



**PENGARUH LATIHAN *PASSING GO* DAN *DRILL PASSING*
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN *PASSING*
DALAM SISWA SEKOLAH SEPAKBOLA PERSEMAN
KARANGANYAR U-14 TAHUN 2023**

Syafrie Zalprayoga¹, Slamet Sudarsono², Muh. Ikhwan Iskandar³

¹²³Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

Email : ¹ zlpryga22@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing go* dan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola perseman karanganyar U-14 tahun 2023.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen menggunakan desain penelitian ini "*The Two Group Pretest Posttest Design*" yakni rancangan penelitian eksperimen yang dilakukan pada dua kelompok berbeda yang mendapatkan latihan atau *treatment* yang berbeda. Sampel penelitian berjumlah 30 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang akan digunakan yaitu tes keterampilan bermain sepakbola berbentuk test "*Passing menuju sasaran*". Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif. Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS 21 yaitu yaitu dengan membandingkan mean antara kelompok 1 dan kelompok 2.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode *passing go* dan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu kelompok 1 $t_{hitung} = 4,934$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dan kelompok 2 $t_{hitung} = 7,483$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan metode *drill passing* lebih baik pengaruhnya daripada metode *passing go* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan *passing* dalam permainan sepakbola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode *passing go*) adalah 15,34% < kelompok 2 (kelompok yang mendapat *drill passing*) adalah 18,03%.

Kata Kunci: Latihan, *Passing*, Sepakbola

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of go passing and drill passing exercises on improving passing ability in Perseman Karanganyar U-14 football school students in 2023.

The type of research used in this research is an experiment using the research design "The Two Group Pretest Posttest Design" namely an experimental research design carried out on two different groups who received different training or treatment. The research sample consisted of 30 people. Sampling used a purposive sampling technique. The instrument that will be used is a football playing skills test in the form of a "Passing towards the target" test. The data analysis technique in this research uses quantitative data analysis. Hypothesis testing uses the t-test with the help of the SPSS 21 program, namely by comparing the mean between group 1 and group 2.



From the results of the data analysis, the following conclusions were obtained: (1) There is a significant difference in the influence between the passing go and drill passing methods on increasing passing ability in Perseman Karanganyar U-14 football school students in 2023. This is proven by the results of calculating the final tests for each group namely group 1 tcount = 4.934 is greater than ttable = 2.145 and group 2 tcount = 7.483 is greater than ttable = 2.145 with a significance level of 5%. (2) Drill passing method training has a better effect than the passing go method on increasing passing ability in Perseman Karanganyar U-14 football school students in 2023. Based on the percentage increase in passing ability in football games, it shows that group 1 (the group that received treatment with the passing method go) is 15.34% < group 2 (the group that received drill passing) is 18.03%.

Keywords: Training, Passing, Football

PENDAHULUAN

Sepakbola adalah permainan yang melibatkan semua unsur dengan bermain 11 vs 11. Pada dasarnya sepakbola adalah permainan yang dilakukan selama 90 menit sesuai aturan dan tujuan mencetak gol sebanyak-banyaknya, dimainkan dengan kaki dengan teknik yang cepat, efektif/efisien. Olah raga ini membutuhkan kerja sama tim, sehingga mempertinggi semangat bertanding dan berkembang sifat kebersamaan. *Passing* merupakan teknik dasar sepakbola. Apabila seorang tidak dapat melakukan *passing* dengan benar maka pola permainan dalam sebuah tim tidak dapat berkembang. Anak masih senang bermain, berikan mereka latihan yang menyenangkan agar anak merasa tertarik dengan disisipi program latihan yang bertujuan untuk memperbaiki atau melatih cara *passing* yang baik dan benar supaya akurat dan tepat sasaran. Menurut Sucipto (2000: 7), “Sepakbola merupakan permainan regu atau tim, dimana setiap tim terdiri dari sebelas. Permainan seluruhnya menggunakan kaki, tetapi hanya penjaga gawang boleh memakai tangan di daerahnya untuk mencegah gawang kemasukan bola”.

Sedangkan menurut Subagyo Irianto (2010 : 3), “Permainan Sepakbola yakni olahraga dengan cara menendang bola yang diperebutkan para pemain dari dua tim atau istilah lainnya kesebelasan yang berbeda, tujuannya untuk memasukan bola ke gawang tim lawan dan mempertahankan gawang sendiri supaya jangan sampai kebobolan”. “Menguraikan pengertian sepakbola secara sederhana yakni merupakan permainan regu yang melibatkan berbagai aspek, seperti fisik, teknik, taktik, serta mental”. (Herwin, 2006 : 78). Pengertian sepakbolah menurut Muhyi Faruq adalah “bentuk dari kegiatan fisik yang memberikan



manfaat pada kebugaran tubuh dan mental serta sosial yakni prestasi”. Pada kajian ini lebih menyoroti pada permainan dan olahraga sepakbola kaitannya dengan kebugaran tubuh.

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat dikalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia olahraga sepakbola sudah dikenal puluh-puluh tahun, tetapi belum mampu bersaing ditingkat dunia menurut Agus Salim (2007: 10), “sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan”.

