PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING GIVE AND GO* TERHADAP HASIL AKURASI *PASSING* KAKI BAGIAN DALAM PADA OLAHRAGA SEPAK BOLA SISWA SMPN 11 TAPUNG

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memeroleh gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

UNIVERSITAS
PAHLAWAN

Oleh:

RIAN GUNAWAN
1785201082

PRORGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
BANGKINANG
2021

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang Berjudul

PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING GIVE AND GO* TERHADAP HASIL AKURASI *PASSING* KAKI BAGIAN DALAM PADA OLAHRAGA SEPAK BOLA SISWA SMPN 11 TAPUNG

Disusun oleh :

Nama : RIAN GUNAWAN
NIM : 1785201082
Program Studi : S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Bangkinang, 01 September 2021

Disetujui oleh :

Pembimbing I	**Pembimbing II**
Prof. Dr. Amir Luthfi	**Dedi Ahmadi, M.Pd** **NIP TT. 096 542 162**

Mengetahui :

Fakultas Ilmu Pendidikan **Dekan,**	**Program Studi S1 Penjaskesrek** **Ketua,**
Dr. Nurmalina, M.Pd **NIP TT. 096 542 104**	**Iska Noviardila, M.Pd** **NIP TT. 096 542 166**

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan tim penguji skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau

Judul : PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING GIVE AND GO* TERHADAP HASIL AKURASI *PASSING* KAKI BAGIAN DALAM PADA OLAHRAGA SEPAK BOLA SISWA SMPN 11 TAPUNG

Nama : RIAN GUNAWAN

NIM : 1785201082

Program Studi : S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Tanggal Pengesahan : 11 September 2021

Tim penguji

No	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Amir Luthfi	(.....)
2. Sekretaris	: Dedi Ahmadi, M.Pd	(.....)
3. Anggota 1	: Dr. Molly Wahyuni, S.Si. M.Pd	(.....)
4. Anggota 2	: Kasman Edi Putra, M.Si	(.....)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **"Pengaruh Metode Latihan *Passing give and go* Terhadap Hasil Akurasi *Passing* Kaki Bagian Dalam pada Olahraga Sepak Bola Siswa Smpn 11 Tapung"** ini adalah seluruh isinya adalah benar benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan tersebut, saya siap menanggung resiko yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap karya saya.

Bangkinang, Agustus 2021
Yang Membuat Pernyataan,

Rian Gunawan
NIM.1785201082

ABSTRAK

Rian Gunawan. 2021 : **Pengaruh metode latihan *Passing give and go* terhadap hasil akurasi *passing* kaki bagian dalam pada olahraga sepakbola siswa SMP Negeri 11 Tapung.**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya akurasi *passing* siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung Kabupaten Kampar, Riau. *Passing* adalah salah teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak bola. Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada pengaruh latihan menggunakan metode *give and go* terhadap hasil akurasi *passing* pada olahraga sepak bola. Sampel yang digunakan yaitu siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi. Hasil penelitian menunjukkan nilai hitung yaitu sebesar 0.000 yang berarti lebih kecil dari nilai signifikansi yang ditetapkan sebelumnya sebesar 0.05, Dapat disimpulkan bahwasanya 0.000 < 0.05, dengan artian bahwa ada pengaruh antara metode latihan *Passing give and go* terhadap hasil akurasi *passing* siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung. Teknik pengolaan data menggunakan SPSS 22 dengan uji *paired t-test*

Kata kunci: Sepak bola, *Passing, Give and Go*

ABSTRACT

Rian Gunawan. 2021 : **The effect of the *Passing give and go* training method on the accuracy of the inner foot passing in the soccer sport of SMP Negeri 11 Tapung.**

This research was motivated by the low passing accuracy of class VIII students of SMPN 11 Tapung, Kampar Regency, Riau. Passing is known to be one of the basic techniques that must be mastered by a soccer player. This study aims to test whether there is an effect of training using the give and go method on the accuracy of passing in soccer. The sample used is class VIII SMPN 11 Tapung with a sampling technique using purposive sampling with inclusion criteria. The results showed that the calculated value was 0.000 which means it is smaller than the previously determined significance value of 0.05, it can be said that 0.000 < 0.05, thus meaning that there is an influence between the giving and go training method on the passing accuracy results of class VIII students of SMPN 11 Tapung. The data processing technique used SPSS 22 with paired t-test.

Keywords: *Football, Passing, Give and Go*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya serta karunia-Nya, sehingga skripsi dengan judul "Pengaruh Metode Latihan *Passing give and go* Terhadap Hasil Akurasi *Passing* Kaki Bagian Dalam pada Olahraga Sepak Bola Siswa SMPN 11 Tapung". Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak, khususnya pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini disampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai sekaligus pembimbing satu yang telah sabar dalam memberikan bimbingan kepada penulis serta izin untuk melakukan penelitian.
2. Dr. Nurmalina, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
3. Iska Noviardila, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
4. Dedi Ahmadi, M.Pd., selaku Pembimbing dua yang telah sabar memberikan arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi.
5. Dr. Molli Wahyuni, M.Pd., selaku penguji satu yang telah memberikan arahan dan masukkannya.
6. Kasman Edi Putra, M.Si., selaku penguji dua yang telah memberikan arahan dan masukkannya.

7. Seluruh dosen, staf dan pegawai Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, yang telah memberikan bantuan dan dukunganya dalam menyusun skripsi ini.
8. Kepala sekolah, guru olahraga dan siswa SMPN 11 Tapung, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian serta telah dibantu dalam pelaksanaan penelitian ini.

Penulis memahami masih terdapat kekurangan pada skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik, saran, serta masukkan dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Bangkinang, Agustus 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **i**
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI ..... **ii**
HALAMAN PERNYATAAN ..... **iii**
ABSTRAK ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **viii**
DAFTAR TABEL ..... **x**
DAFTAR GAMBAR ..... **xi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xii**

BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan Penelitian 3
D. Manfaat Penelitian 4

BAB II KAJIAN TEORI **5**
A. Kajian Pustaka 5
1. Hakikat Sepak bola 5
2. Hakikat Passing Menggunakan Kaki Bagian Dalam 6
3. Hakikat *Passing give and go* 8
4. Hakikat Akurasi 9
5. Hakikat Latihan 10
B. Kerangka Berpikir 11
C. Penelitian yang Relevan 12
D. Hipotesis 15

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 16
A. Jenis Penelitian 16
B. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian 17
C. Populasi dan Sampel Penelitian 18
D. Instrumen Penelitian 19
E. Tehnik Pengumpulan Data 20
F. Tehnik Analisis Data 22

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 24
A. Deskripsi Data 24
B. Analisis Data 25
1. Uji Normalitas Data 25
2. Uji Hipotesis..... 26
C. Pembahasan 27

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 40
A. Kesimpulan 40
B. Implikasi 40
C. Saran..... 41

DAFTAR PUSTAKA 42

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Tehnik Pengambilan Sampel 19
Tabel 4.1 Tabel Sampel Penelitian..... 25
Tabel 4.2 Tabel Uji Normalitas..... 25
Tabel 4.3 Tabel Uji Hipotesis 27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Passing Kaki Bagian Dalam 8
Gambar 2.2 *Passing give and go* 9
Gambar 3.1 Instrumen Penelitian 20
Gambar 4.1 *Pre-Test Passing* Kaki Bagian Dalam..... 28
Gambar 4.2 Latihan *Passing give and go* Berbentuk Kotak 30
Gambar 4.3 Latihan *Passing give and go* Berbentuk Lingkaran 32
Gambar 4.4 Latihan *Passing give and go* 3 Vs 1 35
Gambar 4.5 *Post-Test* Passing Kaki Bagian Dalam 36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel Penilaian *Pre-Test* 44
Lampiran 2. Tabel Penilaian *Post-Test* 45
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian 46
Lampiran 4. Program Latihan 51
Lampiran 5. Olah Data SPSS 55
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian 57
Lampiran 7. Surat Balasan Penelitian 58

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan permainan beregu dalam bentuk tim yang terdiri dari 11 pemain, Permainan ini membutuhkan kolektifitas yang tinggi untuk mencapai hasil yang maksimal serta efektif dalam sebuah pertandingan. Menurut Wardana (2018), pertandingan sepak bola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 pemain, masing-masing tim mempertahankan gawang dan berusaha menjebol gawang lawan. Salah satu teknik dasar dalam mempertahankan atau menjebol gawang adalah teknik dasar *passing, passing* merupakan keterampilan paling penting untuk menguasai sepak bola. Umpan menghubungkan semua pemain diseluruh bagian lapangan dan memungkinkan tim menciptakan serangan (Hartanto, 2017).

Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar, Dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain sepak bola akan dapat bermain dengan baik disegala posisinya. Tanpa menguasai teknik dasar, penampilan dalam permainan tidak akan baik. Sebab teknik dasar merupakan fundamen dalam permainan sepak bola disamping fisik, teknik, dan mental. teknik dasar permainan sepak bola terdiri dari teknik tanpa bola dan teknik dengan bola, karena kedua teknik tersebut merupakan faktor yang saling mendukung efektifitas tim saat bermain (Hartanto, 2017).

Sepak bola merupakan permainan team dan *passing* adalah teknik yang paling tepat digunakan pemain sepak bola untuk menghubungkan para pemain. Dalam bermain sepak bola diperlukan *passing-passing* untuk dapat melakukan penyerangan dan sebaliknya *passing* yang tidak tepat merupakan penyebab yang paling utama bagi gagalnya suatu penyerangan (Santoso, 2014). *Passing* adalah memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain, paling baik dilakukan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan selain tangan Agustina (2019: 29).

Di sekolah, waktu pelajaran pendidikan jasmani terbatas, Satu minggu hanya 2x40 menit. Hal ini tidak memungkinkan untuk melakukan semua kegiatan ketrampilan dalam olahraga terjamin untuk dapat dilaksanakan. Untuk ekstrakulikuler siswa lebih memilih olahraga yang mereka minati masing masing. Ekstrakulikuler sendiri adalah sebuah pendidikan atau pengajaran yang dilakukan diluar waktu sekolah dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi non akademik siswa.

Pada dasarnya siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung ini sudah cukup memiliki ketrampilan mengelola bola. Akan tetapi, beberapa siswa sering melakukan kesalahan *passing* baik itu tidak menemui sasaran, ataupun tidak sampai. Setelah peneliti melakukan observasi, ternyata siswa melakukan *passing* tidak sesuai dengan program pembelajaran, ada beberapa siswa yang melakukan *passing* tidak sesuai arahan yang diberikan oleh guru sehingga *passing* yang dilaksanakan oleh siswa tidak maksimal. Hal ini membuat peneliti merasa hal ini perlu diselesaikan dengan mencari metode latihan yang

sesuai dengan karakteristik siswa yaitu dengan metode latihan *passing give and go.*

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, penulis ingin mengetahui serta memecahkan masalah mengenai metode latihan yang cocok untuk diterapkan pada siswa SMP dengan penulis menggunakan metode latihan *passing give and go*, apakah ada pengaruh antara latihan passing menggunakan metode latihan *Passing give and go* terhadap hasil akurasi *passing siswa*, sehingga penulis menetapkan judul penelitianya yaitu "Pengaruh Metode Latihan *Passing give and go* Terhadap Hasil Akurasi *Passing* Kaki Bagian Dalam pada Olahraga Sepak bola Siswa SMPN 11 Tapung"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, rumusan masalah peneliti sebagai berikut "Apakah ada pengaruh antara metode latihan *Passing give and go* terhadap hasil akurasi *passing* kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola siswa SMPN 11 Tapung?".

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode latihan *Passing give and go* terhadap hasil akurasi *passing* kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola siswa SMPN 11 Tapung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang baik bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan peneliti pada khususnya terutama pada bidang pendidikan jasmani dan olahraga, selain itu teori-teori dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi, manfaat dan hasil sebagai salah satu wacana dalam bidang olahraga terutama olahraga sepak bola.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai karya ilmiah, dan di praktekkan secara real di lapangan.

b. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Dapat dipergunakan sebagai bahan pengajaran dan masukan bagi para guru pendidikan jasmani SMPN 11 Tapung dalam meningkatkan keterampilan bermain khususnya sepak bola.

c. Bagi Siswa

Dapat memudahkan siswa dalam meningkatkan kecakapan bermain sepak bola baik dalam pembelajaran maupun dalam prestasi.

BAB II
KAJIAN TEORI

A. Kajian Pustaka

1. Hakikat Sepak bola

Menurut Wardana (2018) bahwa sepak bola sejatinya merupakan permainan tim. Manfaat dan tujuan dari olahraga sepak bola adalah sebagai sarana hiburan, pendidikan, melatih kerjasama atau organisasi, dan prestasi. Pada dasarnya sepak bola merupakan olahraga yang membutuhkan kekompakan, sehingga seorang pemain sepak bola harus menguasai teknik dasar permainan sepak bola. Permainan sepak bola memiliki beberapa teknik dasar yaitu *passing, controlling, dribbling, shooting dan heading.*

Sepak bola merupakan permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan maksud memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukkan bola (Irianto, 2010: 3). Sepak bola dimainkan oleh 11 pemain dalam satu tim, hal ini sesuai dengan FIFA law of the game dalam (Agustina, 2019: 29) sepak bola adalah permainan tim yang dimainkan masing-masing timnya terdiri atas sebelas pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh anggota tubuh selain tangan, kecuali penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan.

2. Hakikat *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam

Menurut Agustina (2019: 29), *passing* menggunakan kaki bagian dalam atau juga dikenal dengan nama *inside out the foot* merupakan keterampilan *passing* yang paling dasar dan harus dipelajari terlebih dahulu biasanya disebut dengan *push pass* (operan dorongan) karena bagian samping dalam kaki sebenernya mendorong bola. Lebih lanjut Agustina, (2019: 29-30) menjelaskan teknik atau cara melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam dengan baik dan benar.

a. Persiapan

1) Berdiri menghadap target. Posisi badan bediri menghadap target yang akan di tuju.
2) Salah satu kaki diletakkan di samping bola sebagai tumpuan dan keseimbangan.
3) Arahkan kaki ke target. Kaki di arahkan lurus ke arah target sasaran.
4) Lutut tidak tegak lurus, melainkan di tekuk. Supaya ada power saat akan melakukan dorongan terhadap bola.
5) Kaki dalam posisi menyamping.
6) Tangan samping posisi menyilang dengan kaki dan selalu rileks.
7) Fokuskan perhatian kepada bola.

b. Pelaksanaan

1) Tubuh condong ke depaan di atas bola.
2) Kaki diayun ke arah bola ke depan.
3) Tendang bagian tengah bola dengan kaki bagian dalam.

c. Gerakan lanjutan

1) Pindahkan berat badan kedepan.
2) Gerakkan akhir berjalan dengan mulus.

d. Hasil Akhir

1) Arah bola lurus ke depan
2) Bola mendatar menyusur tanah
3) Bola tepat sasaran

Menurut Sucipto, dkk. (2000: 17-21), teknik menendang dengan kaki bagian dalam digunakan untuk mengumpan jarak pendek (*short passing*). Analisis gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

a. Badan menghadap sasaran di belakang bola.
b. Kaki tumpu berada di samping bola ± 15 cm, ujungkaki menghadap sasaran, lutut sedikit ditekuk.
c. Kaki tendang ditarik ke belakang dan ayunkan kedepan sehingga mengenai bola.
d. Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah kaki.
e. Pergelangan kaki ditegangkan pada saat mengenai bola.

f. Gerak lanjut kaki tendang diangkat menghadap sasaran.

g. Pandangan ditujukan ke bola dan mengikuti arahnya jalannya bola terhadap sasaran.

