JP3T
JURNAL PENELITIAN, PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN DAN TEKNOLOGI
https://jurnalcendekia.id/index.php/jp3t/
Volume: 1 Number: 4 Bulan: Desember Tahun: 2023 | Hal: 312 - 317

PENGARUH LATIHAN *PASSING* 4 ARAH SASARAN DAN *PASSING* 2 ARAH SASARAN TERHADAP AKURASI *PASSING* PADA ATLET SEPAK BOLA

Haikal Yasin [1] *, Soemardiawan [2], Supriadin [3]
[1 2 3] Universitas Pendidikan Mandalika, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
* Penulis Korespondensi: haikalyasin277@gmail.com

Diserahkan: 31 Oktober 2023 Direviu: 30 November 2023 Diterbitkan: 31 Desember 2023

Abstrak

Peneliti tertarik untuk meneliti keterampilan dalam akurasi passing sepak bola yang masih ada kekurangannya, maka dari itu latihan akurasi passing sangat di butuhkan untuk pemain sendiri khususnya untuk tim dan masih menggunakan model latihan passing secara konvensional serta monoton mengakibatkan para pemain mudah bosan dalam proses latihan. Tujuan penelitian pengaruh latihan passing 4 arah sasaran dengan passing 2 arah sasaran terhadap akurasi passing pada "Klub Pondok Pantai FC Tahun 2023". Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan atau desain dengan metode eksperimen. Adapun rancangan penelitiannya adalah menggunakan rancangan Two group pretest-posttest design. Sampel keseluruhan pada "Klub Pondok Pantai FC Tahun 2023". Putra yang berjumlah 22 orang. Tehnik pengambilan sampel menggunakan purposive Sampling.Jadi dari hasil penelitian X1 latihan passing 4 arah sasaran sebesar 8.861 dan score Nilai terhitung 6.813 dan X2 latihan passing 2 arah sasaran nilai thitung 8.861 terhadap hasil Y hasil passing jauh lebih besar dari tabel 1.812. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis "Ha" (diterima) ada perbedaan terhadap pengaruh latihan passing 4 arah sasaran dengan passing 2 arah sasaran terhadap akurasi passing pada "Klub Pondok Pantai FCTahun 2023".

Kata kunci: Latihan, Passing, Sasaran, Akurasi, Atlet, Sepak Bola

PENDAHULUAN

Sepakbola adalah permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental, dilakukan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh pemain dari kedua tim dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan-peraturan yang telah ditentukan (Addy Idris, 2015:15). Sepakbola merupakan cabang olahraga yang populer di dunia, terutama di Indonesia. Permainan ini sangat digemari dan dimainkan oleh seluruh kalangan, baik tua maupun muda, pria-wanita, kaya-miskin dan bahkan anak kampung yang jauh dari keramaian kota sekalipun sangat menggemari sepakbola.

Setiap pemain berusaha memasukan bola dengan cara melakukan operan (passing), menggiring (dribbling), menembak (shooting). Selain cara – cara tersebut, ada cara lain yang bisa dilakukan oleh para pemain yang tidak membawa bola, seperti bergerak 4 mencari ruang kosong, membantu dan melindungi pemain yang sedang membawa bola. Dan pemain dari tim lawan yang tidak menguasai bola berusaha untuk merebut bola dari pemain lawan dengan cara melakukan adu tubuh (body charge), takling, membayangi pemain lawan yang tidak membawa bola, menutup ruang kosong, dan menutup ruang tembak ke arah gawang.

JP3T
JURNAL PENELITIAN, PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN DAN TEKNOLOGI
https://jurnalcendekia.id/index.php/jp3t/
Volume: 1 Number: 4 Bulan: Desember Tahun: 2023 | Hal: 312 - 317

Passing adalah tehknik mengoper bola atau memindahkan momentum bola dari satu pemain kepemain lain dalam pertandingan sepak bola. Untuk menguasai tehknik passing dalam sepak bola perlu di lakukan latihan. Tidak hanya teori saja yang harus di pelajari mengenai passing, namun seorang pemain sepak bola harus memperaktikan langsung sehingga akan lebih baik dalam melatih skill passing pemain.

Dari hasil pengamatan, pada Klub Pondok Pantai FC Tahun 2023 pada saat pertandingan persahabatan, ternyata banyak pemain yang sering melakukan kesalahan-kesalahan dalam melakukan passing. Begitu besar peran passing ini untuk meningkatkan kulitas passing stopping.Passing adalah teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam pertandingan sepak bola. Teknik Passing sangat-sangat perlu dikuasai oleh pemain bola agar pola permainan yang diinginkan bisa berhasil baik dalam menyerang atau bertahan, pada Klub Pondok Pantai FC Tahun 2023.

