

**PENGARUH METODE LATIHAN SHORT PASS TERHADAP KEMAMPUAN
PASSING PEMAIN SEPAKBOLA SSB SATRIA BHAKTI
U-15 KABUPATEN BUNGO**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Pada
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



Muhammad Tasir

Nim : 14086066

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2018

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : PENGARUH METODE LATIHAN *SHORT PASS* TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA SSB SATRIA
BHAKTI U-15 KABUPATEN BUNGO

Nama : Muhammad Tasir

NIM/BP : 14086066/2014

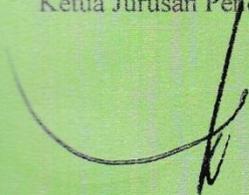
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2018

Disetujui Oleh

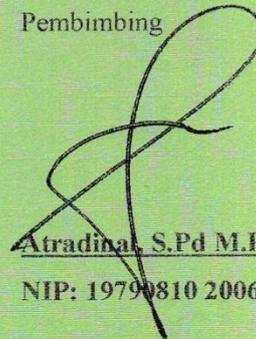
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes

NIP: 19611230 198803 1 003

Pembimbing



Atradinah, S.Pd M.Pd

NIP: 19790810 200604 1 002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

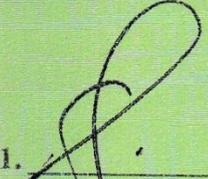
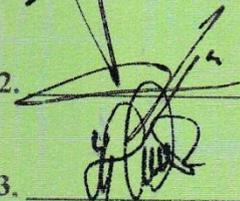
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pengaruh Metode Latihan Short Pass Terhadap
Kemampuan Passing Pemain Sepakbola SSB Satria Bhakti
U-15 Kabupaten Bungo
Nama : Muhammad Tasir
NIM : 14086066
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2018

Tim Penguji:

1. Ketua : Atradinal, S.pd M.pd
2. Anggota : Drs. Edwarsyah, M.Pd
3. Anggota : Dr. Zainul Johor, M.Pd

1. 
2. 
3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “pengaruh metode latrhan short pass terhadap kemampuan passing pemain sepakbola sb satria bhakti kabupaten bungo” adalah hasil karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepastakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2018
Yang membuat pernyataan

Muhammad Tasir
NIM. 2014/14086066

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat, karunia dan kasih sayang-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Metode Latihan *Short Pass* terhadap Kemampuan *Passing* Pemain Sepakbola SSB Satria Bhakti U-15 Kabupaten Bungo”**.

Pada penulisan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Zalfendi M.kes selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeristas Negeri Padang.
3. Bapak Atradinal, S.Pd M.Pd selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Edwarsyah, M.kes dan Bapak Dr. Zainul Johor, M.pd selaku penguji yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini
5. Seluruh Staf Pengajar Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeristas Negeri Padang yang telah memberikan pengetahuan yang bermanfaat selama perkuliahan.

6. Kedua orang tua Ayah Karnalis dan Ibu Aswani atas semua, dukungan moral maupun material serta doa bagi penulis.
7. Rekan- rekan mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeristas Negeri Padang yang telah memberikan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Pengurus SSB Satria Bhakti Kabupaten Bungo yang telah membantu penelitian ini.

Atas bantuan dan bimbingan yang telah penulis terima selama ini, penulis hanya bisa mengucapkan terima kasih dan berdo'a semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua. Jika pada skripsi ini masih terdapat kesalahan dan kekurangan penulis mohon kritik dan sarannya untuk perbaikan dimasa mendatang.

Padang , Juli 2018

Penulis

ABSTRAK

Muhammad Tasir (14086066), Pengaruh Metode Latihan *Short Pass* Terhadap Kemampuan *Passing* Pemain Sepakbola SSB Satria Bhakti U-15 Kabupaten Bungo

Penelitian dilatar belakangi oleh kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria Bhakti U-15 Kabupaten Bungo yang masih di banyak yang belum baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode latihan *short pass* terdapat kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria Bhakti U-15 Kabupaten Bungo.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi adalah pemain sepakbola SSB Satria Bhakti U-15 Kabupaten Bungo yang berjumlah 20 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan sampel ditujukan kepada pemain sepakbola SSB Satria Bhakti U-15 Kabupaten Bungo kecuali penjaga gawang, sehingga sampel berjumlah 18 orang. Pengujian hipotesisi penelitian menggunakan analisis uji t komparasi.