Aktifitas permainan sepakbola ini merupakan aktifitas yang sangat digemari dan disenangi oleh para siswa terutama siswa laki-laki. Olahraga sepakbola ini memiliki perhatian khusus dari setiap siswa dan merupakan kegiatan permainan yang sangat menyenangkan. Permainan sepakbola sendiri selain menjadi aktifitas yang menyenangkan di sekolah juga merupakan aktifitas rutin yang dilakukan di masyarakat sehingga tidak heran aktifitas ini menjadi kegiatan rutin dan menjadikan salah satu pencetak atlet sepakbola berprestasi di Indonesia, sepakbola semakin semarak dengan diselenggarakannya kompetisi dalam negeri dari tingkat pemula remaja sampai senior dimana kompetisi tersebut dapat dijadikan sebagai event dalam meningkatkan kualitas sepakbola di Tanah Air dengan terselenggaranya kompetisi yang berkelanjutan dan pembinaan yang baik diharapkan akan mampu menghasilkan pemain-pemain handal yang dapat mengangkat prestasi sepakbola kita ditingkat nasional maupun internasional.

Sepakbola di Karanganyar sendiri berkembang dengan begitu cepat, yang setiap tahunnya diadakan Piala Askab Kabupaten Karanganyar dengan pesertanya adalah klub-klub internal dari desa-desa di Karanganyar sendiri dan peraturannya adalah harus ada pemain U-23 yang bermain minimal 3 orang. Dengan demikian, Karanganyar bisa memiliki bibit-bibit pemain yang nantinya dengan harapan bisa menjadi pemain profesional. Selain Piala Askab di Karanganyar terdapat banyak turnamen sepakbola yang digelar setiap tahunnya, seperti di desa-desa daerah karanganyar mengadakan turnamen sendiri, dengan contohnya Plumbon Cup, Sepanjang Cup, dan lain-lain. Karanganyar sendiri juga mempunyai sekolah sepakbola yang banyak untuk melatih bibit-bibit pemain sepakbola di usia dini.



Salah satu penentu keberhasilan menciptakan pemain-pemain handal dalam sepakbola adalah dengan pembinaan yang benar saat usia dini dengan memasukannya ke sekolah sepakbola (SSB). Sekolah sepakbola merupakan wadah pembinaan usia dini yang bertahap sehingga harus mempunyai komponen-komponen yang mendukung dalam proses pembinaan dalam SSB tersebut. Komponen-komponen yang mendukung dalam SSB antara lain, yaitu penanggung jawab, pelatih yang berkualitas, pengelolaan yang baik dari pengurus, kurikulum yang jelas dan fasilitas latihan yang memadai. SSB tujuan utamanya yaitu menampung dan memberikan kesempatan bagi para siswanya dalam mengembangkan potensi dan bakatnya agar menjadi pemain yang berkualitas, mampu bersaing dengan SSB lainnya, Diterima masyarakat serta mampu mempertahankan kelangsungan hidup organisasi tersebut. Disamping itu, SSB juga memberikan dasar yang kuat tentang cara bermain sepakbola yang baik dan benar, termasuk didalamnya membentuk sikap, kepribadian, dan prilaku yang baik, sedangkan pencapaian prestasi merupakan tujuan jangka panjang.

Sepakbola merupakan permainan beregu, walupun keahlian individu terkadang dibutuhkan dalam permainan ini namun kerja sama tim tetap yang paling penting. Jarang sekali menyaksikan seorang pemain bekerja sendiri sampai kegawang lawan untuk mencetak gol meskipun dengan kemampuan individunya yang sangat tinggi keberhasilan dalam pertandingan tetap tergantung dengan kerjasama antar pemain dan koordinasi dalam satu tim, dengan tujuan dapat selalu menguasai permainan dan menciptakan kesempatan untuk menghasilkan banyak gol ke gawang lawan. Untuk itu semua pemain harus memiliki kemampuan mengumpan dan menerima bola yang baik untuk bisa melakukan kerjasama yang baik dalam satu tim. Kemampuan ini harus saling melengkapi antara pemain yang satu dengan pemain lainnya.

Ketepatan dipengaruhi beberapa faktor baik internal maupun eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri subjek sehingga dapat di control oleh subjek. Faktor eksternal dipengaruhi dari luar subjek, tidak dapat dikontrol oleh diri subjek. Menurut Sukadiyanto (2005: 102-104), ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan antara lain: tingkat kesulitan, pengalaman, keterampilan sebelumnya, jenis keterampilan, perasaan, dan kemampuan mengantisipasi gerak. Faktor-faktor yang menentukan ketepatan adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang (internal) dan factor yang berasal dari



luar diri seseorang (eksternal). Faktor internal antara lain keterampilan (koordinasi, kuat lemah gerakan, cepat lambatnya gerakan, penguasaan teknik, kemampuan mengantisipasi gerak), dan perasaan (feeling, ketelitian, ketajaman indera). Sedangkan factor eksternal antara lain tingkat kesulitan (besar kecilnya jarak dengan sasaran), dan keadaan lingkungan.

