

PENGARUH MODEL LATIHAN *PASSING* TERHADAP AKURASI *PASSING*

Muhammad Putra¹, Hermanzoni², Roma Irawan³, Irfan Oktavianus⁴
^{1,2,3,4}program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Padang, Indonesia.
E-mail:putraamhd@gmail.com¹,herman.zoni@yahoo.com², romairawan@fik.unp.ac.id³,
irfanadhe@fik.unp.id⁴

ABSTRAK

Passing merupakan teknik harus dimiliki oleh seorang atlet dalam sepakbola, *passing* yang baik akan mempengaruhi terhadap kerja sama tim, dengan akurasi *passing* yang baik maka tercipta alur bola yang baik untuk menyusun serangan. Masalah dalam penelitian ini rendah akurasi *passing* pada atlet sepakbola SSB Taratak Malintang Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh model latihan *passing* terhadap akurasi *passing* atlet. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu. Penelitian ini dilaksanakan bulan Agustus s.d September 2020 dilapangan sepakbola Taratak Malintang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet sepakbola SSB sebanyak 20 orang atlet. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian adalah *Sampling Jenuh*, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 orang atlet. Instrument penelitian ini menggunakan tes akurasi *passing* dengan *short pass test*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik uji t. Hasil penelitian adalah: Terdapat pengaruh model latihan *passing* terhadap akurasi *passing* pada atlet SSB Taratak Malintang ($t_{hitung} = 5,28 > t_{tabel} = 1,72$). Nilai rata-rata *pretest*=116,25 dan *post test*=127,05 karena nilai rata-rata *post test* lebih besar *pre test* maka terjadi peningkatan sebesar = 10,8. Dapat disimpulkan dengan melakukan model latihan *passing* secara teratur sesuai dengan program latihan yang telah dirancang dengan baik, maka terdapat pengaruh model latihan *passing* terhadap akurasi *passing*.

Kata Kunci : Model Latihan *Passing* ; Akurasi *Passing*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktifitas fisik yang terstruktur dan terencana yang melibatkan gerakan tubuh yang dilakukan secara berulang-ulang yang tujuannya untuk meningkatkan kesehatan jasmani. Menurut Kim B & Kim Y (2019) sebagai makhluk yang sosial maka

kita bisa menggunakan waktu yang efisien seperti berolahraga untuk menjaga kesehatan maupun sebagai prestasi. zulfahmi et al, (2020) Disisi lain olahraga di jadikan sebagai ajang berpacu sebagai kompetisi dalam mendapatkan prestasi terbaik. Menurut Irfan et al (2020) Olahraga prestasi adalah olahraga yang mengembangkan dan membina para olahragawan secara berjenjang, teratur dan berkesinambungan dengan mengadakan kompetisi-kompetisi untuk mendapatkan prestasi melalui bantuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pembinaan olahraga prestasi merupakan pembinaan olahraga yang berguna untuk meraih prestasi dalam olahraga (Prasetya & Argantos 2019)

Untuk mendapatkan itu semuanya tentu dengan melewati proses pembinaan olahraga hal ini sesuai dengan pendapat Aulia & Hermanzoni (2018) pembinaan olahraga secara ilmiah memang seharusnya menjadi dasar dalam proses pembinaan dan pengembangan atlet dari suatu proses untuk mendapatkan prestasi tertinggi. Pembangunan dalam bidang olahraga tidak hanya dalam upaya peningkatan kesegaran jasmani saja, tetapi lebih dari itu mempunyai misi untuk meningkatkan prestasi olahraga itu sendiri, sebagaimana di jelaskan dalam undang-undang republik indonesia no. 3(2005) tentang peningkatan dan pembinaan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 yang mengungkapkan bahwa peningkatan dan pembinaan dalam olahraga di laksanakan dengan memantapkan pengelolaan olahraga, menumbuh kembangkan serta peningkatan olahraga yang bersifat daerah dan nasional, penyelenggaraan pertandingan-pertandingan secara berkesinambungan dan berjenjang.

