

PENGARUH LATIHAN *PASSING* MENGGUNAKAN TARGET TERHADAP KETEPATAN *PASSING* KAKI BAGIAN DALAM PADA PEMAIN SSB BOCIL JAYALOKA 2021

Citra Agus Sanjaya
Universitas PGRI Silampari
Unpari.ac.id

ABSTRAK

Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Target Terhadap Ketepatan *Passing* Kaki Bagian Pada Dalam Pemain SSB Bocil Jayaloka 2021. Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi yang penulis temui di lapangan ternyata ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada pemain SSB Bocil Jayaloka 2021 masih rendah. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya ketepatan *passing* kaki bagian dalam, di antara nya belum adanya latihan Menggunakan target terprogram yang dilaksanakan secara rutin. Jenis penelitian ini True Experimental Design (eksperimen yang murni) dengan populasi sebanyak 30 orang yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing berjumlah 15 orang. Teknik penarikan sampel pada penelitian ini menggunakan sampel jenuh yang berjumlah 30 orang. Perlakuan dalam penelitian ini berupa program latihan *passing* menggunakan target selama 12 kali pertemuan dengan frekuensi 3 kali dalam seminggu dan menggunakan tes ketepatan *passing* untuk mengetahui ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada pemain SSB Bocil Jayaloka. Teknik analisis data dalam penelitian ini di olah dengan memakai SPSS 26 dengan uji t terikat. Berdasarkan hasil penelitian yang di laksanakan dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* target dapat meningkatkan ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada pemain SSB Bocil Jayaloka 2021.

Kata Kunci: Ketepatan *Passing*, *Passing* Target, *Passing* Berpasangan

ABSTRACT

The purpose of the study was to determine the effect of passing practice using targets on the accuracy of inner foot passing in SSB players Bocil Jayaloka 2021. The problem in this study started from observations that the authors encountered in the field, it turned out that the accuracy of inner foot passing on SSB players Bocil Jayaloka 2021 was still low. Many factors cause the low accuracy of the inner foot passing, including the absence of training using programmed targets that are carried out regularly. This type of research is True Experimental Design (pure experiment) with a population of 30 people divided into an experimental group and a control group of 15 people each. The sampling technique in this study used a saturated sample of 30 people. The treatment in this study was in the form of a passing training program using a target for 12 meetings with a frequency of 3 times a week and using a passing accuracy test to determine the accuracy of the inner foot passing of the Bocil Jayaloka SSB players. The data analysis technique in this study was processed using SPSS 26 with a sample t test. Based on the results of the research carried out, it can be concluded that target passing exercises can improve the accuracy of inner foot passing on SSB Bocil Jayaloka 2021 players.

Keywords: *Accuracy of passing, Passing in Pairs, Passing Target*

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri atas 11 orang orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing tim berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukksan bola lawan, sesuai dengan FIFA *law of the game*. Permainan sepakbola terus mengalami perubahan dan perkembangan baik dari segi peraturan, teknologi atau fasilitas yang menyangkut lancarnya salah satu pertandingan yang tidak kalah pentingnya sekarang ini terus dikembangkan dan ditingkatkan adalah teknik, taktik, dan strategi yang diterapkan para pemain maupun pelatih dalam menghadapi suatu pertandingan. Semua ditunjukkan agar permainan sepakbola ini lebih indah dan menarik untuk ditonton.

Teknik *passing* merupakan elemen yang sangat penting bagi pemain sepakbola. Untuk menguasai arena permainan, dibutuhkan ketepatan *passing* yang baik. Untuk menguasai teknik *passing* yang baik, pemain harus memiliki kemampuan akurasi bola yang baik saat *passing* bola, dan semua ini merupakan bagian dari koordinasi *feeling* dan gerak tubuh saat *passing* bola. Saat melakukan *passing* kepada teman, pemain perlu konsentrasi saat melakukan gerakan *passing* untuk menipu agar bisa mengoper bola dengan tepat tanpa pemain lawan sadari. Salah satu keterampilan dalam permainan sepakbola adalah *passing* bola, tetapi dalam permainan sepakbola modern saat ini jarang terjadi karena sifat permainan sepakbola saat ini membuat sulit untuk menerapkan ketepatan *passing* kaki bagian dalam. Meskipun ketepatan *passing* bola merupakan aspek penting dalam sepakbola.