Apa saja yang dibutuhkan seorang pemain untuk bisa bermain sepakbola dengan baik. Pertama adalah keunggulan fisik, yang meliputi: ketahanan (endurance), kekuatan (strength) dan kecepatan (speed). Ketahanan berarti kuat bermain selama waktu yang cukup panjang tanpa tersengal-sengal alias kehabisan nafas (ketahanan aerobik). Kekuatan berarti otot-otot tubuh harus cukup kuat untuk menendang dengan keras, melempar bola cukup jauh, melakukan body charge dengan kuat, dan sebagainya. Adapun kecepatan bermakna bisa berlari dengan cepat (sprint) baik ketika membawa bola ataupun ketika tidak membawa bola. Bekal kedua adalah keterampilan (skill). Yang disebut dengan skill di sini terutama adalah fundamen (teknik-teknik dasar) sepakbola, yang meliputi mengumpan dan menerima (*passing and receiving*), menembak (*shooting*), mengontrol bola dengan berbagai anggota badan, melindungi bola, dan menggiring (*dribbling*). Ketiga, membutuhkan kerjasama (teamwork). Sebuah tim akan bermain dengan baik jika semua pemain saling bekerjasama dengan jalinan komunikasi yang baik. Tidak ada yang egois. Semuanya bermain untuk tim. Keempat, taktik dan strategi yang baik.

Permainan sepakbola memiliki beberapa teknik dasar yaitu *passing*, *controlling*, *dribbling*, *shooting* dan *heading*. Namun pada penelitian ini peneliti hanya membahas tentang teknik *passing*. Menurut Koger (dalam Perdana, dkk 2017), "*passing* berarti memindahkan bola dari kaki anda ke kaki pemain lain dengan cara menendangnya. Dalam permainan sepakbola, *passing* menggunakan kaki bagian dalam lebih sering digunakan karena kaki bagian dalam lebih lebar, sehingga pemain lebih mudah saat melakukan *passing* dan bisa tepat mengarahkan ke pemain lain". Mielke (2007), menyatakan bahwa "kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam karena di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan control bola yang lebih baik". Menurut pendapat Joseph A. Luxbacher (2012: 11), *Passing* memiliki pengertian mengoperkan bola pada teman. *Passing* atau operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang dioperkan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu. Jadi



dapat disimpulkan bahwa melakukan teknik *passing* yang benar harus dimiliki oleh setiap pemain sepakbola dengan tujuan untuk memindahkan bola dan untuk mengatur tempo permainan sehingga permainan menjadi taktis dan efektif.

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini :

1. Adakah pengaruh latihan *passing go* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023?
2. Adakah pengaruh latihan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023?
3. Manakah dari kedua latihan tersebut yang lebih baik terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023?

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui :

1. Pengaruh latihan *passing go* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023.
2. Pengaruh latihan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023.
3. Jenis latihan yang lebih berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 Tahun 2023.

TINJAUAN PUSTAKA

1. Hakikat Sepakbola

Menurut Nawan Primasoni, Sulistiyono, (2018: 1) sepakbola adalah permainan sederhana, yang dimainkan oleh 11 pemain dalam dua regu, dan kedua tim tersebut sama-sama berupaya mencetak gol dan mencegah terjadinya kemasukan ke gawangnya sendiri. Semua bermain menggunakan seluruh anggota tubuhnya tanpa menggunakan tangan, yang bukan penjaga gawang. “Dengan demikian sepakbola dapat dikatakan permainan yang dilakukan selama 2x45 menit dengan melibatkan semua unsur kondisi fisik, dan menggunakan teknik yang baik dan benar, dan permainan dilakukan dengan beregu dan setiap regunya terdiri dari 11 pemain”. (Subagyo Irianto. 2016: 7-8). Menurut Joseph A.



Luxbacher (dalam Santoso 2014), menyatakan bahwa “pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 pemain. Masing-masing tim mempertahankan gawang dan berusaha menjebol gawang lawan. Selain berusaha mempertahankan dan mencetak gol sepakbola juga bertujuan sebagai sarana hiburan dan pendidikan”. Mielke (dalam Soekirno, dkk 2017), menyatakan bahwa “sepakbola sejatinya merupakan permainan tim. Manfaat dan tujuan dari olahraga sepakbola adalah sebagai sarana hiburan, pendidikan, melatih kerjasama atau organisasi, dan prestasi”.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka dapat di simpulkan bahwa 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 memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan - peraturan yang telah ditentukan.

2. Hakikat Keterampilan Bermain Sepakbola

Keterampilan bermain sepakbola adalah menguasai teknik-teknik dasar bermain sepakbola dan mampu mengaplikasikannya ke dalam sebuah permainan dengan efektif dan efisien. Menurut Sucipto, (2000 : 12), “Teknik-teknik dalam bermain sepakbola merupakan gerakan yang sangat kompleks. Kompleksitas keterampilan sepakbola meliputi menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, melempar, dan menangkap bola. Sehingga membutuhkan proses latihan yang lama dan intensif agar seseorang dapat mahir dalam menguasai teknik-teknik tersebut”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain sepakbola adalah kemampuan serta kesanggupan seorang pemain dalam menguasai teknik teknik dasar sepakbola dan mengaplikasikannya ke dalam permainan sepakbola dengan efektif dan efisien.

