

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN UNTUK MENINGKATKAN  
KEMAMPUAN TEKNIK *PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA PERSATUAN  
BINUANG SAKTI KENAGARIAN TANJUNG BONAI AUR KABUPATEN  
SIJUNJUNG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga di Fakultas  
Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



**JEFRI ANTONI  
NIM. 1203368**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### SKRIPSI

Judul : Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* Pemain Sepakbola Persatuan Binnuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung

Nama : Jefri Antom

Nim : 1203368

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang


Padang, Juni 2016

Pembimbing I



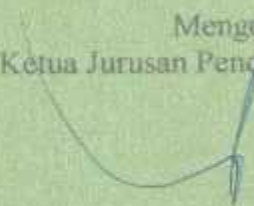
Drs. Kibadra, M.Pd  
NIP : 19570118-198503 1 003

Pembimbing II



Drs. Zarwan, M. Kes  
NIP : 1911230 198803 1 003

Mengetahui  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M. Kes  
NIP : 1911230 198803 1 003

## PENGESAHAN TIM PENGUJI


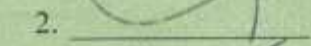

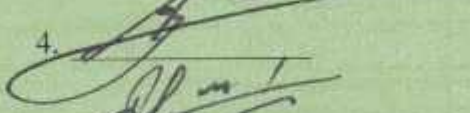
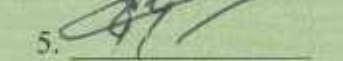
Nama : Jefri Antoni

Nim : 1203368

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi Di Depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
Dengan Judul

### PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN UNTUK PENINGKATAN KEMAMPUAN TEKNIK *PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA PERSATUAN BINUANG SAKTI KENAGARIAN TANJUNG BONAI AUR KABUPATEN SIJUNJUNG

Padang, Agustus 2016

Nama	Tim Penguji	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Kibadra, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Zarwan, M.Kes	2. 
3. Anggota	: Drs. Suwirman, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. Arsil, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Dr. Syahrastani, M.Kes. AIFO	5. 


## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Agustus 2016



Yang Menyatakan,

  
Jefri Antohi

## ABSTRAK

### **Jefri Antoni, (2016). Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* Pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung**

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan teknik *passing* pemain sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Aur Kabupaten Sijunjung belum begitu baik, karena *passing* pemain dalam melakukan *passing* sangat rendah, bola yang di *passing* tidak tepat sasaran, perkenaan kaki pada bola pada saat melakukan *passing* tidak tepat dan bola yang di *passing* tidak sampai pada. Banyak faktor yang menyebabkan belum baiknya kemampuan teknik *passing* tersebut, diantaranya adalah pengembangan model latihan. Untuk itu perlu dilakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui adakah pengaruh pengembangan model latihan untuk peningkatan kemampuan teknik *passing* pemain sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Aur Kabupaten Sijunjung.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (Quasi experiment). Populasi penelitian adalah semua pemain sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Aur Kabupaten Sijunjung yang mengikuti kegiatan latihan yang berjumlah 26 orang. Sampel dengan teknik *Total sampling*, yaitu adakalanya penarikan sampel ini ditiadakan sama sekali dengan memasukan seluruh populasi sebagai sampel yakni selama jumlah populasi itu di ketahui terbatas atau sedikit yang berjumlah 26 orang. Data dikumpulkan menggunakan tes terhadap *passing* dengan tes bola ke papan pantul Teknik analisis data adalah dengan Uji T.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: Terdapat pengaruh yang berarti antara Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* pemain sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Aur Kabupaten Sijunjung.

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* Dalam Permainan Sepakbola

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Syafrizar, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas belajar selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
2. Drs. Zarwan, M.Kes sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah member kesempatan dan mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian ini.
3. Drs. Kibadra, M.Pd sebagai pembimbing I dan Drs. Zarwan, M.Kes sebagai pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan yang sangat berarti kepada penulis.

4. Dr. Syarastani, M.Kes AIF0, Drs. Arsil M.Pd, Drs. Suwirman, M.Pd sebagai tim penguji yang telah memberikan masukan, saran, dankoreksi di dalam penyusunan skripsi ini, sehingga skripsi ini bisa lebih baik lagi.
5. Pimpinan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, khususnya dosen mengajar yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian dan mahasiswa yang telah berkenan untuk berpartisipasi membantu dalam pengambilan data penelitian.
6. Seluruh keluargaku tercinta yang selalu memberikan semangat dan motivasi yang begitu berarti bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Akhir kata penulis ucapkan terimakasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Agustus 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	v
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	vii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	8
1. Permainan Sepakbola .....	8
2. Teknik dasar sepakbola dalam permainan sepakbola.....	11
3. Bentuk latihan teknik dasar <i>passing</i> .....	21
B. Pengertian Latihan .....	22
C. Kerangka Konseptual .....	29
D. Hipotesis Penelitian.....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
C. Populasi dan Sampel .....	31
D. Jenis dan Sumber Data .....	32
E. Defenisi Operasional .....	32

