



**PERBANDINGAN LATIHAN *PASSING CONTROL* DAN *PASSING LONG CHIP* TERHADAP KETEPATAN *PASSING KAKI* BAGIAN DALAM PADA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) PUTRA GAWOK
TAHUN 2020**

ARTIKEL SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Universitas
Tunas Pembangunan

Oleh:

Berlinang Tunggal Arta

D0416066

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2021**

ABSTRAK

Berlinang Tunggal Arta. 2021. Perbandingan Latihan *Passing Control* dan *Passing Long Chip* Terhadap Ketepatan *Passing Kaki* Dalam pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020. Skripsi. Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Tunas Pembangunan. Pembimbing : I. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd., II. Satrio Sakti Rumpoko.S.Pd.,M.Or.

Tujuan dari penelitian ini adalah : (1) Mengetahui pengaruh metode latihan *passing control* terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola pada pemain SSB Putra

Gawok tahun 2020. (2) Mengetahui pengaruh metode latihan *passing long chip* terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola pada pemain SSB Putra Gawok tahun 2020. (3) Mengetahui pengaruh antara metode latihan *passing control* dan *passing long chip* terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola pada siswa di SSB Putra Gawok tahun 2020.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Subyek dalam penelitian ini adalah atlet sepak bola sejumlah 30 atlet Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok. Teknik pengumpulan data untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini menggunakan tes kemampuan *passing* sepak bola. Dalam penelitian ini atlet melakukan latihan *passing control* dan latihan *passing long chip*.

Berdasarkan hasil analisis data : (1) Ada pengaruh yang signifikan latihan *passing control* terhadap hasil kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020. Dari perhitungan yang telah dilakukan kelompok latihan *passing control* diperoleh nilai t sebesar 27,478 ternyata lebih besar $t_{tabel 5\%}$ yaitu 2,131. (2) Ada pengaruh yang signifikan latihan *passing long chip* terhadap kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020. Dari perhitungan yang telah dilakukan kelompok latihan *passing control* diperoleh nilai t sebesar 26,296 ternyata lebih besar $t_{tabel 5\%}$ yaitu 2,131. (3) Latihan *passing control* lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020. Peningkatan kemampuan *passing* sepak bola kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan latihan *passing control*) adalah sebesar 27% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan latihan *passing long chip*) yaitu sebesar 15%.

Kata kunci : *Passing Control, Passing Long Chip, Passing, Sepak Bola*

ABSTRACT

Berlinang Tunggal Arta. 2021. *Comparison of Passing Control and Long Chip Passing Exercises to the Accuracy of Inner Foot Passing at the Putra Gawok Football School (SSB) in 2020. Thesis. Physical education. Faculty of Teacher Training and Education. Tunas Pembangunan University. Advisors: I. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd., II. Satrio Sakti Rumpoko.S.Pd., M.Or.*

The objectives of this study are: (1) To determine the effect of the passing control training method on the accuracy of passing to the goal in soccer games for SSB Putra Gawok players in 2020. (2) To determine the effect of the long chip passing training method on the accuracy of passing on goal in soccer games. The ball for SSB Putra Gawok players in 2020. (3) Knowing the effect of passing control and long chip passing training methods on the accuracy of passing to the goal in soccer games for students at SSB Putra Gawok in 2020.

The method used in this research is quantitative research using experimental methods. The subjects in this study were 30 soccer athletes from the Putra Gawok Football School (SSB). Data collection techniques to obtain the data needed in this study used a soccer passing ability test. In this study, athletes performed passing control exercises and long chip passing exercises.

Based on the results of data analysis: (1) There is a significant effect of passing control training on the results of the soccer passing ability of players at the Putra Gawok

Football School (SSB) in 2020. From the calculations that have been carried out by the passing control training group, the t value is 27.478. greater t_ (table 5%) which is 2,131. (2) There is a significant effect of long chip passing practice on the passing ability of football to players at the Putra Gawok Football School (SSB) in 2020. From the calculations that have been carried out by the passing control training group, the t value of 26.296 is actually greater t_ (table 5%) that is 2,131. (3) The passing control exercise had a better effect on the passing control ability of players at the Putra Gawok Football School (SSB) in 2020. The increase in the passing control of group 1 (the group that received the passing control training) was 27% > group 2 (the group that received long chip passing training) was 15%.