3. Hakikat Sekolah Sepakbola (SSB)

SSB adalah sekolah yang mempelajari tentang permainan sepakbola dan merupakan sebuah organisasi olahraga khususnya sepakbola yang berfungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet serta menjadi wadah pembinaan sepakbola usia dini. Sekolah sepakbola merupakan wadah pembinaan sepakbola usia dini yang bertahap sehingga harus mempunyai komponen-komponen yang mendukung dan dipenuhi oleh SSB tersebut. Komponen-



komponen dalam SSB antara lain, yaitu penanggung jawab, pelatih yang bersertifikat, kurikulum, alat dan fasilitas latihan. SSB tujuan utamanya yaitu menampung dan memberikan kesempatan bagi para siswanya dalam mengembangkan potensi dan bakatnya agar menjadi pemain yang berkualitas, mampu bersaing dengan SSB lainnya, diterima masyarakat serta mampu mempertahankan kelangsungan hidup organisasi tersebut. Dengan demikian yang dimaksud SSB dalam penelitian ini adalah suatu organisasi olahraga khususnya sepakbola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi atlet yang berkualitas dalam sepakbola.

4. Teknik *Passing* Sepakbola

a. Teknik *Passing-inside-of-the-foot*

Inside the-Foot merupakan keterampilan mengoper bola yang paling dasar yang harus dimengerti dan dikuasai seorang pemain sepakbola. Teknik *passing* ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 yard. *Passing-inside-of-the-foot* dilakukan dengan cara:

- 1) Berdiri menghadap target.
- 2) Letakkan kaki yang menahan keseimbangan disamping bola.
- 3) Arahkan kaki ke target.
- 4) Ayunkan kaki yang akan menendang ke depan.
- 5) Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam.
- 6) Pindahkan berat badan kedepan.
- 7) Lanjutkan gerakan searah dengan bola.

b. Teknik *Passing Outside-of-the-Foot*

Teknik operan (*Passing*) *Outside-of-the-Foot* merupakan teknik *passing* yang biasa dilakukan saat pemain harus melakukan operan sambil menggiring bola dengan kecepatan tinggi, atau saat pemain ingin mengoper bola secara diagonal kearah kanan atau kiri. Teknik ini digunakan untuk menggerakkan bola pada jarak pendek atau menengah. Teknik operan (*Passing*) *Outside-of-the-Foot* dapat dilakukan dengan cara :

- 1) Letakkan kaki yang menahan keseimbangan sedikit disamping belakang bola.
- 2) Arahkan kaki ke depan.
- 3) Tekukkan lutut kaki.



- 4) Ayunkan kaki yang akan menendang kebelakang dibelakang kaki yang menahan keseimbangan.
- 5) Tendang bola dengan bagian samping luar.
- 6) Pindahkan berat badan kedepan.

c. Teknik *Passing Instep*

Teknik operan instep merupakan teknik mengoper bola atau menggerakkan bola. Kura-kura kaki adalah bagian dari kaki yang ditutupi dengan tali sepatu yang menyediakan permukaan yang keras dan rata untuk menendang bola. Ketiga Teknik tersebut harus dikuasai dengan baik agar memiliki ketepatan *passing* yang baik juga. Karena dengan ketepatan *passing* yang baik maka, permainan dalam sepakbola menjadi lebih baik Teknik operan instep dapat dilakukan dengan cara :

- 1) Dekati bola dari belakang pada sudut yang tipis
- 2) Letakkan kaki yang menahan keseimbangan disamping bola.
- 3) Arahkan kaki ke target.
- 4) Pindahkan berat badan ke depan.
- 5) Kaki yang akan menendang di sentakkan dengan kuat.
- 6) Tendang bagian tengah bola dengan bagian kura-kura kaki.
- 7) Lanjutkan Gerakan searah dengan bola.

d. Latihan *Pass Go*

Pass Go adalah teknik *passing* yang biasa dilakukan saat pemain harus melakukan operan sambil berlari dengan kecepatan tinggi, atau saat pemain ingin mengoper bola secara diagonal kearah kanan atau kiri. Teknik ini digunakan untuk menggerakkan bola pada jarak pendek atau menengah. Latihan Pass Go dapat dimulai dengan berdiri, *passing*, berpindah tempat, dan sambil berlari, baik dalam bentuk menahan bola, menggulirkan bola, dengan seluruh bagian kaki. Latihan Pass Go memiliki beberapa keuntungan yang bisa diperoleh misalnya, latihan ini tidak membutuhkan tempat yang luas dan berpasangan.

Latihan pass go adalah gerakan latihan mengoper bola dengan berlari mengikuti alur operan bola sehingga pantulan bola dilakukan secara berulang-ulang dengan arah dan tujuan yang sama. Dengan menggunakan metode latihan pass go secara berturut-turut



dari awal sampai akhir, akan memberikan efek terhadap peningkatan kemampuan ketepatan passing dan peningkatan tersebut dapat dilihat setelah beberapa proses latihan yang dilakukan secara berkelanjutan dan terprogram. Teknik pelaksanaan pass go adalah sebagai berikut: (1) Posisi kaki sama pada saat melakukan tendangan dengan menggunakan kaki dalam, punggung kaki maupun kura-kura, (2) Kaki untuk menendang diayunkan seperti menendang sehingga sampai ke sasaran, (3) Setelah melakukan operan pemain berlari ke arah bola yang dioper dan berada di belakang pemain yang diberi bola, (4) Pemain yang mendapat bola kembali mengoper ke arah depan yang berhadapan, (5) Kegiatan dilakukan berulang-ulang.

