

PENGARUH LATIHAN PASSING SEGI EMPAT TERHADAP TEKNIK DASAR PASSING SISWA PUTRA DI SEKOLAH SEPAK BOLA KSATRIA SOLO USIA 10-12 TAHUN

Muhammad Diaz Priambodo ^a, Karlina Dwijayanti^b, Widha Srianto^c

^{abc}Pendidikan Jasmani, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

email: ^aradengazura@mail.com

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Menerima 1 Januari 2023

Revisi 22 Januari 2023

Diterima 26

Online 30 Januari 2023

Kata kunci:

Latihan, passing, sepakbola.

Keywords:

Training, passing, football..

Style APA dalam mensitasi artikel ini: [Heading sitasi]

Muhammad Diaz Priambodo, Karlina Dwijayanti, Widha Srianto. (2023). Pengaruh Latihan Passing Segi Empat Terhadap Teknik Dasar Passing Siswa Putra Di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo Usia 10-12 Tahun: *Jurnal Ilmiah Penjas*. (9.1) (77-91).

ABSTRAK

Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan Passing segi empat terhadap kemampuan teknik dasar Passing atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo Usia 10-12 Tahun. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain "The One Group Pretest Post-test Design". Populasi penelitian adalah siswa Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo Usia 10-12 Tahun. Sedangkan, sampel penelitian berjumlah 20 siswa. Instrumen yang akan digunakan yaitu tes keterampilan bermain sepakbola berbentuk test "Passing rendah menuju sasaran". Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif. Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS 25 yaitu yaitu dengan membandingkan mean antara kelompok 1 (pretest) dan kelompok 2 (post-test). Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Latihan Passing Segi Empat terhadap Teknik Dasar Passing Siswa Putra di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo Usia 10-12 Tahun. Peneliti memperoleh data hasil uji paired sampel t test yaitu nilai Sig. (2-tailed) $0,00 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak yang kemudian dianalisis sehingga ditemukan kesimpulan bahwa pemberian treatment latihan segi empat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan Passing yang dimiliki siswa SSB Ksatria Solo usia 10-12 tahun.

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of rectangular passing practice on the ability of basic passing techniques of athletes at the Solo Knights Soccer School aged 10-12 years. The type of research used in this research is to use the design "The One Group Pretest Post-test Design". The population of the study was the students of the Solo Knights Soccer School aged 10-12 years. Meanwhile, the research sample was 20 students. The instrument to be used is a soccer skill test in the form of a "low passing to target" test. The data analysis technique in this study used quantitative data analysis. The hypothesis was tested using a t-test with the help of the SPSS 25 program, namely by comparing the mean between group 1 (pretest) and group 2 (post-test). Based on the results of the research the Effect of Quadrilateral Passing Practice on the Basic Passing Techniques of Male Students at the Solo Knights Soccer School Ages 10-12 Years. Researchers obtained data from paired sample t test results, namely the value of Sig. (2-tailed) $0.00 < 0.05$ so H_0 was rejected

which was then analyzed so that it was concluded that giving rectangular training treatment had a significant effect on increasing the Passing ability of SSB Ksatria Solo students aged 10-12 years.

1. Pendahuluan

Sepakbola merupakan permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental yang 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. Sepakbola merupakan olahraga yang sangat digemari di seluruh dunia. Olahraga ini dapat dimainkan hampir dari semua kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa dan orang tua. Sejak zaman dahulu hingga sekarang ini sepakbola tetap menjadi salah satu olahraga yang sangat digemari oleh semua orang. Sepak bola membutuhkan teknik yang kompleks dan dilakukan secara berulang-ulang dalam bermain, teknik tersebut seperti dribbling, Passing, tackling, dan shooting (Kelly, 2020). (Ridwan, 2017) menyatakan bawah sepakbola adalah olahraga yang dimainkan dengan cara menendang bola menggunakan kaki, dalam permainan sepakbola dua kesebelasan yang berbeda merebutkan bola dengan bermaksud memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola.

