IMEIJ
Indo-MathEdu Intellectuals Journal

p-ISSN: 2808 – 5604
e-ISSN: 2808 – 5078
Volume. 5, No. 4, 2024

PENGARUH LATIHAN PASSING MENGGUNAKAN TARGET TERHADAP AKURASI PASSING PEMAIN EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA SMA NEGERI 1 CINIRU KABUPATEN KUNINGAN

Eldi Akbar Prinandy[1], Dani Nurdiansya[2]
[1, 2]Universitas Muhammadiyah Kuningan, Jl. RA Moertasih Soepomo, Kuningan, Jawa Barat, Indonesia
Email: eldijambul@gmail.com

Article History

Received: 19-08-2024

Revision: 27-08-2024

Accepted: 29-08-2024

Published: 30-08-2024

Abstract. This study aims to determine the effect of passing practice using targets on the passing accuracy of extracurricular football players of SMA Negeri 1 Ciniru. This research is a type of quasi-experimental research. The research design used in this study is pretest-posstest one group. The population in this study is all participants of SMA Negeri 1 Ciniru Football Extracurricular which totals 20 students. The sample in this study was 11 people, taken using the purposive sampling technique. The data collection technique uses a lace ball passing test consisting of a pretest and a posttest. The data analysis techniques used were using descriptive statistical analysis and t-test. The results of the analysis showed that there was a significant influence between the pre-test and post-test of passing exercises using targets on extracurricular students of SMA Negeri 1 Ciniru.

Keywords: Passing Practice, Passing Accuracy Football Game

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* menggunakan target terhadap akurasi *passing* pemain ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Ciniru. Penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen semu *(quasi eksperiment).* Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest-posstest one group.* Populasi pada penelitian ini seluruh peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Ciniru yang berjumlah 20 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah 11 orang, diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling.* Teknik pengumpulan data menggunakan tes *passing* bola renda yang terdiri dari *pretest* dan *posttest.* Teknik analisis data yang digunakan yaitu menggunakan analisis statistik desskriptif dan Uji-t. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* latihan *passing* menggunakan target pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Ciniru.

Kata Kunci: Latihan *Passing*, Akurasi *Passing* Permainan Sepakbola

How to Cite: Prinandy, E. A & Nurdiansya, D. (2024). Pengaruh Latihan Passing Menggunakan Target Terhadap Akurasi *Passing* Pemain Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Ciniru Kabupaten Kuningan. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5 (4), 5297-5303. http://doi.org/10.54373/imeij.v5i4.1759

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari hari yang penting dan sudah menjadi kebutuhan bagi SMA Negeri 1 Ciniru berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang baik dan sehat. Perkembangan olahraga saat ini telah banyak memberikan banyak kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kebugaran dan kesehatan. Di samping itu olahraga juga

sebagai alat untuk membentuk rasa cinta tanah air dan juga berperan besar untuk perkembangan dan kemajuan suatu bangsa untuk peningkatan pembangunan yang berkelanjutan.

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer sekali di dunia dan bahkan tidak bisa dipisahkan dari kehidupan bangsa Indonesia karena selain sebagai sarana olahraga prestasi, hiburan dan juga sebagai alat pemersatu bangsa. Jika dibandingkan dengan negara-negara tetangga, perkembangan sepakbola di Indonesia masih tertinggal (Sodik, 2010). Hal ini dapat kita lihat dari prestasi tim nasional sepakbola Indonesia yang semakin menurun dan juga kompetisi yang dijalankan nampaknya belum mampu memunculkan pemain-pemain lokal yang berbakat dan bersaing di kancah per sepakbolaan Internasional. Bahwa sekolah sepakbola yang ada pun belum mampu begitu memunculkan pemain-pemain yang berbakat. Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu kemampuan *passing* baik dari jarak jauh maupun dekat. Kemampuan *passing* penting dimiliki pemain karena salah satu teknik dasar yang harus dikuasai. Kemampuan *passing* dapat didukung dengan awalan pada saat melakukan *passing* dengan akurasi yang tepat (Suharjana & Santoso, 2012).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat dilihat bahwasannya setiap kemampuan dasar tersebut saling berhubungan satu sama lain dan harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola. Kemampuan dasar yang dimiliki oleh pemain sepakbola harus didukung oleh faktor-faktor lainnya seperti daya tahan, kecepatan, kelincahan, kekuatan, dan kelentukan yang merupakan faktor fisik yang menunjang kemampuan dasar bermain sepakbola (Luxbacher, 2011). Apabila setiap pemain sepakbola memliki faktor tersebut dengan baik, maka kemampuan dasar bermain sepakbola yang dimiliki akan semakin baik. Begitu pula sebaliknya, jika faktor tersebut tidak dimiliki dengan baik oleh pemain sepakbola maka kemampuan dasar yang di miliki akan tidak baik juga. Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik sangat dibutuhkan penguasaan teknik *passing* sepakbola, karena kemampuan teknik *passing* sangat mendukung seorang pemain dalam bermain sepakbola. Untuk dapat meningkatkan mutu permainan kearah prestasi maka masalah teknik *passing* merupakan salah satu syarat menentukan (Sodik, 2010).