e. Latihan *Drill passing*

Model latihan ini dapat dilakukan dengan cara berpasangan sehingga memudahkan siswa untuk melakukannya. Siswa melakukan passing dengan target teman pasangannya dan dilakukan secara terus menerus. Dapat disimpulkan latihan dengan latihan Drill merupakan latihan yang dilakukan secara berkesinambungan tanpa diselingi istirahat atau diselingi dengan istirahat tetapi dengan periode yang sangat pendek. Dengan melakukan *passing* secara berulang-ulang maka akan menimbulkan berupa daya ingat dalam jangka pendek pada seorang siswa (short memory). Short memory ini berfungsi sebagai penyimpan informasi dalam waktu yang singkat sehingga memberikan umpan balik yang baik yang disebabkan memori yang kuat akan konsep gerak yang dipelajari. Metode latihan Drill memiliki kelebihan sebagai berikut:

- 1) Meningkatnya memori gerak sehingga memori gerakan yang dilakukan sebelumnya masih membekas dalam diri pemain.
- 2) Latihan dapat dilakukan secara lebih maksimal karena waktu istirahat yang cukup pendek.
- 3) Dengan istirahat yang pendek, maka dapat meningkatkan pola gerakan keterampilan teknik dasar sekaligus membentuk daya tahan fisik yang lebih baik.

Sedangkan kekurangan latihan Drill antara lain:

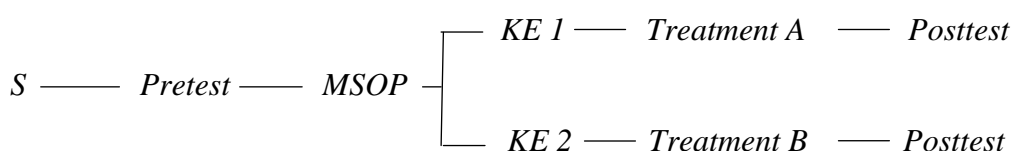
- 1) Siswa mudah kelelahan, hal ini disebabkan prinsip metode latihan Drill dilakukan dengan latihan yang kontinyu.
- 2) Pengontrolan dan perbaikan teknik gerakan sulit dikoreksi karena waktu istirahat yang sangat pendek atau bahkan hampir tidak ada waktu istirahatnya.



METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu. Tujuan penelitian eksperimen menurut Sumadi Suryabrata (2002: 32) adalah untuk menyelidiki kemungkinan saling berhubungan sebab akibat dengan cara mengenakan kepada satu atau lebih kelompok eksperimen satu atau lebih kondisi perlakuan dan membandingkan hasilnya dengan satu atau lebih kelompok control yang tidak dikenai kondisi perlakuan.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan teknik tes dalam pengambilan datanya. Pembagian kelompok dalam penelitian ini dengan cara *ordinal pairing*. Rancangan dalam penelitian menggunakan "*Pretest-Posttest Design*". rancangan penelitian sebagai berikut :



Gambar 1. Rancangan penelitian

Keterangan :

- S = Sampel
- Pretest = Tes hasil Kemampuan *Passing*
- MSOP = Matched Subject *Ordinal pairing*
- KE 1 = Kelompok 1 (K1)
- KE 2 = Kelompok 2 (K2)
- Treatment A = Latihan *passing go*
- Treatment B = Latihan *drill passing*
- Posttest = Tes akhir hasil Kemampuan *Passing*

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan sepakbola Raden Mas Said Karanganyar, adapun waktu pelaksanaannya dari September 2023 sampai November 2023 dengan jadwal latihan hari Selasa dan Kamis jam 15.30, serta Minggu jam 07.00 WIB. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SSB Perseman Karanganyar usia 14 Tahun yang berjumlah 30 orang. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, teknik ini didasarkan atas tujuan tertentu. Yang dimaksud sampel dalam penelitian ini yaitu :

- a. Siswa SSB Perseman Karanganyar.



- b. Berusia 14 tahun.
- c. Minimal telah mengikuti latihan selama 6 bulan.

Seluruh sampel tersebut dikenai *Pretest* untuk menentukan kelompok treatment, diranking nilai *pretestnya*, kemudian dipasangkan (*matched*) dengan pola A-B-B-A dalam dua kelompok dengan anggota masing-masing 15 siswa. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, Kelompok A diberi perlakuan latihan *passing go* dan Kelompok B diberi latihan *drill passing*.

Tabel 1 Kelompok Perlakuan

<i>Pretest</i>	Kelompok	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Tes Kemampuan <i>Passing</i>	A	Latihan <i>Passing Go</i>	Tes Kemampuan <i>Passing</i>
Tes Kemampuan <i>Passing</i>	B	Latihan Dril <i>Passing</i>	Tes Kemampuan <i>Passing</i>

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 101), “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.” Instrumen yang digunakan yaitu tes modifikasi ketepatan *passing* sepakbola. Tes yang dilakukan untuk mengukur kemampuan teknik ketepatan *passing* dari tes *passing* Suparjo (2009) dalam (Dharmawan Effendy, 2015: 38). Prosedur pelaksanaan tes adalah sebagai berikut:

1. Tujuan

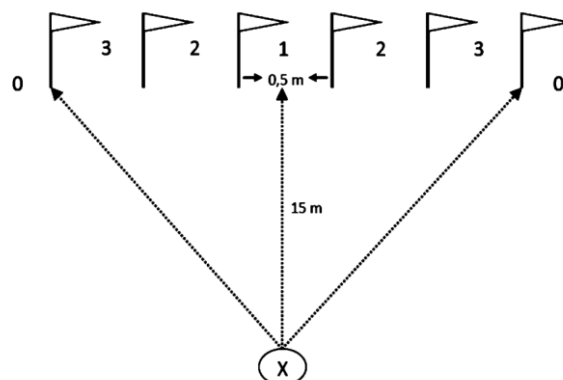
Untuk mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam melakukan short pass secara tepat dan cepat.