Hasil analisa data menunjukkan bahwa latihan *short pass* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan *passing* pemain sepakbola U-15 SSB Satria Bhakti. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa nilai $t_{hitung} (9,525) > t_{tabel} (2,109)$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan kesimpulan di atas maka penulis dapat memberikan saran atau masukan bagi pemain bola yang ingin meningkatkan kemampuan *passing*, dapat melakukan latihan *short pass* secara teratur.

Kata Kunci : Short Pass, Kemampuan Passing.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	i
KATA PENGANTAR	ii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi masalah	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KERANGKA TEORI, DAN HIPOTESIS	
A. Kajian Teori	10
1. Pemain Sepakbola	10
2. Teknik Dasar Sepak Bola	12
3. Kemampuan <i>Passing</i>	13
4. <i>Short Passing</i>	17
5. Metode Latihan.....	18
6. Konsep Model Latihan.....	20
7. Hakekat Latihan	21
B. Penelitian yang relevan	24
C. Kerangka konseptual.....	24
D. Hipotesis.....	26

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	27
1. Jenis Penelitian	27
2. Rancangan Penelitian	27
3. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel Penelitian	28
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	29
D. Jenis Data dan Sumber Data	30
E. Instrumen Penelitian	30
F. Teknik Pengumpulan Data	35
G. Teknik Analisis Data.....	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data	38
B. Deskripsi Data.....	38
C. Hasil Analisis Data	41
D. Pembahasan.....	44

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	48
B. Saran	48

DAFTAR PUSTAKA.....	51
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Laporan Pengamatan Kegiatan Pemain Sepakbola SSB Satria Bhakti	6
2. Jumlah Populasi Pemain Sepakbola SSB Satria Bhakti	11
3. Norma penilaian tes <i>short pass</i> (T-Skore waktu +T-Skore masuk)	33
4. Transformasi Skor Test <i>Short pass</i> (waktu) Ke dalam T-skore.....	33
5. Transformasi Skor Test Pass (Bola Masuk) Ke dalam T-skore	35
6. Daftar Pelaksanaan Tes	36
7. Deskripsi Data Hasil <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Pemain Sepakbola U-15 SSB Satria Bhakti	39
8. Deskripsi Data Hasil <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Pemain Sepakbola U-15 SSB Satria Bhakti	40
9. Hasil Analisis Normalitas Data Penelitian	41
10. Hasil Analisa Uji Homogenitas	43
11. Hasil Analisa Uji Hipotesis	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Operan Inside Of The Foot.....	17
2. Kerangka Konseptual	25
3. Bentuk Pelaksanaan Kemampuan <i>Passing</i> Pemain Sepakbola	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Bentuk Latihan	53
2. Hasil Pree Test Kemampuan Passing	69
3. Hasil Post Test Kemampuan Passing.....	70
4. Tabulasi Data Penelitian	71
5. Hasil Analisis Data	72
6. Dokumentasi Penelitian	80

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer di dunia dan bahkan tidak bisa di pisahkan dari kehidupan bangsa indonesia karna selain sebagai sarana prestasi, hiburan dan juga sebagai sarana pemersatu bangsa. Bahkan dari kelompok umur anak-anak, remaja dan dewasa sampai tua sangat menggemari sekali olahraga sepakbola ini sebagai sarana olahraga yang menghibur dan merakyat bagi kehidupan mereka bukan hanya di indonesia bahkan menyebar ke seluruh pelosok dunia.

Selain itu, olahraga merupakan kegiatan yang di butuhkan oleh setiap orang, dengan berolahraga orang mendapatkan kebugaran jasmani, kesegaran pikiran dan prestasi dalam pekerjaanya sehingga dapat meningkatkan prokduktivitas kerja. Di sisi lain olahraga juga dapat di jadikan ajang kompetisi untuk berpacuan dalam pencapaian sebuah prestasi, sebagai wujud untuk mempertahankan prestasi baik secara individu, kelompok, maupun secara nasional.