F. Rancangan Penelitian .....	33
G. Instrument Penelitian .....	37
H. Teknik Analisa Data.....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	41
B. Analisis Data .....	44
C. Pembahasan.....	47
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Pembantu Pelaksanaan Tes .....	34
2. Jadwal Hari dan Jam Latihan/Perlakuan .....	35
3. Distribusi hasil data tes awal <i>passing</i> bola pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Tanjung Aur Kab. Sijunjung .....	41
4. Distribusi hasil data tes akhir <i>passing</i> bola pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Tanjung Aur Kab. Sijunjung .....	43
5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas .....	45
6. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas .....	45
7. Rangkuman Hasil Analisis Pengujian Hipotesis .....	47

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Sikap awal <i>passing</i> menggunakan kaki bagian dalam.....	13
2. Sikap pelaksanaan <i>passing</i> menggunakan kaki bagian dalam .....	14
3. Sikap akhir <i>passing</i> kaki bagian dalam.....	14
4. Sikap awal <i>passing</i> menggunakan kaki bagian luar.....	15
5. Sikap pelaksanaan <i>passing</i> kaki bagian luar .....	16
6. Sikap akhir <i>passing</i> menggunakan kaki bagian luar .....	17
7. Sikap awal <i>passing</i> menggunakan kura-kura kaki.....	18
8. Sikap pelaksanaan <i>passing</i> menggunakan kura-kura kaki.....	18
9. Sikap akhir <i>passing</i> menggunakan kura-kura kaki .....	19
10. <i>Passing</i> kaki bagian dalam.....	20
11. Gambar Latihan 1 .....	21
12. Gambar Latihan 2 .....	21
13. Gambar Latihan 3 .....	22
14. Kerangka Konseptual .....	30
15. Bentuk pelaksanaan tes <i>passing</i> .....	38
16. Histogram hasil data tes awal kemampuan <i>passing</i> pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Aur Kabupaten Sijunjung.....	42
17. Histogram hasil data tes awal kemampuan <i>passing</i> pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Aur Kabupaten Sijunjung.....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Program Latihan <i>Passing</i> .....	53
2. Data Menta Tes Kemampuan <i>Passing</i> .....	63
3. Tabel Menta Tes Kemampuan <i>Passing</i> .....	64
4. Uji Homogenitas Tes Awal Dan Teas Akhir Tes Kemampuan <i>Passing</i> .....	65
5. Uji Normalitas Data Tes Awa IKemampuan <i>Passing</i> .....	66
6. Uji Normalitas Data Tes Akhir Kemampuan <i>Passing</i> .....	67
7. Analisis Pengujian Hipotesis.....	68
8. Dokumentasi Penelitian.....	70
9. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors .....	75
10. Daftar luas dibawah lengkungan kurve normal dari 0 ke z.....	76
11. Nilai-nilai untuk distribusi F .....	77
12. Nilai-nilai untuk distribusi t .....	81

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu juga olahraga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan system pembangunan yang berkelanjutan.

Dalam perkembangan olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga serta meningkatkan kondisi fisik agar tetap bersemangat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari serta memiliki kemampuan untuk berprestasi. Hal ini sesuai dengan tujuan khusus dari aktivitas berolahraga yang dinyatakan Sayoto dalam Gusril (1992), sebagai berikut: (1). Aktivitas olahraga yang bertujuan pendidikan (2). Aktivitas olahraga yang bertujuan untuk berekreasi (3).Aktvitas olahraga yang bertujuan untuk kesegaran jasmani (4).Aktivitas olahraga yang bertujuan untuk prestasi.

Pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga memerlukan perencanaan yang matang dan terprogram, kemudian dilaksanakan baik oleh pemerintah maupun seluruh lapisan masyarakat. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dari pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan dan target. Banyak faktor yang mempengaruhi untuk mencapai prestasi olahraga yang optimal. Syafruddin (1999 : 22) menyatakan bahwa “ada dua faktor yang mempengaruhi dalam meraih suatu prestasi, faktor internal dan faktor eksternal”. Faktor internal antara lain : kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental (psikis)

atlit. Dan faktor eksternal adalah yang timbul dari luar diri atlit seperti : pelatih, sarana dan prasarana, guru olahraga, keluarga, organisasi, iklim, cuaca, makanan bergizi dan lain sebagainya.

