ha diterima. Kesimpulan terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* menggunakan target permainan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahuya, artinya latihan *passing* menggunakan target permainan efektif dalam meningkatkan hasil *passing* sepakbola. Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis, dapat disimpulkan bahwa: "Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* menggunakan target permainan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu."

Kata Kunci: *Passing* sepakbola, Latihan *passing* menggunakan target permainan

Cara sitasi:

Aprianto M. R. dkk (2023) Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Target Permainan Terhadap Hasil *Passing* Sepakbola. Jurnal Keolahragaan, 9(3), 237-241

Sejarah Artikel:

Dikirim Oktober 2023, Direvisi Oktober 2023, Diterima Desember 2023.

PENDAHULUAN

Pembinaan sejak dini dapat meningkatkan kemampuan fisik, keterampilan teknik dan mental dalam bermain sepakbola, dapat dibayangkan dalam satu sesi permainan sepakbola berapa kali rata-rata seseorang pemain menendang bola 15-20 kali saja, serta seorang yang lebih berbakat semakin menonjol bagus dan bagi yang kurang berbakat malah semakin tertinggal. Gerakan pemain sepakbola kita perhatikan, lompatan, *sprint*, lompatan tinggi, sundulan, menendang yang dilakukan, serta penjaga gawang yang terpenting untuk menangkap bola. Gerakan-gerakan ini seluruhnya tersusun dalam pola gerakan yang harus dimiliki pemain untuk menjalankan tugasnya bermain sepakbola. Menurut Betty (2014:35) menyatakan bahwa: “Teknik dasar sepakbola terdiri dari teknik dasar tanpa bola dan teknik dasar dengan bola, teknik dasar tanpa bola atau *bodywork* atau teknik tubuh adalah cara pemain mengontrol gerakan tubuhnya dalam permainan, di antaranya yaitu cara berlari, melompat, dan cara mengontrol dan menguasai gerak tubuh.”

Menurut Santoso (2014:65) mengemukakan bahwa: “Teknik bola adalah cara menguasai bola dengan berbagai bagian tubuh seperti teknik menendang, menerima bola, *dribbling*, permainan bola, penguasaan bola, menangkap bola, lemparan ke dalam dan teknik penjaga gawang.” Teknik dasar yang dipelajari ketika kegiatan ekstrakurikuler meliputi, teknik dasar *passing*, *dribbling*, *shooting* serta *heading*. Berdasarkan hasil wawancara di SMK Galuh Rahayu terkait kegiatan ekstrakurikuler bahwa teknik dasar *passing* adalah teknik dasar yang masih sulit untuk dipahami oleh siswa. Kegiatan ekstrakurikuler belum sepenuhnya optimal, disebabkan dari segi teknik dasar terdapat beberapa teknik yang masih kurang dikuasai siswa, antara lain *passing*, *dribbling*, *shooting*, dan taktik permainan.

Pola latihan yang digunakan adalah instruksi langsung berdasarkan dari pembina lalu diikuti oleh siswa, namun cara yang digunakan masih kurang memotivasi siswa untuk aktif, terbukti dari beberapa fakta yang terjadi saat kegiatan ekstrakurikuler seperti sebagian siswa ada yang tidak memperhatikan saat guru memberikan penjelasan pola latihan. Beberapa siswa masih kurang serius saat mendapat bimbingan lalu hilang semangat ketika ditugaskan untuk mempraktikkan pola latihan. Kemampuan *passing* siswa ketika mengikuti ekstrakurikuler sepakbola tentu saja berdampak pada pertandingan contohnya masih seringkali kita jumpai seorang pemain kemampuan *passing*nya yang kurang baik, tentu menjadi sia-sia waktu seorang pemain hilang bola sebab *passing* yang buruk seperti antar *passing* tidak seksama kepada rekan setim pun.

Passing tidak akurat pada arah lari tim atau *passing* pada kaki rekan tim yang sangat jelek, dalam sepakbola tim akan lebih menguasai jalannya permainan ketika para pemain mampu mengoper bola ke rekannya dengan tingkat dominasi bola yang tinggi tentunya sangat memperbesar peluang untuk memenangkan pertandingan. Para pemain wajib menyadari betapa pentingnya memiliki *passing* yang baik. Wawancara dengan guru pembina tersebut memberi peneliti bekal untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar bermain sepakbola, terutama *passing*. Hasil wawancara dengan guru pembina masalah ekstrakurikuler berkenaan dengan sarana dan prasarana, lalu jumlah bola yang disediakan 4 buah, *cone* 6 buah belum cukup dan rompi pembeda.