2. Alat dan fasilitas yang terdiri atas :

- a. Lapangan: datar, rata, tidak licin.
- b. Peluit, bola sepak (5 buah), gawang/cone sebagai penanda sasaran, formulir dan alat tulis.

3. Pelaksanaan:

- a. Peserta tes berdiri di belakang garis yang sudah ditentukan.
- b. Pada saat mendengar peluit, peserta tes menendang bola dengan kaki terbaik menggunakan kaki bagian dalam ke arah sasaran.
- c. Penilaian: Setiap siswa menendang 5 kali kesempatan kemudian dijumlahkan.



Gambar 2 Tes *Passing Suparjo* (2009) Dalam (Dharmawan Effendy, 2015: 38).

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan reliabilitas dan uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu uji prasyarat dalam penelitian ini diuji normalitas dan uji homogenitas data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Data Penelitian *Passing Go*

Hasil *pretest* dan *posttest* latihan *passing go* dan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023, menggunakan metode latihan *passing go* disajikan pada data berikut :

Tabel 2. Hasil Penelitian *Pretest* dan *Posttest*

Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Selisih
Rama	14	14	0
Yadan	12	14	2
Azis	12	12	0
Jeco	11	13	2
Bagas	11	12	1
Fajar	9	12	3
Bisma	9	9	0
Alvin	8	10	2
Vano	8	11	3
Calief	8	9	1
Arvino	7	8	1
Restu	6	6	0
Juna	6	8	2
Bambang	5	6	1



Adin	4	6	2
Mean	8.67	10	1.33
Minimal	4	6	
Maksimal	14	14	
Standar Deviasi	2.87	2.82	

2. Deskripsi Data Penelitian *Drill passing*

Hasil *pretest* dan *posttest* latihan *passing go* dan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023, menggunakan metode latihan *Drill passing* disajikan pada data berikut :

Tabel 3 Hasil Penelitian *Pretest* dan *Posttest*

NAMA	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Selisih
Sandi	14	14	0
Alan	13	14	1
Nawang	12	13	1
Rudi	12	13	1
Bayu	10	12	2
Anas	10	13	3
Arya	9	10	1
Arul	8	10	1
Fato	8	9	1
Tristan	8	10	2
Akbar	7	8	1
Toni	7	9	2
Alim	6	8	2
Fauzi Akbar	5	7	2
Munib	4	7	3
Mean	8.87	10.47	1.6
Minimal	4	7	
Maksimal	14	14	
Standar Deviasi	2.94	2.50	



Berikut ini hasil analisis *rata-rata* dari data hasil penelitian *pretest* dan *posttest* latihan *passing go* dan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023:

Tabel 4. Rata-Rata Kemampuan *Passing*

	Mean <i>Pretest</i>	Mean <i>Posttest</i>	Selisih	N
Kelompok 1	8.67	10	1.33	15
Kelompok 2	8.87	10.47	1.6	15

3. Uji Reliabilitas

Tabel 5 *Range* Kategori Reliabilitas

Kategori	Validitas	Reliabilitas	Obyektivitas
Tinggi Sekali	0,80 – 1,00	0,90 – 1,00	0,95 – 1,00
Tinggi	0,70 – 0,79	0,80 – 0,89	0,85 – 0,94
Cukup	0,50 – 0,69	0,60 – 0,79	0,70 – 0,84
Kurang	0,30 – 0,49	0,40 – 0,59	0,50 – 0,69
Tidak Signifikan	0,00 – 0,39	0,00 – 0,39	0,00 – 0,49

Tabel 6 Hasil Uji Reliabilitas Tes *Passing*

Hasil Tes	<i>Cronbach's alpha</i>	Taraf Signifikan	Keterangan
Tes Awal <i>Passing</i>	0,952	0,6	Tinggi Sekali
Tes Akhir <i>Passing</i>	0,911	0,6	Tinggi Sekali

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa data tes awal *passing* 0,952, tes akhir *passing* 0,911, dengan nilai signifikan 0,6. Oleh karena nilai *Cronbach's alpha* tes awal *passing* 0,952 > 0,5 maka instrumen dikatakan reliabel dan nilai *Cronbach's alpha* tes akhir *passing* 0,911 > 0,6 maka instrumen juga dikatakan reliabel. Jadi kedua variabel tersebut dikatakan reliabel maka analisis data dapat dilanjutkan.