Indonesia merupakan salah satu negara yang sedang berkembang, dimana pembangunan di segala bidang merupakan tujuan utama, salah satunya di bidang olahraga, baik itu olahraga kebugaran jasmani maupun olahraga untuk prestasi. Berkaitan dengan hal itu, pemerintah telah menggariskan dalam Dalam UU. RI No. 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang sistem keolahragaan Nasional (2009: 16) dijelaskan bahwa: “Pembinaan dan pengembangan

olahraga prestasi Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) dalam rangka pendekatan ilmiah dikalangan olahraga sebaiknya dilaksanakan secara konsisten sesuai dengan kondisi yang ada dan tidak terlepas dengan dilakukannya pembinaan olahraga prestasi. Tujuan dilakukannya pembinaan olahraga prestasi secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi tinggi, baik yang bersifat nasional dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat Nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dapat dilaksanakan melalui perkumpulan olahraga dan menyelenggarakan pertandingan atau kompetisi secara teratur dan berkelanjutan, baik di tingkat daerah maupun ditingkat nasional. Olahraga prestasi menurut Syafruddin (2006:29) mengemukakan:

“Kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah faktor khusus prestasi adapun faktor tersebut dapat meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, mental serta sarana dan prasarana yang digunakan”.

Berdasarkan kutipan diatas, dapat di lihat bahwasanya prestasi merupakan pencapaian hasil tertinggi dari sebuah kompetisi dalam kegiatan olahraga. Salah satu cara untuk mencapai prestasi tertinggi dengan pembinaan olahraga, baik sarana maupun prasarana, program latihan dan

model latihan. Faktor eksternal merupakan faktor penunjang latihan untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar dalam olahraga.

Menurut Mielke (2007: 19) teknik dasar dalam permainan sepakbola meliputi teknik menendang (*shooting*), teknik menyetop (*trapping*) teknik menyundul bola (*heading*) teknik melempar (*throw-in*) dan teknik mengumpan (*passing*), (*juggling*) menimang bola.

Teknik dalam permainan sepakbola dapat diartikan sebagai proses kegiatan atau cara memainkan bola yang ditampilkan dalam bentuk gerakan secara efektif dan efisien untuk mencapai tujuan yang diinginkan serta sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Teknik dasar sangat dibutuhkan sekali dalam bermain sepakbola, apabila seorang pemain tidak menguasai teknik dasar dalam satu tim, maka tim tersebut akan mudah kehilangan bola dan sulit melepaskan diri dari upaya membobol pertahanan lawan. Menurut Sneyers (1998: 10) “Mutu permainan suatu kesebelasan ditentukan penguasaan teknik dasar tentang sepakbola. Semakin baik teknik penguasaan bola oleh seorang pemain, maka mudah baginya untuk dapat melepaskan diri dari tekanan lawan”.

Berdasarkan kutipan di atas, di antara faktor-faktor yang menentukan dalam pencapaian prestasi adalah teknik. Seorang pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar untuk dapat bermain dengan baik, salah satunya *passing*. Bagi seorang pemain, *passing* sangat diperlukan untuk memindahkan bola dari satu titik ke titik lain atau dari teman yang satu ke tempat yang lainnya. Dalam sepakbola liga Eropa, *passing* adalah salah satu

teknik dasar yang sangat berguna sebagai penyusunan serangan bahkan juga untuk memasukkan bola ke gawang lawan.

Passing yang baik di pengaruhi oleh beberapa faktor seperti posisi badan pada saat menendang dan menahan bola, perkenaan kaki dengan bola, pandangan pada saat menandang bola, selain itu faktor lainnya.

menurut Syafrudin (2012:57) “ada dua faktor yang mempengaruhi dalam meraih suatu prestasi, faktor tersebut adalah internal dan eksternal”, faktor internal antara lain; kemampuan fisik, taktik, teknik, dan mental (psikis) atlet, dan faktor eksternal adalah yang timbul dari luar diri atlet seperti: pelatih, pembinaan, iklim, cuaca, gizi, sarana dan prasarana, organisasi, penonton, wasit, hakim garis, keluarga dan sebagainya.

Pelatih sebagai pelaksana proses latihan berkontribusi dalam kelancaran proses latihan. Pelatih menyusun program latihan dan melaksanakan program latihan yang sesuai dengan kemampuan pemain yang dilatih, Selain itu, pemilihan model latihan dan strategi yang tepat atau cocok dengan target yang di inginkan. Selanjutnya pelatih harus memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk menyikapi kejadian yang di temukan pada saat proses latihan berlangsung.

Seiring dengan pesatnya perkembangan sepakbola maka tuntutan terhadap suatu permainan yang bermutu sangat diperlukan sekali. Untuk itu pemain dituntut untuk memiliki teknik yang kompleks yang mendukung pencapaian prestasi yang diinginkan. Di SSB Satria Bhakti kegiatan olahraga

sepakbola telah berjalan dengan program latihan yang telah dibuat oleh pelatih serta pembinaan kegiatan olahraga, salah satunya adalah *passing*.