Proses latihan dalam sepakbola dapat dilakukan dengan membina atlet-atlet berbakat sejak dini. Menurut (Jhon, 2007) mengatakan pembinaan sepakbola usia dini menjadi fokus utama untuk menghasilkan bibit-bibit pesepakbola berbakat dan berkualitas di kemudian hari. Proses pembinaan harus serius dan tidak instan. Keterampilan bermain sepakbola adalah menguasai teknik-teknik dasar bermain sepakbola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan dengan efektif dan efisien. (Irianto, 2010) mengatakan bahwa keterampilan bermain sepakbola merupakan kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan mendasar atau teknik dasar dalam permainan sepakbola secara efektif dan

efisien baik gerakan yang dilakukan tanpa bola maupun dengan bola. Pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar dalam bermain sepakbola, gerak atau teknik dasar permainan sepakbola meliputi gerak atau teknik tanpa bola dan gerak atau teknik dengan bola (Herwin, 2004). Gerak atau teknik tanpa bola merupakan gerak tanpa menggunakan bola yang dilakukan dalam permainan sepakbola seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit, dan berhenti tiba-tiba, sedangkan gerak atau teknik dengan bola merupakan gerak atau teknik dalam permainan sepakbola dengan menguasai bola yang meliputi kemampuan pengenalan bola dengan bagian tubuh (ball feeling), menendang bola (passing), menendang bola ke gawang (shooting), menggiring bola (dribbling), menerima dan menguasai bola (receiving and controlling the ball), menyundul bola (heading), gerak tipu (feinting), merebut bola (sliding tackle-sliding), melempar bola kedalam (throw-in) dan menjaga gawang (goal keeping). Teknik-teknik dalam sepakbola merupakan gerakan yang sangat kompleks. "Kompleksitas keterampilan sepakbola meliputi menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, melempar, dan menangkap bola" (Sucipto, 2000). Menurut (Garrat, 2017) keterampilan terbaik dalam sepakbola adalah kemampuan menguasai bola atau penguasaan bola. Untuk menguasai teknik-teknik dasar sepakbola tersebut tidaklah mudah. Sehingga membutuhkan proses latihan yang lama dan intensif agar seseorang dapat mahir dalam menguasai teknik-teknik tersebut. Dalam permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang paling dominan di gunakan adalah passing. passing memiliki tujuan yaitu mengoper/mengumpan bola pada teman satu tim agar dapat menciptakan ruang, sehingga pemain dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain bertahan. Asumsi peneliti bahwa dalam permainan sepakbola kemampuan passing sangatlah penting karena dengan passing yang tepat dan akurat maka dalam mengumpan bola kepada teman akan mudah diterima dan dikuasai, sehingga bola tidak mudah hilang atau direbut lawan. Dengan kemampuan passing yang baik dengan sedikit kesalahan bisa membuat suatu permainan menjadi semakin menarik untuk ditonton.