4. Uji Normalitas



Tabel 7 Uji Normalitas

	<i>Pretest</i>	Keterangan	<i>Posttest</i>	Keterangan
Kelompok 1	0,847 > 0,05	Normal	0,197 > 0,05	Normal
Kelompok 2	0,831 > 0,05	Normal	0,115 > 0,05	Normal

Hasil uji normalitas dari data ketepatan *passing* kedua kelompok sebelum diberikan latihan, untuk kelompok 1 menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,847 > 0,05$ ($p > 0,05$) dan kelompok 2 $0,831 > 0,05$ ($p > 0,05$) yang berarti distribusi data tersebut normal berdasarkan *Shapiro-Wilk*. Setelah diberikan latihan kepada kedua kelompok berupa *passing go* untuk kelompok 1 dan *drill passing* untuk kelompok 2. Hasil uji normalitas dari data kedua kelompok, untuk kelompok 1 menunjukkan nilai $0,197 > 0,05$ ($p > 0,05$) dan untuk kelompok 2 menunjukkan nilai $0,115 > 0,05$ ($p > 0,05$) yang berarti data tersebut berdistribusi normal.

5. Uji Homogenitas

Tabel 8 Uji Homogenitas

	<i>Pretest</i>	Keterangan	<i>Posttest</i>	Keterangan
ANNOVA	0,892 > 0,05	Homogen	0,601 > 0,05	Homogen

Hasil uji homogenitas dilakukan pada data kemampuan *passing* dari kedua kelompok sebelum diberikan adanya latihan dan sesudah latihan. Uji homogenitas menggunakan *uji anova* pada kedua kelompok, kelompok 1 *passing go* dan kelompok 2 *drill passing*. Perolehan nilai uji homogenitas dari data kemampuan *passing* menunjukkan nilai signifikansi $0,892 > 0,05$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan data kedua kelompok tersebut homogen atau setara. Setelah diberikan latihan kelompok 1 *passing go* dan kelompok 2 *drill passing*, menunjukkan nilai signifikansi $0,601 > 0,05$ ($p > 0,05$) yang berarti kedua kelompok juga homogen atau setara. Setelah memenuhi uji prasyarat analisis, kemudian dilakukan uji hipotesis.

6. Uji Hipotesis Latihan *Passing Go*

Tabel 9 Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok *Passing Go*

Kelompok	N	<i>Mean</i>	t _{hitung}	t _{tabel}
<i>Pretest</i>	15	8,67	4,934	2,145



<i>Posttest</i>	15	10,00		
-----------------	----	-------	--	--

Hasil uji hipotesis untuk kelompok *passing go* dapat dilihat bahwa $t_{hitung} 4,934 > t_{tabel} 2,145$, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$) yang artinya signifikan maka H_a diterima yang berarti bahwa ada pengaruh signifikan *passing go* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023.

7. Uji Hipotesis Latihan Drill passing

Tabel 10 Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok *Drill passing*

Kelompok	N	Mean	t _{hitung}	t _{tabel}
<i>Pretest</i>	15	8,87	7,483	2,145
<i>Posttest</i>	15	10,47		

Hasil uji hipotesis untuk kelompok *drill passing* dapat dilihat bahwa $t_{hitung} 7,483 > t_{tabel} 2,145$, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$) yang artinya signifikan maka H_a diterima yang berarti bahwa ada pengaruh signifikan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023.

Tabel 1.1 Paired Sampels Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	kelompok 1 pretest - kelompok 1 posttest	-1.333	1.047	.270	-1.913	-.754	-4.934	14	.000
	kelompok 2 pretest - kelompok 2 posttest	-1.600	.828	.214	-2.059	-1.141	-7.483	14	.000

Hasil uji hipotesis dapat diperoleh nilai dari kedua kelompok, untuk kelompok 1 nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$) yang artinya signifikan. Ada pengaruh signifikan *passing go* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola



Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023. Kelompok 2 menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$) artinya signifikan. Ada pengaruh signifikan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh metode latihan *passing go* dan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola perseman karanganyar U-14 tahun 2023.

Berdasarkan uji *paired sampel t test* menggunakan program SPSS 21, maka diperoleh hasil uji *paired samples statistics* dan *paired samples test*. Berikut ini hasil dari uji *paired sampel statistic* menggunakan program SPSS 21 :

Tabel 12 Paired Sampels Statistics

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	kelompok 1 <i>pretest</i>	8.67	15	2.870	.741
	kelompok 1 <i>posttest</i>	10.00	15	2.828	.730
Pair 2	kelompok 2 <i>pretest</i>	8.87	15	2.949	.761
	kelompok 2 <i>posttest</i>	10.47	15	2.503	.646

Berdasarkan tabel *paired samples statistics* di atas menunjukan perbedaan nilai mean pada variabel data *pretest* dan *posttest*. Nilai mean *pretest* kelompok 1 adalah 8,67 dan nilai mean *posttest* kelompok 1 adalah 10,00, sedangkan mean *pretest* kelompok 2 adalah 8,87 dan mean *posttest* kelompok 2 adalah 10,47.