Passing adalah faktor utama dalam permainan sepakbola. Karena 90% permainan sepakbola di isi oleh *passing*. Untuk, itu seorang pemain harus menguasai teknik *passing* dengan baik. Pengaturan langkah yang tepat bertujuan agar bola bisa digulirkan dengan sempurna dan terukur sehingga memudahkan rekan pemain lain untuk menerimanya dengan baik. Hal yang sering terjadi, pemain melakukan umpan untuk tendangan tanpa mengontrol terlebih dahulu atau menghentikan bola, tetapi langsung menendangnya. Dengan *passing* yang tepat dan akurat maka dalam mengoper bola kepada teman akan mudah diterima dan di kuasai, sehingga bola tidak mudah hilang atau direbut lawan. Kemampuan *passing* yang baik dengan sedikit kesalahan bisa membuat suatu permainan menjadi semakin menarik untuk di tonton

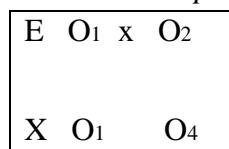
METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode eksperimen. Metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh treatment/perlakuan tertentu (Sugiyono, 2010:11). Dengan perlakuan yang diberikan terlihat hubungan sebab akibat sebagai pengaruh pelaksanaan latihan di dalam proses pemberian treatment berupa metode latihan *Passing* dan target dalam bentuk 1 vs 3 dan Latihan Kucing-kucingan Target. Desain ini dilakukan tes sebanyak 2

kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen (Arikunto, 2010:124). Perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* ini diasumsikan merupakan efek dari treatment/eksperimen. Sehingga hasil dari perlakuan diharapkan dapat diketahui lebih akurat karena terdapat perbandingan antara keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

Desain penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *pretest* dan *posttest control group design*. dalam penelitian ini terdapat 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol kemudian diberikan *pre-test* untuk mengetahui keadaan awal. selanjutnya kelompok eksperimen diberi perlakuan (*treatment*) sedangkan kelompok kontrol dibiarkan tanpa diberi perlakuan. setelah itu, kedua kelompok diberikan *post-test* untuk melihat adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam penelitian ini, total populasi berjumlah 30 pemain yang berasal dari SSB Bocil Jayaloka yang berasal dari kelompok Usia 12-14 Tahun.

Bentuk desain penelitian *True Ekprimental Design* yaitu



Sumber Sugino (2017:76)

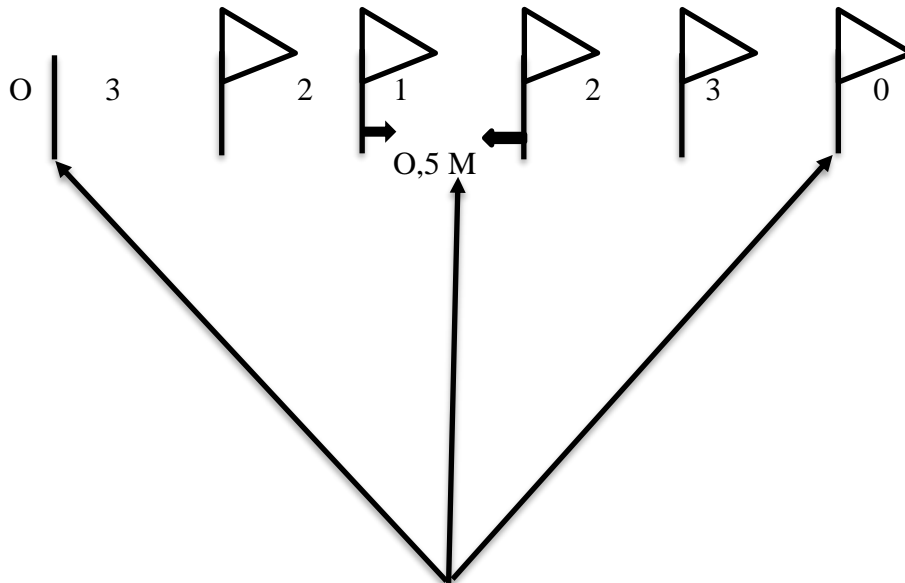
Apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua, selanjutnya jika jumlahnya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%. Berdasarkan jumlah populasi yang terdiri dari 30 pemain atau kurang dari 100, maka sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang dan masing-masing kelompok terdapat 15 orang. Sampel yang digunakan berjumlah 30 orang dengan metode sampel jenuh. Semua siswa anggota populasi dijadikan sampel-sampel ada 2 kelompok, 1 kelompok eksperimen diberi perlakuan latihan *passing* target dan 1 kelompok kontrol diberi perlakuan oleh peneliti diberikan latihan *passing* berhadapan.