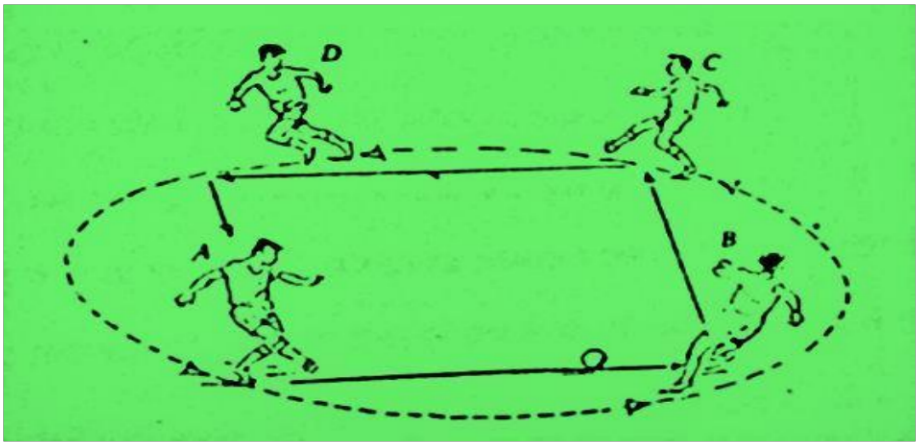
h. Kedua lengan terbuka di samping badan.

Gambar 2 1 *Passing* dengan Kaki Bagian Dalam
(Sucipto, dkk. 2000: 18)

3. Hakikat *Passing Give And Go*

Menurut Unimed (2017), latihan *Passing give and go* merupakan peluang bagi seorang pemain untuk melakukan *Passing* kepada pemain satu tim dan selanjutnya berlari kedepan. Pemain yang menerima *Passing* dengan cepat mengembalikan bola ke pemain pertama ketika mereka bersama-sama maju ke daerah lain di lapangan.

Latihan *Passing give and go* adalah memindahkan bola dari satu titik ke titik yang lain degan melakukan gerakan tanpa bola ke arah yang diinginkan sambil berusaha untuk menerima bola dengan bentuk manuver (Unimed, 2018).



Gambar 2. 2 *Passing Give And Go*
(UNESA, 2015)

4. Hakikat Akurasi

Akurasi *passing* adalah sebuah kemampuan mengoper bola yang dapat membuat arah atau laju bola lebih terarah tepat sasaran agar sulit untuk dijangkau atau direbut oleh lawan. dalam sepak bola, teknik *passing* yang baik menjadi elemen yang sangat penting. *Passing* dengan akurasi yang baik diperlukan untuk membangun sebuah serangan agar tercipta peluang yang baik. Semakin bagus teknik pemain, maka akan semakin meningkatkan *finishing* tim (Irawan, 2011).

Pengertian akurasi *passing* bola adalah penempatan bola yang di *passing* sesuai dengan sasaran. Dengan passing yang tepat akan tercipta permainan kolektifitas yang bagus, baik dalam menyerang maupun bertahan. Kemampuan ketepatan *passing* dapat dilatih secara berkelanjutan dengan menendang bola menuju sasaran, memantulkan bola, ataupun melakukan operan kepada teman (Irawan, 2011). Lebih lanjut menurut Nugroho (2015) ketepatan *(accuracy)* adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu

sasaran. Sasaran ini merupakan suatu jarak atau mungkin suatu objek langsung yang harus dikenai dengan salah satu bagian tubuh.

5. Hakikat Latihan

Latihan berasal dari kata dalam bahasa Inggris yang dapat mengandung beberapa makna seperti: *practice, excercies, dan training*. Pengertian latihan yang berasal dari kata *practice* adalah aktivitas untuk meningkatkan keterampilan (kemahiran) berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan cabang olahraganya. Pada prinsipnya latihan menurut Sukadiyanto (2010), merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan: kualitas fisik, kemampuan fungsional peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih. Jadi untuk pencapaian suatu prestasi dibutuhkan suatu progam latihan yang sistematis, sehingga adanya adaptasi dalam tubuh.

Sukadiyanto (2010), menjelaskan bahwa perangkat utama dalam proses latihan harian untuk meningkatkan kualitas fungsi sistem organ tubuh manusia, sehingga memudahkan olahragawan dalam menyempurnakan geraknya. Latihan exercises merupakan materi latihan yang dirancang dan disusun oleh pelatih untuk satu sesi latihan atau satu kali tatap muka dalam latihan. Misalnya, susunan materi latihan dalam satu kali tatap muka pada umumnya berisikan materi yang antara lain:

a. Pembukaan/pengantar latihan.

b. Pemanasan (*warming up*).

c. Latihan inti. *lemen*).

d. *Cooling down*/penutup.

B. Kerangka Pemikiran

Keterampilan dalam bermain sepak bola masuk kedalam materi pembelajaran dalam mata pelajaran pendidikan jasmani disekolah, diharapkan dalam pelajaran pendidikan jasmani ini siswa mampu lebih terampil, kreatif serta dapat menjaga kesegaran jasmani, serta pemahaman dalam proses pembelajaran. Pembelajaran ketrampilan akan efektif apabila terus di lakukan secara berulang- ulang dengan metode yang benar serta dalam priode waktu tertentu.

Siswa SMP Negeri 11 Tapung memiliki kemampuan ketrampilan *passing* yang berbeda beda, banyak faktor yang mempengaruhi hal tersebut sehingga pembelajaran jadi kurang efektif serta kurang maksimal, hal itu dikarenakan beberapa faktor, antara lain yaitu: penguasaan tehnik, penguasaan taktik serta intensitas dalam latihan serta kurang memahami perintah yang disampaikan oleh guru. Pada saat observasi berlangsung, peneliti menemukan ada beberapa siswa yang melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam sesuai perintah guru, akan tetapi banyak juga yang tidak sesuai dengan yang disampaikan oleh guru. Komponen komponen tersebut harus saling mendukung supaya siswa lebih mampu memaksimalkan kemampuannya. Karena beberapa alasan di atas, Oleh

karena itu peneliti merasa harus diadakan penelitian mengenai pengaruh latihan *passing* metode *give and go* dengan hasil akurasi passing supaya dapat diketahui apakah latihan dengan menggunakan metode *give and go* ini memiliki pengaruh dengan hasil akurasi *passing* siswa, hal ini dapat dijadikan bahan bahan untuk meningkatkan kemampuan siswa baik dalam akademik ataupun prestasi.

C. Penelitian yang Relevan

1. Irawan (2019), "Upaya Meningkatkan Akurasi Teknik *Passing* Menggunakan Metode *Drill* Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak bola SMP 10 Malang" Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan akurasi passing dengan metode *drill* pada kegiatan ekstrakulikuler SMPN 10 Malang. Penelitian ini menggunakan analisis data secara kuantitatif dengan metode penelitian tindakan olahraga (PTO), serta menggunakan instrumen berupa tes. Subjek penelitian adalah peserta ekstrakurikuler sepak bola SMPN 10 Malang yang terdiri dari 20 siswa laki – laki. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa keterampilan passing kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan passing kaki bagian punggung permainan sepak bola menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dengan penggunaan metode *drill* yaitu masuk pada pada kategori baik sekali.
2. Aris (2013), "Upaya Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak bola Melalui Pembelajaran Variasi Berantai Siswa Kelas X SMK Shalahuddin Malang Tahun Ajaran

2017/2018" Proses Pembelajaran yang ada disekolah haruslah sesuai dengan kondisi lingkungan sekolah dan karakteristik siswa tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa akan materi Sepak bola terutama teknik passing melalui pembelajara variasi berantai. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan peningkatan efektifitas pembelajaran passing bawah dengan kaki bagian dalam pada permainan Sepak bola Penelitian ini menggunakan rancangan 2 siklus sampai ditemukan hasil yang terbaik atau peningkatan kemampuan yang sudah di atas KKM (Ketuntasan Kemampuan Minimal). Hasil penelitian diperoleh data sebagai berikut: 1) siklus I ketuntasan mencapai 63% 3) siklus II ketuntasan siswa mencapai 78.33%, sehingga sudah melebihi KKM yakni 75%. Berdasarkan hasil di atas maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran variasi berantai terbukti efektif dalam peningkatan kemampuan teknik dasar passing dengan kaki bagian dalam pada permainan Sepak bola siswa kelas X SMK Shalahuddin Malang.