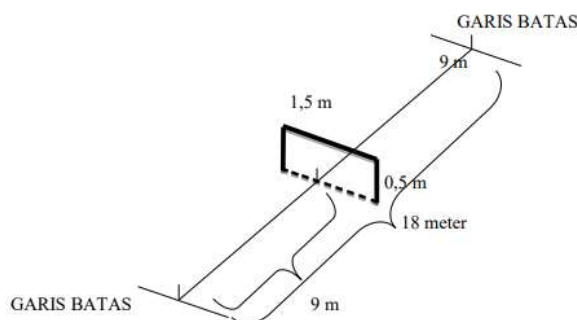
Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di SSB Ksatria Solo usia 10-12 tahun. Peneliti menemukan fakta bahwa siswa belum mampu melakukan passing secara tepat atau akurasi passing masih sangat rendah. Hal ini ditunjukkan pada saat bermain, banyak siswa yang melakukan kesalahan dalam Passing, antara lain: passing tidak sampai kepada teman, passing yang terlalu kencang sehingga teman sulit untuk menguasai bola, passing yang tidak tepat ke arah teman sehingga salah memberi umpan. Selain berdasarkan observasi langsung, peneliti juga telah melakukan test keterampilan teknik dasar passing siswa SSB Ksatria usia 10 sampai 12 tahun. Dari hasil test awal ditemukan hasil bahwa penguasaan keterampilan teknik dasar passing siswa di SSB Ksatria Solo masih kurang. Terdapat beberapa faktor yang mengakibatkan rendahnya keterampilan passing siswa dalam bermain sepakbola, diantaranya: intensitas latihan, frekuensi latihan, bakat, fasilitas, pelatih, motivasi, dan salah satunya adalah variasi latihan. Kurangnya variasi di dalam latihan menjadi penyebab anak merasa jenuh dan sering melakukan kesalahan yang mendasar dalam melakukan passing di saat latihan maupun pertandingan. Untuk mendapatkan hasil latihan yang maksimal dibutuhkan lebih banyak variasi latihan Hecimovich (2018: 554). Peneliti juga melakukan analisis kebutuhan penelitian dengan cara wawancara langsung kepada siswa, orang tua siswa, dan pelatih. Dari hasil analisis kebutuhan yang peneliti lakukan ditemukan bahwa siswa mengalami kebosanan dalam latihan, hal ini dikarenakan variasi latihan yang kurang variatif. Dibutuhkannya model latihan yang kreatif, inovatif, dan variatif agar dapat meningkatkan motivasi latihan siswa, sehingga keterampilan teknik dasar passing meningkat. Salah satu model latihan yang dapat digunakan dalam proses latihan di SSB Ksatria Solo adalah latihan passing segi empat. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti ingin mengetahui "Pengaruh Latihan Passing Segi Empat terhadap Teknik Dasar Passing Siswa Putra di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo Usia 10-12 Tahun".

2. Metode

Penelitian ini akan dilaksanakan di Sekolah Sepakbola Ksatria Solo. Waktu penelitian dimulai dari bulan Agustus-Oktober 2021. Metode penelitian yang

digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis eksperimen. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*The One Group Pretest Post-test Design*” atau tidak adanya grup kontrol (Sukardi, 2009: 18). Metode eksperimen dengan sampel tidak terpisah maksudnya peneliti hanya memiliki satu kelompok saja, yang diukur dua kali, pengukuran pertama (*pretest*) dilakukan sebelum subjek diberi perlakuan, kemudian perlakuan (*treatment*), yang akhirnya ditutup dengan pengukuran kedua (*post-test*). Populasi merupakan subjek dalam penelitian. Sugiyono (2017: 55) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Sepakbola Ksatria Solo. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa Sekolah Sepakbola Ksatria Solo usia 10 sampai 12 tahun yang berjumlah 20 orang. Teknik adalah cara atau sistem mengerjakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu. Adapun pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan (Nazir, 2013). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik tes yaitu *pretest* dan *post-test*. Instrumen penelitian merupakan alat ukur dalam proses pengumpulan data. Menurut (Ali, 2010) instrumen pengumpulan data adalah alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data dari sebuah penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes pengukuran yaitu pengukuran awal (*pretest*) dan pengukuran akhir (*post-test*). Instrumen yang akan digunakan yaitu tes keterampilan bermain sepakbola yang disusun oleh (Subagyo Irianto, 2010) berbentuk tes “*passing* rendah menuju sasaran”. Tes ini dimaksudkan untuk mengukur ketepatan *passing* bawah menggunakan kaki bagian dalam. Bentuk instrumen yaitu gawang kecil yang berbentuk bidang yang menjadi sasaran dengan ukuran lebar 1,5 m dan tinggi pancang 0,5 m dengan jarak penendang dari gawang 9 m dan garis di belakang gawang juga 9 m dan garis batas sah 1,5 m. *Passing* dikatakan sah atau dianggap masuk apabila masuk pada bidang sasaran, mengenai batas atas dan atau mengenai pancang, dan kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas

belakang gawang (jarak 9 m). Bentuk penilaian adalah masing-masing sampel melakukan 10 kali tendangan. Apabila bola masuk dan sesuai ketentuan, maka nilai/point 1, jika tidak sesuai mengenai sasaran atau tidak sesuai ketentuan maka nilai atau poin 0.