Keywords: Passing Control, Passing Long Chip, Passing, Football

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di muka bumi ini. Sepakbola dimainkan oleh berjuta-juta manusia, baik laki-laki maupun perempuan, tua atau muda, orang tinggi atau orang pendek. Dapat dikatakan tidak ada satu negara yang rakyatnya tidak tahu akan permainan sepak bola. Hampir semua orang bisa bermain sepak bola, karena sepak bola adalah sebuah cabang olahraga yang sederhana dan menyenangkan untuk dimainkan. Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh sebagian besar manusia di seluruh belahan dunia.

Sepak bola digemari oleh semua lapisan masyarakat baik dari tingkat daerah, nasional, dan internasional, bahkan dimainkan juga oleh semua kalangan mulai dari usia anak, hingga orang tua. Sepak bola adalah suatu cabang olahraga yang menggunakan bola dan dimainkan oleh dua tim dengan jumlah masing-masing tim adalah 11 orang. Tujuan utama dari permainan ini adalah mencetak gol atau skor sebanyakbanyaknya ke gawang lawan. Tim yang mencetak gol atau skor paling banyak akan menjadi tim yang memenangkan pertandingan.

Fasilitas dan faktor pendukung antara lain: lapangan yang memadai, pengetahuan gizi, dukungan penuh dari orang tua, liga dan turnamen yang tertata rapi, jumlah pemain atau grup yang dibatasi, banyak bola, cones, kostum dan peralatan bantu lainnya, hal tersebut diungkapkan oleh Timo Scheunemann (2014: 18). Faktor-faktor ini perlu ditangani secara sungguh-sungguh dan tentunya dibutuhkan dukungan dari semua pihak yang berkompetensi, khususnya Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI), sebagai induk organisasi sepak bola nasional.

Pembinaan sepak bola usia dini juga menjadi perhatian salah satu faktor utama yang mempengaruhi prestasi dan kemajuan dari olahraga permainan sepakbola, karena pembinaan di usia dini akan melahirkan pemain-pemain profesional yang dibutuhkan dalam pencapaian

prestasi yang semaksimal. Banyaknya lembaga pendidikan sepakbola (LPSB), dapat dijadikan sebagai lumbung seluruh bangsa Indonesia untuk merekrut calon atlet sepak bola yang berkualitas. Lembaga pendidikan sepak bola inilah para anak-anak LPSB dapat belajar berbagai teknik dasar permainan sepakbola. Faktor penting yang berpengaruh dan dibutuhkan dalam permainan sepak bola adalah teknik dasar permainan sepakbola. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu persyaratan penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain agar permainan dapat dilakukan dengan baik. Menurut Timo Scheunemann (2014: 17) “semua pemain harus terlibat dalam permainan sebagai satu unit”.

Dalam permainan sepak bola salah satu teknik dasar yang paling dominan digunakan adalah *passing*. *Passing* dalam permainan sepak bola memiliki tujuan yaitu mengoper 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. Pentingnya peranan *passing* ke permainan sepak bola, maka harus dilakukan latihan secara sistematis, kontinyu dan terprogram. Selain itu, dalam melatih *passing* sepak bola harus diterapkan metode latihan yang tepat. Metode latihan yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan keterampilan teknik di antaranya dengan metode latihan *passing control* dan *passing long chip*.

Metode latihan *passing control* dan *passing long chip*, merupakan metode latihan yang menekankan pada pengulangan giliran praktik. Metode latihan *passing control* merupakan cara latihan yang dilakukan secara terus menerus mengutamakan kecepatan dengan cara mengumpan bola dengan kaki bagian dalam maupun luar. Sedangkan metode latihan *long chip* merupakan cara latihan yang dilakukan secara terus menerus mengutamakan kaki kaki terkuat untuk memberikan *power*. Dari kedua metode latihan tersebut memiliki karakteristik yang berbeda dan masing-masing memiliki kelebihan dan kelemahan, sehingga belum diketahui efektivitasnya terhadap peningkatan kemampuan *passing* dalam permainan sepak bola. Untuk mengetahui metode latihan mana yang lebih baik pengaruhnya antara metode latihan *passing control* dan *passing long chip*, maka perlu dikaji dan diteliti secara lebih mendalam baik secara teori maupun praktik melalui penelitian eksperimen.