3. Ikhwan (2020), "Pengaruh Variasi Latihan *Give And Go* Terhadap Keterampilan Akurasi *Passing* Dan Kecepatan *Dribbling* Dalam Permainan Sepak bola Pada Pemain Ssb Pandanaran" Berdasarkan hasil uji t pada kelompok eksperimen diketahui bahwa kemampuan keterampilan akurasi passing pada pemain SSB Pandanaran KU-12 diperoleh nilai t hitung (6,862) > t tabel (2,16) dan nilai p (0,000) < dari 0,05, sedangkan untuk kelompok kontrol diperoleh nilai t hitung (1,689) <

t tabel (2,262) dan nilai p (0,125) > dari 0,05. Hal tersebut menunjukkan ada perbedaan pada keterampilan akurasi *passing*. Kemudian hasil uji t pada kelompok eksperimen diketahui bahwa data kecepatan *dribbling* pada pemain SSB Pandanaran KU-12 diperoleh nilai t hitung (-5,244) > t tabel (2,16) dan nilai p (0,000) < dari 0,05, sedangkan kelompok kontrol diperoleh nilai t hitung (-1,425) < t tabel (2,262) dan nilai p (0,188) > dari 0,05. Hal tersebut menunjukkan ada perbedaan pada kecepatan dribbling. Hasil uji t kelompok *eksperimen* tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dari variasi latihan *give and go* yang positif dan signifikan, sedangkan untuk kelompok kontrol tidak ada pengaruh dari latihan *give and go* yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan akurasi passing dan kecepatan *dribbling* dalam permainan sepak bola pada pemain SSB Pandanaran.

Pada dasarnya ketiga penelitian di atas adalah penelitian untuk meningkatkan kemampuan *passing* siswa, perbedaan kedua penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan penulis terletak pada sampel yang digunakan, penulis menggunakan metode *purposive sampling* untuk pengambilan sampel sedangkan ketiga penelitian di atas menggunakan *random sampling*, persamaan pada penelitian yang akan dilakukan oleh penulis dengan ketiga penelitian di atas adalah sama sama membahas tentang passing dalam sepak bola sehingga dapat memudahkan penulis untuk mendapatkan referensi.

D. Hipotesis

Pada penelitian ini, peneliti menetapkan beberapa dugaan awal atau hipotesis yaitu: Ada pengaruh signifikan antara metode latihan *give and go* dengan hasil akurasi *passing* kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola siswa SMPN 11 Tapung.

BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Sugiyono (2013: 107), menyatakan bahwa metode penelitian *eksperimen* dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi terkendalikan. Metode penelitian yang penulis gunakan adalah desain penelitian *pre-eksperimental*.

Arikunto (2010: 123) menyatakan, bahwa *pre-experimental designs (nonde-sign)* seringkali dipandang sebagai eksperimen yang tidak sebenarnya, atau disebut juga dengan istilah *quasi eksperimen*. Q*uasi eksperimen* belum memenuhi persyaratan seperti cara eksperimen yang dapat dikatakan ilmiah mengikuti peraturan-peraturan tertentu. Pada penelitian ini, metode penelitian eksperimen digunakan untuk meneliti pengaruh latihan metode *give and go* dengan hasil akurasi passing kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola siswa SMPN 11 Tapung.

Rancangan *one group pretest-posttest design* ini terdiri atas satu kelompok yang telah ditentukan. Di dalam rancangan ini dilakukan tes sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberi perlakuan disebut prates dan sesudah perlakuan disebut *pas-cates*. Adapun pola penelitian metode *one group pretest-posttest design* menurut Sugiyono (2013: 75) sebagai berikut:

O1 X 02

O1 = nilai *Pre-Test* (sebelum perlakuan)

X = model latihan *give and go*

O2 = nilai *Post-Test* (setelah diberi perlakuan).

Pada design ini tes yang dilakukan sebanyak dua kali, tes yang pertama adalah *Pre-Test* yaitu tes yang dilakukan sebelum menerima *treatment*/perlakuan, sedangkan tes yang kedua adalah *Post-Test* yaitu tes yang dilakukan setelah sampel menerima *treatment*/perlakuan (Sugiyono, 2016).

B. Deskripi Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMP Negeri 11 Tapung, SMP ini berada di Anggrek 15 Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar, Riau. SMPN 11 Tapung memiliki sarana dan prasarana yang cukup lengkap, tepat di belakang sekolah ada lapangan sepak bola yang digunakan oleh sekolah untuk ekstrakulikuler sepak bola, perlengkapan seperti bola pun cukup memadai karena memiliki lebih dari 10 bola untuk sepak bola.

2. Deskripsi Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada hari Selasa, Rabu, Kamis dan Sabtu. Tempat pelaksanaannya adalah di halaman sekolah SMPN 11 Tapung, karena di halaman sekolah terdapat lapangan futsal outdor yang memadai untuk melaksanakan penelitian ini.

C. Populasi Dan Sampel Penelitian

1. Populasi penelitian.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Keseluruhan objek tersebut mempunyai keseragaman maupun karakteristik-karakteristik khusus dan khas (Adhi, 2014). Populasi yang digunakan untuk penelitian ini adalah seluruh kelas VIII SMPN 11 Tapung dengan jumlah rombongan belajar yaitu 4 kelas masing masing kelas memiliki 30 siswa maka jumlah populasi 120, mengingat populasi yang cukup banyak oleh karena itu tidak semua populasi di ambil (Adhi, 2014).

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Dalam seluruh populasi yang ada akan diambil sebagian atau wakil (sampel), dari populasi tersebut. Jika kita hanya akan meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut merupakan penelitian sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dengan penggunaan kriteria inklusi yaitu kriteria sampel yang diinginkan peneliti berdasarkan tujuan penelitian.

Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* dengan penggunaan kriteria inklusi yang ada adalah sebagai berikut:

Kriteria inklusi penelitian:

a. Laki laki .
b. Kelas VIII SMPN 11 Tapung.
c. Peserta Ekstrakulikuler

Tabel 3.1
Tehnik Pengambilan Sampel

Kelas	Jumlah	Laki-Laki	Peserta Ekstrakulikuler	Sampel
A	30	10	3	3
B	30	12	4	4
C	30	12	4	4
D	30	18	7	7
Total	120	52	18	18

Jumlah sampel yang akan digunakan yaitu 18 siswa putra dari populasi kelas VIII SMPN 11 Tapung dengan jumlah total populasi laki laki yaitu 57 siswa dengan mempertimbangkan waktu, tenaga serta biaya peneliti.