Gambar 1. Instrumen tes passing sepak bola

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif, data yang diperoleh selanjutnya dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun ini dilaksanakan dari tanggal 31 Januari 2022 sampai 9 Maret 2022. *Pretest* diambil pada tanggal 31 Januari 2022 dan *Post-test* pada tanggal 9 Maret 2022. *Treatment* dilakukan 16 kali dengan frekuensi latihan 3 (tiga) kali dalam satu Minggu, yaitu pada hari Senin, Rabu, dan Jum'at. Hasil *pretest* dan *post-test* kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di Sekolah Sepak bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun disajikan sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Penelitian *Pretest* dan *Post-test*

No	Nama	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	Selisih
1	Rendy	3	9	6
2	Gilang	6	9	3
3	Fano	4	9	5
4	Aron	5	7	2
5	Bram	7	8	1
6	Nasrul	8	10	2

7	Angga	7	10	3
8	Lana	8	8	0
9	Davin	7	9	2
10	Abi	3	6	3
11	Jonatan	7	10	3
12	Joshua	8	9	1
13	Zaki	9	9	0
14	Hakim	7	9	2
15	Najib	6	8	2
16	Kaka	7	9	2
17	Rafka	2	5	3
18	Fatih	8	7	-1
19	Gio	7	8	1
20	Sendy	6	8	2

Berikut ini hasil analisis *deskriptif statistic* dari data hasil penelitian *pretest* dan *post-test* pengaruh latihan *Passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun:

Tabel 2. *Descriptive Statistics*

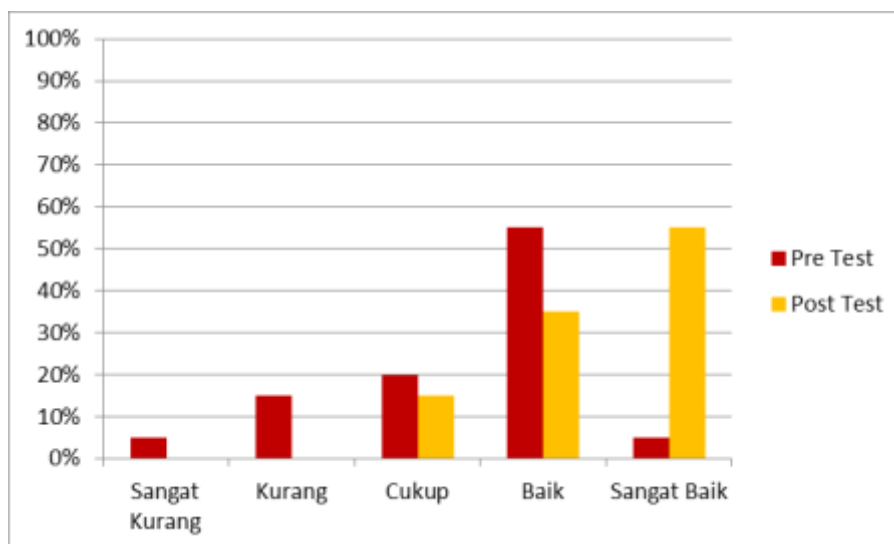
Statistik	<i>Pre Test</i>	<i>Post-test</i>
N	20	20
Range	7	5
Minimum	2	5
Maximum	9	10
Mean	6,25	8,35
Std. Deviation	1.916	1.309
Variansi	3.671	1.713

Data hasil penelitian *pretest* dan *post-test* pengaruh latihan *Passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun, selanjutnya disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Berikut tabel penyajian data distribusi frekuensi:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penelitian

No	Interval	Kategori	<i>Pre Test</i>		<i>Post-test</i>	
			F	%	F	%
1	0	Sangat Kurang				
2	1					
3	2		1	5%		
4	3	Kurang	2	10%		
5	4		1	5%		

6	5	Cukup	1	5%	1	5%
7	6		3	15%	1	10%
8	7	Baik	7	35%	2	10%
9	8		4	20%	5	25%
10	9	Sangat Baik	1	5%	8	40%
11	10				3	15%
Total			20	100	20	100