Solusinya adalah memberikan latihan diberikan latihan passing 4 arah sasaran dengan passing 2 arah sasaran. Latihan passing empat arah sasaran adalah bentuk latihan passing yang dilakukan dengan jarak 10 meter dari titik passing kearah empat sasaran. Keempat arah sasaran tersebut membentuk segi empat yang empat arah sasaran tersebut berada didepan, belakang, samping kanan, samping kiri dari titik passing.SedangkanLatihan passing dua arah sasaran adalah bentuk latihan passing yang dilakukan dengan jarak10meterdari titik passing kearah dua sasaran. Kedua arah sasaran tersebut membentuk segaris yang kedua arah sasaran tersebut berada didepan dan dibelakang dari titik passing. Sehingga masalah akurasi passing menjadi tolak ukur untuk melakukan sebuah penelitian.

Akurasi passing dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan dalam satu tim tersebut membentuk ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daipada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah dan waktu pelepasan bola merupakan bagian paling penting dari kombinasi passing bola yang berhasil. Pemain harus mampu melakukan passing dan menerima bola dengan baik setelah teman satu timnya memberikan bola. Keterampilan passing dan menerima bola yang tidak baik akan mengakibatkan lepasnya bola dan membuang peluang untuk mencetak gol. Bola yang sedang menggelinding di atas permukaan lapangan lebih mudah untuk di passing dan diterima daripada bola yang sedang melayang di udara.

Fokus masalah penelitian berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk meneliti salah satu tim sepak bola ada Klub Pondok Pantai FC Tahun 2023. Skill dan keterampilan cukup baik, namun masih ada kekurangan dalam akurasi passing, maka dari itu latihan akurasi passing sangat di butuhkan untuk pemain sendiri khususnya dan untuk tim dan masih menggunakan model latihan passing secara konvensional dan monoton mengakibatkan para pemain mudah bosan dalam proses latihan. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin melakukan penelitian mengenai kemampuan akurasi passing seorang pemain sepak bola, sehingga bisa memberikan dampak positif bagi kemajuan pemain sepak bola di Klub Pondok Pantai FC, dalam meraih prestasi. Dengan melihat latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul: “Pengaruh latihan passing 4 arah sasaran dengan passing 2 arah sasaran terhadap akurasi Passing pada Klub Pondok Pantai.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan atau desain dengan metode eksperimen. Yang dimaksud dengan metode penelitian eksperimen adalah suatu cara yang sistematis dan objektif untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua variabel yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti sebagai *treatment* dengan control secara ketat, Hulfian, 2014.Adapun

JP3T
JURNAL PENELITIAN, PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN DAN TEKNOLOGI
https://jurnalcendekia.id/index.php/jp3t/
Volume: 1 Number: 4 Bulan: Desember Tahun: 2023 | Hal: 312 - 317

rancangan penelitiannya adalah menggunakan *Two group pretest–posttest design.* Dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Kelebihan desain ini adalah dilakukan *pretest* dan *posttest* sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan.

Tabel 1. Two Group Pretest-Postest Design

Pre- Test	Treatment	Pos-Test
T1[a]	X[a]	T2[a]
T1b	Xb	T2b

Sumber: Maksum (2012)

HASIL & PEMBAHASAN

Hasil

Dari hasil tes *passing* sepak bola 4 arah sasaran terhadap akurasi *passing* pada klub pondok pantai fc tahun 2023 yang sudah tercantum dalam table di atas kemudian dimasukkan kedalam rumus "t-test" sehingga menghasilkan 8.861 skor nilai. Dari hasil analisis data statistikNilai t_{hitung} X1 tes *passing* sepakbola padalatihan*passing* 4arahsasaransebesar 8.861nilai secara simultan antaraY dan X menarik kesimpulan analisis tabel pada taraf signifikan 5%dengan jumlah sampel (n – 1) yaitu 10 sebesar 1.812 Maka dapatdisimpulkan bahwa dilihat dari $t_{hitung} > t_{tabel}$ 8.8616.183> 1.812).

Tabel 2. Data Pre Test *Dan Post Tes* Latihan *Passing 4* Arah Sasaran Terhadap Akurasi *Passing* Pada Klub Pondok Pantai Fc Tahun 2023

No.	Nama	*Pre Test*	*Post Test*	D (X1-X2)	D2
1	Zulpiadi	7	8	1	1
2	AshabanAlkas	7	9	2	4
3	IsamBagastu	6	8	2	4
4	Tabiin	6	8	2	4
5	Waiz AL Qorni	8	10	2	4
6	Alwin Amri	7	10	3	9
7	Izhar Alqi	7	8	1	1
8	Fahrurrozi	7	8	1	1
9	Dian Pastari	8	10	2	4
10	Arip	8	10	2	4
11	Sagir	9	10	1	1
Jumlah		80	99	19	37

