

# PENGARUH METODE PEMBELAJARAN VARIASI *PASSING* BERPASANGAN TERHADAP HASIL KETEPATAN *PASSING* PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA SMK NEGERI 5 PALEMBANG

Oleh: Muhammad David<sup>1</sup>, Farizal Imansyah<sup>2</sup>

Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas PGRI Palembang

Email : [azkaalmahyradaavid@gmail.com](mailto:azkaalmahyradaavid@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian yang berjudul pengaruh metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan terhadap hasil ketepatan *passing* pada permainan sepak bola siswa SMK Negeri 5 Palembang. Bertujuan untuk mengetahui besarnya pengaruh metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan terhadap hasil ketepatan *passing* pada permainan sepak bola siswa SMK Negeri 5 Palembang, dilaksanakan selama 6 minggu dengan frekuensi 3 kali seminggu dan intensitas 80% - 90%. Metode yang digunakan didalam penelitian ini menggunakan metode instrumen tes pengukuran yaitu melakukan *passing* kearah sasaran sebagai *pre test* dan *post test*. Kemudian variasi *passing* berpasangan sebagai metode latihan. Hasil penelitian yang dilakukan hasil untuk rata-rata *pre test* untuk kelompok eksperimen sebesar 10 dan kelompok kontrol sebesar 10,1. Sedangkan hasil *pre test* kelompok eksperimen sebesar 13,5 dan untuk kelompok kontrol sebesar 10, setelah dilakukan penelitian hasil yang didapat untuk kelompok eksperimen memiliki peningkatan 3,5 sedangkan kelompok kontrol mengalami penurunan sebesar 0,1. Implikasi penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan tendangan kearah gawang yang diberi nilai-nilai dan diberi jarak dari gawang ke bola 16,5 meter dengan melakukan 3 kali percobaan, apabila bola mengarah kearah tali diantara dua nilai maka dipilih nilai terbesar. Berdasarkan hasil analisis data yang digunakan didapat  $t_{hitung} = 5,56$  dan  $t_{tabel} = 1,67$ . Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima,  $H_a$  mengatakan bahwa ada pengaruh metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan terhadap hasil ketepatan *passing* pada permainan sepak bola siswa SMK Negeri 5 Palembang.

**Kata Kunci:** *Variasi Passing Berpasangan dan Ketepatan Passing Permainan Sepak Bola.*

## PENDAHULUN

Permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan gol dari lawan. Untuk regu yang dapat mencetak gol paling banyak ke gawang lawan dalam waktu 2 x 45 (90 menit) maka regu tersebutlah yang menang. *Passing* adalah salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang paling sering digunakan, *passing* berfungsi untuk memberikan bola kepada teman sendiri agar mendapatkan ruang untuk

bermain, passing paling berguna saat bermain dikarenakan walaupun banyak pemain individual yang memiliki kemampuan yang tinggi dan keterampilan yang lebih. seorang pemain harus melatih keterampilan individunya seperti teknik passing, karena hampir sepanjang permainan pemain sepakbola akan selalu menggunakan teknik *passing*. Jika seorang pemain dapat menguasai teknik *passing* yang baik maka pemain tersebut dapat menguasai pertandingan dikarenakan bola tidak mudah direbut oleh pemain lawan. *Passing* merupakan seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling banyak dilakukan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Dalam permainan sepak bola, *passing* memiliki tujuan antara lain mengoper bola pada teman, mengoper bola ke daerah yang kosong, mengoper bola terobosan diantara lawan, menendang bola untuk membuat gol ke gawang lawan. Serta menendang bola untuk mengamankan daerah permainannya sendiri agar tidak diserang oleh lawan.