Rahman & Hermanzoni (2018) salah satu kelebihan sepakbola ini tidak memandang siapa yang ingin melakukannya, sepakbola di Indonesia memiliki perkembangan yang sangat pesat, hadirnya tim-tim baru di seluruh daerah di Indonesia merupakan perkembangan baik bagi sepakbola. Menurut Fetri & Donie (2019) sepakbola adalah permainan yang mencari kemenangan, kemenangan ditentukan dengan cara jumlah gol lebih banyak di bandingkan jumlah kebobolan. Sedangkan menurut Soniawan & Irawan (2018) dalam sepakbola kemampuan mental, taktik, teknik, dan kondisi fisik, merupakan syarat penentu untuk permainan sepakbola yang baik. hal tersebut saling berdampingan dan menjadi satu kesatuan yang berguna untuk memperoleh hasil terbaik dalam olahraga sepakbola.

Permasalahan yang terjadi adalah masih rendahnya akurasi passing pada SSB Taratak Malintang, banyak pemain yang melakukan salah umpan sehingga bola mudah direbut oleh tim lawan, padahal passing merupakan teknik dasar yang harus dikuasai pemain sepakbola. Halim & Mardela (2020) *Passing* merupakan cara untuk memindahkan bola dari pemain ke pemain berikutnya, *passing* bisa menggunakan bagian tubuh apapun kecuali tangan, tetapi biasanya *passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki. Sedangkan menurut Deri et al (2018) *passing* adalah unit dasar yang harus dimiliki oleh pemain dalam kerja sama dalam satu tim, tergantung efektivitas dan efisiensi pada penyerangan satu tim. Sedangkan Afrizal (2018) Teknik dasar merupakan faktor yang harus dimiliki oleh pemain untuk bermain sepakbola, teknik merupakan unsur yang mempengaruhi keberhasilan pemain sepakbola terutama teknik *passing*. Untuk memuluskan langkah mendapatkan prestasi permainan sepakbola yaitu dengan akurasi *passing*. Menurut Milenković & Stanojević (2013) Kemampuan motorik diwujudkan dalam dua cara: akurasi dengan tembakan presisi - mengarahkan benda ke arah gawang. Prasyarat untuk passing yang akurat dalam sepak bola asosiasi adalah bahwa seorang pemain merasakan kemampuan, yaitu, peluang untuk bertindak, dari situasi tertentu (Pepping et al, 2011).

Menurut Ardianda & Arwandi (2018) Latihan adalah hal yang paling sangat menentukan untuk meningkatkan prestasi dalam olahraga, bentuk latihan yang dipilih sangat menentukan untuk mencapai target latihan yang diinginkan. Dalam suatu perencanaan latihan harus tergambar tujuan latihan yang jelas, bentuk metode yang baik sangat menentukan untuk mencapai tujuan latihan tersebut (Lystand et al 2009). Sedangkan Finch et al (2015) Sepakbola merupakan olahraga beregu yang sangat populer di negara Australia, biasanya bermain pada akhir pekan, dengan sesi latihan 2 kali seminggu selama 5-6 bulan dalam satu tahun Pada level olah raga komunitas, dimainkan oleh semua kelompok umur.

Menurut Yogatama & Irawadi (2019) metode atau model adalah bentuk latihan yang bertujuan untuk mendapatkan apa yang diinginkan, sebuah program yang terstruktur untuk mencapai tujuan. Sedangkan Alestio & Witarsyah (2018) Metode atau model adalah cara untuk mengajarkan dalam pengelolaan peraturan, ilmu pengetahuan, prinsip-prinsip dan

norma-norma dalam permainan olahraga untuk belajar motorik supaya mendapatkan efektivitas dalam belajar.

METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimental semu. Yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada atau tidak pengaruh perlakuan antara sebab dengan akibat yang bersifat membandingkan variabel yang dikontrol dan variabel yang tidak dikontrol (*independent variables and dependent variables*)(Sugiyono, 2011:4).Penelitian ini dimaksudkan untuk melihat pengaruh model latihan umpan kombinasiterhadap akurasi *passing* atlet sepakbolaSSB Taratak Malintang.Desain penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design*, Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 agustus sampai 26 september 2020.

Barlian (2016:36) menyatakan Populasi adalah Totalitas nilai-nilai yang ada pada karakteristik tertentu dari sebanyak objek yang ingin di pelajari sifat-sifatnya. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang ada atas subjek/objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk untuk dipelajari.Adapun Populasi dalam penelitian ini adalah atlet SSB Taratak Malintang U-14 – U-17 berjumlah 20 orang.

