

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDE GAMES* TERHADAP
KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *PASSING* PEMAIN
SEPAKBOLA SMP N 3 KECAMATAN
PANGKALAN KOTO BARU
KABUPATEN 50 KOTA**

SKRIPSI



**Oleh:
ZIKO KASNANDI PUTRA
1206986 / 2012**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDE GAMES* TERHADAP
KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *PASSING* PEMAIN
SEPAKBOLA SMP N 3 KECAMATAN
PANGKALAN KOTO BARU
KABUPATEN 50 KOTA

Nama : Ziko Kasnandi Putra

BP/NIM : 2012/1206986

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

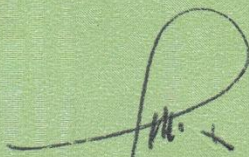
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2018

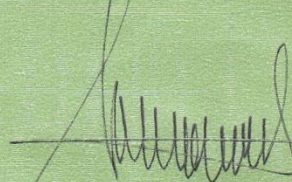
Disetujui oleh:

Pembimbing I



Drs. Syafrizar, M.Pd
NIP. 196009191987031003

Pembimbing II



Dr. Anton Komaini, S.Si.M.Pd
NIP. 198607122010121008

Mengetahui

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Wellis, SP. M. Kes
NIP. 197005121999032001

PENGESAHAN SKRIPSI

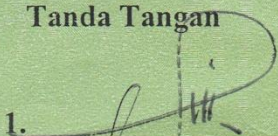
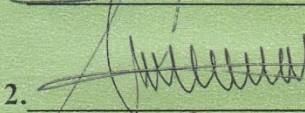
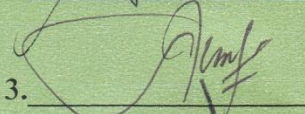
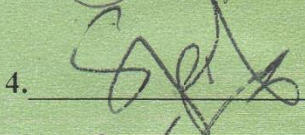

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDE GAMES* TERHADAP
KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *PASSING* PEMAIN
SEPAKBOLA SMP N 3 KECAMATAN
PANGKALAN KOTO BARU
KABUPATEN 50 KOTA**

Nama : Ziko kasnandi Putra
NIM/BP : 1206986/2012
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2018

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr.Syafrizar, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Dr. Didin Tohidin, M.Kes, AIFO	3. 
4. Anggota	: Dr.M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Endang Sepdanius, S.Si, M.Or	5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri dengan bantuan pembimbing. Di dalam karya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dan dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan dalam kepustakaan.

Padang, Februari 2018

Yang menyatakan



Ziko Kasnandi Putra
NIM.1206986/2012

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan
Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan) maka
kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan
hanya kepada Tuhanlah kamu berharap (QS : Al-Insyirah ; 6-8).*

Allahuakbar...Alhamdulillah ya Allah...Rasa syukur yang sangat mendalam untuk-Mu Ya Allah..

Atas segala kekuasaan, rahmat, dan rahasiamu

Hamba benar yakin kalau pertolonganmu ada., Jika kami meminta dan memohon hanya padamu

Engkau telah memperlihatkan itu

Mustahil rasanya hamba dapat menyelesaikan ini semua, jika tidak atas pertolonganmu,

Hingga kini hamba menyelesaikan pendidikan Sarjana ini

Semoga ini menjadi awal untuk meraih segala impianku

Menjadi orang berguna bagi orang lain, Sukses Dunia Akhirat menurut jalan-Mu

Berkati dan beri hamba kekuatan untuk menggapai ini ya Allah..

Terimakasih kepada kedua orang tuaku tercinta MAISAFRI dan FITRI LINDA

Melawan panas dan hujan, dari pagi hingga petang, bahkan malam

Berjualan mencari sedikit rezki

Demi kami anak-anaknya, demi kelangsungan pendidikan kami

Dengan sedikit harapan, hidupku bisa lebih baik darinya

Terimakasih pengorbanan dan Do'amu untukku

Ya Allah semoga hasilku ini bisa menjadi sedikit penawar

Atas segala kesusahan yang mereka hadapi

Semoga hamba memiliki kesempatan untuk membalas jasa mereka

Beri mereka umur yang panjang ya Allah

Hingga aku dapat membalas jasanya, Yang sebenarnya tak kan bisa terbalas dengan apapun

Selanjutnya terimakasih teruntuk adik ku satu-satu nya

JULIANA, terimakasih banyak...