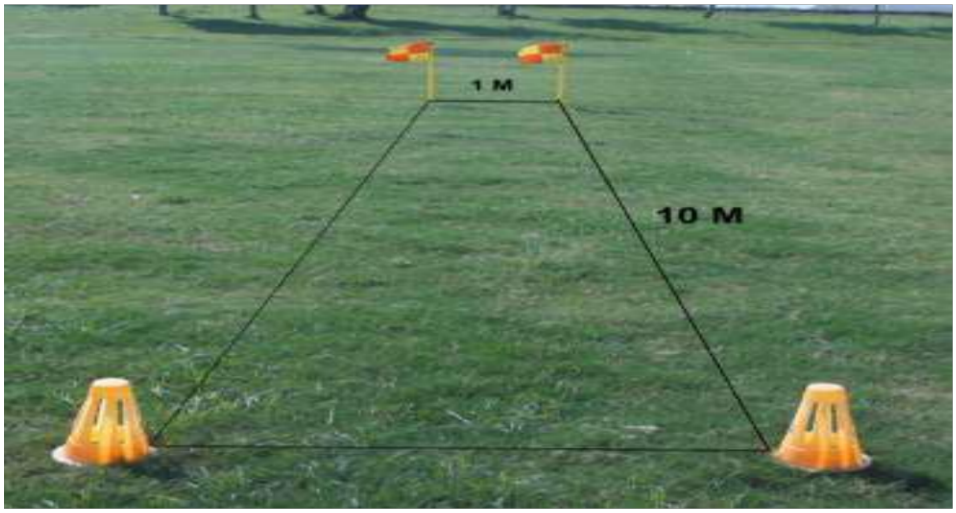
D. Instrumen Penelitian

Menurut Han & goleman et,al., (2019) instrumen adalah alat bantu yang digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang variabel yang sedang diteliti. Penilaian adalah proses sistematis meliputi pengumpulan informasi (angka atau deskripsi verbal), analisis, dan interpretasi untuk mengambil keputusan. tes adalah alat atau instrumen yang sistematis berupa latihan atau gerakan untuk mengukur atau untuk memperoleh data/informasi kemampuan atau bakat individu maupun kelompok (Han & goleman et,al., 2019).

Dalam suatu penelitian selalu terjadi proses pengumpulan data. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes short passing Sukatamsi dari jarak 10 meter ke arah sasaran

gawang yang memiliki lebar 1 meter, yang difungsikan sebagai alat untuk mendapatkan data. Metode penelitian ini diadaptasi dari tes keterampilan sepak bola DR. Norbert Rogalski dan DR. Ernst Degel diberikan pada awal dan akhir proses penelitian. Dengan Validitas sebesar 0,744 dan reliabitas sebesar 0,888 Reza Widi Saksana (Nugroho, 2015).

Pada penelitian ini ada beberapa instrumen yang akan digunakan oleh penulis untuk menunjang pelaksanaan penelitian, antara lain yaitu : yang digunakan dalam penelitian ini adalah bola kaki, rol meter, pancang bendera, kun, blangko dan alat tulis.



Gambar 3. 1 Instrumen Penelitian
(Sukatamsi 1985:254)

E. Tehnik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah suatu cara untuk memperoleh keterangan yang benar sehingga dapat dipertanggung jawabkan. Dengan pertimbangan yang mendasar, dalam penelitian ini metode yang digunakan

untuk mengumpulkan data sesuai dengan tujuan penelitian adalah metode tes dan pengukuran (Nugroho, 2015).

1. Metode Observasi

Metode observasi adalah metode yang digunakan untuk mendapatkan data atau informasi awal tentang kondisi sampel sebelum diberikan suatu progam latihan sebagai acuan perumusan masalah, yaitu kemampuan *passing* pendek siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Tapung pada tahun 2021 yang dilakukan dengan cara pengamatan langsung di SMP Negeri 11 Tapung.

2. Tes

Tes yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes menendang bola dengan kaki bagian dalam. Sebelum tes awal dimulai, sampel diberi penjelasan mengenai pelaksanaan setelah itu baru dilaksanakan tes awal. Penjelasan tes awal sebagai berikut:

a. Pre-Test

Menurut Anas Sudijono (1996: 69).” *Pre-Test* atau tes awal yaitu tes yang dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh manakah materi atau bahan pelajaran yang akan diajarkan telah dapat dikuasai oleh siswa”.

b. Post-Test

Post-Test atau tes akhir menurut Effendy (2016) adalah tes yang dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui apakah semua

materi yang sudah diberikan sudah dapat dikuasai dengan sebaik-baiknya oleh siswa.

c. Pelaksanaan Tes

Bola diam terletak di tanah, dengan ancang-ancang bola ditendang dengan kaki bagian dalam ke arah sasaran dengan lebar satu meter, jarak tempat menendang dengan sasaran adalah 10 meter, Kesempatan menendang bola 5 kali.

Waktu penelitian dilaksanakan dari bulan Juli 2021, selama empat minggu, dengan perlakuan eksperimen dilaksanakan dalam 12 kali pertemuan yang dilakukan dalam frekuensi empat kali pertemuan dalam seminggu yaitu hari jumat, sabtu dan minggu. Untuk *posttest* dilaksanakan setelah pemberian *treatment*, untuk frekuensi latihan mengacu kepada pendapat Harsono dalam (Rizal, 2011).

F. Teknik Analisis Data

Tehnik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji komparatif dengan satu grup sampel untuk mengetahui pengaruh metode latihan *Passing give and go* terhadap akurasi *passing* kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung. Sebelum melakukan uji komparatif terlebih dahulu dilaksanakan uji prasyarat yaitu uji normalitas, homogenitas dan selanjutnya dilakukan uji hipotesis.

1. Uji Prasyarat Analisis

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh masing-masing variabel berdistribusi normal atau tidak.

Adapun metode statistik untuk menguji normalitas dalam penelitian ini adalah *non-parametrik KolmogrovSmirnov.*

Menurut Permatasari (2015) untuk menguji apakah data berdistribusi normal atau tidak dilakukan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov Test.* Residual berdistribusi normal jika memiliki signifikansi > 0,05. Uji normalitas untuk analisis data pada penelitian ini menggunakan SPSS Statistik 23. Berikut kriteria pengujiannya.

a. Jika signifikansi (sig) > 0,05 maka Ho ditolak dan data berdistribusi normal.
b. Jika signifikansi (sig) < 0,05 maka Ho diterima dan data tidak berdistribusi normal.

2. Uji Hipotesis

Uji hiptesis dilakukan untuk mengambil keputusan data yang diuji, yaitu skor *Pre-Test* dan *Post-Test*. Apabila data berdistribusi normal, maka analisis data yang digunakan adalah statistik parametrik yaitu uji *paired t-test* sedangkan jika data berdistribusi tidak normal maka analisis data yang digunakan adalah statistik *non-parametrik* yaitu uji *wilcoxon.*

Ha : $\mu 1 = \mu 2$ artinya rata rata skor *Pre-Test* sama dengan *Post-Test*

Ho : $\mu 1 \neq \mu 2$ artinya terdapat perbedaan antara skor *Pre-Test* dengan *Post-Test*

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan 18 sampel siswa laki-laki kelas VIII SMPN 11 Tapung dari jumlah siswa laki laki keseluruhan mencapai 52 siswa. Sampel yang diambil kembali dikategorikan dengan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakulikuler sepak bola. Sampel di ambil dari masing masing kelas dan diharapkan dapat mewakili dari populasi yang ada. Dapat dilihat pada tabel di bawah ini nama siswa dan hasil *pretest posttest* yang didapatkan dalam penelitian.

Tabel 4.1
Daftar Sampel Penelitian

NO	NAMA	KELAS	PRE	POST
1	T M	8A	1	2
2	M I	8A	1	2
3	A S	8A	2	4
4	I W	8B	3	4
5	FA	8B	1	3
6	D R	8B	1	4
7	R K A	8B	2	4
8	M R	8C	2	1
9	MA	8C	0	2
10	SA	8C	1	2
11	R P	8C	1	1
12	IV	8D	2	3
13	A A	8D	0	1
14	FE	8D	1	1
15	D R	8D	1	2
16	RA	8D	1	2
17	M K	8D	0	2
18	N J	8D	1	3

B. Analisi Data

1. Uji Normalitas Data

Tujuan uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari tiap-tiap variabel yang dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah p > 0.05 sebaran dinyatakan normal, dan jika p < 0.05 sebaran dikatakan tidak normal. Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4.2 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		18
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.92143949
Most Extreme Differences	Absolute	.165
	Positive	.113
	Negative	-.165
Test Statistic		.165
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200[c,d]

Pada tabel uji normalitas di atas menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* menjelaskan nilai *Asymp Sig (2-tailed)* memiliki nilai 0.200 yang berarti nilai tersebut lebih besar dari nilai signifikansi yang telah ditetapkan yaitu 0.05 maka dapat dijelaskan 0.200 < 0.05 berarti data yang digunakan normal.

a. *Test distribution is Normal.*

b. *Calculated from data.*

c. *Lilliefors Significance Correction.*

d. *This is a lower bound of the true significance.*

Dengan uraian data di atas maka dapat diketahui nilai signifikansi dari pretest dan posttest sebesar 0.200, Oleh karena itu berarti lebih besar dari pada nilai signifikansi yang telah ditetapkan sebelumnya yaitu sebesar 0,05 atau dapat dikatakan (sig) > 0,05. Dapat ditarik kesimpulan, bahwasanya sebaran data bersifat normal.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengambil keputusan data yang diuji, yaitu skor *Pre-Test* dan *Post-Test*. Apabila data berdistribusi normal, maka analisis data yang digunakan adalah statistik parametrik yaitu uji *paired t-test* sedangkan jika data berdistribusi tidak normal maka analisis data yang digunakan adalah statistik *non-parametrik* yaitu uji *wilcoxon.* Karena sebaran data pada uji normalitas bersifat normal, maka menggunakan uji *paired t-test* untuk menguji hipotesis.