Gambar2. Diagram Batang *Pretest* dan *Post-test* Penelitian

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi dan diagram batang pengaruh latihan *Passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun di atas, maka dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Hasil penelitian uji *pretest* terdapat 1 atlet atau 5% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *sangat kurang*, 3 atlet atau 15% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori kurang, 4 atlet atau 20% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori cukup, 11 atlet atau 55% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori baik, dan 1 atlet atau 5% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori sangat baik. Sedangkan, Hasil penelitian uji *post-test* terdapat 2 atlet atau 10% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori cukup, 7 atlet atau 35% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori baik, dan 11 atlet atau 55% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori sangat baik. Maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat terdapat

pengaruh latihan teknik dasar *Passing* terhadap kemampuan teknik *Passing* atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun

Tabel 4. Data Uji Normalitas

Unstandardized Residual		
N		20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	1.09234099
Most Extreme Differences	Absolute	.095
	Positive	.093
	Negative	-.095
Test Statistic		.095
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200^{c,d}

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh dari perhitungan uji normalitas menggunakan program SPSS 25 adalah 0,2 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi *normal*.

Tabel 5. Data Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on Mean	2.436	1	38	.127
Based on Median	.901	1	38	.349
Based on Median and with adjusted df	.901	1	34.470	.349
Based on trimmed mean	2.260	1	38	.141

Berdasarkan hasil uji homogenitas pada table di atas, maka dapat disimpulkan bahwa nilai signifikansi yang adalah 0,127 > 0,05 sehingga distribus data dapat dinyatakan homogen. Dari kesimpulan tersebut, maka pengujian data dapat dilanjutkan dengan Uji T.

Tabel 6. Paired Samples Statistics

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	6.2500	20	1.91600	.42843
	Post-test	8.3500	20	1.30888	.29267

Berdasarkan tabel *paired samples statistics* di atas menunjukan perbedaan nilai *mean* pada variabel data *pretest* dan *post-test*. Nilai *mean pretest* sedangkan nilai *mean post-test* 8.3500, maka nilai *mean* bernilai positif sehingga terdapat peningkatan sebesar 21.00 yang berarti terdapat peningkatan latihan *Passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun.

Tabel 1. Paired Samples Test

Paired Differences									
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest-Post-test	-2.10000	1.61897	.36201	-2.85770	-1.34230	-5.801	19	.000

Dari tabel *paired sampel t test* di atas nilai signifikasi **Sig. (2-tailed)** adalah **0,00 < 0,05** maka adanya perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *post-test*, sehingga H_0 ditolak. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di sekolah sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun.

Passing merupakan salah satu teknik dalam olahraga sepakbola yang memiliki peran sangat penting dalam permainan. *Passing* berperan untuk menghubungkan satu pemain dengan pemain lainnya. Sepakbola merupakan permainan tim atau permainan kolektif, untuk menjalankan sebuah taktik pemain harus memiliki kualitas kemampuan *Passing* yang sangat baik. Sebab, jika salah satu pemain tidak memiliki kualitas *Passing* yang baik, tim tidak akan dapat menjalankan taktik dengan baik. Irianto (2010 :17) *Passing* bertujuan untuk mengumpan bola pada teman satu tim untuk membuka ruang, tidak mudah kehilangan bola sehingga dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain bertahan.

Dari observasi yang peneliti lakukan di SSB Ksatria Solo usia 10-12 tahun. Peneliti menemukan fakta bahwa siswa belum mampu melakukan *Passing* secara tepat atau akurasi *Passing* masih sangat rendah. Hal ini ditunjukkan pada saat bermain, banyak siswa yang melakukan kesalahan dalam *Passing*, antara lain: *Passing* tidak sampai kepada teman, *Passing* yang terlalu kencang sehingga teman sulit untuk menguasai bola, *Passing* yang tidak tepat ke arah teman sehingga salah memberi umpan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan dengan latihan *Passing* berpasangan terhadap kemampuan *Passing* bawah siswa Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun. Adapun tahapan penelitian yang telah dilakukan adalah (1) tahap pertama yaitu pengujian awal atau *pretest* dengan tujuan supaya kemampuan *Passing* bawah atlet dapat diketahui, (2) tahap kedua adalah pemberian *treatment* latihan *Passing* segi empat sebanyak 16 kali pertemuan, (3) tahap ketiga *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan kemampuan *Passing* bawah terhadap subjek yang diberi perlakuan.