Menyelesaikan masalah tersebut, pelatih harus dapat menciptakan suasana latihan yang dapat menyulutkan pemain sehingga dapat mengontrol dan menguasai teknis *passing*. Maka dari itu, pelatih membutuhkan suatu bentuk latihan yang dapat menyulutkan pemain dalam penguasaan teknik *passing*. Diharapkan metode pembelajaran dan latihan yang inovatif dapat meningkatkan kemampuan *passing* siswa dalam pembelajaran sepakbola. Teknik dasar *passing* dapat dilakukan dengan berbagai cara, namun siswa membutuhkan cara yang menarik dan mudah dipahami seperti *passing* berhadapan, *passing* melalui terowongan, *passing* merobohkan botol bekas minuman, operan melewati holahop merupakan pola latihan teknik

dasar *passing* yang telah dimodifikasi, sehingga pola latihan ini dapat digunakan dalam pembelajaran sepakbola dan diharapkan dapat meningkatkan teknik dasar *passing*.

Berdasarkan uraian di atas di atas penulis melakukan penelitian ini untuk membuktikan apakah latihan *passing* menggunakan target permainan mempunyai pengaruh dalam peningkatan hasil *passing* sepakbola pemain sepakbola dengan judul: “Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Target Permainan Terhadap Hasil *Passing* Sepakbola.”

METODE PENELITIAN

Penulis menggunakan metode eksperimen yaitu *pre-experimental designs*. Menurut Sugiyono (2017:109) menjelaskan: “*Pre- experimental designs* belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuk-nya variabel dependen. Hal ini terjadi, karena tidak adanya variabel kontrol.” Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one groups pretest-posttest design*. populasi dalam penelitian ini adalah terdiri dari siswa yang mengikuti ekstrakurikuler yang berjumlah 20 anak. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 anak yang merupakan siswa usia 15-16 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler.

Intrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan teknik dasar *passing* ini berasal dari Norbert Rogalski G. dan Ernst Degel. Menurut Ghufron (2014:40) mengemukakan bahwa: “Intrumen ini memiliki validitas 0.744 dan reliabilitas 0.888.” Tendang bola dari kaki bagian dalam, bola diam terletak di tanah, ancang-ancang bola dengan kaki bagian dalam, tendangan dengan kaki bagian dalam harus menendang bola kearah sasaran dengan lebar satu meter, jarak tempat menendang bola dengan sasaran sekitar 10 meter, dan lebar gawang satu meter.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data penelitian meliputi data *pre-test* dan *post-test* dari eksperimen yang dilakukan. Bagian ini akan menyajikan data penelitian berupa data *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen latihan *passing* menggunakan target permainan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu. Berikut ini tabel peningkatan *pre-test* dan *post-test* pada *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu, yakni:

Tabel 1 Peningkatan Pre-Test dan Post-Test

No	Interval	Pre-Test		Post-Test		Kategori
		F	%	F	%	
1	0-3	7	35	0	0	Kurang
2	4-7	13	65	15	75	Sedang
3	8-10	0	0	5	25	Baik
Jumlah		20	100	20	100	

Perubahan distribusi skor *post-test* dapat menunjukkan bahwa intervensi atau program yang diberikan efektif dalam meningkatkan hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu. Uji normalitas dapat membantu peneliti menentukan apakah data yang diperoleh dapat dianalisis menggunakan metode statistik parametrik atau non-parametrik. Uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data

No.	Variabel	Statistik	df	Signifikansi
1	<i>Pre-test</i>	0,182	20	0,080
2	<i>Post-test</i>	0,182	20	0,080

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji normalitas menggunakan analisis *kolmogorov-smirnov* menunjukkan bahwa:

- *Pre-test* : Nilai signifikansi adalah 0,080, yang lebih besar dari 0,05, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data *pre-test* berdistribusi normal.
- *Post-test* : Nilai signifikansi juga adalah 0,080, yang lebih besar dari 0,05, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data *post-test* berdistribusi normal.