Menurut Berlian (2016:38) Sampel adalah bagian yang dimiliki oleh populasi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan *sampling* jenuh atau sensus. *Sampling* jenuh merupakan semua populasi jadi sampel, hal ini biasanya jika populasinya relative kecil. Contoh jumlah populasinya sedikit dari 30. Berdasarkan teknik pengambilan sampel, peneliti mengambil sampel dalam penelitian ini 20 orang atlet U-14-U-17. Sesuai dalam kurikulum pembinaan sepakbola Indonesia (FILANESIA) merupakan pengembangan sepakbola.yang merupakan atlet sepakbola yang tergabung di SSB Taratak Malintang. Berhubungan data yang diperlukan dalam penelitian ini merupakan data primer, maka pengambilan data dilakukan dengan cara melaksanakan tes. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah “Tes Short Pass”, Arsil (2015:129).

a. Tujuan : Untuk mengetahui kemampuan peserta tes dalam melakukan *passing* secara cepat dan akurat.

b. Perlengkapan : (a) Bola, (b) Peluit, (c) Cone/patok, (d) Stopwatch, (e) meteran, (f) Format isian, (g) Alat-alat tulis.

c. Prosedur Pelaksanaan : Testee berada dibelakang garis start, pada aba-aba “ya” testee berlari kearah bola 1 dan menendang kesasaran 1, lari menuju bola 2 dan menendang kesasaran 2, kemudian lari menuju bola 3 dan menendang kesasaran 3, selanjutnya lari ke bola 4 dan menendang kesasaran 4, dan terakhir lari menuju garis finis.

d. Penilaian : Satu kali kegiatan tes diambil hasil lama waktu tempuh dari garis start menuju garis finis, dan jumlah bola yang masuk kesasaran.

e. Validitas dan Realibilitas test short adalah Validitas = 0.66 & Realibelitas = 0.69.

Di dalam langkah memilih cara penelitian, telah ditemukan banyak rancangan eksperimen di antaranya telah disertai rumus atau cara menganalisis datanya. Untuk testing signifikansi gunakan t-test (Arikunto, 2010:349). cara menganalisis data yang akan di pergunakan dalam pengujian hipotesis ini ialah melalui cara yang telah sesuai dengan jenis serta tujuan penelitian yang akan dianalisis dengan menggunakan statistik inferensial, rumus t-test dengan menggunakan taraf signifikan 5% untuk melihat perbandingan mean dengan rumus yang akan di gunakan sebagai berikut.

$$t = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{(\sum D)^2}{n}}{n(n-1)}}$$

Keterangan :

\bar{x}_1 = Mean sampel pertama

\bar{x}_2 = Mean sampel kedua

D = Beda antara skor sampel pertama dan kedua

D^2 = Kuadrat beda

$\sum D^2$ = Jumlah Kuadrat beda

n = Jumlah pasangan sampel

HASIL

Berdasarkan hasil *pretest* dari 20 orang sampel diperoleh nilai minimal = 105, nilai maksimal =131 sedangkan standar deviasi = 7,26 dan nilai rata-rata =116,25. Sedangkan Berdasarkan hasil *posttest* dari 20 sampel diperoleh nilai minimal = 110, nilai maksimal = 134 sedangkan nilai standar deviasi = 6,72, dan nilai rata-rata =127,05 untuk lebih jelasnya pada tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Pretest Dan Posttest Akurasi Passing.

No	Kelas Interval	Frekuensi <i>Pre Test</i>		Kelas Interval	Frekuensi <i>Post Test</i>		Kriteria
		Fa	Fr(%)		Fa	Fr(%)	
1	> 124	2	10%	> 124	12	60%	Baik Sekali
2	104-123	18	90%	104-123	8	40%	Baik
3	85-103	-	-	85-103	-	-	Sedang
4	65-84	-	-	65-84	-	-	Cukup
5	< 64	-	-	> 64	-	-	Kurang
Jumlah		20	100%		20	100%	

Berpedoman dengan tabel diatas, bisa dilihat bahwa hasil analisis tes awal (*pretest*) akurasi passing dengan interval >124 sebanyak 2 orang sedangkan interval 104- 123 sebanyak 18 orang. Sedangkan hasil analisis tes akhir (*posttest*) akurasi passing dengan interval >124 sebanyak 12 orang sedangkan interval 104 – 123 sebanyak 8 orang.

1. Uji persyaratan analisis

Hipotesis penelitian ini diuji memakai analisis uji-t, sebelum dilakukan analisis uji-t pertama tama melakukan uji persyaratan analisis data, yakni dengan menguji normalitas data variable. Uji normalitas data variable-variabel dilakukan dengan menggunakan uji *liliefors*, yaitu uji normalitas selebaran data.