No	Kelompok	Total
1.	Kelompok Eksperimen	15 Orang
2.	Kelompok Kontrol	15 Orang
	Jumlah	30 Orang

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini adalah tes modifikasi ketepatan *passing* sepakbola. Berikut ini Langkah-langkah pelaksanaan tes sebagai berikut:

1. Teste berdiri di belakang *cones* awal yang sudah di beri jarak.
2. *Testee* di beri aba-aba dari peneliti untuk bersiap melakukan tendangan *passing*.
3. *Testee* diberikan 5 kali pengulangan.
4. Nilai tertinggi dari tiap *passing* adalah 3 dan nilai terendah adalah 0.
5. Jika 5 kali *passing* mengarah pada nilai 3 maka total nilainya yaitu 15.

6. Jika 5 kali *passing* tidak mengarah satu pun maka nilainya 0.
7. Jarak interval yang di inginkan adalah 5.



Bentuk Tes awal dan akhir

Sumber : (Suparjo (2009:97) dalam Wahyu (2020:100)

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SSB Bocil Jayaloka dengan sampel penelitian berjumlah 30 orang dengan 15 atlet untuk kelas eksperimen dan 15 atlet untuk kelas kontrol. Pengambilan data penelitian ini didapat melalui instrumen tes ketepatan *passing* berasal dari kelompok usia 12-14. Sebanyak 30 pemain dirangking nilai pre-testnya kemudian dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu eksperimen dan kontrol, kelompok eksperimen diberikan metode latihan kucing-kucingan target dan kelompok kontrol diberikan *passing* berpasangan.

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan 3 kali sesi yaitu: pre-test, pemberian *treatment* latihan kucing-kucingan target dan *passing* berpasangan, kemudian post-test. Dalam penelitian ini ada 12 kali pertemuan. 10 kali pertemuan untuk pelaksanaan program latihan ditambah 2 kali pertemuan untuk tes awal dan tes akhir., sehingga jumlah keseluruhan 12 kali pertemuan. Program latihan *passing* menggunakan target dengan latihan kucing-kucingan target dan *passing* berhadapan dilakukan dalam 10 kali pertemuan, dengan 3 kali pertemuan setiap minggunya. Pelaksanaan setiap hari senin, rabu dan jumat mulai pukul 15.00- 17.00 WIB.

Tes awal (pre-test) dilakukan pada hari jumat 22 juli 2022 pukul 15.30 WIB sampai selesai. Pre-tes bertujuan untuk mencari reabilitas, merangking membagi dua kelompok dan membandingkan dengan post-test . pelaksanaan latihan *treatment* dimulai tanggal 25 juli 2022 sampai 15 Agustus 2022. Test akhir 19 Agustus 2022 pukul 15.30 WIB sampai selesai. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh latihan *passing* Kucing-Kucingan Target Terhadap Ketepatan *passing* pada pemain SSB Bocil Jayaloka 2021.

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, uji asumsi atau uji prasyarat terpenuhi, sehingga pada penelitian ini menggunakan uji komparatif dengan menggunakan paired-sampel t test. Uji paired-sampel t test dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 26 dengan hasil sebagai berikut.

Table 1. Hasil paired-sampel t test latihan *passing* Sepak bola *passing* kucing-kucingan target.

No	Kelompok	Rata-rata	t-test for Equality of means			
			t hitung	t tabel	Sig. (2tailed)	Mean
1	Latihan 1	6,80	15.639	1,699	0,000	7.933
2	Latihan 2	12,07				

Sumber: Diolah dari data primer, SPSS 26 *For windows*, 2022

Dengan demikian, penelitian dilanjutkan menguji pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap ketepatan *passing* pada pemain SSB Bocil Jayaloka 2021. Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, uji asumsi atau uji prasyarat terpenuhi, sehingga pada penelitian ini menggunakan uji komparatif dengan menggunakan paired-sampel t test. Uji paired-sampel t test dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 26 dengan hasil sebagai berikut.