Penelitian pengaruh latihan *Passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun yang telah dilaksanakan dari tanggal 31 Januari 2022 sampai 9 Maret 2022. Dengan sampel yang berjumlah 20 anak yang diberikan *treatment* sebanyak 16 kali dengan frekuensi latihan

3 (tiga) kali dalam satu Minggu, yaitu pada hari Senin, Rabu, dan Jum'at. Sebelum diberikan *treatment* yang berupa latihan segi empat, peneliti melakukan diuji *pretest* terhadap sampel, *pretest* diambil pada tanggal 31 Januari 2022.

Berdasarkan uji *pretest* diperoleh hasil sebagai berikut: 1 anak memperoleh nilai 2, 2 anak memperoleh nilai 3, 1 anak memperoleh nilai 4, 1 anak memperoleh nilai 5, 3 anak memperoleh nilai 6, 7 anak memperoleh nilai 7, 4 anak memperoleh nilai 8, dan 1 anak memperoleh nilai 9. Selanjutnya uji *post-test* yang dilaksanakan pada tanggal 9 Maret 2022 diperoleh hasil 1 anak memperoleh nilai 5, 1 anak memperoleh nilai 6, 2 anak memperoleh nilai 7, 5 anak memperoleh nilai 8, 8 anak memperoleh nilai 9, dan 3 anak memperoleh 10. Data *pretest* dan *post-test* selanjutnya dianalisis menggunakan teknik analisis data distribusi frekuensi, hasil analisis data ditemukan bahwa 1 atlet atau 5% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *sangat kurang*, 3 atlet atau 15% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *kurang*, 4 atlet atau 20% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *cukup*, 11 atlet atau 55% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *baik*, dan 1 atlet atau 5% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *sangat baik*. Sedangkan berdasarkan uji *post-test* diperoleh hasil analisis bahwa terdapat 2 atlet atau 10% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *cukup*, 7 atlet atau 35% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *baik*, dan 11 atlet atau 55% yang memiliki hasil tendangan dengan kategori *sangat baik*.

Selain analisis data menggunakan distribusi frekuensi, peneliti juga melakukan analisis dengan menggunakan *uji paired sampel t test*. Hasil dari uji *paired sampel t test* diperoleh nilai signifikansi Sig. (2-tailed) adalah 0,00. Apabila nilai signifikansi (2-tailed) < 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir atau perbedaan antara data *pretest* dan *post-test*. Hasil *uji paired sampel t test* diperoleh nilai signifikansi Sig. (2-tailed) $0,00 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Passing* segi empat terhadap kemampuan teknik dasar *Passing* atlet di sekolah sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh latihan Passing segi empat terhadap kemampuan teknik dasar passing atlet di Sekolah Sepak Bola Ksatria Solo usia 10-12 tahun. Peneliti memperoleh data hasil uji paired sampel t test yaitu nilai Sig. (2-tailed) $0,00 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak yang kemudian dianalisis sehingga ditemukan kesimpulan bahwa pemberian treatment latihan segi empat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing yang dimiliki siswa SSB Ksatria Solo usia 10-12 tahun.

5. Referensi

- Arikunto, Suharsimi. 2016. *Prosedur Penelitian: suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Awan, Hariono. (2006). *Metode Melatih Fisik Pencak Silat*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Garratt K, Aron M & Rob B. (2017). *Passing and Goal Scoring Characteristics in Australian A-League Football*. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. Vol. 17, Hal 77–85.
- Hecimovich M, Doug K, Alasdair D, Mason G & Myles M. (2018). *Youth Australian Footballers Experience Similar Impact Forces to the Head as Junior- and Senior-League Players: A Prospective Study of Kinematic Measurements*. Vol 17, Hal 547-556.
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Yogyakarta FIK UNY.
- Indra, P & Eddy, M. *Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih terhadap Keterampilan Bermain Sepak Bola Ssb Persika Jaya Sikabau*. *Jurnal Performa Olahraga*. Vol 5 No 1 (2020): Performa Olahraga.
- Irianto, Djoko P. 2002. *Dasar Kepelatihan*. FIK: Yogyakarta.
- Irianto Subagyo. (2010). *Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk Sekolah Sepak Bola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*.
- Kelly A, Mark RW, Daniel TJ & Craig AW. (2020). *Technical Testing And Match Analysis Statistics As Part Of The Talent Development Process In An English Football Academy*. *International Journal of Performance Analysis in Sport*.