Realita yang terjadi dilapangan masih banyaknya pemain yang belum menguasai teknik *passing* dengan benar. Berdasarkan observasi dilapangan pada hari kamis, tanggal 8 Februari 2018 pada saat memberikan materi small side game dengan ukuran lapangan 20 X 18 meter dalam waktu 15 menit. Peneliti melihat plus dan minus, plusnya pemain hanya mampu melakukan *passing* bola kepada teman dengan baik sebanyak 45 kali, sedangkan minusnya pemain melakukan *passing error* sebanyak 54 kali. Hal ini terlihat ketika berada di tengah lapangan. Pemain sering kehilangan bola, ketika diberi umpan *passing* pemain tidak mampu menguasai bola sepenuhnya dan tidak mampu merubah arah *passing* sesuai arah yang diinginkan pemain, setiap individu tidak dapat melakukan *passing* dengan tepat dan cenderung umpan *passing* kepada teman selalu meleset sehingga sangat mudah dirampas oleh lawan.

**Tabel 1. Laporan pengamatan kegiatan
pemain sepakbola SSB Satria bhakti**

Ket	<i>Passing</i> bola	
	<i>Correct/Benar</i>	<i>Wrong/Salah</i>
Penilaian	IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII	IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII IIII
Jumlah	45	54
Total	99	
Persentase	45,45%	54,55%

Berdasarkan keterangan dan hasil di atas, dapat diketahui bahwa rata-rata pemain sepakbola SSB Satria bhakti tidak dapat melakukan *passing* dengan benar, sehingga peningkatan pemain masih jauh dari yang diinginkan. Dalam usaha meningkatkan kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria bhakti, telah diberikan latihan *passing* terhadap pemain akan tetapi hasil yang diharapkan belum juga didapatkan. Lambatnya peningkatan *passing* tersebut diantaranya disebabkan karena belum tersedianya metode latihan yang tepat dalam meningkatkan kemampuan *passing* dan model latihan setiap harinya tidak pernah berubah sehingga materi yang diberikan dalam bentuk latihan dengan model yang

sama, ini menyebabkan *mindset* cara bermain sepakbola SSB Satria bhakti tidak berkembang.

Berdasarkan uraian yang dikemukakan, dapat dilihat bahwa kemampuan teknik dasar bermain sepakbola sangat penting dalam rangka pencapaian sebuah pencapaian sebuah prestasi sepakbola. Sedangkan kenyataan yang penulis jumpai di lapangan, kemampuan teknik dasar bermain sepakbola terutama kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria bhakti masih jauh yang diinginkan. Oleh karena itu perlu diadakanya sebuah penelitian untuk mengkaji secara ilmiah. Pengembangan model latihan terhadap kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria bhakti Kabupaten Bungo. Ini berguna untuk melihat terdapat peningkatan yang lebih baik dalam kemampuan teknik *passing* permainan sepakbola kedepanya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Sejauh mana pemain sepakbola SSB Satria bhakti Kabupaten Bungo yang menguasai teknik *passing*.
2. Seberapa besar sarana dan prasarana dapat mempengaruhi kemampuan *passing*.
3. Sejauh mana kemampuan pelatih dapat mempengaruhi kemampuan *passing*.
4. Seberapa besar faktor eksternal dan internal berpengaruh dalam kemampuan *passing*.

5. Seberapa besar metode latihan dapat mempengaruhi kemampuan *passing*.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan penulis dalam berbagai hal, maka segala permasalahan dalam penelitian ini penulis batasi untuk mengetahui pengaruh metode latihan short pass terhadap kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria bhakti Kabupaten Bungo.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka dapat di kemukakan perumusan masalah adalah: “apakah terdapat pengaruh metode latihan short pass terhadap kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria bhakti Kabupaten Bungo

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang di kemukakan, maka tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui metode latihan short pass terhadap kemampuan *passing* pemain sepakbola SSB Satria bhakti Kabupaten Bungo.

F. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan berguna sebagai:

1. Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Strata satu(S1) Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Menambah wawasan penulis dalam bidang penelitian khusus dan penyusunan karya ilmiah.

3. Bahan masukan bagi pelatih dan pemain sepakbola SSB Satria bhakti Kabupaten Bungo
4. Bahan informasi dan bacaan di perpustakaan FIK Universitas Negeri Padang.
5. Bahan referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah dan bagi penelitian yang akan datang.