*Passing* adalah teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepak bola. Namun, pada kenyataannya masih banyak siswa SMK Negeri 5 Palembang kelas XI yang belum memiliki teknik dasar *passing* yang benar. Padahal, didalam permainan sepak bola salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi alur permainan sepak bola adalah teknik dasar *passing* yang baik dan benar. Keterampilan *passing* masih sangat kurang. Hal ini, terlihat dari arah *passing* yang belum benar. Sebagai contoh, masih ada siswa yang harusnya melakukan *passing* kepada teman tetapi *passing* dari siswa tersebut tidak mengarah kepada sasaran atau arah *passing* yang tidak benar. Kurang banyaknya latihan adalah salah satu faktor kurang tepatnya arah mengoper bola. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan di SMK Negeri 5 Palembang pada waktu melaksanakan kegiatan PPL II kelas XI untuk dijadikan objek penelitian sebanyak 35 anak, hanya 11 yang berhasil mengarahkan 4-5 bola ke gawang. Hal ini dapat terjadi dikarenakan anak-anak masih kurangnya latihan. Kurangnya variasi di dalam latihan juga menjadi penyebab anak merasa jenuh dan sering melakukan kesalahan yang mendasar dalam melakukan *passing* di saat latihan maupun pertandingan.

## METODELOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*, dengan populasi penelitian 324 siswa serta sampel yang diambil yaitu 60 orang siswa putra SMK Negeri 5 Palembang. Instrumen dalam pengumpulan data ini adalah tes ketrampilan *passing*. Cara penilaiannya adalah dengan menghitung keberhasilan testee menendang kearah sasaran yang ditentukan dengan jumlah percobaan menendang sebanyak 3 kali tendangan.

Tehnik analisis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “uji t” dengan syarat sample homogeny dan normal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data *Pre Test dan Post Test* Kontrol Bola Kelompok Eksperimen Berdasarkan hasil *pre test* tes keterampilan *passing* kelompok eksperimen yang dilakukan diperoleh keterangan bahwa data seperti tabel berikut

Tabel 1. Hasil data *Pretest* dan *post test* Kelompok eksperimen

<b>Deskripsi data</b>	<b><i>Pre Test</i></b>	<b><i>Post Test</i></b>
Mean	10	13,5
Modus	9,75	12,12
Standar Deviasi	4,75	4,25
Kemiringan Kurva	0,05	0,32

Deskripsi Data Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Kontrol Bola Kelompok Kontrol Berdasarkan hasil *pre test* tes keterampilan *passing* kelompok kontrol yang dilakukan diperoleh keterangan bahwa data seperti tabel berikut:

Tabel 2. Hasil data Pretest dan post test Kelompok kontrol

Deskripsi data	Pre Test	Post Test
Mean	10,1	10
Modus	10,17	10,09
Standar Deviasi	4,76	4,46
Kemiringan Kurva	-0,01	-0,02

Uji Homogenitas *Pre Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Uji homogenitas menggunakan rumus uji *Barlett* dengan membandingkan nilai *Chi Kuadrat* tabel ( $X^2$  tabel) dengan hasil *Chi Kuadrat* hitung ( $X^2$  hitung). Berdasarkan perhitungan uji homogenitas *pre test* data kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang dilakukan didapatkan hasil seperti berikut:

Tabel 3. Tabel Homogenitas

Kelompok	Hasil	Kategori
<i>Pre test</i>	$X^2_{hitung} = 0,039$ $X^2_{tabel} = 0,84$	Homogen
<i>Post test</i>	$X^2_{hitung} = 0,011$ $X^2_{tabel} = 0,84$	Homogen

### Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil perhitungan interpolasi data diatas maka didapat t table dengan dk = 58 pada taraf kepercayaan 95% adalah 1,671. Sehingga didapatkan data thitung = 5,56 >  $t_{0,95}(58) = 1,671$ . Dengan demikian tolak hipotesis  $H_0$  yang berbunyi “ Tidak ada pengaruh latihan metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan terhadap hasil ketepatan *passing* sepak bola siswa SMK Negeri 5 Palembang.”, dan terima  $H_a$  yang mengatakan “Ada pengaruh latihan variasi *passing* berpasangan terhadap hasil ketepatan *passing* sepak bola siswa SMK Negeri 5 Palembang.”