Kegiatan pembinaan olahraga Sepakbola sebaik mungkin lebih menekankan pada latihan fisik dan latihan teknik. Syafruddin (1993 : 13) mengemukakan “latihan fisik sangat menentukan bagi seseorang dalam mengoptimalkan teknik-teknik yang dimiliki”. Sedangkan latihan teknik mengarah kepada kemampuan seseorang dalam menguasai teknik dasar olahraga sepakbola secara baik, sehingga memungkinkan baginya bermain Sepakbola dengan baik dalam mencapai prestasi yang optimal.

Perkembangan olahraga sepakbola juga didukung sepenuhnya oleh masyarakat dan pemerintah, hal ini terbukti dengan adanya turnamen antar klub yang diadakan oleh berbagai daerah maupun turnamen resmi lainnya. Sebagaimana dijelaskan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 yang menyatakan bahwa: “ Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan “.

Untuk meraih prestasi sepakbola yang baik, disamping usaha pembinaan dan pelatihan yang teratur, terarah dan kontinu, hendaknya pembinaan tersebut

diarahkan kepada pembinaan kondisi fisik sebagai faktor yang paling dominan terhadap keberhasilan dalam meraih prestasi puncak. Adapun menurut Sayoto (1998), komponen kondisi fisik tersebut terdiri dari (1).Daya tahan (2).Kekuatan (3).Kecepatan (4).Daya ledak (5).Kelentukan (6).Keseimbangan (7).Koordinasi (8). Kelincahan (9).Ketepatan dan (10). Reaksi. Masing-masing komponen tersebut harus berada pada tingkat maksimal sesuai dengan tuntutan dari masing-masing cabang olahraga. Dalam cabang olahraga sepakbola hampir setiap kondisi fisik menjadi dominan dalam suatu pertandingan sepakbola.

Sepakbola dimainkan oleh dua kelompok pemain dan tiap-tiap kelompok terdiri dari sebelas orang sehingga dinamakan kesebelasan. Kesebelasan dapat bermain dengan baik, jika setiap pemainnya memiliki kemampuan teknik dasar yang dapat menunjang keberhasilan bermain sepakbola. Muchtar (1992:29) "Teknik dasar dalam permainan sepakbola meliputi teknik menendang (*shooting*), teknik menyetop (*stopping*), teknik menyundul bola (*heading*), teknik melempar (*throwing*), menggiring bola (*dribble*), mengumpan (*passing*), teknik penjaga gawang.

Berorientasi pada berbagai macam teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepakbola, *passing* adalah suatu teknik yang sangat penting dalam permainan. *Passing* adalah bagian dari teknik menendang. Dalam sepakbola, *passing* merupakan teknik yang paling banyak digunakan. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik *passing* dengan baik, pemain tersebut tidak akan menjadi pemain yang baik, dan kesebelasan yang baik adalah suatu kesebelasan yang

semua pemainnya menguasai teknik *passing* bola dengan baik (Sukatamsi, 1984:44).

Berdasarkan kegunaan atau fungsi, tendangan ada beberapa macam, antara lain: (a) untuk memberi umpan pada teman (*passing*), (b) untuk menembakkan bola ke arah gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan, (c) untuk membersihkan atau menyapu bola ke daerah pertahanan langsung ke depan, biasa dilakukan pemain belakang, dan (d) untuk melakukan bermacam-macam tendangan.

*Passing* adalah bagian dari teknik menendang. Dalam sepakbola, menendang merupakan teknik yang paling banyak digunakan. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik menendang dengan baik, pemain tersebut tidak akan menjadi pemain yang baik, dan kesebelasan yang baik adalah suatu kesebelasan yang semua pemainnya menguasai teknik menendang bola dengan baik (Sukatamsi, 1984:44). Yang mendasari permainan tiki-taka sendiri salah satunya adalah kemampuan seorang pemain sepakbola melakukan *passing*.

*Passing* jarak pendek yang cepat dan akurat. Untuk memperoleh atau meningkatkan kemampuan *passing* dengan baik maka perlu adanya bentuk latihan *passing* yang dengan efektif bisa melatih kemampuan melakukan *passing* dengan baik. Bentuk latihan sendiri banyak model dan variasinya.

Persatuan Binuang Sakti merupakan salah satu klub sepakbola yang ikut aktif dalam ajang turnamen di Kabupaten Sijunjung. Berdasarkan pemantauan peneliti dan fenomena yang terjadi dilapangan serta oleh Bapak Alek selaku pelatih kepala Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur

Kabupaten Sijunjung. Pada saat melakukan latihan dan beberapa kali mengikuti pertandingan, seperti mengikuti kejuaraan antar Klub di Kabupaten Sijunjung yang bertempat di lapangan sepakbola M.Yamin Muaro Sijunjung pada bulan Februari 2016, yang mana Persatuan Binuang Sakti gagal dalam penyesisihan grup.

