

**PENGARUH HASIL LATIHAN METODE BERMAIN TERHADAP
KEMAMPUAN PASSING SISWA U-13 SSB MUSPAN KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepelatihan
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



OLEH

FADEL RIZKI PERMATA

2012 / 1203448

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

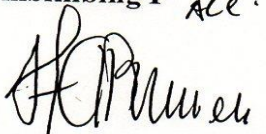
PERSETUJUAN PEMBIMBING
SKRIPSI

Judul : Pengaruh Hasil Latihan Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Siswa SSB Muspan Kota Padang
Nama : Fadel Rizki Permata
BP/NIM : 2012/1203448
Program studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2017

Disetujui oleh :

Pembimbing I *ace*



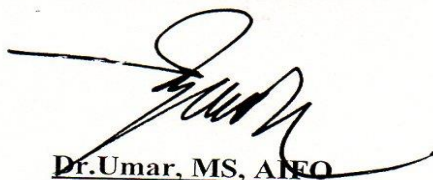
Drs. John Arwandi, M.Pd
NIP. 19630328 199001 1 001

Pembimbing II



Drs. Hendri Irawadi, M.Pd
NIP. 19600514 198503 1 002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, MS, AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Fadel Rizki Permata
Nim/Bp : 1203448/2012

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan Kepelatihan

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

Dengan judul :

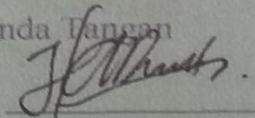
**Pengaruh Hasil Latihan Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing*
Siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang
(Studi Eksperimen Pada Pemain SSB Muspan Kota Padang)**

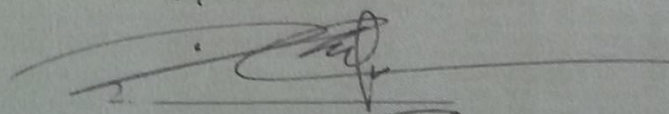
Padang, Juli 2017

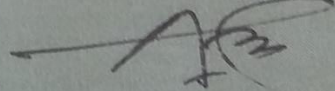
Tim Penguji

	Nama
1. Ketua	: Drs. John Arwandi, M.Pd
2. Sekretaris	: Drs. Hendri Irawadi, M.Pd
3. Anggota	: Drs. Afrizal S, M.Pd
4. Anggota	: Drs. Witarsyah, M.Pd
5. Anggota	: Dr. Umar, MS. AIFO

Tanda Tangan

1. 

2. 

3. 

4. 

5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pengaruh Hasil Latihan Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Siswa U-13 SSB MUSPAN Kota Padang”, adalah asli 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 di publikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
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, Maret 2017



FADEL RIZKI PERMATA
NIM: 1203448/ 2012

ABSTRAK

Fadel Rizki Permata (2017) : Pengaruh Hasil Latihan Metode Bentuk Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang Sumatera Barat.

Jenis penelitian ini adalah eksperimental semu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode bentuk bermain terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang Sumatera Barat. Penelitian ini berawal dari kenyataan bahwa banyaknya siswa di SSB Muspan Kota Padang yang belum memiliki kemampuan *passing* sepakbola yang baik.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2016 sampai Februari 2017 di SSB Muspan Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SSB Muspan Kota Padang yang berjumlah 80 orang laki-laki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan sampel berjumlah 18 orang. Setelah dilakukan tes awal (*pre test*) seluruh sampel diberi perlakuan metode bentuk bermain. Penelitian ini dilakukan selama 16 kali pertemuan, dalam 1 minggu latihan dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari metode bentuk bermain terhadap kemampuan *passing*.

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini menggunakan Uji *T-Test*. Hasil pengolahan data dalam penelitian ini adalah Terdapat pengaruh metode latihan bermain terhadap kemampuan *passing* yaitu dari rata-rata *pre-test* 100,33 dengan kategori sedang meningkat menjadi 111,72 dengan kategori baik pada *post-test* sehingga diperoleh $t_{hitung} (7,16) > t_{tabel} (1,74)$, artinya penerapan metode bentuk bermain memberikan peningkatan yang signifikan kemampuan *passing*.

KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tentang **“Pengaruh Hasil Latihan Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang”**

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Syafrizar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP).
2. Bapak Dr. Umar, MS, AIFO selaku ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. John Arwandi, M.Pd selaku pembimbing 1 dan bapak Drs. Hendri Irawadi, M.Pd selaku pembimbing 2 yang penuh perhatian dan kesabaran dalam membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Afrizal S, M.Pd, Bapak Drs. Witarsyah, M.Pd dan Bapak Dr. Umar, Ms.AIFO selaku penguji yang memberikan saran dan masukan pada skripsi ini.
5. Orang tua beserta saudara – saudara peneliti yang telah mencurahkan kasih sayang dan dorongan kepada peneliti, serta keluarga besar yang selalu berdoa memberikan bantuan moril dan materil selama penelitian.
6. Para pemain SSB Muspan Kota Padang yang telah bersedia sebagai sample.

7. Rekan-rekan seperjuangan yang turut memberikan dukungan dalam penulisan skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada peneliti mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, Maret 2017

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

PERNYATAAN

ABSTRAK..... i

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI iv

DAFTAR GAMBAR vi

DAFTAR TABEL vii

DAFTAR LAMPIRAN viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 6

C. Pembatasan Masalah..... 7

D. Perumusan Masalah..... 8

E. Tujuan Penelitian..... 8

F. Manfaat Penelitian..... 8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori 10

1. Hakikat Sepakbola..... 10

2. *Passing* 12

3. Latihan 19

4. Prinsip-Prinsip Latihan 22

5. Metode Bentuk Bermain.....	25
B. Penelitian yang Relevan	28
C. Kerangka Konseptual.	28
D. Hipotesis Penelitian	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	31
B. Definisi Operasional.....	32
C. Populasi Dan Sampel.....	33
D. Instrumen Penelitian	34
E. Teknik Pengumpulan Data	37
F. Teknik Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	41
B. Pengujian Persyaratan Analisis	43
C. Pengujian Hipotesis	44
D. Pembahasan	45
E. Keterbatasan Penelitian	47
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran	48
DAFTAR RUJUKAN	50
LAMPIRAN	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Passing</i> dalam Permainan Sepakbola	16
2. Bagan Kerangka Konseptual	29
3. Desain Penelitian	31
4. Tes <i>Passing</i> Sepakbola	35
5. Grafik Histogra Distribusi Frekuensi <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Peningkatan Kemampuan <i>Passing</i>	42

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jumlah Siswa SSB MUSPAN Kota Padang.....	33
Tabel 2. Norma Penilaian Tes <i>Short Pass</i>	35
Tabel 3. Pengawas dan Tenaga Pembantu Tes	38
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	41
Tabel 5. Uji Normalitas Data.....	43
Tabel 6. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis	44

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rancangan Latihan.....	52
Lampiran 2. Tabel Data Mentah Tes Kemampuan <i>Passing</i> (<i>Pre-Test</i>)	68
Lampiran 3. Tabel Data Mentah Tes Kemampuan <i>Passing</i> (<i>Post-Test</i>)	69
Lampiran 4. Uji Normalitas Data (<i>Pre-Test</i>).....	70
Lampiran 5. Uji Normalitas Data (<i>Post-Test</i>)	71
Lampiran 6. Uji Hipotesisi	72
Lampiran 7. Tabel Nilai Kritik Sebaran	74
Lampiran 8. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors.	75
Lampiran 9. Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar dari 0 ke Z.....	76
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian	77
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian	81
Lampiran 12. Validitas Instrumen Tes	82
Lampiran 13. Surat Telah Menyelesaikan Penelitian.....	83

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan olahraga paling populer di dunia, bahkan olahraga ini mendunia hampir di semua Negara di Eropa, Asia, Afrika, Australia, dan Amerika. Dikenal secara internasional dengan sebutan “*soccer*”, sepak bola seakan telah menjadi bahasa persatuan bagi berbagai bangsa di dunia dengan berbagai latar belakang sejarah dan budaya, sebagai alat pemersatu dunia yang sanggup melampaui batas-batas perbedaan politik, etnik dan agama.

Dewasa ini perkembangan sepak bola di Indonesia berkembang cukup pesat. Hal ini di tunjukan dengan munculnya banyak Lembaga Pendidikan Sepakbola (LPBS) atau Sekolah Sepakbola (SSB) di berbagai daerah yang merupakan perwujudan perkembangan permainan sepak bola. Seperti yang di jelaskan dalam undang-undang RI Nomor 3 tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat empat yang menyatakan bahwa.

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.”

