



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN TERHADAP  
PENINGKATAN KETRAMPILAN *PASSING*  
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Eksperimen Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Konvensional Dan  
Menggunakan Audio Visual Terhadap Peningkatan Keterampilan  
*Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet Putra  
Usia 12 - 14 Tahun SSB Rajawali FC Slogohimo  
Wonogiri Tahun 2020)

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**Oleh :**

**BUDI SUSILO**

**NIM : D0216025**

**FAKULTAS KEPELATIHAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN  
SURAKARTA**

**2021**

**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN TERHADAP  
PENINGKATAN KETRAMPILAN *PASSING*  
DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Eksperimen Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Konvensional Dan  
Menggunakan Audio Visual Terhadap Peningkatan Keterampilan  
*Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet Putra  
Usia 12 - 14 Tahun SSB Rajawali FC Slogohimo  
Wonogiri Tahun 2020)

Oleh :

**BUDI SUSILO**

NIM : D0216025

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**FAKULTAS KEPELATIHAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN  
SURAKARTA**

**2021**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

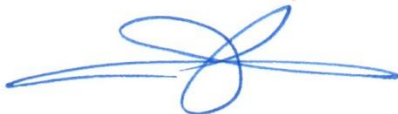
Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Konvensional Dan Menggunakan Audio Visual Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet Putra Usia 12 - 14 Tahun SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri Tahun 2020)”. karya :

Nama : BUDI SUSILO  
NIM : D0216025  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Surakarta, 22 Februari 2021

Pembimbing I



**Agus Supriyoko, S.Pd. M.Or**  
**NIDN. 0616088003**

Pembimbing II



**Bagus Kuncoro, S.Pd.M.Or**  
**NIDN. 0623088702**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Konvensional Dan Menggunakan Audio Visual Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet Putra Usia 12 - 14 Tahun SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri Tahun 2020)” karya :

Nama : BUDI SUSILO

NIM : D0216025

Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keperawatan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Kamis

Tanggal : 25 Februari 2021

Tim Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua Kodrad Budiyo, S.Pd.M.Or

Sekretaris Eriek Satya Haprabu, S.Pd.M.Or

Anggota I Agus Supriyoko, S.Pd. M.Or

Anggota II Bagus Kuncoro, S.Pd.M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

CT Dekan,



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis didalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 25 Januari 2021

Yang membuat pernyataan



Budi Susilo

## **MOTTO**

“Pendidikan merupakan senjata yang paling ampuh yang bisa kamu gunakan untuk merubah dunia”.

(Nelson Mandela)

“Belajar Tanpa Berpikir, sia – sia. Berpikir tanpa belajar, Berbahaya”.

( Konfusius )

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Ibu dan Bapak tercinta
2. Saudara – saudaraku tercinta
3. Teman – teman yang telah memberikan do'a dan dukungan
4. Almamaterku Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan hidayah-Nya skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Banyak hambatan yang menimbulkan kesulitan dalam penyelesaian penulisan skripsi ini, namun berkat bantuan dari berbagai pihak akhirnya kesulitan-kesulitan yang timbul dapat teratasi. Untuk itu atas segala bentuk bantuannya, disampaikan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr.Ir. Tresna Priyana Soemardi, SE., MS., selaku Rektor Universitas Tunas Pembangunan Surakarta yang telah memberikan ijin penyusunan skripsi.
2. Dr. Ir. Sapto Priyadi, M.P., selaku CT Dekan Fakultas Kepeleatihan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Kodrad Budiyo, S.Pd. M.Or, selaku Ketua Program Studi Pendidikan dan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Kepeleatihan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Agus Supriyoko, S.Pd. M.Or, selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan dorongan dan bimbingan, petunjuk dan saran hingga skripsi ini dapat terwujud.
5. Bagus Kuncoro, S.Pd.M.Or, selaku Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan dorongan dan bimbingan, petunjuk dan saran hingga skripsi ini dapat terwujud.
6. Peneliti dan atlet yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Skripsi ini masih terdapat beberapa kekurangan, oleh karena itu saya mohon kritik dan saran agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu, pengetahuan dan teknologi khususnya dalam bidang pendidikan.