Dari hasil tes *passing* sepak bola 4 arah sasaran terhadap akurasi *passing* pada klub pondok pantai fc tahun 2023 yang sudah tercantum dalam table di atas kemudian dimasukkan kedalam rumus "t-test" sehingga menghasilkan 8.861 skor nilai. Dari hasil analisis data statistikNilai t_{hitung} X1 tes *passing* sepakbola padalatihan*passing* 4arahsasaransebesar 8.861nilai secara simultan antaraY dan X

JP3T
JURNAL PENELITIAN, PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN DAN TEKNOLOGI
https://jurnalcendekia.id/index.php/jp3t/
Volume: 1 Number: 4 Bulan: Desember Tahun: 2023 | Hal: 312 - 317

menarik kesimpulan analisis tabel pada taraf signifikan 5%dengan jumlah sampel (n – 1) yaitu 10 sebesar 1.812 Maka dapatdisimpulkan bahwa dilihat dari $t_{hitung} > t_{tabel}$ 8.8616.183> 1.812).

Tabel 3. Data Pre Test Dan Post Tes Latihan Passing 2 Arah Sasaran Terhadap Akurasi Passing Pada Klub Pondok Pantai Fc Tahun 2023

No.	Nama	*Pre Test*	*Post Test*	D (X1-X2)	D2
1	Tahir	9	10	1	1
2	Zaenun	6	7	1	1
3	Sastrawan	8	11	3	9
4	Padli	8	11	3	9
5	Istiadi	7	9	2	4
6	Majemuk Akhir	6	8	2	4
7	Abdul Husen	7	7	0	0
8	Saputra	5	7	2	4
9	Raden Rendi	6	9	3	9
10	Musawir	8	10	2	4
11	HanpuanYogi	11	13	2	4
Jumlah		81	102	21	49

Dari hasil tes *passing* sepak bola 2 arah sasaran terhadap akurasi *passing* pada klub pondok pantai fc tahun 2023 yang sudah tercantum dalam table di atas kemudian dimasukkan kedalam rumus “t-test” sehingga menghasilkan 6.813 skor nilai. Dari hasil analisis data statistikNilai t_{hitung} X2 es *passing* sepakbola pada latihan*passing* 2arahsasaransebesar 6.183 nilai secara simultan antara Y dan X menarik kesimpulan analisis tabel pada taraf signifikan 5% dengan jumlah sampel (n – 1) yaitu 10 sebesar 1.812 Maka dapat disimpulkan bahwa dilihat dari $t_{hitung} > t_{tabel}$ 6.183> 1.812).

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data terhadap hasil penelitian dengan menggunakan analisis t-test terhadap hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini ternyata teruji kebenarannya. Temuan-temuan dalam penelitian ini seperti yang dikemukakan di atas merupakan hasil analisis secara statistik yang akan peneliti kaji lebih lanjut. Berbagai macam bentuk latihan dapat dilakukan sebagai bentuk upaya meningkatkan teknik dalam permainan sepak bola dengan tujuan meningkatkan kemampuan passing stoping sepak bola sehingga tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan apa yang diharapkan. Setelah melaksanakan tesawal, kemudian diberikan perlakuan/treatmen latihan passing 4 arah sasarandengan passing 2 arah sasaran terhadap akurasi Passing pada Klub Pondok Pantai FCTahun 2023”.yang dilaksanakan secara sistematis, teratur dan terprogram dengan tujuan untuk meningkatkan hasil passing sepak bola.

Sesuai dengan hasil analisis data pengujian hipotesis yakni passing ada Pengaruh Pengaruh latihan passing 4 arah sasaran dengan passing 2 arah sasaran terhadap akurasi Passing pada Klub Pondok Pantai FCTahun 2023, Latihan drills Throw- Ins, Pass, & Scoreyaitu dengan Latihan Throw-Ins, Pass, & Score adalah Lemparan ke dalam terkadang diberikan lebih dari seratus kali permainan, jadi begitulah diperlukan untuk memiliki beberapa permainan untuk membuat mereka menjadi

keuntungan untuk pelanggaran tersebut alih-alih mengandalkan peluang bahwa mereka akan menguasai bola. Throw-In, Pass,& Skor adalah latihan sepak bola yang komprehensif di mana pemain berlatih melewati dinding segera setelah menerima bola dari lemparan ke dalam. Pemain bekerja secara luas berbagai keterampilan termasuk melempar, menyundul, menyeberang, menjebak, dan menembak. Instruksi, Robert Smith 2010:58. Hasil penelitianmenurut. Gung Mas Goniyun Pelang, dkk (2018)Analisis data menggunakan uji-t pada taraf signifikansi (α) 0,05. Hasil penelitian sebagai berikut (1) pelatihan passing drop pass berpengaruh terhadap teknik passing sepakbola, dengan hasil thitung = 6,09 > ttabel = 2,145, (2) pelatihan passing wall pass berpengaruh terhadap teknik passing sepakbola, dengan hasil thitung = 5,29 > ttabel = 2,145, dan (3) tidak terdapat perbedaan pengaruh antara pelatihan passing drop pass dan passing wall pass terhadap teknik passing sepakbola dengan hasil thitung = 0,79 < ttabel = 2,048.