Dengan adanya LPBS dan SSB ini menjadi sarana yang tepat untuk membina dan melatih pemain-pemain muda menjadi pemain sepak bola yang terampil dan berprestasi.

Sepakbola adalah permainan fisik, teknik, taktik dan mental yang menantang yang dinyatakan dalam Luxbacher (2001: 1). Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan masing-masing oleh sebelas orang termasuk penjaga gawang, sepakbola juga merupakan permainan yang menuntut keterampilan yang tinggi. Olahraga ini terdiri dari gerakan-gerakan yang sangat kompleks. Hal ini menjadi daya tarik tersendiri pada cabang olahraga ini, dimana para pemain dituntut untuk bermain bagus dengan keterampilan yang dimilikinya agar mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi di atas lapangan selama pertandingan berlangsung baik itu dari segi waktu yang terbatas, kelelahan fisik maupun lawan yang tangguh.

Banyak faktor yang mempengaruhi untuk dapat bermain sepak bola dengan baik, Syafruddin (2011:188) “Faktor tersebut antara lain : faktor fisik, teknik, taktik, dan mental. Faktor-faktor tersebut adalah bagian-bagian yang tidak dapat dipisahkan dan saling mempengaruhi untuk mencapai sebuah prestasi”.

Dari faktor tersebut diatas bagian yang paling mendasar yang harus dikuasai untuk bermain sepak bola dengan baik adalah penguasaan teknik dasar sepak bola. Dalam sepakbola teknik dasar merupakan suatu pondasi untuk dapat bermain sepakbola, teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasar dari permainan sepakbola.

Menurut Yulifri (2012:77) “Bagi pemain pemula untuk dapat bermain sepakbola harus dapat melakukan gerakan-gerakan teknik dasar permainan

sepakbola. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa menguasai teknik dasar sepak bola adalah hal yang sangat penting untuk dilatih”.

Menurut Gifford (2007: 12) “Teknik dasar dalam permainan sepakbola meliputi teknik membawa bola (*dribbling*) yaitu teknik dalam usaha membawa bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung, teknik mengoper bola (*passing*) yaitu teknik memindahkan bola dari kaki pemain satu ke pemain lain dengan cara menendangnya, teknik menghentikan bola (*control*) yaitu teknik menahan bola yang datang dengan menggunakan anggota tubuh diperbolehkan kemudian dapat dikuasai sepenuhnya, teknik menendang (*shooting*) yaitu teknik menendang bola ke arah gawang lawan dalam usaha mencetak sebuah gol, teknik menyundul bola (*heading ball*), dan teknik melempar (*throw-in*) yaitu teknik melemparkan bola ke lapangan permainan tanda dimulainya permainan setelah bola keluar dari lapangan disisi panjang lapangan.”

Seorang pemain sepak bola harus menguasai teknik-teknik dasar sepak bola tersebut diatas. Salah satunya yang paling berpengaruh dan perlu untuk dilatih adalah penguasaan terhadap teknik dasar *passing*. Teknik dasar tersebut cukup dominan diantara teknik dasar bermain sepak bola yang lain, dimana teknik *passing* ini paling sering dilakukan dalam sebuah pertandingan sepak bola.

Passing merupakan salah satu teknik dasar sepakbola yang berguna untuk mengoper bola kepada teman satu tim. Kemampuan *passing* yang baik juga akan berpengaruh terhadap kerja sama tim yang baik pula, karna teknik dasar *passing* dalam sepak bola merupakan unsur dasar yang sangat memiliki peran penting dalam pelaksanaan strategi bermain sebuah tim. Dengan kemampuan *passing* yang baik dari setiap pemain, maka tercipta alur bola yang lancar sehingga pelaksanaan sebuah strategi permainan baik itu dalam

hal penyusunan serangan maupun membongkar pertahanan lawan dapat berjalan dengan baik juga.

Kemampuan *passing* seorang pemain sepakbola juga dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, diantaranya: kondisi fisik pemain, faktor mental, metode latihan yang diberikan oleh pelatih, faktor lapangan tempat pertandingan, faktor alami (bakat yang sudah dibawa sejak lahir), komunikasi antar pemain dilapangan, hingga semangat yang diberikan pelatih pada saat bermain.

Latihan merupakan salah satu faktor strategi yang sangat penting dalam proses kepelatihan untuk mencapai mutu prestasi maksimal suatu cabang olahraga. Dalam suatu perencanaan latihan harus tergambar dengan jelas tujuan latihan yang akan dicapai, metode dan materi yang digunakan untuk mencapai tujuan tersebut serta sarana dan prasarana yang diperlukan.