Permainan sepak bola merupakan olahraga yang cukup populer di dunia. Hampir setiap orang menyukai permainan sepak bola. Permainan sepak bola mempunyai daya tarik tersendiri, jika dibandingkan dengan cabang olahraga permainan lainnya. Andi Cipta Nugraha (2013: 14) menyatakan, “sepak bola menunjukkan mental dan fisik masyarakat, sepak bola juga menjadi ajang pembuktian jati diri serta media kompetisi yang sehat di masyarakat”. Kemudian hal lain dikemukakan oleh Luxbacher (2011: 1) “sepak bola

merupakan sesuatu yang umum diantara orang-orang dengan latar belakang dan keturunan yang berbeda-beda, sebuah jembatan yang menghubungkan jenjang ekonomi, politik, kebudayaan dan agama”. Selain pendapat tersebut, pendapat lain dikemukakan oleh Zidane Muhdhor (2013: 9) “sepak bola adalah olahraga paling fenomenal di muka bumi ini, tidak ada olahraga lain yang melebihi olahraga sepak bola dalam hal apapun”.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, prinsip dari permainan sepakbola yaitu mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha menggagalkan setiap serangan dari lawan yang ingin memasukkan bola ke gawangnya dengan sportif, tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku. Untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan membuat hal sama terhadap timnya dibutuhkan kemampuan teknik, taktik dan strategi permainan yang baik.

Hal ini artinya, permainan sepak bola merupakan cabang olahraga yang cukup kompleks dalam pelaksanaan permainannya, sehingga menuntut para pemainnya harus mampu memecahkan masalah yang terjadi di dalam permainan misalnya, bagaimana memperagakan sebuah teknik yang serasi, ditinjau dari posisi lawan dan kawan. Selain itu juga, penerapan taktik dan strategi juga tidak kalah pentingnya dalam permainan sepak bola agar dapat memenangkan pertandingan.

Keterampilan dasar *passing* merupakan hal penting yang menghubungkan kesebelas pemain dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. Keterampilan mengoper bola (*Passing*) yang kurang baik akan mengakibatkan lepasnya bola dari pemain dan membuang kesempatan untuk menciptakan gol.

Menurut Sugiharto (2017: 18) “untuk mengoper bola diatas permukaan lapangan ada tiga teknik. Pertama adalah mengoper dengan bagian samping dalam kaki (*Inside-of-the-Foot*). Kedua, mengoper dengan bagian samping luar (*Outside-of-the-Foot*). Ketiga, mengoper dengan kura-kura kaki (*Instep*)”. Kesimpulan dari pengertian *passing* sepak bola adalah permainan tim yang mengutamakan kolektifitas. Pemain dengan teknik tinggi dapat mendominasi pada saat tertentu, akan tetapi seorang pemain sepak bola tergantung pada anggota tim lainnya untuk menciptakan peluang dan permainan yang bagus. Dalam sepak bola *passing* atau operan memiliki tujuan, antara lain mengoper kepada teman, mengoper bola didaerah yang kosong, mengoper bola terobosan diantara lawan. *Passing* dalam permainan sepak bola merupakan unsur yang paling penting yang membuat permainan akan lebih

menarik. Agar berhasil dalam lingkungan tim, seorang pemain harus mengasah kemampuan *passing*. Menurut Sugiharto (2017: 18) “untuk mengoper bola diatas permukaan lapangan ada tiga teknik. Pertama adalah mengoper dengan bagian samping dalam kaki (*Inside-of-the-Foot*). Kedua, mengoper dengan bagian samping luar (*Outside-of-the-Foot*). Ketiga, mengoper dengan kura-kura kaki (*Instep*)”.