Surakarta, 25 Januari 2021

Peneliti

**B.S**



## ABSTRAK

**Budi Susilo.** 2021. Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Konvensional Dan Menggunakan Audio Visual Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet Putra Usia 12 - 14 Tahun SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri Tahun 2020)”. Skripsi Fakultas Kepeleatihan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing I Agus Supriyoko, S.Pd. M.Or. Pembimbing II. Bagus Kuncoro, S.Pd.M.Or.

Tujuan dari penelitian ini adalah : (1) untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan pengaruh metode latihan *passing* dengan audio visual dan konvensional terhadap kemampuan *passing* ke gawang dalam permainan sepak bola pada atlet usia 12 – 14 tahun SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri tahun 2020. (2) Untuk mengetahui latihan yang lebih baik pengaruhnya antara metode latihan *passing* dengan audio visual dan konvensional terhadap kemampuan *passing* ke gawang dalam permainan sepak bola pada atlet usia 12 – 14 tahun SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri Tahun 2020.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan *pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pemain putra usia 12-14 tahun SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri tahun 2020 yang berjumlah 28 atlet, dengan teknik pengambilan *sampling* yang digunakan adalah *random Sampling*. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok 1 sebanyak 14 atlet, mendapat perlakuan latihan *passing* menggunakan metode latihan konvensional dan kelompok 2 sebanyak 14 atlet, mendapat perlakuan latihan metode konvensional. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan tes dan pengukuran menggunakan petunjuk tes keterampilan *passing* sepakbola. Teknik analisis data dilakukan dengan analisis statistik menggunakan uji t pada taraf signifikansi 5%, untuk memenuhi asumsi hasil penelitian dilakukan uji persyaratan analisis yaitu dengan uji normalitas, uji, homogenitas, uji perbedaan dan persentase peningkatan.

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh simpulan sebagai berikut: 1). Ada perbedaan pengaruh latihan *passing* dengan metode audio visual dan konvensional terhadap kemampuan *passing* ke gawang dalam permainan sepak bola pada atlet usia 12 – 14 tahun SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri tahun 2020. Hal tersebut terbukti dari nilai *sig. (2-tailed) pada paired samples test* sebesar 0.00 atau  $< 0,05$ . 2). Metode latihan audio visual lebih baik daripada metode konvensional dalam meningkatkan kemampuan *passing* gawang atlet usia 12-14 tahun SSB Rajawali. Hal tersebut dilihat dari data post-test yang memiliki nilai yang lebih besar pada kelompok B (Audio visual) dari pada kelompok A (konvensional). Dengan hasil kelompok A = 7,64 < kelompok B = 9,21 dengan prosentase peningkatan 21%.

Kata kunci : *Passing* konvensional, *audio visual*, Tes keterampilan *passing* sepakbola.

## **ABSTRACT**

**Budi Susilo**. 2021. Thesis with the title "*The Difference in the Effect of Training Methods on the Improvement of Passing Skills in Football Games (Experiments on the Difference of the Effect of Conventional Training Methods and Using Audio Visual on the Improvement of Passing Skills in Football Games for Male Athletes aged 12-14 Years SSB Rajawali FC) Slogohimo Wonogiri in 2020*". Thesis, Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, Surakarta. Advisor I Agus Supriyoko, S.Pd. M.Or. Advisor II. Bagus Kuncoro, S.Pd.M.Or.