Tabel 4.3 Uji Hipotesis

Paired Samples Test

		Paired Differences				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pair 1	Pretest – Posttest	-1.222	.943	.222	-1.691	-.753

Tabel Lanjutan 4.3 Paired Samples Test

		T	Df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest – Posttest	-5.500	17	.000

Pada tabel di atas yaitu tabel *paired samples test* dapat diketahui bahwasanya nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* memiliki nilai 0,000, oleh karena itu nilai tersebut di bawah dari nilai signifikansi yang sudah ditetapkan sebelumnya sebesar 0,05 berarti karena nilai 0, 000 < 0,05, Maka dapat di tarik kesimpulan bahwasanya "Ho diterima" dengan adanya pengaruh antara metode latihan *Passing give and go* terhadap akurasi *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung.

C. Pembahasan

1. Pre-Test

Menurut Anas Sudijono (1996: 69)." *Pre-Test* atau tes awal yaitu tes yang dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh manakah materi atau bahan pelajaran yang akan diajarkan telah dapat dikuasai oleh siswa". Kegiatan *Pre-Test* ini dilakukan pada hari sabtu 17 Juli 2021 di halaman sekolah SMPN 11 Tapung, pada saat awal akan melakukan *Pre-Test* untuk mengetahui akurasi *passing* siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung, siswa diabsen terlebih dahulu. setelah melakukan absensi, siswa

diberikan arahan kegiatan yang harus di lakukan. Setiap siswa melakukan *Pre-Test* sesuai dengan urutan absensi, yaitu :

a. Setiap siswa memiliki kesempatan 5 (lima) kali percobaan.
b. Siswa berdiri menghadap ke target yaitu sepasang tiang kayu dengan bendera di ujung atas, dengan jarak menendang 10 meter serta jarak antar tiang 1 meter.
c. Masing masing siswa harus melakukan tendangan *passing* menggunakan kaki bagian dalam dengan jarak 10 meter dan harus masuk ke sela-sela antara dua tiang kayu tersebut.
d. Setiap percobaan yang masuk akan terhitung 1 point sedangkan yang tidak masuk 0 point.

Pada *Pre-Test* ini didapati ternyata 5,56% atau hanya 1 sampel yang memiliki kemampuan *passing* cukup baik, sedangkan sebanyak 94,4% atau 17 sampel hasilnya kurang ataupun sangat kurang.

Gambar 4. 1 *Pre-Test Passing* Kaki Bagian Dalam

2. *Treatment*/Perlakuan

Perlakuan yang di berikan kepada siswa yaitu teknik *Passing give and go* yaitu setelah siswa melakukan *passing*, siswa akan berpindah posisi, treatment ini menggunakan 3 jenis yaitu *passing* dengan posisi lingkaran, *passing* dengan posisi berbentuk kotak, serta *passing* 3 vs 1, di bawah akan di jelaskan secara rinci oleh peneliti bagaimana kegiatan pada minggu pertama hingga minggu ke tiga.

a. Minggu pertama

Pada minggu pertama saat memberikan *treartmen* atau perlakuan, di awali dengan membaca doa bersama terlebih dahulu menurut agama dan kepercayaan masing-masing, hal ini di maksudkan supaya siswa tetap mengingat yang maha kuasa walaupun akan melaksanakan latihan agar diberikan kemudahan, kelancaran serta di jauhkan dari cidera atau semacamnya. Setelah itu peneliti melakukan absen untuk memastikan apakah sampel yang dibutuhkan sudah lengkap, setelah melakukan absensi siswa di arahkan untuk pemanasan terlebih dahulu dan di lanjutkan dengan lari keliling lapangan basket. Setelah melakukan pemanasan, siswa kembali di bariskan dan diberikan arahan mengenai tehnik latihan yang di gunakan pada minggu pertama ini. Pada minggu pertama jenis latihan *Passing give and go* yang digunakan adalah passing berbentuk kotak. Pada *passing* jenis ini siswa di bagi menjadi beberapa kelompok, per kelompok membentuk sebuah kotak. Bola

di mulai dari salah satu sudut, pertama siswa *passing* ke arah teman nya yang berada di sudut lain, setelah melakukan *passing* kepada teman yang berada di sudut tersebut siswa yang telah melakukan *passing* langsung lari untuk mengisi tempat yang di tuju. Pada awal pelaksanaan, beberapa siswa tampak kebingungan dengan jenis latihan ini, akan tetapi setelah penyesuai mereka dapat melakukan nya dengan baik hingga hari ke 4 (empat) latihan, latihan ini dilakukan dalam 2 set dan 3 repitisi, supaya siswa makin terbiasa dengan jenis latihan *passing* yang diterapkan oleh peneliti.

Gambar 4. 2 Latihan *Passing give and go* Berbentuk kotak

b. Minggu Kedua

Pada minggu ke dua pelaksanaan kegiatan pemberian *treatment* atau perlakuan kepada siswa sama seperti kegiatan di minggu pertama, yang membedakan hanyalah jenis latihannya. Jika pada minggu pertama menggunakan jenis latihan berbentuk kotak, maka pada minggu ke dua ini diubah menjadi jenis latihan berbentuk

melingkar atau lingkaran. Karena pada minggu pertama latihan dengan jenis kotak, siswa sudah mampu menunjukan kemajuan dalam melaksanakan latihannya. Pada latihan minggu ke dua ini di awali dengan membaca doa bersama terlebih dahulu menurut agama dan kepercayaan masing-masing, hal ini di maksudkan supaya siswa tetap mengingat yang maha kuasa walaupun akan melaksanakan latihan agar diberikan kemudahan, kelancaran serta di jauhkan dari cidera atau semacamnya. Setelah itu peneliti melakukan absen untuk memastikan apakah sampel yang dibutuhkan sudah lengkap, setelah melakukan absensi siswa di arahkan untuk pemanasan terlebih dahulu dan di lanjutkan dengan lari keliling lapangan basket. Setelah melakukan pemanasan, siswa kembali di bariskan dan diberikan arahan mengenai tehnik latihan yang di gunakan pada minggu ke dua ini. Kegiatan pada minggu ke dua ini menggunakan jenis latihan melingakar atau lingakaran, yaitu dengan siswa membentuk 2 kelompok dan membuat sebuah lingakaran, setelah membentuk lingkaran masing-masing lingkaran di isi oleh salah satu siswa pada bagian tengah nya, hal ini di maksudkan supaya siswa yang berada di tengah tersebut adalah orang pertama yang mengalirkan bola, dengan cara pemain tengah membuata *passing* ke arah siswa yang berada pada lingkaran tersebut, setelah melakukan *passing* kepada salah satu siswa, siswa yang menerima *passing* tersebut lalu kembali membuat passing kepada siswa yang berada di tengah lingakaran,

pemain yang berada di tengah lingkaran hanya mengontrol bola, dan bertukar posisi dengan siswa yang sebelumnya memberikan passing. Jadi, yang awalnya pemain tengah tersebut berada di tengah lingkaran, sekarang siswa tersebut berada di lingkaran, sedangkan siswa yang sebelumnya berada di lingkaran menjadi di tengah-tengah lingkaran. Sama hal nya dengan minggu pertama, pada awal kegiatan di minggu ke dua ini beberapa siswa tampak canggung dan kurang memahami intruksi yang di berikan oleh peneliti, tetapi setelah pertemuan ke dua dan selanjutnya, siswa sudah dapat melaksanakan latihan dengan cukup lancar, walaupun masih ada beberapa siswa yang tidak fokus saat melakukan *passing* sehingga boala jauh dari jangkauan siswa yang menerima *passing*.

