

PENGARUH LATIHAN *PASSING TRIANGLE* TERHADAP *ACCURACY PASSING* SEPAKBOLA PADA *SOCCER FOR FRIEND U-14*

Gangga Nerwi Aditya

S1 Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
Gangganerwi17@gmail.com

Mohammad Faruk, S.Pd., M.Kes.

S1 Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
mohammadfaruk@unesa.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *passing triangle* terhadap *accuracy passing* sepakbola pada *Soccer For Friend U-14*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan sebanyak 22 subjek penelitian di *Soccer For Friend U-14*. Desain penelitian yang digunakan adalah *one grup pre-test post-test design*. Perlakuan atau *treatment* yang digunakan adalah memberikan model latihan *passing triangle* dan melakukan tes akurasi *passing* saat *pre-test* dan *post-test*.

Penelitian ini dilakukan selama 6 minggu dengan frekuensi 3 hari dalam seminggu dan diluar *pre-test* dan *post-test*. Latihan *passing triangle* menunjukkan peningkatan terhadap akurasi *passing* sepakbola pada *Soccer For Friend U-14*. Pada penelitian ini rata-rata pada *pre-test* sebesar 3,95 dan rata-rata pada *post-test* sebesar 6,22 dengan data tersebut dapat dinyatakan peningkatan sebesar 57,4%. Dengan demikian *passing triangle* berpengaruh terhadap akurasi *passing* pemain sepakbola pada *Soccer For Friend U-14*.

Kata kunci: latihan *passing triangle*, *accuracy passing*.

Abstract

The purpose of this study was to find out whether there was an effect of *triangel passing practice* on accuracy of soccer passing at U-14 *Soccer For Friend*. The method used in this study is an experiment with a quantitative approach. This study used as many as 22 research subjects at U-14 *Soccer For Friend*. The research design used was *one group pre-test post-test design*. The treatment or treatment used is to provide a *triangel passing practice model* and test the *passing accuracy* during the *pre-test* and *post-test*.

This research was conducted for 6 weeks with a frequency of 3 days a week and outside the *pre-test* and *post-test*. The *passing triangle practice* shows an improvement in the *passing accuracy* of soccer on *Soccer For Friend U-14*. In this study the average in the *pre-test* was 3.95 and the average in the *post-test* was 6.22 with these data can be stated an increase of 57.4%. Thus the *passing triangle* influences the *passing accuracy* of soccer players on *Soccer For Friend U-14*.

Keywords: *triangle passing training*, *accuracy passing*.

PENDAHULUAN

Permainan sepakbola dibutuhkan kemampuan teknik yang baik untuk setiap individu pemainnya dalam menunjang permainannya baik saat latihan maupun dalam pertandingan. Teknik dasar dalam sepakbola meliputi: menendang, menghentikan, menggiring, menyundul, merampas, dan lemparan ke dalam (Rustam 2016:93).

Passing memiliki tujuan untuk mengoper bola pada teman-teman satu tim agar bisa menciptakan ruang. Salah satu aspek yang erat kaitannya berhubungan dengan kemampuan *passing* yang baik yaitu *accuracy*.

Accuracy passing dapat digunakan oleh setiap pemain untuk memberikan variasi permainan, baik secara menyerang maupun bertahan. *Accuracy passing* yang baik dapat memberikan warna yang berbeda dalam pertandingan, sehingga pertandingan bisa berjalan dengan tempo yang diinginkan. *Passing* yang baik akan memberikan rasa percaya diri bagi pemain yang melakukannya dan bisa mengubah permainan menjadi lebih indah dan bervariasi.