Di SMA Negeri 1 Ciniru olahraga sepakbola telah berjalan sesuai dengan program latihan yang dibuat oleh pelatih, akan tetapi peningkatan permainan belum layak dirasakan, hal ini terlihat pada waktu diberikan materi bermain, pemain sering salah mengoper, setiap individu tidak mampu menguasai bola sepenuhnya sehingga dengan mudah dirampas oleh lawan. Hal ini terlihat terutama saat pemain sedang melakukan *passing* pemain terlihat terlalu banyak salah dan tidak mampu mengoper bola sesuai arah yang diinginkan, sehingga bola mudah dirampas oleh lawan.

Penelitian ini didasari dari adanya masalah dalam pembelajaran olahraga disekolah. Khususnya pada pembelajaran Penjaskes. Pola latihan merupakan hal penting dalam pembelajaran sehingga siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran. Sepakbola merupakan salah satu materi yang diajarkan disekolah dalam pembelajaran Penjaskes. Keterampilan dasar meliputi beberapa hal dan salah satu yang utama adalah keterampilan dasar *Passing*. *Passing* atau keterampilan mengoper bola merupakan keterampilan dasar yang harus benar-benar dipahami oleh siswa. Akan tetapi seringkali terjadi di sekolah bahwa pola latihan *passing* kurang menarik sehingga siswa kurang memahami teknik dasar *passing* yang baik. Sehingga perlu dilakukan sebuah inovasi pola latihan *passing* saat pembelajaran sepakbola. Pola latihan *passing* menggunakan target merupakan salah satu solusi agar siswa lebih memahami dan menguasai teknik dasar *passing* yang benar.

Penelitian ini akan dilakukan di SMA Negeri 1 Ciniru dengan alasan bahwa pembelajaran yang digunakan di SMA Negeri 1 Ciniru tersebut masih menggunakan model pembelajaran demonstrasi. Guru memberikan materi dengan mendemonstrasikan materi kemudian siswa berlatih sesuai yang didemonstrasikan. Sehingga peneliti beranggapan bahwa penelitian ini dapat dilakukan disekolah tersebut. Sebagai upaya peningkatan penguasaan materi *passing* siswa, dan memotivasi siswa dalam pembelajaran. Dalam usaha meningkatkan kemampuan *passing* di ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Ciniru, telah diberikan latihan *passing* terhadap pemain, akan tetapi hasil yang diharapkan belum didapatkan. Lambannya peningkatan tersebut diantaranya disebabkan oleh beberapa faktor yaitu motivasi pemain dalam latihan, kemampuan pelatih, sarana dan prasarana, bakat serta kemampuan fisik. Untuk mengatasi permasalahan di atas, pelatih harus menciptakan suasana latihan yang mengaktifkan pemain sehingga menguasai teknik *passing* dengan baik. Oleh sebab itu, pelatih membutuhkan sebuah bentuk latihan yang bisa mengaktifkan pemain dalam penguasaan teknik *passing*.

Salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan *passing* adalah dengan beberapa pola latihan. *Passing* berhadapan, *passing* melalui terowongan, tembak aku, dan *passing* merobohkan aqua merupakan pola latihan teknik dasar *passing* yang sudah dimodifikasi. Sehingga pola latihan tersebut dapat meningkatkan akurasi *passing* pemain Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Ciniru. Hasil penelitia Budiharto (2011). Menemukan bahwa latihan *passing* bervariasi memiliki tingkat signifikan lebih dari *passing* lurus berhadapan terhadap ketepatan *passing* yaitu sebesar 0.04 dengan taraf signifikansi <0.05, hasil ini membuktikan bahwa latihan *passing* bervariasi lebih efektif untuk melatih ketepatan *passing*. Penelitian Sodik (2010), menemukan bahwa bahwa siswa SMP N 1 Borobudur yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola memiliki kertampilan teknik dasar sepakbola dengan kategori baik

sekali sebanyak 9 siswa (12,0%), kategori baik sebanyak 28 siswa (37,3%), kategori sedang sebanyak 20 siswa (26,7%), kategori kurang sebanyak 14 siswa (18,7%), dan kategori kurang sekali sebanyak 4 siswa (5,3%). Penelitian ini bertujuan untuk megetahui pengaruh latihan *passing* menggunakan target terhadap akurasi *passing* pemain ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Ciniru Kabupaten Kuningan.

METODE

Penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen semu *(quasi eksperiment)*. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest-posstest one group* (Sandjaja, 2010). Pengambilan data dan perlakuan *(treatment)* dilakukan di SMA Negeri 1 Ciniru. Pengambilan tes awal *(pretest)* dilakukan. Perlakuan dilaksanakan dari masing-masing *pretest* dan *posttest* dilaksanakan satu kali, sedangkan *treatment* dilaksakan 3 kali dalam seminggu. Populasi pada penelitian ini seluruh peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Ciniru yang berjumlah 20 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah 11 orang, diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang diguakan terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen.Teknik analisis data yang digunakan yaitu menggunakan analisis statistik desskriptif dan Uji-t.

HASIL

Deskripsi Data dan Analisis Data

Tabel 1. Data *pretest* dan *posttest* keterampilan *passing* bawah

Subjek	*Pre-test*	*Post-test*	Subjek	*Pre-test*	*Post-test*
X 1	5	7	X 11	4	6
X 2	7	9	X 12	5	7
X 3	5	7	X 13	3	6
X 4	5	7	X 14	3	6
X 5	4	8	X 15	4	8
X 6	3	5	X 16	5	8
X 7	3	6	X 17	3	5
X 8	4	7	X 18	5	6
X 9	5	8	X 19	3	6
X 10	6	7	X 20	4	5

Data *Pre-test* memiliki nilai minimum 3, nilai maksimum 7 dan rata-rata 4,3. Data yang diperoleh dari *Post-test* memiliki nilai minimum 5, nilai maksimum 9 dan rata-rata 6,7.

Tabel 2. Peningkatan *pre-test* dan *post-test* keterampilan *passing* bawah

No	Interval	*Pretest*		*Posttest*		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**	

Peningkatan keterampilan *passing* bawah setelah menggunakan pola latihan *passing* menggunakan target.

Uji Persyaratan Analisis

Tabel 3. Hasil uji normalitas

No.	Variabel	Statistik	df	Signifikansi
1	*Pre-test*	0,182	20	0,080
2	*Post-test*	0,182	20	0,080

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa data kedua kelompok memiliki nilai signifikansi yaitu 0,080. Nilai ini lebih besar dari 0,05. Karena nilai signifikansi keduanya lebih besar dari 0,05 (signifikan > 0,05) maka hipotesis yang menyatakan bahwa data berdistribusi normal itu diterima. Kesimpulan yang dapat ditarik yaitu data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi normal.

Tabel 4. Uji homogenitas

Kelompok	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Ket.
Pretest – Postest	0,761	3	15	0,533	Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas variabel penelitian diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,533 lebih besar dari 0,05. Karena signifikan lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan bahwa data diperoleh dari sampel yang homogen itu diterima. Kesimpulan yang dapat diambil yaitu data *pre-test* dan *post-test* memiliki populasi yang homogen.

Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan *uji-t* dengan bantuan program SPSS. Hasil analisis dapat dilihat dari probabilitas > 0.05, Ho diterima, tetapi jika prob < 0.05, Ho ditolak. Dari *output passing* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Ciniru dapat kita lihat bahwa Sig (2 tailed) = 0.000. Hal itu berarti bahwa probabilitas <0.05 yang berarti juga bahwa Ha

diterima yang berarti ada pengaruh latihan *passing* menggunakan target terhadap kemampuan *passing* siswapada peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Ciniru

DISKUSI

Ditinjau dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa data penelitian yang sudah berdistribusi normal dan homogen memiliki pengaruh yang signifikan pada peningkatan kemampuan *passing* siswa melalui metode latihan *passing* menggunakan target. Kesimpulan diambil dari hasil uji T. Besarnya pengaruh metode latihan *passing* menggunakan target dapat dilihat pada tabel 13. Tabel tersebut menunjukan bahwa siswa pada saat pre- test 35 % memiliki kemampuan *passing* dalam kategori kurang, serta 65% siswa pada kategori sedang. Kategori baik sejumlah 0%. Kesimpulan yang dapat diambil yaitu kemampuan siswa di awal latihan rata-rata berkemampuan sedang dan kurang.

Kemampuan siswa diakhir latihan *(post-test)* menunjukan 0% untuk kategori kurang, 75% untuk kategori sedang dan 25 % untuk kategori baik. Kesimpulan yang dapat diambil yaitu rata-rata kemampuan siswa setelah latihan ada di kategori sedang dan baik. Hal ini menunjukan bahwa adanya peningkatan kemampuan *passing* siswa setelah menggunakan metode latihan *passing* menggunakan target. Metode latihan yang diterapkan pada latihan ekstrakurikuler selama 15 kali pertemuan menunjukan pengaruh yang signifikan. Meskipun belum semua siswa mampu memiliki kemampuan *passing* pada kategori baik. Jika siswa berlatih dengan metode ini serta dengan intensitas yang tepat, akan sangat memungkinkan siswa mampu memiliki kemampuan *passing* dengan kategori baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dari hasil analisis data yang telah dilakukan ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh simpulan yaitu hasil analisis statistik antara *pre-test* dan *post-test* latihan *passing* menggunakan target pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Ciniru menunjukan ada pengaruh yang signifikan.

REKOMENDASI

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu (1) bagi pelatih atau guru untuk memberikan latihan yang bervariasi lagi sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan *passing* siswa padapermainan sepakbola, (2) perlu diadakan penelitian lanjutan dengan menambah variabel lain, dan (3) dalam penelitian ini masih banyak

kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrumen penelitian.

REFERENSI

Bambang Subali. (2012). Prinsip Asesmen & Evaluasi Pembelajaran.Yogyakarta: UNY Press.

Bayu Budiharto, (2011). P*engaruh Latihan Passing Lurus Berhadapan Dengan Passing Bervariasi Terhadap Ketepatan Passing.* Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.

Djoko Pekik Irianto. (2010). *Dasar Kepelatihan. Yogyakarta*: FIK UNY.

Eko. (2012). *Teknik uji validasi penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Harsono. (2011). *Panduan Kepelatihan*. Jakarta: KONI.

Komarudin, (2011). *dribbling, heading dan shooting. Definisi passing.* Yogyakarta: UNY.

Luxbacher, Joseph. (2011). *Sepakbola Soccer steps to succes* Agusta Wibawa Rajagrafindo Persada Jakarta.

Moch Sajoto. (2011). *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Jakarta Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Sandjaja. (2010). Manajemen Penelitian. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Suharjana dan Puji Santoso (2012). *Pengembangan Model Latihan Sepakbola Berbasis Kelincahan dengan Pendekatan Bermain. Jurnal Keolahragaan*. Yogyakarta: FIK UNY

Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukadiyanto. (2010). *Pengantar Teori Dan Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UniversitasNegeriYogyakarta.

Sukatamsi. (2010). *Teknik penyusunan instrument penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Tri Ani Hastuti (2010). Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.

Yudha M. Saputra (2012) *Perkembangan gerak dan belajar gerak*. Yogyakarta: Depdikbud.

Zulfa Sodik. (2010). *Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Siswa SMP Negeri 1 Borobudur yang Mengikuti Kegiatan Sepakbola.* Yogyakarta: FPOK IKIP YOGYAARTA