Secara sederhana latihan dapat di rumuskan, yaitu segala daya dan upaya untuk meningkatkan secara menyeluruh kondisi fisik dengan proses yang sistematis dan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah jumlah beban latihan, waktu atau intensitasnya. Seseorang melakukan latihan di karenakan merupakan suatu bentuk upaya untuk mencapai tujuan. Menurut Emral (2017 : 1) prinsip latihan merupakan suatu proses perubahan kearah yang lebih baik. Menurut KONI (2015 : 1), latihan yang baik adalah latihan yang dirancang secara sistematis dengan mengikuti berbagai karakteristik cabang olahraganya. Menurut Harsono, (2017 : 50) mengatakan bahwa dengan berlatih secara sistematis dan melalui pengulangan-pengulangan yang konstan, maka organisasi-organisasi mekanisme neurofisiologis kita akan menjadi bertambah baik, gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan lama-kelamaan akan merupakan gerakan-gerakan yang otomatis dan reflektif.

Pengertian latihan yang dikemukakan tiga ahli tersebut pada prinsipnya mempunyai pengertian yang hampir sama, sehingga dapat disimpulkan bahwa, latihan (*training*) merupakan proses kerja atau berlatih yang sistematis dan kontinyu, dilakukan secara berulang-ulang dengan beban latihan yang semakin meningkat.

Latihan yang sistematis adalah program latihan direncanakan secara matang, dilaksanakan sesuai jadwal menurut pola yang telah ditetapkan, dan evaluasi sesuai dengan alat yang benar. Penyajian materi harus dilakukan dari materi yang paling mudah ke arah materi yang paling sukar, dari materi yang sederhana mengarah kepada materi yang paling kompleks.

Latihan harus dilakukan secara berulang-ulang, maksudnya latihan harus dilakukan minimal tiga kali dalam seminggu. Dengan pengulangan ini diharapkan gerakan yang pada saat awal latihan dirasakan sukar dilakukan, pada tahap-tahap berikutnya akan menjadi lebih mudah dilakukan.

Beban latihan harus meningkat maksudnya, penambahan jumlah beban latihan harus dilakukan secara periodik, sesuai dengan prinsip-prinsip latihan, dan tidak harus dilakukan

pada setiap kali latihan, namun tambahan beban harus segera dilakukan ketika atlet merasakan latihan yang dilaksanakan terasa ringan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada hari selasa tanggal 6 Agustus 2021, bahwa di SSB Putra Gawok ditemukan banyak kekurangan dalam melaksanakan latihan baik sistem latihan, kemampuan menggiring dan kemampuan mengoper bola ke arah pemain. Kemampuan *passing* di SSB Putra Gawok perlu ditingkatkan, karena kegiatan latihan di SSB Putra Gawok tahun 2020 belum menguasai teknik *passing* dengan baik dan kurang berani melakukan *passing* ke arah pemain, baik secara langsung atau saat mendapat kesempatan *passing* bebas dekat daerah gawang. Jika melakukan *passing* ke arah pemain sering kali bolanya tidak tepat ke arah pemain atau bola melenceng ke samping kiri atau kanan arah pemain bahkan bolanya lepas sendiri. Kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan atlet di SSB Putra Gawok tahun 2020 perlu ditelusuri faktor penyebabnya, apakah kurang maksimal dalam latihan SSB Putra Gawok tahun 2020 ataukah disebabkan faktor lain. metode latihan *passing control* dan *passing long chip* di harapkan dapat mengatasi masalah tendangan ke gawang. Penguasaan *skill* secara otomatis dan benar tidak hanya dipelajari secara teoritis, melainkan masih dituntut latihan praktik di lapangan secara berulang-ulang dan terus menerus, sehingga jumlah ulangan gerak sampai puluhan kali.