Salah satu tim yang memiliki permasalahan dalam melakukan *passing* adalah klub *Soccer For Friend U-14*. Pada Bulan Oktober 2018 terdapat

turnamen sepakbola di daerah Kebonsari Surabaya yang mempertandingan antar klub se-Surabaya dan sekitarnya di bawah usia 14 Tahun. Tim *Soccer For Friend* mendapat undangan untuk mengikuti turnamen tersebut. Pada turnamen tersebut *Soccer For Friend U-14* berada satu grup dengan Hagana Fc, Fasco Fc dan Karisma Magersari. pada pertandingan pertama *Soccer For Friend* melawan Hagana, pada pertandingan tersebut para pemain dari *Soccer For Friend* banyak sekali mengalami kesalahan-kesalahan *passing* yang mengakibatkan kurang berkembangnya permainan. Saat melakukan *passing* para pemain *Soccer For Friend* cenderung tidak tepat pada teman satu timnya. Banyaknya kesalahan-kesalahan *passing* ini di manfaatkan dengan baik oleh Hagana Untuk merubah skor pertandingan. Pada babak kedua, Tim *Soccer For Friend* mengalami kebobolan yang di akibatkan oleh kesalahan *passing* yang di lakukan oleh pemainnya sehingga pemain lawan berhasil memanfaatkan kesalahan tersebut sehingga dapat memasukan bola ke gawang *Soccer For Friend*. Pada pertandingan tersebut skor berakhir dengan keunggulan Hagana 1-0.

Pertandingan kedua *Soccer For Friend* melawan tim Fasco Fc. Pada Pertandingan kedua tersebut masih banyak pemain-pemain dari *Soccer For Friend* yang melakukan kesalahan-kesalahan mendasar seperti yang mereka lakukan saat pertandingan pertama yaitu banyaknya melakukan kesalahan *passing*. Jalannya pertandingan kedua melawan tim Fasco Fc tidak jauh beda dengan pertandingan pertama. Para pemain *Soccer For Friend* masih belum bisa membenahi kesalahannya saat melakukan *Passing* sehingga para pemain lawan bisa dengan leluasa untuk melakukan serangan. Dan akibat dari kesalahan-kesalahan *passing* yang dilakukan oleh para pemain *Soccer For Friend*. Banyaknya kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh para pemain dari *Soccer For Friend* dalam turnamen tersebut membuat pekerjaan rumah yang cukup besar bagi staff pelatih untuk membenahi kemampuan akurasi *passing* para pemainnya sehingga untuk kedepannya para pemain dari *Soccer For Friend* dapat memperbaiki bahkan mempunyai kualitas *passing* yang baik.

METODE

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. (Maksum 2012:65) menyatakan “penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara variable”. (Sriundy 2015:171) tujuan penelitian eksperimen adalah untuk menyelidiki kemungkinan ada tidaknya hubungan sebab akibat diantara variabel yang diteliti. Penelitian

melibatkan satu atau beberapa kelompok eksperimen terhadap satu atau beberapa kondisi perlakuan yang akan dilakukan oleh subjek penelitian.

B. Rancangan Penelitian

(Maksum 2009:48) “Desain penelitian merupakan sebuah rancangan bagaimana suatu penelitian akan dilakukan. Rancangan tersebut digunakan untuk mendapatkan jawaban terhadap pertanyaan peneliti yang dirumuskan”.

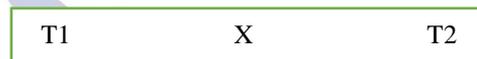
Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

“one group pretest-posttest design”

Keterangan : T1 = Pre-test

X = Perlakuan (Treatment)

T2 = Post-test



(Maksum, 2009:48)

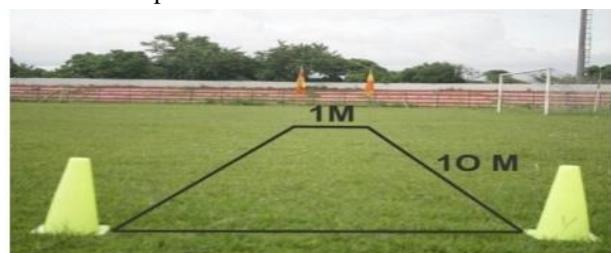
(Maksum, 2009:49) “Kelebihan desain ini adalah dilakukannya *pre-test* dan *post-test* sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan”

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola Soccer For Friend U-14 yang berjumlah 22 atlet.