Table 2. Hasil paired-sampel t test latihan *passing* berpasangan

No	Kelompok	Rata-rata	t-test for Equality of means			
			t hitung	t tabel	Sig. (2tailed)	Mean
1	Latihan 1	6,67	15.507	1,699	000	7.667
2	Latihan 2	11,67				

Selanjutnya penelitian menguji latihan yang lebih baik antara menggunakan latihan *passing* kucing-kucingan target atau berpasangan terhadap ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada pemain SSB Bocil Jayaloka 2021. Pada penelitian ini menggunakan uji beda dengan menggunakan Independent Samples t-Test. Uji Independent Samples t- Test dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 26 dengan hasil sebagai berikut.

Table 3. Hasil Uji Independent Samples t-Test

No.	Kelompok	Rata-rata	t-test for Equality of means			
			t hitung	t tabel	Sig. (2tailed)	Mean
1	Latihan 1	12,07	-3,732	1,701	001	-0,4
2	Latihan 2	11,67				

PEMBAHASAN

Setelah dilakukan *pre-test* untuk melihat ketepatan awal atlet. Selanjutnya peneliti melakukan *treatment* (perlakuan) kepada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Data hasil *pre-test* kelas eksperimen diperoleh nilai rata-rata sebesar 6,80 dari 15 atlet, selanjutnya

untuk hasil *pre-test* kelas kontrol diperoleh nilai rata-rata sebesar 6,67 dari 15 atlet. Adapun data hasil nilai *post-test* kelas eksperimen mengalami peningkatan Ketepatan *Passing* dengan nilai rata-rata 12,07 dari 15 atlet. Sedangkan untuk hasil nilai *post-test* kelas kontrol mengalami peningkatan Ketepatan *Passing* dengan nilai rata-rata 11,67 dari 15 atlet. Berdasarkan data tersebut kedua kelas sama-sama mengalami peningkatan hasil belajar, akan tetapi memiliki perbedaan nilai rata-rata, kelas eksperimen yang diberi perlakuan menggunakan latihan *passing* kucing-kucingan target memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol yang menggunakan latihan biasa.

Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan Ketepatan *Passing* antara atlet kelas eksperimen yang menggunakan latihan *passing* kucing-kucingan target dengan kelas kontrol dengan menggunakan Latihan biasa. Adanya peningkatan ketepatan *passing* kaki bagian dalam karena metode latihan *passing* Kucing-kucingan Target bentuk latihannya dengan melakukan bermain kucing-kucingan namun ada kun yang menjadi sasaran atau target yang harus dikenakan, sehingga ketepatan *passing* Kaki Bagian dalam dapat meningkat.

Hasil analisis data nilai *post-test* menggunakan uji beda rata-rata di dapat Sig.(2-tailed) = 0,001 lebih kecil dari = 0,05, artinya hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima kebenarannya karena H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga diperoleh kesimpulan ada pengaruh latihan *passing* menggunakan target terhadap ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada pemain SSB Bocil Jayaloka.

SIMPULAN

Aris & Komaini (2019 :18) menyatakan bahwa latihan *passing* menggunakan target dapat meningkatkan ketepatan *passing* kaki bagian dalam maka terdapat pengaruh yang signifikan dan latihan ini serta dengan intensitas yang tepat,, akan sangat memungkinkan pemain mampu memiliki kemampuan *passing* dengan kategori baik. Karena latihan *passing* dengan variasi target merupakan salah satu model latihan yang di rancang untuk mengetahui seberapa baiknya tingkat ketepatan.

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan ada pengaruh latihan *passing* kucing-kucingan target terhadap ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada pemain SSB Bocil Jayaloka. Hal ini dapat dilihat hasil nilai rata-rata *pre-test* pada kelas eksperimen sebesar 6,80 dan pada kelas Kontrol sebesar 6,67. Sedangkan nilai rata-rata pada kelas eksperimen setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan latihan *passing* kucing-kucingan target sebesar 12,07 dan pada kelas kontrol yang diberikan pembelajaran dengan latihan berhadapan sebesar 11,67. Dengan demikian berarti nilai rata-rata kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol. Dari hasil analisis data menggunakan uji beda rata-rata (*Independent Sample T-test*) diperoleh nilai tes akhir di Sig.(2-tailed) = 0,001 < Sig= 0,05, maka H_0 ditolak H_a diterima.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Aris Muta'al Toriq & Komaini Anton. (2019). Pengaruh Latihan *Passing* Dengan Variasi Target Terhadap kemampuan *Passing* Pada Tim Sepakbola SMAN 3 Bungo. *Jurnal Stamina*.

Sugiyano. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&B*. Bandung: Aflabet