Menurut Rohmat Hamdani, dkk, 2021 hasilpenelitianHasil analisis data maka simpulan diperoleh: Latihan Driil Passing lebih baik pengaruhnya dari pada Pass Go terhadap tingkat akurasi passing dalam permainan sepakbola pada Anak Usia 8-10 Tahun SSB Satria.11 Jatipuro Karanganyar tahun 2021. Berdasarkan persentase kemampuan passing menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode latihan Drill Passing) adalah 4,989% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan latihan Pass Go) adalah 2,943%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan passing 4 arah sasaran terhadap akurasi Passing pada Klub Pondok Pantai FCTahun 2023, maka penelitian ini dinyatakan signifikan dan ada pula pengaruh latihan passing 2 arah sasaran terhadap akurasi Passing pada Klub Pondok Pantai FCTahun 2023, maka penelitian ini juga dinyatakan signifikan.

REFERENSI

Arikunto, S. 2005. Manajemen Penelitian, Jakarta: Rineka Cipta.

Bompa, O.2009. Thudor and Gregory Haff. Peridization Theory and Methodology of Training. Fifth Edition.United states:Human Kinetics.

Harsono. 2001. Latihan KondisiFisikEdisiRevisiCoaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching.Bandung: CV. Tambak Kusuma, 2001

Hidayat, Wahyu. 2013. Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Shoting Dalam Permainan Sepak Bola Club PS. Aikmel Tahun 2013.Skripsi FPOK IKIP Mataram.

Hulfian, L. 2014. Statistik Dikjas, Mataram: KAKA elook..

Hulfian, Lalu. 2014. Penelitian Dikjas. Selong: CV. Garuda Ilmu.

IKIP MATARAM. 2011. Pedoman Pembimbingan dan Penulisan Karya ilmiah.IKIP Mataram.

Joko Prayitno.2014. "Perbedaan Latihan Shooting Bola denganArahTetap dan BerpindahTerhadapAkurasi Shooting Bola Pada SSB UNDIP Kota Semarang". January 2014:16-20

Kemenegpora RI.2007. Pelatihan Pelatih Fisik Level 1. Jakarta: Kemenengpora. Asdep Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Keolahragaan. Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan Iptek Olahraga, 2007.

Komarudin.2013Psikologi Olahraga. Bandung: UPI Press.

Lubacher. A. Jhosep.2011.Sepak Bola Edisikedua. Jakarta :Kharisma Putra Utama

Maksum, A.2009. Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. Surabaya: FIK Universitas Negeri Surabaya.

Maksum, A.2012Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. Surabaya: FIK Universitas Negeri Surabaya.

JP3T
JURNAL PENELITIAN, PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN DAN TEKNOLOGI
https://jurnalcendekia.id/index.php/jp3t/
Volume: 1 Number: 4 Bulan: Desember Tahun: 2023 | Hal: 312 - 317

Mayer. 2017. Creative Soccer Training 350 Smart And Practical Games And Drills To Form Intelligent Players– For Advanced Levels. by Meyer & Meyer Sport, Aachen, Germany.

Mielke, D. 2007. Dasar-Dasar Sepak Bola. Bandung: Pakar Raya

MuhsaArif Utama, 2015. Pengaruh Latihan Passing Dua Arah Sasaran Dengan Latihan Passing Empat Arah Sasaran Terhadap Akurasi Passing Pada pemain SSA Kedungwuni Kabupaten Pekalongan Tahun 2015. Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang

Muladi, Bambang. & Aditiya Wiratama. 1996. Karate Untuk Pemula,Pekalongan: Gunung Mas.

Mylsidayu dan Kurniawan. 2015. KepelatihanOlahraga. Jakarta : PT Persada.University Press.

Nurhasan. 2001. Prinsip-Prinsip dan Penerapannya. Jakarta : Direktorat Jenderal Olah Raga.

Smith, R. 2010. 42 Soccer Drills & Practice Plans That Will Help You Develop a Winning Soccer Team. For more eBooks and resources from Surefire Soccer.

Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D). Bandung : Alfabeta.

Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D). Bandung : Alfabeta.

Sukadiyanto. 2011. Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Bandung : Lubuk Agung.

Syafruddin. 2011. Ilmu Keepelatihan Olahraga (Teori dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga).

Tangkudung.J. 2012. Kepelatihan Olahraga" Pembinaan Prestasi Olahraga" Edisi II. Jakarta: Cerdas Jaya. 2012

Widiastuti. 2015. Tes dan Pengukuran Olahraga,Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.