Gambar 4. 3 Latihan *Passing give and go* Berbentuk Lingkaran

c. Minggu Ke Tiga

Pada pemberian latihan atau perlakuan di minggu ke tiga ini, tidak banyak perbedaan dengan dua minggu sebelumnya, yang membedakan minggu ke tiga atau minggu terakhir ini dengan

minggu-minggu sebelumnya yaitu jenis latihannya. Jika pada minggu pertama berbentuk kotak, yang ke dua berbentuk lingkaran, pada minggu ke tiga ini yaitu jenis 3 vs 1. Pada latihan minggu lalu berbentuk lingkaran, siswa sudah cukup berhasil melaksanakan latihanya, walaupun masih ada beberapa siswa yang kurang fokus saat melakukan *passing*, akan tetapi itu wajar akan di jadikan bahan evaluasi selanjutnya. Latihan pada minggu ke tiga ini di awali dengan membaca doa bersama terlebih dahulu seperti biasa menurut agama dan kepercayaan masing-masing, hal ini di maksudkan supaya siswa tetap mengingat tuhan yang maha kuasa walaupun akan melaksanakan latihan agar diberikan kemudahan, kelancaran serta di jauhkan dari cidera atau semacamnya. Setelah itu peneliti melakukan absen untuk memastikan apakah sampel yang dibutuhkan sudah lengkap, setelah melakukan absensi siswa di arahkan untuk pemanasan terlebih dahulu dan di lanjutkan dengan lari keliling lapangan basket. Setelah melakukan pemanasan, siswa kembali di bariskan dan diberikan arahan mengenai tehnik latihan yang di gunakan pada minggu ke tiga ini. Pada minggu ke tiga ini siswa berlatih *passing* dengan jenis 3 vs 1, latihan kali ini memiliki tingkatan yang cukup sulit, walaupun jarak *passing* sangat pendek akan tetapi dibutuhkan kecepatan serta ketepatan dalam melakukan *passing* tersebut. Pada awalnya siswa di bentuk kelompok, dengan masing-masing kelompok memiliki 4 siswa, sebelumnya peneliti

sudah menyusun *cone* sejajar, dengan 4 siswa memiliki sepasang *cone*, peneliti telah menyiapkan 5 pasang *cone* sebelumnya dan langsung di isi oleh siswa yang telah membentuk kelompok, setelah masing-masing kelompok berada pada *cone* nya masing-masing, kelompok di pisah kembali dengan 3 vs 1, 3 siswa berada di sisi kiri sedangkan satu siswa berada di sisi kanan, bola bermula dari siswa yang berada sisi kanan, siswa tersebut melakukan *passing* ke teman pertama dari pinggir *cone* tersebut, setelah melakukan *passing*, siswa tersebut bergeser ke tengah *cone* dan siswa yang sebelumnya di p*assing* kembali melakukan *passing* ke sela-sela antara ke dua *cone* tersebut, setelah siswa yang berdiri sendiri menerima bola, dia akan melakukan *passing* kembali kepada siswa yang ke dua yang berada di tengah dan *passing* tersebut harus melewati di antara kedua *cone* tersebut kemudia siswa yang berada di sisi kanan tersebut kembali pindah ke pinggir *cone*, lalu siswa ke dua yang berada di sisi kiri tersebut kebali melakukan *passing* ke bagian pinggir *cone.* Hal ini kembali di ulang sampai siswa yang berada di sebelah kanan berada pada titik awal semula. Pada latihan minggu ke tiga ini tampaknya benar-benar cukup sulit di lakukan oleh siswa, karena cukup banyak siswa pada hari terakhir yang melakukan *passing* tidak mengarah ke teman nya, ataupun sering terkena *cone* hingga *cone* terjatuh dan hanya beberapa siswa yang tampak ada kemajuan.

Gambar 4. 4 Latihan *Passing give and go* 3 Vs 1

3. Post-Test

Post-Test atau tes akhir menurut Effendy (2016) adalah tes yang dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui apakah semua materi yang sudah diberikan sudah dapat dikuasai dengan sebaik-baiknya oleh siswa. Setelah melakukan latihan selama 3 minggu dengan 12 kali pertemuan, telah di anggap cukup dan akan dilaksanakan kegiatan *Post-Test*. Tes ini sama seperti awal sebelum melakukan latihan yaitu seperti *Post-Test*. Kegiatan *Post-Test* ini dilakukan pada hari sabtu 7 agustus 2021 di halaman sekolah SMPN 11 Tapung, pada saat awal akan melakukan *Pre-Test* untuk mengetahui akurasi *passing* siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung, siswa diabsen terlebih dahulu. setelah melakukan absensi, siswa diberikan arahan kegiatan yang harus di lakukan. Setiap siswa melakukan *Post-Test* sesuai dengan urutan absensi, yaitu :

a. Setiap siswa memiliki kesempatan 5 (lima) kali percobaan.
b. Siswa berdiri menghadap ke target yaitu sepasang tiang kayu dengan bendera di ujung atas, dengan jarak menendang 10 meter serta jarak antar tiang 1 meter.
c. Masing masing siswa harus melakukan tendangan *passing* menggunakan kaki bagian dalam dengan jarak 10 meter dan harus masuk ke sela-sela antara dua tiang kayu tersebut.
d. Setiap percobaan yang masuk akan terhitung 1 point sedangkan yang tidak masuk 0 point.

Pada sampel yang diteliti sebanyak 18 siswa tersebut,pada hasil *Post-Test* sebanyak 38,9% atau 7 sampel yang memiliki kemampuan *passing* cukup serta baik, sedangkan 61,1% atau 11 sampel memiliki kemampuan *passing* yang kurang dan sangat kurang, tetapi hal ini menunjukkan sebuah peningkatan dari hasil *Pre-Test.*

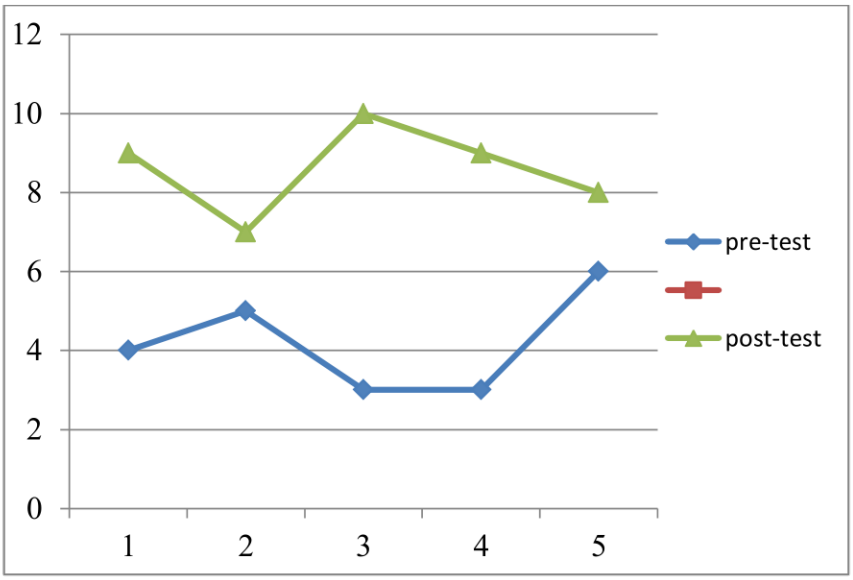
Gambar 4. 5 *Post-Test* Kaki Bagian Dalam

4. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara latihan *Passing give and go* dengan hasil akurasi *passing* kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola siswa kelas VIII SMPN 11 Tapung dengan nilai *output statistik "Test Statistics"*, diketahui *Asymp.Sig (2-tailed)* bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa "hipotesis diterima". Latihan *Passing give and go* merupakan program latihan untuk melatih ketepatan dan akurasi *passing* seseorang dalam melakukan *passing* pada sepak bola. Cara melakukannnya yaitu dengan mengoper ke arah teman lalu berlari mengikuti petunjuk yang telah ditetapkan oleh peneliti seperti mengikuti posisi tetap *cone*. Metode latihan *give and go* memiliki beragam bentuk variasi, baik dengan lingkaran, kotak, *horizontal*, maupun berpasangan. Dengan demikian jelaslah bahwa latihan *Passing give and go* mempunyai hubungan yang erat dan mempunyai peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan dalam meningkatkan kemampuan *passing* kaki bagian dalam pada olahraga sepak bola. Tanpa memilki program latihan yang baik, jangan mengharapkan atlet dapat melaksanakan dan mencapai hasil yang maksimal, karena *passing* adalah salah satu teknik dasar yang sangat amat perlu di kuasai oleh pemain sepak bola. Program latihan *Passing give and go* yang baik memberikan dampak positif untuk ketepatan dan akurasi dalam melakukan *passing* pada olahraga sepak bola.

Beberapa ahli mengemukakan pendapat tentang *passing* dalam sepak bola. Pada sepak bola ada beberapa tehnik dasar yang mesti dikuasai oleh setiap pemain ataupun siswa, salah satunya adalah tehnik dasar *passing*. mengumpan atau *passing* merupakan keterampilan paling penting untuk menguasai sepak bola. Umpan menghubungkan semua pemain diseluruh bagian lapangan dan memungkinkan tim menciptakan serangan (Hartanto, 2017). Menurut Agustina, (2019: 29) *passing* adalah memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain, paling baik dilakukan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan selain tangan.

Grafik *Pre-Test* dan *Post-Test* dapat di lihat di bawah ini.



Pada grafik di atas, dapat di simpulkan bahwasanya grafik pada *Pre-Test* ada peningkatan pada setiap sesi nya, akan tetapi jumlah siswa yang dapat melakukan *passing* sangat sedikit di bandingkan dengan grafik *Post-Test*, grafik *Post-Test* menunjukan penurunan setiap sesi nya, tapi

memiliki jumlah siswa yang dapat melakukan *passing* dengan benar cuup tinggi. Itu tandanya ada pengaruh latihan yang di berikan oleh peneliti selama ini terhadap hasil akurasi *passing* siswa SMPN 11 Tapung.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat disimpulkan bahwa hasil akhir kemampuan *passing* sepak bola siswa laki laki kelas VIII SMPN 11 Tapung ada perubahan serta ada pengaruh yang baik setelah diberikan latihan selama 3 minggu. Pada sampel yang diteliti, sebanyak 38,9% atau 7 sampel yang memiliki kemampuan *passing* cukup serta baik, sedangkan 61,1% atau 11 sampel memiliki kemampuan *passing* yang kurang dan sangat kurang, tetapi ini jauh lebih baik di bandingkan dengan tes awal yaitu 5,56% atau hanya 1 sampel yang memiliki kemampuan *passing* cukup baik, sedangkan sebanyak 94,4% atau 17 sampel hasilnya kurang ataupun sangat kurang.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas penelitian ini dapat berimpliksai yaitu: Baik tidaknya tingkat keterampilan *passing* menjadi tolok ukur kemampuan peserta yang membutuhkan tindak lanjut. Dalam penelitian ini sekolah dan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus memberikan tindak lanjut akan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan penilaian keterampilan *passing* sepak bola melalui metode pengamatan sebagai salah satu bentuk penilaian. Bagi siswa tes *passing* sepak bola ini menjadi evaluasi diri seberapa baik tingkat passing sepak bola yang dimiliki.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan keterbatasan penelitian, ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Siswa harus mampu memperbaiki dam meningkatkan keterampilan *passing* dengan melakukan latihan tambahan yang lebih fokus.
2. Pihak sekolah harus mampu menjembatani dalam proses perbaikan keterampilan agar siswa dapat bermain dengan baik. Karena siswa lah yang akan membawa nama baik sekolah dalam bidang olahraga terutama sepak bola.
3. Guru harus lebih memahami metode atau tehnik tehnik latihan yang baik, agar dapat mampu meningkatkan kemampuan siswa kedepanya.

DAFTAR PUSTAKA

Adhi, K. (2014). Evaluasi Muatan Lokal Keterampilan Teknik Bangunan Di SMP Negeri 15 Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*(9), 1689–1699.

Agustina, S. R. (2019). *Buku Jago Sepak Bola* (Santi & Ira.N (ed.)). Cemerlang.

Aris, T. (2013). Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak bola Melalui Pembelajaran Variasi Berantai Siswa Putri Kelas X Smk Shalahuddin Malang Tahun Ajaran 2017/2018. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, *17*(1), 25–29.

Effendy. (2016). *Pengaruh pemberian Pre-Test dan Post-Test terhadap hasil belajar mata diklat hdw.dev.100.2.a pada siswa smk negeri 2 lubuk basung*.

Han, E. S., & goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee, A. (2019). Instrumen Penilaian Tes. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*(9), 1689–1699.

Hartanto, Y., Insanistyo, B., & Arwin, A. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournaments Untuk Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Kaki Bagian Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas X Teknik Informatika Smk Negeri 8 Bengkulu Utara. *Kinestetik*, *1*(2), 68–74. https://doi.org/10.33369/jk.v1i2.3466

Ii, B. A. B., Teori, A. K., & Akurasi, H. (2011). *Passing, Shooting, Heading*. 15–75.

Ikhwan, M. (2020). *Pengaruh Variasi Latihan Give And Go Terhadap Keterampilan Akurasi Passing Dan Kecepatan Dribbling Dalam Permainan Sepak bola Pada Pemain Ssb Pandanaran*.

Ilhamzen. (2013). Uji Anova. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*(9), 1689–1699.

Irawan, G., Sugiarto, T., Kurniawan, A. W., Keolahragaan, F. I., & Malang, U. N. (2019). Upaya Meningkatkan Akurasi Teknik Passing Menggunakan Metode Drill Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak bola. *Jurnal Penjakora*, *6*(2), 92–101. https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/view/19976

Nugroho, W. (2015). *Pengaruh Latihan Passing Bervariasi Posisi Tetap Dan Passing Bervariasi Posisi Berubah Terhadap Hasil Akurasi Short Passing Pada Siswa KU-14 SSB APACINTI*. 1–101.

Permatasari. (2015). *metode penelitian*. 21–39.

Rizal, G. A. (2011). *Perbandingan Pengaruh Pemukul Dan Bola Modifikasi Dengan Pemukul Dan Bola Standar Terhadap Hasil Belajar Dalam Permainan Softball Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu*. 21–35.

Santoso, N. (2014). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepak bola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, *Volume 10,*(November), 40–48.

Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Ilmiah. *METODE PENELITIAN ILMIAH*, *84*, 116. http://ir.obihiro.ac.jp/dspace/handle/10322/3933

Sukadiyanto. (2010). *Pengantar teori dan meto-dologi melatih fisik*. 9.

Unimed. (2017). *metode wall pas dan give and go*.

Unimed. (2018). *Passing give and go*. 1–7.

Wardana, C. R., Setiabudi, M. A., & Candra, A. T. (2018). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Keterampilan Passing, Controlling dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMK Negeri 1 Tegalsari Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olahraga)*, *3*(2), 194–201. https://doi.org/10.36526/kejaora.v3i2.212