Memberikan latihan *passing* secara berulang-ulang sangat penting agar siswa memiliki ketepatan *passing* yang baik. Untuk meningkatkan kemampuan *passing* dalam permainan sepak bola dapat dilakukan dengan metode latihan *passing control* dan *passing long chip*. Metode latihan *passing control* dan *passing long chip* akan dieksperimenkan pada pemain SSB Putra Gawok tahun 2020

Dilihat dari masalah tersebut peneliti ingin lebih jauh mengetahui bagaimana perbandingan latihan *Passing Control* dan *Passing Long Chip*, maka perlu dikaji secara ilmiah melalui penelitian dengan judul, “Perbandingan Latihan *Passing Control* dan *Passing Long Chip* Terhadap Ketepatan *Passing* Kaki dalam pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. dalam penelitian ini akan dilakukan tes awal pada sampel untuk mengetahui kemampuan awal dari sampel penelitian. Kemudian sampel akan dibagi kedalam dua kelompok penelitian dengan menggunakan metode Ordinal. Eko Putro Widiyoko (2015: 24) menyatakan “ordinal merupakan data yang mempunyai jenjang, sehingga responden dapat diurutkan

jenjangnya sesuai dengan karakteristik yang ada pada dirinya”. Dalam penelitian ini penulis akan membagi data ordinal berdasarkan hasil pretest.

Populasi penelitian sejumlah 40 atlet SSB Putra Gawok tahun 2020. Menurut Sugiyono (2018:297) “sampel adalah sebagian dari populasi itu”. Sampel penelitian ini adalah atlet SSB Putra Gawok tahun 2020 sebanyak 30 atlet. penelitian ini menggunakan petunjuk pelaksanaan tes terlampir. kemampuan *passing* bola dalam permainan sepak bola dari Nurhasan (2009: 4.3-4.4).

PEMBAHASAN PENELITIAN

D.

1) Ada Pengaruh Latihan *Passing Control* Terhadap Keterampilan *Passing* Sepak Bola

Pengaruh suatu latihan adalah bersifat khusus, sehingga perbedaan perlakuan akan menimbulkan pengaruh yang berbeda pula. Dari analisis data yang dilakukan sebelum diberi perlakuan. Diperoleh nilai t antara tes awal pada kelompok 1 dan kelompok 2 adalah 0.885, sedangkan $t_{\text{tabel } 5\%} = 2.131$. Ternyata t yang diperoleh $< t$ dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian kelompok 1 dan kelompok 2 berangkat dari titik tolak kemampuan *passing* sepak bola yang sama. Apabila setelah diberi perlakuan terdapat perbedaan, hal ini karena adanya perbedaan perlakuan yang diberikan.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 = 27.478. Sedangkan $t_{\text{tabel } 5\%} = 2.131$. ternyata t yang diperoleh $> t$ dalam tabel. Yang berarti hipotesis nol ditrima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1. Yang berarti bahwa kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan *passing* sepak bola yang disebabkan oleh treatment (perlakuan) yang diberikan, yaitu latihan *passing control*. Dalam latihan ini atlet diberi kebebasan melaksanakan tugas ajar sesuai kemampuannya.

Dari uji perbedaan yang dilakukan terhadap hasil tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2, diperoleh nilai t sebesar 21,970. Sedangkan $t_{\text{tabel } 5\%} = 2.131$. Ternyata t yang diperoleh $> t$ dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setelah diberi perlakuan sesuai jadwal yang telah diprogramkan dalam penelitian, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2. Karena sebelum diberi perlakuan kedua kelompok

berangkat dari titik tolak yang sama, maka perbedaan tersebut disebabkan perbedaan pengaruh dari perlakuan yang diberikan.

Karakteristik latihan-latihan dapat menghasilkan pengaruh yang berbeda. Perlakuan yang diberikan selama latihan merupakan stimulus yang akan memperoleh respon dari pelaku. Dalam penelitian ini kelompok 1 dan kelompok 2 diberi perlakuan (treatment) yang berbeda. Perbedaan yang diberikan selama latihan akan mendapat respon yang berbeda pula dari subyek penelitian. Perbedaan perlakuan yang diberikan selama latihan akan menimbulkan pengaruh yang berbeda pula terhadap peningkatan kemampuan *passing* sepak bola. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan pengaruh latihan *passing control* terhadap kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020, dapat diterima kebenarannya.