Atas semua suport mu dan motivasimu,

Demi kelangsungan pendidikanku

Semoga nanti saya bisa membahagiakanmu adek ku

Begitu juga semua keluargaku terimakasih kalian adalah motivasi ku

Kemudian terimakasih kepada orang-orang sekitarku

Keluarga besar REMAN PARKIT 7 NO.10

Yang telah memberikan banyak motivasi kepada saya .

Terimakasih banyak Saudara.

Kemudian terimakasih kepada temanku Andi,kirman,ilham,prima yang telah banyak membantu ku menyelesaikan tugas akhir perkuliahan ini

Kemudian terimakasih untuk semua dosen, pembimbing, penguji saya,

Dan semua keluarga FIK UNP yang telah membimbing saya

Demi selesainya pendidikan sarjana saya ini

Selanjutnya kepada teman sekaligus saudara ku, Andyyy,Edo,Pepe dan teman

Seperjuangan IKOR 2012

Terimakasih atas kelapangan hati kalian

Yang telah banyak menolong saya,semoga menjadi ibadah untuk kalian,

Saya doakan kita sama-sama menjadi orang sukses

Amiiin...Ya Robbalalamiin.....

By : Ziko Kasnandi Putra S.Si

ABSTRAK

Ziko kasnandi putra (2017) : Pengaruh Latihan *Small Side Games* Terhadap Kemampuan Teknik Dasar *Passing Pemain SepakBola* SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota

Masalah penelitian adalah masih kurang baik dan terbatasnya kemampuan teknik *passing* dari pemain SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Small Side Games* terhadap kemampuan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota

Penelitian ini merupakan eksperimen semu (*quasi experimental*). Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota yang mengikuti latihan berjumlah 30 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* yaitu berjumlah 20 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan *pre-test* dan *post-test* kemampuan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota. Analisa data dan pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis komparasi dengan menggunakan rumus uji beda mean (uji t) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari analisis data yang dilakukan diperoleh hasil : pengaruh latihan *Small Side Games* terhadap kemampuan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota, dengan perolehan koefisien uji "t" yaitu $t_{hitung} = 3,51 > t_{tabel} = 1,729$.

Kata Kunci : Latihan Small Side Games, Kemampuan Teknik Dasar Passing

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul " Pengaruh Latihan *Small Side Games* Terhadap Kemampuan *passing* Pemain Sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Padang Prof. Dr. Ganefri, Ph. D, yang telah memberi berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan program studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Dr. Syafrizar, M.Pd, yang telah memberikan kesempatan saya untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dr. Wilda Welis, SP. M. Kes, yang telah memberikan izin dalam melakukan penelitian ini.

4. Dr. Syafrizar, M.Pd, selaku Pembimbing I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan Proposal hingga penelitian ini siap dilaksanakan.
5. Dr. Anton Komaini, S.Si. M.Pd, selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan Proposal hingga Penelitian ini diselesaikan.
6. Dr. Didin Tohidin, M. Kes, Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si. M.Or, Endang Sepdanius, S.Si. M.Or, selaku Penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan Proposal hingga penelitian ini selesai dilaksanakan.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen/staf pengajar Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dan motivasi dalam penulisan Proposal sampai Penelitian ini siap dilaksanakan.
8. Bapak dan Ibu karyawan/tata usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan, pelayanan dan memfasilitasi peneliti sehingga Penelitian ini selesai dilaksanakan.
9. Kepada ke 2 orang tua ku tercinta, Bapak Maisafri dan Ibu Fitri Linda, dan adikku, satu-satunya Juliana, atas segala kasih sayang dan do'a yang selalu tercurah kepada peneliti dan memberikan dorongan moril maupun materil sepanjang waktu.
10. Seluruh rekan-rekan seperjuangan mahasiswa Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Terima kasih yang teristimewa pada keluarga dan seluruh sahabat tersayang yang selalu membantu dalam susah maupun senang dan selalu mendo'akan serta memberikan bantuan moral, moril dan materi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut diatas, semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Amin-amin ya rabbal'alamin.