*The objectives of this study are: (1) to determine whether there is a difference in the effect of the audio-visual and conventional passing training method on the ability to pass on goal in soccer games for athletes aged 12-14 years SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri in 2020. (2) To find out better training the effect of passing training methods with audio-visual and conventional methods of passing on goal in soccer games for athletes aged 12-14 years SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri in 2020.*

*The research method used was an experimental method with a pretest-protest design. The population in this study were 28 male athletes aged 12-14 years SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri in 2020, with the sampling technique used was Total Sampling. The sample was divided into two groups, namely group 1 as many as 14 athletes, received a passing practice treatment using conventional training methods and group 2 as many as 14 athletes, received a conventional method training treatment. The data analysis technique was carried out by statistical analysis using the t test at a significance level of 5%. To meet the assumptions of the research results, the analysis requirements test was carried out, namely the normality test, homogeneity test, difference test and percentage increase.*

*Based on the results of the research and the results of data analysis that has been done, it turns out that the proposed hypothesis can be accepted. Thus the following conclusions can be obtained: 1) There is a difference in the effect of passing training with audio-visual and conventional methods on the passing ability to score in soccer games for athletes aged 12-14 years old SSB Rajawali FC Slogohimo Wonogiri in 2020. This is evident from the value sig. (2-tailed) on paired samples test of 0.00 or <0.05. 2). The audio-visual training method is better than the conventional method in increasing the goal-fitting ability of athletes aged 12-14 years of SSB Rajawali. This can be seen from the post-test data which has a greater value in group B (audio visual) than in group A (conventional). With the results of group A = 7.64 < group B = 9.21 with a percentage increase of 21%.*

*Keywords: Conventional passing, audio visual, football passing skills test.*

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
JUDUL .....	i
PENGAJUAN .....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI .....	iv
PERNYATAAN.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	3
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II LANDASAN TEORI .....	6
A. Tinjauan Pustaka .....	
1. Sepak Bola.....	6
a. Hakekat Olahraga Sepakbola .....	6
b. Peraturan dasar sepak bola .....	6
c. Tujuan Permainan Sepak Bola .....	19
d. Manfaat Permainan Sepak Bola .....	20

e.	Teknik dasar menendang bola .....	21
f.	Prinsip dan teknik <i>passing</i> dalam permainan sepak bola	27
g.	Faktor – Faktor yang mempengaruhi ketrampilan <i>passing</i> dalam permainan sepakbola .....	29
h.	Dasar pelatihan anak usia dini dalam permainan sepak bola .....	30
2.	Latihan .....	32
a.	Hakekat Latihan .....	33
b.	Prinsip-prinsip Latihan .....	34
3.	Teknik Latihan .....	34
a.	Latihan <i>passing</i> dengan metode latihan Audio Visual..	36
b.	Latihan <i>passing</i> dengan metode latihan konvensional..	39
B.	Penelitian yang relevan.....	45
C.	Kerangka Pemikiran .....	47
D.	Hipotesis Peneliiian .....	48
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN .....	49
A.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	51
B.	Metode Penelitian .....	51
C.	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	51
D.	Teknik Pengumpulan Data .....	52
E.	Teknik Analisa Data .....	52
BAB IV	HASIL PENELITIAN .....	55
A.	Deskripsi Data .....	55
B.	Pengujian Persyaratan Analisis .....	56
1.	Uji Reliabilitas.....	56
2.	Uji Normalitas .....	57
3.	Uji Homogenitas.....	57
C.	Pengujian Hipotesis .....	58
1.	Perbedaan Pengaruh latihan Konvensional dan Audio Visual Keterampilan <i>Passing</i> .....	58

2. Perbedaan latihan setelah diberi perlakuan atau treatment pada tes akhir kelompok A dan B.....	60
D. Pembahasan Hasil Analisis Data .....	60
1. Hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok A	61
2. Hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok B	61
3. Hasil uji perbedaan tes akhir kelompok A dan B .....	61
BAB V PENUTUP .....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Implikasi .....	63
C. Saran .....	64
DAFTAR PUSTAKA .....	65
LAMPIRAN .....	67