“Dari uraian diatas, untuk melatih kemampuan teknik *passing*, sangat dibutuhkan bentuk atau metode latihan dengan cara yang bervariasi. Apapun bentuk latihan merupakan metode yang dipergunakan untuk memperbaiki elemen-elemen teknik baik secara terpisah maupun dikombinasikan, dimana proses latihan berlangsung sama dari awal sampai akhir” (Darwis, 1999:44).

Banyak bentuk dan metode latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *passing* dari pemain sepakbola, diantaranya adalah metode bermain.

Menurut Abus (2005:92), “Metode bentuk bermain adalah usaha pencapaian suatu tujuan latihan dalam suatu bentuk bermain yang dilaksanakan dengan beberapa urutan atau rangkaian bermain. Untuk itu penetapan materi rangkaian permainan dimulai dari yang sederhana sampai dalam bentuk permainan yang sebenarnya”.

Sekolah Sepakbola Muspan kota Padang merupakan salah satu lembaga pendidikan sepak bola yang membina dan melatih anak-anak usia dini yang berbakat dan berpotensi dalam permainan sepak bola. Melalui pembinaan dan pelatihan dari usia dini ini dapat menghasilkan peluang besar untuk berprestasi secara maksimal.

Di SSB Muspan Kota Padang, kegiatan olahraga sepakbola telah berjalan sesuai dengan program latihan yang telah dibuat oleh pelatih serta pembina kegiatan SSB, akan tetapi peningkatan permainan belum banyak dirasakan.

Berdasarkan pengamatan dari peneliti, pada umumnya siswa SSB Muspan kota Padang kurang memahami bagaimana melakukan teknik dasar *passing* sepakbola dengan benar. Dari beberapa uji coba yang telah dilaksanakan, peneliti melihat masih banyak siswa SSB Muspan U-13 yang belum mampu melaksanakan teknik *passing* dengan benar, sehingga alur bola masih sering terputus di lapangan tengah permainan. Sementara pada observasi peneliti di lapangan pada hari minggu, 6 November 2016 dalam latihan *game situation* dengan lapangan 60 X 40 meter dalam waktu 15 menit, peneliti memiliki data plus minus, berdasarkan keterangan diatas, kemampuan *passing* bola siswa U-13 SSB Muspan masih jauh dari harapan, dilihat dari permainan *game situation* tersebut, paling banyak pemain hanya dapat mempertahankan bola 7 kali sentuhan atau hanya 7 kali *passing* setelah itu bola dapat direbut, dan saat melakukan *passing* pun pemain masih sering melakukan salah *passing* yang disebabkan oleh beberapa faktor. Oleh karena

itu, peneliti menyimpulkan bahwa kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan kota Padang masih jauh dari harapan.

Masih rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya. Dari kenyataan di atas, peneliti merasa pentingnya meningkatkan kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang, dan untuk mengetahui dan menjawab permasalahan dalam penelitian ini, maka peneliti memilih siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang sebagai sampel dari penelitian ini.

Permasalahan yang telah dikemukakan diatas membuat peneliti tertarik untuk meningkatkan kemampuan *passing* dari siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang, dan sekaligus melatarbelakangi judul penelitian “Pengaruh Hasil Latihan dengan Menggunakan Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dari penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka masalah penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah wadah yang tepat untuk membina dan melatih pemain-pemain sepakbola pemula?
2. Apakah faktor fisik dapat mempengaruhi kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang?
3. Apakah terdapat pengaruh ketepatan terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang?

4. Apakah terdapat pengaruh reaksi terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang?
5. Apakah terdapat pengaruh koordinasi terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang?
6. Apakah terdapat pengaruh mental terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang?
7. Apakah faktor sarana dan prasarana berpengaruh terhadap kemampuan *passing* pemain sepakbola pemula?
8. Bagaimanakah kemampuan *passing* siswa SSB Muspan Kota Padang
9. Apakah hasil latihan metode bermain memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang?
10. Apakah dukungan keluarga memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah peneliti kemukakan diatas, maka penelitian ini dibatasi pada metode bentuk bermain terhadap hasil kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan kota Padang Sumatera Barat.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan Identifikasi masalah maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut "Seberapa besar pengaruh hasil latihan dengan metode bermain terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Padang Sumatera Barat? "