- Lilik Sandyka. (2013). Perbedaan Latihan Passing Bawah Bervariasi Dan Latihan Passing Bawah Lurus Berhadapan Terhadap Ketepatan Passing Siswa SSB Garuda Muda KU 10-12 Tahun. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Luxbacher A. Joseph. (2008). Sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke, D. (2007). "Dasar-dasar Sepakbola". Bandung: Pakar Raya
- Muhajir. (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Erlangga.
- Naldi, I Y & Irawan, R. (2020). Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pada Atlet Ssb (Sekolah Sepakbola) Balai Baru Kota Padang . Jurnal Performa Olahraga. Vol 5 No 1 (2020): Performa Olahraga.
- Nazir, Moh. (2013). Metode Penelitian. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Priyanto Aris. (2014). Pengembangan Kreativitas pada Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain. Jurnal Ilmiah Guru.
- Rachmat Fadillah. (2009). Ayo Bermain Sepakbola. Kenanga Pustaka Indonesia.
- Ridwan, M., Gatot D & Nanang I. 2017. Upaya Meningkatkan Penguasaan Keterampilan Passing pada Permainan Sepakbola Melalui Pendekatan Taktis. Bravo's Jurnal Volume 5 No. 1 Tahun 2017.
- Rohim, A. (2008). Bermain sepak bola. Semarang: CV. Aneka Ilmu.
- Sigit Pratama. (2012). Pengaruh latihan small side game terhadap peningkatan keterampilan Passing bawah siswa SSB Selabora UNY kelompok usia 10- 12 tahun. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Soewarno. (2001). Sepakbola: Gerakan Dasar dan Teknik Dasar. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sucipto (2000). Sepakbola. Jakarta Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D- III .
- Sugiyono. (2017). Metodologi Penelitian Pendidikan. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sukardi. (2009). Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara

- Sumarsono, A & Ramadona, L.E.S. (2019). Sumbangan dua metode latihan agility terhadap koordinasi kaki pada pemain futsal. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)*. 1(2), 026-037.
- Prasetyo, HJ & Waskit ASP. (2021). Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Terhadap Akurasi Passing Siswa SSB U-16 Askatala. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga SMART SPORT*. Vol 19 No 1, Hal 33-38.
- Pujianto, Dian, Dkk. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman. *Journal Coaching Education Sport*. Vol.1, No.1, Hal (1-12).
- Putra, M., Dkk. (2020). Pengaruh Model Latihan Passing terhadap Akurasi Passing. *Jurnal Patriot*. Vol 2 No 4, Hal 1036-1046.
- Sukadiyanto, 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung
- Tarju & Wahidi, R. 2017. Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Passing Dalam Permainan Sepak Bola Timo. *Jurnal Olahraga*. Vol 2 No 2 (2017): JUARA: Jurnal Olahraga.
- Scheunemann. (2012). *Futsal for Winners Taktik dan Variasi Latihan Futsal*. Malang: Dioma.
- Sidik, NM, Kurniawan, F & Effendi, Rustam. 2021. Pengaruh Latihan Sepakbola Empat Gawang Terhadap Kemampuan Passing Stopping Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Islam Karawang. Vol 2 No 1 (2021): *Jurnal Literasi Olahraga*.
- Widdow, R & Buckle, P. (1982). *Sepakbola Keterampilan, Taktik dan Fakta*. Jakarta: Mertju Buana Football Club.
- Wahyu Dwiyanto. (2012). "Pengaruh Latihan Memantulkan Bola Ke Tembok Terhadap Kemampuan Passing Mendatar Siswa Sekolah Sepakbola Panji Putra Usia 10-12 Tahun". Skripsi: Yogyakarta: FIK UNY.