D. Instrumen Penelitian

(Sugiyono, 2014:102) “Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena-fenomena yang dipilih untuk diambil datanya sehingga muncul suatu kesimpulan atau hasil dalam penelitian dan dapat digeneralisasikan pada populasi. Pada dasarnya suatu penelitian tidak terlepas dari data yang diperlukan untuk membuktikan kebenaran suatu hipotesis. Pengambilan data juga harus sesuai dengan jenis data , kualitas pengukuran dan penilaian yang dilakukan sangat bergantung pada kualitas instrumen penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen *passing* kaki bagian dalam yang dibantu oleh pengawas peneliti untuk memberikan penilaian yang sesuai dengan kemampuan akurasi *passing* kaki bagian dalam atlet sepakbola Soccer For Friend U-14.



Gambar 3.1 tes *passing* (Sukatamsi, 1985:254)

PETUNJUK PELAKSANAAN TES

Tujuan tes *short passing* ke sasaran adalah untuk mengukur keterampilan akurasi *short passing* ke arah yang telah ditentukan. Langkah-langkah pelaksanaan test adalah sebagai berikut:

1. *Teste* berdiri dibelakang bola yang diletakkan pada sebuah titik berjarak 10 meter di depan gawang atau sasaran.
2. *Teste* diberi aba-aba dari *tester* untuk bersiap melakukan tendangan.
3. *Teste* diberi 10 kali kesempatan menendang. Yaitu 5 kali menggunakan kaki kanan bagian dalam dan 5 kali menggunakan kaki kiri bagian dalam.

Gerakan tersebut dinyatakan gagal apabila bola keluar dari sasaran atau menenpatkan bola tidak pada jarak 10 meter dari sasaran. Cara penilaiannya adalah dengan menghitung keberhasilan *testee* menendang ke arah sasaran yang ditentukan dengan jumlah percobaan menendang sebanyak 10 kali tendangan dan apabila bola masuk mendapatkan nilai 1 dan apabila bola keluar mendapat nilai 0 (Sukatamsi, 1985:254)

E. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengadaan data baik primer maupun sekunder untuk kepentingan penelitian adalah makna dari pengumpulan data. Pengumpulan data ialah bagian penting dari penelitian karena data yang dikumpulkan digunakan untuk menguji hipotesis atau dasar membuat simpulan. Untuk memperoleh data maka harus dilakukan tes awal dan tes akhir, dimana sesudah tes awal akan dilakukan *treatment* sebanyak 18 kali *treatment*, dalam seminggu 3 x pertemuan (maksud 2012:109).

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah *pre-test* sampel sejenis. Karena data yang akan dianalisis adalah perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*. Sebagai syarat maka pengujian menggunakan rumus sebagai berikut :

1. Menghitung Rata-Rata (Mean)

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

M : Mean

$\sum X$: Jumlah total skor dalam distribusi

N : Jumlah individu (Sriundy 2015:266)

2. Uji Hitung persentase *pre-test* dan *post-test*. (Maksud, 2018:103)

Untuk menghitung ada tidaknya peningkatan dari hasil *pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan rumus berikut:

$$\text{Peningkatan} = \frac{MD}{Mpre} \times 100\%$$

Keterangan :

MD : Rata-rata jumlah perbedaan setiap pasangan skor.