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh hasil latihan metode bentuk bermain terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Padang Sumatera Barat.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat untuk :

1. Penulis, sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Pemain, sebagai informasi dan pengetahuan tentang keterampilan teknik dasar pemain sepakbola U-13 SSB Muspan Padang Sumatera Barat
3. Pelatih, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar pemain sepakbola U-13 SSB Muspan Padang Sumatera Barat.
4. Pengurus, diharapkan dapat memberikan manfaat yang berarti pada SSB Muspan Kota Padang dalam membina dan menciptakan calon bibit-bibit pemain sepakbola yang professional dan handal bagi perkembangan sepakbola di Sumatera Barat khususnya di Kota Padang.
5. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat mengungkap informasi yang bermanfaat terutama dalam bidang teori kepelatihan dan teori gerak sebagai pengetahuan yang diperlukan dalam pembinaan olahraga.

6. Civitas akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pengembangan wawasan dalam memperluas kajian dalam Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Para peneliti selanjutnya, sebagai acuan melakukan penelitian yang baru

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Ada pengaruh yang signifikan dari metode bentuk bermain terhadap kemampuan *passing* siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang Sumatera Barat. Ini dibuktikan dengan nilai t_{hitung} 7,16 sedangkan t_{tabel} sebesar 1,74 dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan $n = 18$, maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7,16 > 1,74$). Atau pengaruhnya dapat dilihat juga dari uji beda *mean* dimana *mean pre-test* sebesar 100,33 dengan kategori “sedang” sedangkan *post test* nya meningkat atau lebih jauh jaraknya menjadi 111,72 dengan kategori “baik”. Ini berarti terjadi peningkatan kemampuan *passing* dari sedang menjadi baik dengan menggunakan metode bentuk bermain.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam meningkatkan kemampuan *passing*, diantaranya :

1. Bagi pelatih,
 - a. Agar menggunakan metode bentuk bermain untuk meningkatkan kemampuan *passing* bagi pesepak bola pada usia dibawah 13 tahun.
 - b. Untuk lebih baiknya, agar didapatkan hasil yang maksimal maka dalam melakukan program latihan bentuk bermain ini hendaknya memperhatikan kesungguhan dan kesehatan pemain dalam pelaksanaannya.

- c. Dalam menyusun program latihan bentuk bermain ini agar lebih memperhatikan usia dan kemampuan pemain.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya, penelitian ini hanya terbatas pada siswa U-13 SSB Muspan Kota Padang Sumatera Barat, untuk itu perlu diadakan penelitian pada sampel yang memiliki jumlah sampel yang lebih banyak.

DAFTAR RUJUKAN

- Abus. (2005). *Buku Ajar Sepakbola*. Padang FPOK IKIP Padang.
- Afrizal. (2006). *Sepakbola*. Padang: FPOK IKIP Padang.
- Arsil & Aryadie Adnan. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani & Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Darwis, Ratinus. (1999). *Sepakbola*: DIP Universitas Negeri Padang.
- FIFA. (2010). *Peraturan Permainan (Law of The Game)*. Jakarta: Bidang Sumber Daya PSSI.
- Hadi, Sutrisno. (2004). *Metodologi Resesarch*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Harsono. (1986). *Ilmu coaching*. Jakarta: Pusat Ilmu Olahraga KONI Pusat.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: Depdiknas Ditjen Dikti.
- Gifford. (2007). *Keterampilan Sepak Bola*. Yogyakarta. PT. Citra Aji Prama
- Irawadi, Hendri. (2014). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: UNP Press.
- Isparjadi . (1988). *Statistik Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud, Dikti, P2LPTK.
- Jonni. (2010). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Padang: UNP Press
- Koger. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten.
- Luxbacher, Joseph. (2001). *Langkah – langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT. Raja Gravindo Persada.
- (2011). *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Gravindo Persada.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya
- PSSI. (2010). *Peraturan Permainan Sepakbola*. Jakarta: PSSI.
- Soekatamsi. (1998). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo: Tiga Serangkai
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Suharno. (1993). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. FPOK IKIP Yogyakarta
- Syafruddin. (1997). *Belajar Sepakbola*. Padang: FPOK IKIP Padang.
- Syafruddin. (1999). *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: FPOK IKIP Padang.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Tim Mata Kuliah Sepakbola UNP. (2010) *Buku Ajar Sepakbola*. Padang: Sukabina