2) Ada Pengaruh Latihan *Passing Long Chip* Terhadap Keterampilan *Passing* Sepak Bola

Pengaruh suatu latihan adalah bersifat khusus, sehingga perbedaan perlakuan akan menimbulkan pengaruh yang berbeda pula. Dari analisis data yang dilakukan sebelum diberi perlakuan. Diperoleh nilai t antara tes awal pada kelompok 1 dan kelompok 2 adalah 0.885, sedangkan $t_{\text{tabel } 5\%} = 2.131$. Ternyata t yang diperoleh $< t$ dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian kelompok 1 dan kelompok 2 berangkat dari titik tolak kemampuan *passing* sepak bola yang sama. Apabila setelah diberi perlakuan terdapat perbedaan, hal ini karena adanya perbedaan perlakuan yang diberikan.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 = 26,296. Sedangkan $t_{\text{tabel } 5\%} =$ ternyata t yang diperoleh $> t$ dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1. Yang berarti kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan *passing* sepak bola yang disebabkan treatment (perlakuan) yang diberikan, yaitu metode latihan *long chip*. Metode ini merupakan metode yang menekankan pada pelatih, dimana atlet melakukan tugas ajar sesuai instruksi dari pelatih. Dalam metode ini tugas ajar telah dirancang pelatih dan atlet melakukan tugas sesuai kehendak pelatih.

Dari uji perbedaan yang dilakukan terhadap hasil tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2, diperoleh nilai t sebesar 21,970. Sedangkan $t_{\text{tabel } 5\%} = 2.131$. Ternyata t

yang diperoleh $> t$ dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setelah diberi perlakuan sesuai jadwal yang telah diprogramkan dalam penelitian, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2. Karena sebelum diberi perlakuan kedua kelompok berangkat dari titik tolak yang sama, maka perbedaan tersebut disebabkan perbedaan pengaruh dari perlakuan yang diberikan.

Karakteristik latihan-latihan dapat menghasilkan pengaruh yang berbeda. Perlakuan yang diberikan selama latihan merupakan stimulus yang akan memperoleh respon dari pelaku. Dalam penelitian ini kelompok 1 dan kelompok 2 diberi perlakuan (treatment) yang berbeda. Perbedaan yang diberikan selama latihan akan mendapat respon yang berbeda pula dari subyek penelitian. Perbedaan perlakuan yang diberikan selama latihan akan menimbulkan pengaruh yang berbeda pula terhadap peningkatan kemampuan *passing* sepak bola. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan pengaruh latihan *passing long chip* terhadap kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020, dapat diterima kebenarannya.

3) Latihan *Passing Control* Lebih Baik daripada *Passing Long Chip* Terhadap Keterampilan *Passing* Sepak Bola

Kelompok 1 memiliki nilai persentase peningkatan kemampuan *passing* sepak bola sebesar 27 % . Sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan *passing* sepak bola sebesar 15% . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 1 memiliki persentase peningkatan kemampuan *passing* sepak bola yang lebih besar dari pada kelompok 2.

Kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan metode latihan *passing control*), ternyata memiliki peningkatan kemampuan *passing* sepak bola normal yang lebih besar dari pada kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan metode latihan *passing long chip*). Metode latihan *passing control* merupakan cara latihan yang menekankan pada guru dimana atlet melakukan tugas ajar sesuai instruksi dari pelatih. Dalam metode latihan *passing control* atlet mendapat bimbingan dan pengarahan dari pelatih teknik pelaksanaan kemampuan *passing* sepak bola yang baik dan benar. Metode latihan ini sangat tepat untuk pemula, karena dengan metode latihan ini, siswa akan memahami dan menguasai teknik kemampuan *passing* sepak bola yang baik. Penguasaan teknik yang benar akan dapat mendukung kemampuan *passing* sepak bola menjadi lebih baik. Sedangkan metode latihan *passing long chip* menekankan pada kebebasan atlet

melaksanakan tugas ajar dari pelatih. Metode latihan *passing long chip* ini ditinjau dari perkembangan anak, metode ini dapat memenuhi hasrat gerak anak karena diberi kebebasan melaksanakan tugas ajar. Namun disisi lain penguasaan teknik kemampuan *passing* sepak bola sulit dicapai secara maksimal, sehingga akan sering terjadi kesalahan teknik. Penguasaan teknik yang kurang memadai, sehingga kemampuan *passing* sepak bola yang dilakukan tidak sesuai seperti yang diharapkan. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan latihan *passing control* lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020, dapat diterima kebenarannya.