### **Pembahasan Data *Pre Test* Dan *Post Test* Kelompok Eksperimen**

Kelompok eksperimen merupakan kelompok yang dikenai perlakuan berupa latihan variasi *passing* berpasangan. Sebelum melakukan latihan tersebut, sampel kelompok eksperimen melakukan tes awal (*pre test*) yang digunakan sebagai tolak ukur seberapa besar hasil latihan yang dilakukan. Berdasarkan hasil *pre test* yang telah dilakukan, didapatkan hasil *passing* terendah dengan skor 2 dan hasil *passing* tertinggi dengan skor 19 dengan rata-rata skor hasil sepaksila adalah 10. Setelah tes awal (*pre test*) dilakukan, selanjutnya sampel kelompok eksperimen melakukan latihan variasi *passing* berpasangan selama 6 minggu dengan intensitas 80% – 90%. Latihan variasi *passing* berpasangan digunakan untuk meningkatkan hasil *passing* pada permainan sepakbola. Setelah selesai melakukan latihan variasi *passing* berpasangan selama 6 minggu, kemudian sampel kembali melakukan tes akhir (*post test*) perlakuan *passing* sebanyak 3 x percobaan. Dari hasil *post test* didapatkan skor tertinggi sebanyak 12, sedangkan skor terendah adalah 4 dengan rata-rata 13,5. Berdasarkan uraian diatas terdapat peningkatan hasil *passing* sebesar 3,5, peningkatan yang didapatkan setelah siswa diberi perlakuan latihan variasi *passing* berpasangan selama 6 minggu. Terjadinya peningkatan dalam latihan terjadi dalam waktu 2-6 minggu tetapi biasanya 4 minggu (1 bulan). Hal yang perlu diperhatikan adalah terjadi peningkatan dalam latihan apabila latihan dilakukan minimal 3 kali seminggu, dan maksimal 12-14 kali dalam seminggu (sehari 2 sesi).

### **Pembahasan Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Kontrol Bola Kelompok Kontrol**

Kelompok kontrol merupakan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan latihan variasi *passing* berpasangan. Seperti pada kelompok eksperimen, kelompok kontrol juga melakukan tes awal (*pre test*) dan tes akhir (*post test*). Berdasarkan hasil tes awal (*pre test*) kemudian dilakukan analisis data, hasil *passing* yang didapatkan oleh kelompok kontrol adalah 19 sebagai skor tertinggi dan skor terendah adalah 2 dengan rata-rata 10,1. Kemudian setelah 6 minggu tanpa diberi perlakuan berupa latihan, sampel kelompok kontrol kembali melakukan tes akhir (*post test*) *passing*

sebanyak 3 x percobaan . Dari *post test* yang dilakukan didapatkan hasil *passing* sampel kelompok kontrol tertinggi dengan skor 19 dan skor terendah adalah 3 dengan rata-rata hasil sepaksila adalah 10. Berdasarkan analisis data pre test dan post test kelompok kontrol terjadi penurunan sebesar 0,1. Walaupun kelompok kontrol hanya diberi perlakuan olahraga saja tanpa diberi perlakuan latihan khusus masih terjadi peningkatan, hal ini disebabkan oleh faktor-faktor luar yang mempengaruhi.

### **Pembahasan Pengaruh Metode Pembelajaran Variasi *Passing* Berpasangan Terhadap Hasil Ketepatan *Passing* Sepak Bola Siswa Putra SMK Negeri 5 Palembang**