Mpre : Rata-rata jumlah *Pre-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan selama 18x pertemuan yang frekuensi latihannya satu minggu 3x yang dilaksanakan pada hari Minggu, Selasa, Kamis. Penelitian yang dilakukan menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif dan menghasilkan data *pre-test* dan *post-test* sebagai alat untuk mengukur kemampuan latihan *passing triangle* terhadap *accuracy passing* pemain sepakbola *soccer for friend U-14* yang berjumlah 22 orang. Hasil penelitian ini berhubungan terhadap rumusan masalah dan berhubungan dengan tujuan penelitian, berikut adalah hasil penelitian dan pembahasan.

Nama Test	N	Minimum	Maximum	Mean
<i>Pre-Test</i>	22	2	7	3,95
<i>Post-Test</i>	22	3	8	6,22

Dari Tabel 4.3 dapat dijabarkan yaitu hasil *pre-test* dan *post-test* dari kemampuan *accuracy passing* memiliki nilai minimum dari *pre-test* yaitu 2 sedangkan nilai maksimum yaitu 6, pada hasil *post-test* terdapat nilai minimum sebesar 3 sedangkan nilai maksimum yaitu 8. Dapat dijelaskan nilai rata-rata (*mean*) pada *pre-test* yaitu 3,95 sedang nilai rata-rata *post-test* sebesar 6,22.

Uji hitung persentase *pre-test* dan *post-test*

Hasil olah data tersebut disajikan dengan peningkatan persentase sebagai berikut:

Keterangan	MD	Mpre	Peningkatan Persentase
Passing	2,27	3,95	57,4%

B. Pembahasan

Dalam pembahasan yang akan dibahas tentang pengaruh latihan *passing triangle* terhadap *accuracy passing* pemain sepakbola pada *Soccer For Friend u-14*. Untuk mencapai suatu prestasi, teknik dasar *passing* menjadi perhatian khususnya bagi pelatih. *Passing* menjadi hal yang sangat penting dalam menjalankan program latihan maupun dalam pertandingan, pada hasil penelitian berupa pengambilan data *pre-test* dan *post-test*, lalu sunjek penelitian melakukan *treatment* yang dilakukan selama

18x pertemuan dengan frekuensi latihan 3x dalam seminggu. Tujuan penelitian tersebut untuk meningkatkan kemampuan akurasi *passing* pemain sepakbola pada *Soccer For Friend U-14*. Pada tahap pertama dilaksanakan *pre-test* untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan akurasi *passing* pemain, setelah mendapatkan data *pre-test* kemudian pemain diberikan *treatment* latihan *passing triangle* selama 6 minggu atau 18x *treatment*, kemudian dilakukan pengambilan data *post-test* yang digunakan untuk mengetahui apakah ada peningkatan kemampuan akurasi *passing* pemain setelah diberikan *treatment* selama 18 kali pertemuan subjek dalam penelitian ini sebanyak 22 atlet. Dalam penelitian tersebut terdapat 3 pemain yang tidak mengalami peningkatan. Dalam permasalahan 3 pemain tersebut yang mereka alami sehingga tidak mengalami peningkatan yaitu kurang aktifnya kehadiran saat latihan sehingga 3 pemain tersebut tidak mengalami peningkatan akurasi *passing*, dan terdapat 19 pemain yang mengalami peningkatan akurasi *passing* yang dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukannya.

Berdasarkan data penelitian yang sudah dilaksanakan menunjukkan bahwasanya *passing triangle* berpengaruh terhadap kemampuan akurasi *passing* pemain sepakbola *Soccer For Friend u-14*. Pembahasan kali ini akan menjawab dari rumusan masalah pada bab 1 nomor 2 yaitu seberapa besar persentase peningkatan pengaruh latihan *passing triangle* terhadap *accuracy passing* sepakbola pada *Soccer For Friend u-14*. Untuk menjawab rumusan masalah tersebut dapat dibuktikan melalui pengolahan data dapat diketahui peningkatan dari rata-rata *pre-test* dan rata-rata *post-test*, yaitu 3,95 memingkat jadi 6,22 terdapat selisih 2,27 hal tersebut dapat dinyatakan peningkatan sebesar 57,4%. Seperti dalam pembahasan tersebut latihan *passing triangle* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan akurasi *passing* pemain sepakbola pada *Soccer For Friend u-14*. Latihan *passing triangle* dapat meningkatkan keterampilan (skill) *passing*.