Padang, November2017

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Hakekat Sepakbola.....	9
2. Kemampuan <i>passing</i>	12
3. Hakekat Latihan	16
4. Hakekat <i>Small Side Games</i>	24
B. Penelitian Yang Relevan	30
C. Kerangka Konseptual	31
D. Hipotesis Penelitian.....	32
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	33
B. Waktu dan Tempat Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	33
D. Defenisi Operasional.....	34
E. Instrumen Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data.....	35
F. Teknik Analisis Data.....	37

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	39
B. Pengujian Persyaratan Analisis	43
C. Pengujian Hipotesis.....	44
D. Pembahasan.....	46
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN.....	52

Daftar Tabel

1. Dosis Latihan <i>Small Side Games</i> Menurut Kelompok Usia	27
2. Distribusi Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	39
3. Distribusi Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Dari Sampel Sebelum Diberi Perlakuan Latihan <i>Small Side Games</i>	40
4. Distribusi Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Dari Sampel Setelah Diberi Perlakuan Latihan <i>Small Side Game</i>	41
5. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data	43
6. Rangkuman Hasil (uji t) Latihan <i>Small Side Games</i>	45

Daftar Gambar

Gambar	Halaman
1. Umpan Pendek (<i>short pass</i>).....	13
2. Umpan Jauh (<i>long passing</i>)	14
3. Umpan Melengkung (<i>curling pass</i>).....	15
4. Kerangka Konseptual.....	32
5. Diagram Lapangan Tes <i>Passing</i>	35
6. Histogram Data <i>Pre-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i>	41
7. Grafik Data <i>Post-Test</i> Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i>	42
8. Pemain Sedang Diberi Arahan oleh Peneliti	67
9. Pemain Sedang Melakukan Peregangan.....	67
10. Sampel melakukan <i>Pre-Test</i>	68
11. Sampel melakukan latihan <i>Small side games</i>	68
12. Sampel melakukan <i>Post-Test</i>	76
13. Peralatan penelitian.....	77
14. Foto bersama pemain.....	77

Daftar Lampiran

1. Program latihan <i>Small Side Games</i>	52
2. Data Pree-Test	56
3. Data Post-Test	57
4. Data mentah <i>Pree-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	58
5. Pengolahan Data Penelitian	59
6. Analisis uji Normalitas sebaran data pree-test.....	60
7. Analisis uji Normalitas sebaran data Post-Test	61
8. Analisis Uji hipotesis	62
9. Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z	64
10. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors.....	65
11. Titik Persentase Distribusi t (df=1-40).....	66
12. Dokumentasi penelitian	67
13. Surat balasan penelitian	78
14. Surat izin penelitian	79
15. Surat pengujian mutu barang dan alat ukur	80

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Arus Globalisasi yang melanda dunia menyebabkan ketatnya persaingan dan kompetisi antar bangsa dalam segala bidang. Baik itu dalam bidang IPTEK, Sains, Ekonomi, Sosial, Seni dan Olahraga. Hal tersebut memiliki perananan strategis dalam pembangunan bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha penyiapan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan di masa yang akan datang. Untuk membentuk manusia yang berkualitas salah satunya dapat diwujudkan melalui pembinaan generasi muda dengan kegiatan olahraga.

Salah satu usaha untuk meningkatkan sumber daya manusia di Indonesia yang berkualitas melalui bidang olahraga. Hal ini sesuai dengan UU Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 pasal 27 ayat 4 tentang sistem keolahragaan nasional (2009:16) menyatakan:

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

Dari sekian banyak cabang olahraga yang dikembangkan saat ini, salah satunya yang mendapat perhatian dan pembinaan adalah olahraga sepakbola, begitu banyak kompetisi yang diadakan PSSI sebagai induk organisasi sepakbola di Indonesia, mulai dari yang professional sampai ke yang usia dini ada kompetisinya. Olahraga sepakbola adalah salah satu olahraga yang paling di gemari di kalangan masyarakat umum. Hal ini terbukti bahwa semakin banyaknya televisi luar negeri ataupun dalam negeri

menyiarkan siaran langsung pertandingan sepakbola, baik itu merupakan kompetisi antar klub atau kompetisi antar negara yang dikelola oleh induk organisasi masing-masing peserta kompetisi tersebut. Di Sumatra Barat olahraga sepakbola juga sangat berkembang khususnya di Kabupaten 50 Kota.