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *liliefors* taraf nyata (α)= 0,05, aturan pengujiannya ialahmaka ditolak hipotesis nol jika $L_{observasi} (L_o) > L_{tabel} (L_t)$ dan kebalikannya diterima hipotesis nol apabila $L_{observasi} (L_o) < L_{tabel} (L_t)$ sederhananya bisa dilihat pada rumus berikut.

HO ditolak apabila $L_{observasi} (L_o) > L_{tabel} (L_t)$

HO diterima apabila $L_{observasi} (L_o) < L_{tabel} (L_t)$

Tabel 2. Uji Normalitas akurasi *passing*

No	Variabel	n	Lo	Lt	Distribusi
1	Pretest	20	0.138	0.190	Normal
2	Posttest	20	0.149	0.190	Normal

Berdasarkan tabel rangkuman hasil analisis uji *liliefors* di atas bisa diketahui bahwa hasil uji normalitas data pretest akurasi *passing* dengan skor L_o 0,138 dalam taraf pengujian signifikan $\alpha = 0,05$ L_t 0,190 serta $n= 20$. Jadi bisa di simpulkan bahwa data tes awal (pretest) akurasi *passing* atlet SSB Taratak Malintang berdistribusi normal.. Begitu juga dengan uji normalitas data tes akhir (posttest) akurasi *passing* dengan skor L_o 0,149 pada taraf pengujian signifikan $\alpha= 0,05$ L_t 0,190 dengan $n= 20$. Jadi bisa di simpulkan bahwa data tes akhir (posttest) akurasi *passing* atlet SSB Taratak Malintang berdistribusi normal.

b. Pengujian Hipotesis

Hipotesis yang di ajukan ialah terdapat pengaruh model latihan *passing* terhadap akurasi *passing* atlet SSB Taratak Malintang Kabupaten Sijunjung. Berdasarkan analisis komparasi dengan rumus uji-t maka di peroleh hasil uji-t sebagai berikut.

Tabel 3. Hasil Pengujian Hipotesis

Tes	Mean	Standar Deviasi	t _{hitung}	t _{tabel}	Hasil Uji
Pre Test	116,05	7,26	5,28	1,72	signifikan
Post Test	127,25	6,72			

Berlandaskan pada tabel 3 dapat dilihat bahwa terdapat pengaruh model latihan *passing* terhadap akurasi *passing* terhadap atlet SSB Taratak Malintang ($t_{hitung}=5,28 > t_{tabel}=1,72$). Maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang di ajukan diterima.

PEMBAHASAN

Pembahasan hasil penelitian ini dimaksudkan sebagai gambaran untuk mempermudah menarik kesimpulan. Dalam pengujian hipotesis didapati bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antar *pretest* dan *posttest terhadap* akurasi *passing* di SSB Taratak Malintang Kabupaten Sijunjung. Sebelum diberikan perlakuan kepada sampel pertama-tama dilakukan *pretest* akurasi *passing* sepakbola. Berdasarkan hasil tes awal akurasi *passing* dengan model latihan *passing*, diperoleh rata-rata *passing* sebesar 116,05 poin. Setelah tes awal (*pretest*) kemudian sampel diberi perlakuan model latihan *passing* selama 16 kali perjumpaan. sesudah menjalani latihan selama 16 kali perjumpaan, lalu dilakukan tes akhir (*posttest*) akurasi *passing* sepakbola. Dari tes akhir diperoleh hasil rata-rata *passing* sepakbola sebesar 127,25 poin. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa diperoleh rata-rata peningkatan *passing* sebanyak 10,8 poin. Dari analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji t diperoleh hasil $t_{hitung}= 5,28 > t_{tabel}= 1,72$. atas hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa terdapat pengaruh model latihan *passing* terhadap akurasi *passing* atlet SSB Taratak Malintang Kabupaten Sijunjung.

Berdasarkan kajian teori yang telah ditemukan oleh Rekha & Irawadi (2019) dengan judul “Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Akurasi *Passing* Sepak Bola Bima Kota Bukittinggi” rata-rata pre-test akurasi *passing* sebesar 102,7 sedangkan post-testnya

meningkat menjadi 106,85 (meningkat 4,10) dengan diperkuat setelah melakukan uji-t hasilnya Thitung sebesar 3,79 besar dari pada Ttable taraf $\alpha = 0,05$ sebesar 2,09. Maka dapat disimpulkan dengan adanya latihan passing *passing* secara teratur sesuai dengan program latihan yang telah dirancang dengan baik dan telah di sesuaikan, maka dapat meningkatkan akurasi passing pemain sepakbola sesuai dengan tujuan penelitian. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh model latihan passing terhadap akurasi passing di SSB Taratak Malintang Kabupaten Sijunjung.