Akurasi *passing* adalah komponen skill yang tidak bisa dipisah dalam melakukan *passing*, apabila dalam melakukan *passing* tidak mempunyai akurasi *passing* yang bagus maka bisa dipastikan kualitas *passing* tersebut akan berdampak pada skema permainan dalam pertandingan. (Khoiril, 2016:02) "*accuracy* dalam konteks olahraga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran yang dituju. Sasaran dapat berupa jarak atau mungkin suatu obyek langsung yang dikenai". Akurasi *passing* dalam sepakbola berhubungan erat untuk menghubungkan dari satu pemain ke pemain yang lain sehingga diperlukan akurasi mengoper bola yang bagus para pemainnya. Akurasi menendang bola atau *passing* tidak hanya

digunakan untuk mengoper bola tetapi bisa difungsikan untuk mencetak gol, oleh sebab itu *passing triangle* adalah variasi model latihan digunakan untuk melatih kemampuan *passing* pada pemain sepakbola *Soccer For Friend u-14*. *Passing triangle* adalah variasi latihan yang digunakan dalam meningkatkan akurasi *passing* pemain sepakbola.

Melakukan latihan *passing* perkenaan kaki bersama bola sangat menentukan tinggi dan lurusnya bola. Jika tendangan dilakukan sedikit diatas tengah-tengah bola maka hasil tendangan tersebut akan menjadi umpan rendah, jika tendangan dilakukan di bawah bola maka bola akan melambung tinggi, jika perkenaan kaki di samping bola maka arah bola akan berbelok ke kanan atau ke kiri, dan untuk menghasilkan akurasi *passing* maka perkenaan kaki harus tepat ditengah-tengah bola agar arah bola lurus dan datar.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan pada hasil dari penelitian yang telah dilakukan hingga pembahasan yang diuraikan pada bab sebelumnya akan disajikan meliputi: Simpulan dan Saran, berikut adalah bahasan yang diuraikan:

A. Simpulan

1. Latihan *passing triangle* berpengaruh terhadap *accuracy passing* sepakbola pada *Soccer For Friend U-14*.
2. Besarnya peningkatan persentase pengaruh latihan *passing triangle* terhadap *accuracy passing* sepakbola pada *Soccer For Friend U-14* sebesar 57,4%.

B. Saran.

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai tolak ukur untuk penelitian berikutnya. Diharapkan peneliti selanjutnya menambahkan subjek penelitian dan menambah tenaga pendukung agar penelitian sesuai dengan tujuan yang diharapkan.
2. Latihan *passing triangle* dapat digunakan pelatih untuk meningkatkan akurasi *passing*. karena model latihan *passing triangle* mempunyai pengaruh terhadap akurasi *passing* pemain sepakbola.

Daftar Pustaka

- Anam, Khoiril. 2013. *Pengembangan latihan ketepatan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun*.(online)(<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki/article/view/4377> diunduh pada 3 Agustus 2018).

Efendi, Rustam. 2016. *Pengaruh metode latihan practice session, test session dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan menendang dalam sepakbola.*

(online)

(<https://journal.unsika.ac.id/index.php/judika/article/view/239> di unduh pada 27 September 2018).

Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga.* Surabaya. Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2012. *Metodologi penelitian dalam Olahraga.* Surabaya. Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2018. *Statistik Dalam Olahraga.* Surabaya. Unesa University Press.

Sriundy, I Made. 2015. *Metodologi Penelitian.* Surabaya. Unesa University Press.

Sugiyono. 2014. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.* Bandung: Penerbit Alfabeta.

Sukatamsi. 1985. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola.* Solo: Tiga Serangkai.