Metode Pembelajaran variasi *passing* berpasangan merupakan salah satu bentuk latihan yang digunakan untuk meningkatkan hasil *passing*. Metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan ini bertujuan untuk meningkatkan hasil *passing*, dimana gerakan yang dilakukan pada variasi *passing* berpasangan ini merupakan gerakan yang sering ditemui dalam permainan sepak bola yaitu menerima bola (mengontrol), dan kemudian memberikan umpan atau *passing* kepada teman. Karena sepak bola merupakan olahraga beregu maka dibutuhkan rekan atau partner untuk dapat bermain dalam tim. Oleh karena itu dalam penelitian ini latihan yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing* yaitu latihan variasi *passing* berpasangan. Selain dapat meningkatkan hasil *passing*, latihan variasi *passing* berpasangan juga dapat meningkatkan kemampuan mengoper atau memberikan umpan kepada rekan satu tim. Metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan diberikan selama 6 minggu, karena para ahli olahraga berpendapat bahwa atlet yang mengikuti program latihan selama 6–10 minggu akan memiliki kekuatan, daya tahan dan stamina yang lebih baik selama musim latihan berikutnya dibandingkan latihan hanya satu-dua minggu”. Penerapan bentuk metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan untuk meningkatkan hasil *passing* pada permainan sepak bola terbukti berhasil, hal ini berdasarkan hasil analisis data hasil *passing* pada masing-masing kelompok yang telah dilakukan didapatkan  $t_{hitung}=5,56$  sedangkan  $t_{tabel}$  dengan  $dk = 58$  adalah 1,671. Karena  $t_{hitung}=5,56 > t_{tabel}$  1,671 maka didapat kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan demikian maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Pernyataan  $H_a$  yaitu “Ada pengaruh metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan terhadap hasil ketepatan *passing* sepak bola siswa putra SMK 5 Palembang”.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data dan hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh metode pembelajaran variasi *passing* berpasangan terhadap hasil ketepatan *passing* sepak bola siswa putra SMK Negeri 5 Palembang. Dilihat dari rata-rata dan uji hipotesis yang mana rata-rata *pre test* kelompok eksperimen = 10 dan *pre test* Kontrol, rata-rata Kelompok Kontrol = 10,1, dan rata-rata *post test* Kelompok Eksperimen = 13,5 dan rata-rata *post test* Kelompok kontrol = 10. Dilihat dari uji hipotesis yang mana  $t_{hitung} = 5,56$  sedangkan  $t_{tabel} (0,95)(58) = 1,671$ . Bentuk latihan ini cukup efektif dalam meningkatkan hasil *passing* terutama pada saat bermain, karena selain meningkatkan hasil *passing* dapat juga membentuk kerjasama dengan rekan serta dalam memberikan *passing* atau umpan kepada rekan.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang didapat dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi pelatih sebagai bahan acuan dan evaluasi dalam meningkatkan hasil *passing* pada permainan sepak bola.
2. Untuk penelitian lebih lanjut perlu dikaji mengenai bentuk variasi latihan lainnya yang dimodifikasi untuk tingkat SMK.
3. Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peningkatan hasil *passing* pada permainan sepak bola
4. Bagi mahasiswa FKIP Penjaskes Universitas PGRI Palembang yang ingin mengembangkan penelitian yang sama, sebaiknya menggunakan latihan teknik secara individu berupa latihan *passing* kedinding atau latihan menggunakan bola yang dimodifikasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiansyah, Rezki Putra. 2017. *Pengaruh Latihan Variasi Passing Berpasangan Terhadap Hasil Ketepatan Passing Sepak Bola Siswa SMP Negeri 33 Palembang*. Palembang: PJOK Universitas Sriwijaya.
- Arikunto, Suharmi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djumhadi, Hendi. 2008. *Ensiklomini Olahraga, Olahraga Bola*. Klaten: CV. Sahabat.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek–Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta : Departemen pendidikan dan kebudayaan
- Ilham, Zulpikar dan Muh. Akmal Almy. 2014. *Modul Sepak Bola 2*. Palembang: PSSI.
- Iyakrus. 2012. *Permainan Sepaktaraw*. Palembang: Unsri Press
- Mulyana, Boyke. 2013. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Myssidayu, Apta dan Febi Kurniawan. 2015. *Ilmu Keplatihan Dasar*. Bandung : Alfabeta
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Pratama, Reza Resah. 2013. *Buku Ajar Sepak Bola*. Palembang: \_\_\_\_\_
- Prayitno, Bondan. 2013. *Ketepatan Passing Melambung Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMP Negeri 2 Sewon Bantul*. Yogyakarta: UNY.
- Rahman, Fauzi. 2016. *Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Peserta Didik Kelas X Mia 7 Sma Negeri 1 Sukoharjo tahun Ajaran 2015/2016*. Surakarta: PJOK Universitas Sebelas Maret.
- Saprudin. 2016. *Rangkuman Perkuliahan Mata Kuliah Strategi Belajar Mengajar*. Palembang: Universitas PGRI.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno dan Waluyo. 2012. *Cabang Olahraga Bola Voli*. Palembang : Unsri Press
- Tim Mata Kuliah. 2017. *Metodelogi Penelitian*. Palembang: Universitas PGRI.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.
- Yusup, Ucup. 2001. *Pembahasan permainan sepak takraw sejarah*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.