Pembinaan peningkatan prestasi dibidang olahraga memerlukan perencanaan yang matang dan terprogram, kemudian untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan berprestasi seperti yang diinginkan, seorang pemain selain mengikuti latihan secara teratur, terarah dan kontinyu latihan dapat di tingkatkan dengan melatih kondisi fisik, teknik, taktik dan mental pemain. Latihan fisik mengarah kepada kebugaran yang menggambarkan kesanggupan kemampuan fisik seseorang dalam melakukan gerak atau aktifitas dalam sehari-hari. Sedangkan latihan teknik mengarah pada seorang dalam menguasai teknik dasar olahraga sepakbola secara baik.

Teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain untuk bermain sepakbola antara lain adalah menendang, mengoper, menahan atau mengontrol, serta menggiring. Menendang merupakan suatu usaha memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan bagian kaki. Menahan dan mengontrol merupakan usaha menghentikan atau mengambil bola untuk dikuasai sepenuhnya.

Berdasarkan ide tersebut salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk di kuasai yaitu teknik *passing*. *Passing* merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain pada saat permainan sedang berlangsung. Kemampuan mengoper bola (*passing*) membentuk suatu

koordinasi yang menghubungkan kesebelasan pemain kedalam satu unit yang berfungsi lebih baik dari pada bagian bagiannya. Kemampuan *passing* merupakan salah satu syarat agar seseorang bisa bermain sepakbola dengan baik.

SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru adalah salah satu sekolah yang ada di Kabupaten 50 Kota yang mempunyai tim sepakbola. SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru memiliki prestasi yang naik turun di beberapa turnamen-turnamen bergengsi tingkat Daerah se Kabupaten 50 Kota. Berdasarkan hasil wawancara terhadap pelatih SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru yaitu bapak M.Yusri,S.Pd pada tanggal 10 September 2016, pada tahun tahun 2010 di tournament liga pendidikan Indonesia tingkat kabupaten 50 Kota team SMP N 3 Kecamatan pangkalan koto baru meraih hasil runner up di tournament tersebut. Sedangkan ditahun 2011 di kejuaraan yang sama team SMP N 3 Kecamatan Pangkalan hanya sampai pada babak 8 besar, dan di tahun 2012 masih di kejuaraan yang sama juga hanya sampai pada babak 8 besar, lalu di tahun 2013 di tournament OSIS CUP yang di adakan SMP N 1 Guguak yang tingkat nya juga se Kabupaten 50 kota team SMP N 3 Kecamatan Pangkalan berhasil menjuarai tournament tersebut,di tahun 2014 dan 2015 team SMP N 3 Kecamatan Pangkalan hanya menjadi runner up di tournament tersebut. Dan di tahun 2016 team SMP N 3 Kecamatan Pangkalan mengikuti tournament piala bupati Kabupaten 50 Kota se Kabupaten 50 Kota team SMP N 3 Kecamatan Pangkalan hanya sampai babak 8 besar saja.

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan, tim sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru di beberapa pertandingan, salah satunya pada tournament piala bupati se Kabupaten 50 Kota pada tanggal 5 November 2016, tim SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru pada saat mereka bermain sering melakukan kesalahan sendiri seperti ketika melakukan *passing*, kemudian dalam menyusun serangan yang dilakukan oleh pemain SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru sering mengalami kegagalan terutama terjadi pada saat melakukan *passing* bola. Tidak jarang para pemain melakukan passing yang tidak terarah sehingga bola mudah dirampas lawan. Jadi masih belum begitu baik atau masih kurang baik dalam melakukan *passing*.