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Gawang.....	7
Gambar 2. Lapangan Sepak Bola .....	8
Gambar 3. Bola .....	8
Gambar 4. Peraturan Dalam Pertandingan.....	9
Gambar 5. Jumlah Pemain.....	9
Gambar 6. Kapten Tim.....	10
Gambar 7. Peraturan Dalam Memakai Aksesoris .....	10
Gambar 8. Wasit.....	11
Gambar 9. Asisten wasit .....	12
Gambar 10. Peraturan Waktu permainan Sepak Bola .....	12
Gambar 11. Peraturan Kik off.....	13
Gambar 12. Peraturan Goal .....	13
Gambar 13. Peraturan Offside dan Onside .....	14
Gambar 14. Peraturan Bala Keluar .....	14
Gambar 15. Lempran Kedalam (Throw In ) .....	15
Gambar 16. Tendangan Gawang ( Goal Kick ).....	16
Gambar 17. Tendangan Sudut ( Corner Kick ) .....	16
Gambar 18. Pergantian Pemain.....	17
Gambar 19. Peraturan Pelanggaran.....	17
Gambar 20. Peraturan Tendangan Bebas ( Free Kick ) .....	18
Gambar 21. Penalty .....	19

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Diskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Passing</i> Dalam Permainan Sepak Bola Pada Kelompok A.....	33
Tabel 2. Diskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>passing</i> Dalam Permainan Sepak Bola pada Kelompok B.....	33
Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal dan Tes Akhir .....	34
Tabel 4. Range Kategori Reliabilitas .....	34
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Kelompok A.....	35
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Kelompok B.....	35
Tabel 7. Homogenitas data awal .....	35
Tabel 8. Homogenitas data akhir .....	36
Tabel 9. Rangkuman hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir kelompok A.	38
Tabel 10. Rangkuman hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir kelompok B .	39
Tabel 11. Analisis Perbandingan data post test kelompok A dan B.....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes <i>Passing</i> Bola .....	67
Lampiran 2. Program Latihan <i>Passing</i> Sepakbola Dengan Metode Latihan Audio Visual .....	68
Lampiran 3. Program Latihan <i>Passing</i> Sepakbola Dengan Metode Latihan Konvensional .....	70
Lampiran 4. Petunjuk latihan .....	75
Lampiran 5. Data tes awal ketrampilan <i>passing</i> sepakbola SSB Rajawali Slogohimo .....	76
Lampiran 6. Data tes awal ketrampilan <i>passing</i> sepakbola SSB Rajawali Slogohimo berdasarkan rangking .....	77
Lampiran 7. Data tes akhir ketrampilan <i>passing</i> sepakbola SSB Rajawali Slogohimo .....	78
Lampiran 8. Rekapitulasi data tes ketrampilan <i>passing</i> sepakbola SSB Rajawali Slogohimo .....	79
Lampiran 9. Data tes akhir penelitian kelompok A pre test dan post tes .....	80
Lampiran 10. Data tes akhir penelitian kelompok B pre test dan post tes .....	81
Lampiran 11. Uji reliabilitas .....	82
Lampiran 12. Tabel kerja untuk menghitung reliabilitas hasil tes akhir ( X ) dan re tes ( Y ) akhir ketrampilan <i>passing</i> sepakbola.....	84
Lampiran 13. Uji normalitas tes awal kelompok A .....	86
Lampiran 14. Uji normalitas tes awal kelompok B.....	87
Lampiran 15. Uji normalitas tes akhir kelompok A.....	88
Lampiran 16. Uji normalitas tes akhir kelompok B.....	89
Lampiran 17. Rangkuman hasil uji homogenitas data.....	90
Lampiran 18. Uji perbedaan data pre tes dan post tes kelompok A.....	91
Lampiran 19. Uji perbedaan data pre tes dan post tes kelompok B.....	93
Lampiran 20. Uji sesudah diberi perlakuan atau treatment.....	95
Lampiran 21. Titik presentase distribusi T .....	97
Lampiran 22. Nilai kritis L untuk uji liliefors.....	98



Lampiran 23. Titik presentase distribusi F.....	99
Lampiran 24. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....	100
Lampiran 25. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....	101
Lampiran 26. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....	102
Lampiran 27. Surat Izin Penelitian.....	103
Lampiran 28. Surat Balasan Izin Penelitian .....	104