Kedua variabel (*pre-test* dan *post-test*) memiliki distribusi normal, sehingga analisis statistik parametrik dapat digunakan untuk menganalisis data ini. Menggunakan hasil uji homogenitas, kita dapat menentukan apakah asumsi homogenitas variansi terpenuhi atau tidak, yang penting dalam melakukan analisis statistik lanjutan. Silakan lanjutkan dengan hasil uji homogenitas yang ingin Anda analisis.

Tabel 3 Hasil Uji Homogenitas Data

Kelompok	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Ket.
<i>Pretest – Posttest</i>	0,761	3	15	0,533	Homogen

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji homogenitas menggunakan statistik Levene menunjukkan bahwa: Nilai signifikansi (0,533) lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data homogen, artinya variansi data *pretest* dan *posttest* tidak berbeda secara signifikan, sehingga asumsi homogenitas variansi terpenuhi. Kesimpulan yang dapat diambil yaitu data *pre-test* dan *post-test* memiliki populasi yang homogen, dengan demikian latihan *passing* menggunakan target permainan dapat meningkatkan hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu siswa secara signifikan. Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* menggunakan target permainan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu siswa. Uji hipotesis ini menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS, dan hasil analisisnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4 Uji-t Paired Samples Test

		Paired Differences						
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		T	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper		
Pair 1	<i>pretest - posttest</i>	-2.400	.883	.197	-2.813	-1.987	-12.161	.000

Berdasarkan hasil uji *t-paired*, dapat disimpulkan bahwa:

- Nilai Sig. (2-tailed): 0,000, yang lebih kecil dari 0,05.
- Keputusan: Karena probabilitas (0,000) < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Kesimpulan terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* menggunakan target permainan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahuya, artinya latihan *passing* menggunakan target permainan efektif dalam meningkatkan hasil *passing* sepakbola.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* menggunakan target permainan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu. Data penelitian yang berdistribusi normal dan homogen menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *passing* sepakbola sebelum dan setelah menggunakan metode latihan ini. Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebelum latihan (*pre-test*), kemampuan *passing* siswa sebagian besar berada pada kategori sedang (65%) dan kurang (35%), tanpa adanya siswa yang mencapai kategori baik, namun, setelah latihan (*post-test*),

terjadi peningkatan kemampuan siswa, dengan 75% siswa berada pada kategori sedang dan 25% siswa mencapai kategori baik, serta tidak ada lagi siswa yang berada pada kategori kurang.

Dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* menggunakan target permainan efektif dalam meningkatkan hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu. Meskipun belum semua siswa mencapai kemampuan *passing* dalam kategori baik, namun dengan latihan yang tepat dan intensitas yang sesuai, sangat memungkinkan siswa untuk mencapai kemampuan *passing* yang lebih baik di masa depan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis, dapat disimpulkan bahwa: "Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* menggunakan target permainan terhadap hasil *passing* sepakbola di SMK Galuh Rahayu."

REKOMENDASI

Hasil data ini dapat dijadikan tolok ukur pada penelitian selanjutnya, metode latihan *passing* menggunakan target permainan dapat digunakan untuk peningkatan hasil *passing* sepakbola karena terbukti dalam penelitian ini memberikan pengaruh yang meningkat untuk siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Badriah, Dewi Laelatul. 2011. Fisiologi Olahraga dalam Perspektif Teoretis dan Praktik. Bandung: Pustaka Ramadhan.
- Betty, E. 2014. Latihan Metode Baru Sepakbola Serangan. Bandung: CV. Pionir Jaya.
- Ghufron, A., Zuchdi, D Syamsi, K., Masruri, & Siasah, M. 2014. Pemetaan Implementasi Pendidikan Karakter Di SD, SMP, SMA. Pendidikan Karakter, 1, 1–10.
- Luxbacher, Joseph A. 2004. Sepak Bola: Langkah-langkah Menuju Sukses. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- _____. 2011. Sepak Bola. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- _____. 2012. Sepak Bola. Jakarta: Rajawali Pers.
- Mielke, Danny. 2004. Dasar-Dasar Sepak Bola. Jakarta: Pakar Raya.
- Santoso, N. 2014. Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa PJKR B Angkatan 2013. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 10(2), 40–48.
- Scheunemann, Timo. 2005. Dasar sepak bola modern. Malang: Diona. Malang.
- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.