KESIMPULAN

1. Ada pengaruh yang signifikan latihan *passing control* terhadap hasil kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020. Dari perhitungan yang telah dilakukan kelompok latihan *passing control* diperoleh nilai t sebesar 27,478 ternyata lebih besar $t_{\text{tabel } 5\%}$ yaitu 2.131.
2. Ada pengaruh yang signifikan latihan *passing long chip* terhadap hasil kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020. Dari perhitungan yang telah dilakukan kelompok latihan *passing control* diperoleh nilai t sebesar 26,296 ternyata lebih besar $t_{\text{tabel } 5\%}$ yaitu 2.131.
3. Latihan *passing control* lebih baik pengaruhnya terhadap kemampuan *passing* sepak bola pada pemain pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Putra Gawok Tahun 2020. Peningkatan kemampuan *passing* sepak bola kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan latihan *passing control*) adalah sebesar 27% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan latihan *passing long chip*) yaitu sebesar 15%.

REFRENSI

- Ali Maksum. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa Press.
- Andi Cipta Nugraha. 2013. *Mahir Sepakbola*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Arif Hidayat. 2017. *Pengaruh Penggunaan Media Bantu Sasaran Gawang dan Simpai Terhadap Peningkatan Ketepatan Passing Lambung (Long Pass) pada Siswa Sepak Bola (SSB) Persopi Elti Ku 13-15 Tahun*. Yogyakarta: UNY
- Bompa, T.O. 1990. *Theory and Methodology Of Training*. America: human kinetic
- Deni Darmawan. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Emral .2017. *Pengantar Teori dan Metodologi Pelatihan Fisik*. Depok: Prenadamedia Group.
- Harsono. 2017. *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- . 2017. *Periodisasi Program Latihan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ida Bagus W. 2017. *Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik*. Depok: Rajawali Press.
- Ina Hasanah. 2019. *Sepak Bola*. Bandung: Indah Jaya Adipratama
- Ismaryati, Suwarno dan Muhyi.2018. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- KONI. 2015. *Penataran Pelatih Olahraga*. Jakarta: KONI
- Luxbacher. 2011. *Sepak Bola: Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: Rajawali Press.
- Mulyono B. 2009. *Tes dan Pengukuran dalam pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta: JPOK FKIP UNS.
- Nur Chozin .2019. *Latihan Daya Tahan Otot*. Mutiara Aksara: Semarang.
- Nurhasan. 2009. *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Raden Rizal Shufi Mubarak. 2019. *Journal of S.P.O.R.T*, Vol. 3, No.2. hal 98-102.
- Rizky Syafrizal. 2018. Pengaruh Permainan Sepakbola Kucing-Kucingan Terhadap Passing dan Control dalam Sepakbola. *Jurnal Sportive*. Vol 3 No 1. Hal 621-630.
- Rizalul Mahbubi. 2016. Pengembangan Model Latihan Long Pass Control dalam Permainan Sepakbola untuk Siswa Usia 14- 16 Tahun Di Sekolah Sepakbola Mitra Jaya Soccer Kota Malang. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, Vol 1 No 1 hal 75-90.
- Sugiharto. 2017. *Mahir Bermanin Sepak Bola*. Jakarta: Mediantara Semesta.
- Sutrisno. 2019. *Mempersiapkan Pemain Sepak Bola Berprestasi*. Bandung: Sarana Pancakarya Nusa.
- Sugiyono. 2017. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- . 2018. *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung : Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta : Rineka Cipta.
- Subardi dan Andri Setyawan. 2018. *Olahraga Kegemaranku Sepak Bola*. Klaten: Intan Pariwara
- Tarju. 2017. Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Passingdalam Permainan Sepak Bola. *JUARA : Jurnal Olahraga* 2(2). Hal 66-72.

Timo Scheunemann. 2014. *Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Vega Soniawan. 2018. Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepak bola. *Jurnal Performa Olahraga*,3 (01),Hal 42-49.

Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.

Zidane Muhdhor. 2013. *Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional*. Jakarta: Kata Pena.