Kesalahan-kesalahan itu masih banyak dilakukan pemain dalam mengoper bola, pada saat ditekan lawan sehingga mempengaruhi tempo dan kualitas permainan. Dalam setiap pertandingan pemain juga sering kaku dalam melakukan gerakan *passing* bola, maupun untuk menguasai bola pada saat melakukan serangan, sehingga pemain sering tidak baik dalam mengumpan bola dan membuat serangan mudah dipatahkan lawan. Pada hal *passing* merupakan modal utama dalam menguasai permainan dan menciptakan peluang untuk mencetak gol. Kemudian, selain *passing*, faktor kondisi fisik juga sangat berpengaruh, yang mana dalam permainan sepakbola kondisi fisik merupakan salah satu komponen penting untuk menunjang teknik dasar seperti *passing*. Ada beberapa komponen kondisi fisik yang mempengaruhinya seperti : daya tahan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, dan lain sebagainya. Selain kondisi fisik sarana dan prasarana

untuk latihan juga menjadi masalah pada tim sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru.

Pada waktu itu penulis juga mewawancarai pelatih sepak bola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru , pelatih membenarkan bahwa masih kurang baik dan terbatasnya kemampuan teknik *passing* dari pemain SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru. Karena dari itu juga setiap pemain atau tim sepakbola seharusnya memasukkan bentuk latihan *passing* pada program latihannya. Pelatih seharusnya juga mengetahui dan memilih bentuk atau metode latihan untuk meningkatkan kemampuan *passing*.

Banyak bentuk latihan yang bisa digunakan untuk meningkatkan *passing*, seperti latihan *small side games*, *small games play*, dan lain sebagainya. Jadi salah satu bentuk latihan yang baik digunakan pelatih dalam meningkatkan kemampuan *passing* adalah bentuk latihan *small side games*. *Small Side Games* yang merupakan cara berlatih teknik (gerakan) yang dilakukan dalam bermain atau bentuk permainan. *Small side games* yaitu bentuk latihan permainan dalam sepakbola yang dimainkan dengan pemain kurang dari sebelas pemain dan di lapangan yang berukuran lebih kecil dan tidak memakai penjaga gawang. Penyampaian materi latihan yang dijabarkan dalam bentuk bermain secara terpisah, sehingga atlet dapat menguasai setiap unsur atau elemen setiap gerakan terlebih dahulu sebelum dilanjutkan pada gerakan selanjutnya secara keseluruhan. Dengan menguasai teknik dalam bermain dan secara keseluruhan diharapkan dapat menguasai *passing* sehingga dapat meningkatkan kemampuan untuk memindahkan bola dengan

sasaran yang ingin dicapai. Jadi untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar passing memerlukan program latihan yang terprogram dengan baik.

Berdasarkan realita di atas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Pengaruh Latihan *Small Side Games* Terhadap Kemampuan teknik dasar *passing* Pemain Sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Metode bermain berpengaruh terhadap meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota.
2. Kemampuan passing yang belum baik dari pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota.
3. Kondisi fisik berpengaruh terhadap kemampuan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota.
4. Latihan *small side games* berpengaruh terhadap kemampuan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota.
5. Sarana dan prasarana sangat berpengaruh untuk latihan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota.

C. Pembatasan Masalah

Karena banyaknya permasalahan yang dapat mempengaruhi hasil kemampuan *passing* dan mencegah munculnya penafsiran yang berbeda perlu diberikan batasan masalah, supaya ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas, terarah dan dapat dikontrol. Maka peneliti hanya meneliti tentang “Pengaruh Latihan *Small Side Games* Terhadap Kemampuan Teknik Dasar *passing*”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah metode latihan *small side games* berpengaruh terhadap kemampuan teknik dasar passing pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *small side games* terhadap hasil kemampuan teknik dasar passing pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota

F. Manfaat Penelitian

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

1. Peneliti, sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Sains Jurusan ilmu keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Pemain, sebagai informasi dan pengetahuan tentang kemampuan teknik dasar passing pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota.
3. Pelatih, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar passing pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota, khususnya *passing*
4. Sekolah, diharapkan dapat memberikan manfaat yang berarti bagi pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota dalam membina dan menciptakan calon bibit-bibit pemain sepakbola yang professional dan handal bagi perkembangan sepakbola di Kabupaten 50 Kota Provinsi Sumatera Barat.
5. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan informasi yang bermanfaat, dalam olahraga sepakbola dan sebagai pengetahuan yang diperlukan dalam pembinaan olahraga sepakbola.
6. Civitas akademika, untuk memperkaya disiplin ilmu kepelatihan dalam bidang keolahragaan, sekaligus sebagai pengembangan wawasan dalam memperluas kajian di Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh latihan *Small Side Games* terhadap kemampuan teknik dasar *passing* pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota, dengan perolehan koefisien uji “t” yaitu $t_{hitung} = 3,51 > t_{tabel} = 1,729$.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Pelatih

Kepada para pelatih atau pembina olahraga sepakbola agar memberikan latihan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* sepakbola. Salah satu bentuk latihan yang dapat diterapkan adalah *small side games*.

2. Pemain

Bagi pemain pada umumnya dan khususnya pemain sepakbola SMP N 3 Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten 50 Kota yang ikut latihan teknik dasar *passing* sepak bola disarankan dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* dengan melakukan latihan *small side games*

3. Peneliti

Bagi peneliti sendiri agar bisa menjadi bahan masukan dan menambah wawasan tentang latihan *small side games*, yang bisa meningkatkan kemampuan *passing* dalam olah raga sepakbola.

4. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian ini agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi untuk melakukan penelitian mengenai latihan *small side games* ini lebih dalam lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan Arkadie. 2010. *Rahasia fisika dalam piala dunia.dalam blogspot* (<http://fisika79.Wordpress.Com/2010/07/21/rahasia-fisika-dalam-piala-dunia/>). Pada tanggal 6 maret 2017, jam 00.15 WIB
- Afrizal. 2004. *Permainan sepakbola*. Padang : FIK UNP Padang
- Bafirman. 2013. *Fisiologi Olahraga*. Malang : Wineka Media
- Bondarev, D. V. *Factors Influencing Cardiovascular Responses During Small Sided Games Performed with Recreational Purposes*”. *Journa of Physical Education Ukraine*, 2011, 2, 115-118.
- Djezed, Zulfar dkk. 1985. *Buku pembelajran sepakbola*. Padang: FPOK IKIP.
- Darwis, Ratinus. 1999. *Sepakbola*. Padang: UNP Press.
- Delta Youth Soccer Association. 2009. *PendekatanRangkainPermainan Coaches Guide 2008-2009*. www.deltayouthsoccer.com. Diunduh pada tanggal 15 maret 2017.
- Emral. 2013. *Metodologi Latihan Fisik*. Padang : Sukabina Press
- _____. 2016. *Sepakbola Dasar* : Padang : Sukabina Press
- Harsono. 1986. *Ilmu coaching Jakarta Pusat Ilmu olahraga*. KONI Pusat
- Hill-Haas, S. V; Dawson, B.; Impellizzeri, F.M. & Coutts, A.J. *Physiology of Small-Sided Games Training in Football a Systematic Review*. *Journal of Sport Medicine*, 2011; 41 (3): 199-220.
- Lufri dan Ardi. 2014. *Metode Penelitian*. Padang: Universitas Negeri Padang
- Luxbacher, Joseph. 2004 *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Klaten. PT Intan Sejati
- Micheal octavianus. (2014). *teknik pengumpan (pasing) pola latihan push pass & 1-2 combination pass*. Dalam blogspot <http://arahbola.org/1251-teknik-mengumpan-passing-pola-latihan-pushpass-1-2-combinasion-pass>. pada tanggal 06 maret 2017, jam 23:00 WIB.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani*. Jakarta
- Nur Ichsan Rohmat. 2013. *Modifikasi Latihan Small Side Games*. Dalam bolgspot (<http://eprints.uny.ac.id/14159/1/SKRIPSI.pdf>) diakses pada tanggal 1 maret 2017 pukul 20.47 wib
- PSSI, 2008. *Peraturan Permainan* : Jakarta: FIFA