KESIMPULAN

Dari analisis dan pembahasan maka bisa dikesimpulan sebagai berikut : Terdapat pengaruh latihan model latihan *passing* terhadap akurasi *passing* di SSB Taratak Malintang dengan perolehan koefisien uji-t sebesar $t_{hitung} = 5,28 > t_{tabel} = 1.72$ pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ dengan rata-rata nilai pretest 116,25 meningkat pada rata-rata nilai posttest 127,05.

Bagi pelatih, diharapkan dapat menerapkan model atau bentuk-bentuk latihan yang tepat dalam menyusun program yang sesuai dengan karakter usia, dan kemampuan para pemainnya. Kemudian bagi pemain, teruslah berlatih tentang latihan *passing* supaya keakuratan passing semakin baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alestio, R., & -, W. (2018). Pengaruh Circuit Training Dan Imagery Terhadap Akurasi Tendangan Penalti Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 263-269.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian dan praktek penelitian*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Arwandi, J., & Ardianda, E. (2018). Latihan Zig-Zag Run Dan Latihan Shuttle Run Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(01), 32.
- Barlian, Eri. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Padang: Sukabina press.

- Deri, A. M., Umar, U., & Damrah, D. (2018). Pengaruh Latihan Metode Drill Dan Metode Bermain Terhadap Kemampuan Passing Permainan Sepakbola Siswa Ssb (Sekolah Sepakbola) Usia 11-12 Tahun. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 127.
- Fetri, F., & -, D. (2019). Latihan Kelincahan Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1169-1178.
- Finch, C. F., Twomey, D. M., Fortington, L. V., Doyle, T. L., Elliott, B. C., Akram, M., & Lloyd, D. G. (2016). *Preventing Australian football injuries with a targeted neuromuscular control exercise programme: comparative injury rates from a training intervention delivered in a clustered randomised controlled trial. Injury prevention*, 22(2), 123-128.
- Halim, M., & Mardela, R. (2020). Pengaruh Passing Group Terhadap Passing Pemain Sepakbola Sman 4sumbar Fa Kelompok Usia 15-17 Tahun. *Jurnal Patriot*, 2(1), 182-192.
- Hermanzoni, & Aulia, Y.(2018). Pengaruh Bentuk Latihan Smash Terhadap Kemampuan Smash Pada Atlet Bolavoli M3C Pesisir Selatan. *Jurnal performa olahraga*, 3(02),139.
- Irfan, M., Yennes, R., Irawan, R., & Oktavianu, I. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Kim, B., & Kim, Y. (2019). Growing as social beings: *How social media use for college sports is associated with college students' group identity and collective self-esteem. Computers in Human Behavior*, 97, 241-249.
- Lystad, R. P., Pollard, H., & Graham, P. L. (2009). *Epidemiology of injuries in competition taekwondo: A meta-analysis of observational studies. Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(6), 614-621.
- Milenković. D., Stanojević., I (2013).*Accuracy In Football: Scoring A Goal As The Ultimate Objective Of Football Game*.International Journal of Cognitive Research in science, engineering and education Vol. 1, No.2.
- Pepping, G. J., Heijmerikx, J., & De Poel, H. J. (2011). *Affordances shape pass kick behavior in association football: effects of distance and social context. Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 709-727.

- Prasetya, R., & -, A. (2019). Pembinaan Prestasi Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 1(2), 645-660.
- Rahman, T., & H. (2018). Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 389-394.
- S, A. (2018). Daya ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 81.
- Soniawan, V., & Irawan, R. (2018). Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(01), 42.
- Sugiyono. (2011). *Statistic untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Negara Republik Indonesia.(2005). *Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta. Biro Humas Dan Hukum Kementrian Pemuda Dan Olahraga Republik Indonesia.
- Yogatama, R., & Irawadi, H. (2019). Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Akurasi Passing Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 1(2), 704-714.
- Zulfahmi., Padli, P., Alnedral, A., & Sari, D. (2020). Pengaruh Latihan Memukul Bola Gantung Terhadap Ketepatan Smash Open. *Jurnal Patriot*, 2(3), 757-768.