Berdasarkan pemantauan peneliti dari gagalnya Persatuan Binuang Sakti pada kejuaraan tersebut peneliti menduga kemampuan *passing* pemain sepakbola Persatuan Binuang Sakti masih jauh dari yang diharapkan, hal ini terbukti dari kemampuan pemain dalam melakukan *passing* sangat rendah, bola yang di *passing* tidak tepat sasaran, perkenaan kaki pada bola pada saat melakukan *passing* tidak tepat dan bola yang di *passing* tidak sampai pada tujuan. Lemahnya kemampuan teknik *passing* diduga dapat mempengaruhi kualitas permainan sepakbola.

Jika hal ini dibiarkan maka prestasi maksimal yang diharapkan akan sulit untuk diraih. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk membuktikan secara ilmiah mengenai Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* Pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung. Sehingga dari hasil penelitian ini bisa dilahirkan suatu kesimpulan yang bisa dijadikan langkah antisipatif bagi peningkatan prestasi sepakbola Persatuan Binuang Sakti ke depannya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Mengingat banyaknya permasalahan yang dapat dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. *Passing*
2. Teknik
3. Latihan
4. Mental
5. Akurasi

### **C. Pembatasan Masalah**

Untuk lebih terfokusnya melakukan penelitian ini sesuai dengan kemampuan peneliti, dana, maka peneliti hanya ingin melihat “Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* Pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka peneliti merumuskan permasalahan yang akan diteliti, yaitu: Memberikan pengaruh Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* Pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung.

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan peneliti ini adalah untuk membuktikan Pengembangan Model Latihan Untuk Peningkatan Kemampuan Teknik *Passing* Pemain Sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung.

## **F. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat untuk:

1. Dapat memenuhi salah satu syarat bagi peneliti dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Dapat memberikan masukan kepada pelatih Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung.
3. Bahan acuan bagi pelatih yang melatih sepakbola untuk pencapaian prestasi tim sepakbola.
4. Bahan bacaan bagi mahasiswa pada perpustakaan Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan maupun Perpustakaan Pusat Universitas Negeri Padang.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut: Terdapat pengaruh yang berarti antara pengembangan model latihan untuk peningkatan kemampuan teknik *passing* pemain sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung.

#### **B. Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam kemampuan *passing* pemain sepakbola Persatuan Binuang Sakti Kenagarian Tanjung Bonai Aur Kabupaten Sijunjung yaitu:

1. Pelatih disarankan untuk menerapkan dan memperhatikan tentang aspek teknik *passing* dalam menjalankan program latihan.
2. Untuk mendapatkan hasil yang optimal khususnya teknik *passing*, peneliti menyarankan pada pelatih untuk memberikan latihan-latihan khusus yang dapat mengembangkan kemampuan teknik *passing*.
3. Para pemain dalam melaksanakan *passing* agar memperhatikan faktor apa saja yang mempengaruhi teknik *passing*.
4. Bagi para peneliti disarankan untuk dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan teknik *passing*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arsil. (2000). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Bafirman dan Apri Agus. (2008). *Pembentukan kondisi fisik*. FIK UNP.
- Chusaeri. 1976. *Bimbingan Teknik dan Taktik Sepakbola*. Jakarta: PT. Mutiara Sumber Widia.
- Harsono. 1988. *Coaching dan sapek-aspek psikologi dalam coaching*. Jakart: Ditjen Dikti, Depdikbud.
- Hendri Irawadi (2011). *Pembentukan kondisi fisik*. FIK UNP.
- Joseph A. Luxbacher.1997. *Sepakbola, Taktik dan Teknik Bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Joseph A. Luxbacher. 2004. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada  
Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga RI. 2005. Sistem.\
- Koger Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten: Sakamitra.
- Lufri. 1999. *Kiat memahami dan melakukan penelitian*. UNP PRESS Padang.
- Mielke Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Pakar Raya: Bandung
- Muchtar, Remmy.(1992). *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Yudhistira
- Sayoto, Mochamad. 1998. *Kekuatan dan Kondisi Fisik*. Semarang: Effhara Daharsa Prize.
- Subardi dan Setiawan, Andri. 2007. *Olahraga Kegemaranku (Sepak Bola)*. Klaten: PT Macanan Jaya Cemerlang.
- Sucipto, dkk. 2000. *Sepakbola*. Jakarta: Debdikbud Dirjendikti.
- Syafruddin. 1999. *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK UNP.
- \_\_\_\_\_ 2011. *Ilmu kepelatihan olahraga teori dan aplikasinya dalam pembinaan olahraga*. Padang: UNP PRESS.