8. Presentase Peningkatan kelompok 1 dan kelompok 2

Untuk mengetahui kelompok mana yang memiliki persentase hasil kemampuan *passing* dalam peningkatan kemampuan *passing* yang lebih baik, diadakan perhitungan persentase peningkatan tiap-tiap kelompok. Adapun nilai perbedaan kemampuan *passing* dalam peningkatan kemampuan *passing* dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2 adalah:

Tabel 13.4 Peningkatan Hasil Latihan

	Mean <i>Pretest</i>	Mean <i>Posttest</i>	Peningkatan
Kelompok 1	8,67	10,00	15,34%
Kelompok 2	8,87	10.47	18,03%



Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semua hasil baik latihan *passing go* maupun latihan *drill passing* mempengaruhi peningkatan pada kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar. Latihan *drill passing* memberikan dampak peningkatan kemampuan *passing* lebih besar daripada latihan *passing go*. Peningkatan latihan *drill passing* sebanyak 18,03%, sedangkan latihan *passing go* 15,34%.



KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terkait pengaruh latihan *passing go* dan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam siswa sekolah sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023 adalah sebagai berikut :

1. Ada pengaruh latihan *passing go* terhadap peningkatan kemampuan *passing* siswa Sekolah Sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023.
2. Ada pengaruh latihan *drill passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* siswa Sekolah Sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023.
3. Latihan *drill passing* lebih berpengaruh daripada *passing go* terhadap peningkatan kemampuan *passing* siswa Sekolah Sepakbola Perseman Karanganyar U-14 tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Salim. (2007). *Buku Pintar Sepakbola*. Jembar.
- Arikunto, Suharsimi (2002). *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Andi Offset (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa TO & Harf GG. (2009). *Periodization Training for Sports: Theory and Methodology of Training. Fifth Edition*. United State of America: Human Kinetics.
- Harsono, (2017). *Kepelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Herwin. (2004). “*Keterampilan Sepakbola Dasar*.” Diklat. Yogyakarta: FIK UNY. (2006). *Latihan Fisik Untuk Pembinaan Usia Muda*. JORPRES (Vol.2. Nomor 1, Tahun 2006). Hal 78-91.
- Irianto, Djoko P.(2002). *Dasar Kepelatihan*. FIK: Yogyakarta.
- Irianto, Subagyo. (2016). *Metode Melatih Fisik Atlet Sepakbola*. Yogyakarta: UNY Press.
- Kementerian Pendidikan Nasional. (2010). *Materi PLPG Pendalaman Materi Bidang Studi Penjaskes*. Surakarta: Kementerian Pendidikan Nasional UMS.
- Litalia. (18/12/2023). *Teknik Dasar Sepak Bola (Singkat & Lengkap)*. Diakses pada 31/1/2024, dari <https://www.jurnalponsel.com/teknik-dasar-sepak-bola/>
- Luxbacher, Joseph A. (2004). *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. (2012). *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Klaten: PT Intan Sejati.
- Mikanda Rahmani. (2014). *Buku Superlengkap Olahraga*. Jakarta Timur: Dunia Cerdas.



-
- Perdana, D. S, Sudjana, I.N, Januarto, O.B. (2017). *Pengaruh Latihan Small-Sided Games 4X4 Dan 8X8 Terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Pada Pemain Sepakbola Ekstrakurikuler Smp Negeri 2 Grati Kabupaten Pasuruan . Jurnal Pendidikan Jasmani ISSN 0853-5043 Kajian Teori, Praktik Pendidikan dan Pembelajaran Volume 29, Nomor 1, 40-55.*
- Primasoni Nawan., Sulistiyono. (2018). *Kondisi Fisik Sepakbola. (1 ed).* Yogyakarta: UNY Press.
- Rohmat Hamdani, Nuruddin Priya Budi Santoso, Yudi Karisma Sari. (2021). *Pengaruh Latihan Pass Go Dan Drill passing Terhadap Tingkat Akurasi Passing Dalam Sepakbola Pada Anak Usia 8-10 Tahun Ssb Satria 11 Jatipuro Karanganyar Tahun 2021. Jurnal Ilmiah SPIRIT, ISSN; 1411-8319 Vol. 21 No. 2 Tahun 2021.*
- Sandhi, Dionika Tikta. 2016. *Perbedaan pengaruh latihan menggiring bola menggunakan model variasi dan pengaruh latihan reguler terhadap teknik menggiring bola pada anak latih sekolah sepak bola pabrik gula ngadirejo kediri usia 14 tahun.* Jurnal Kepeleatihan Olahraga, (online), (<http://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/view/906>).
- Santoso, N. (2014). *Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 10, Nomor 2, 40-48.*
- Soekirno, D. R. H, Hariyoko, Sudjana, I.N. (2017). *Pengaruh Metode SmallSided Games Dan Metode Bagian Terhadap Hasil Belajar PassingControl Sepakbola. Pendidikan Jasmani, Vol 29 , Nomor 1, 123136.*
- Sucipto. (2000). *Sepakbola.* Jakarta: Depdikbud.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Alfabet.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik.* Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukadiyanto, (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik.* Bandung: Lubuk Agung
- Sumadi Suryabrata. (2002). *Psikologi Pendidikan. Devisi Perguruan Tinggi.*Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Suparjo. (2009). *“Efektivitas Latihan Umpan Lurus Berhadapan Dan Latihan Umpan Bervariasi Terhadap Ketepatan Umpan di SSB MAS Yogyakarta”.* Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Timo Scheunemann. (2005). *Dasar Sepakbola Modern.* Alih Bahasa. Marcel Lombe dan J. Chrys Wardjoko. Malang: DIOMA.