

PENGARUH LATIHAN DRILL WALL PAS DAN PASS GIVE AND GO TERHADAP TINGKAT AKURASI PASSING DALAM SEPAK BOLA U12 DI SSB PUSBIT 2 PURBALINGGA

Chanif Mustofa

Email: chanifmustofa96@gmail.com,

Universitas PGRI Semarang

Abstract

In this study, the background was the lack of accuracy in the fitting of SSB children at SSB Pusbit 2 Purbalingga, especially for U-12 SSB children. This type of research is quantitative with the Pre-experimental design research method in the form of One Group pre-test and post-test. Samples were taken by purposive sampling. The population of U-12 SSB Pusbit 2 Purbalingga players and a sample of 15 players used a total sampling technique. In the conclusion of this study, namely, there is an effect of Drill Wall Pass and Pass Give And Go exercises on Passing Accuracy in U-12 Football at SSB Pusbit 2 Purbalingga. Then the author will provide suggestions, can make this exercise a variation of training to improve passing accuracy for U-12 SSB Pusbit 2 Purbalingga players

Keywords: *Football, Drill Wall Pass, Give And Go Pass, Passing Accuracy*

Abstract

Latar belakang dari penelitian ini yaitu kurangnya akurasi passing anak SSB di SSB Pusbit 2 Purbalingga khususnya anak SSB U-12, hal ini dapat dilihat dari hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti dengan hasil akurasi passing masih sangat kurang baik Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode penelitian *Pre experimental design* dalam bentuk *One Group pre-test and post-test*. Sampel diambil dengan Purposive Sampling. Populasi pemain U-12 SSB Pusbit 2 Purbalingga dan sampel berjumlah 15 pemain dengan menggunakan teknik total sampling. Kesimpulan yang dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu adanya pengaruh latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* Terhadap Akurasi Pasing Dalam Sepak Bola U-12 Di SSB Pusbit 2 Purbalingga. Maka penulis akan memberikan saran, dapat menjadikan latihan ini sebagai variasi latihan untuk meningkatkan akurasi passing pada pemain U-12 SSB Pusbit 2 Purbalingga

Kata kunci: *Sepak Bola, Drill Wall Pass, Pass Give And Go, Akurasi Passing*

PENDAHULUAN

Olahraga adalah kegiatan yang melibatkan fisik seseorang dimana orang tersebut akan mendapatkan manfaat untuk kesehatan di dalam dirinya, semua orang bahkan membutuhkan aktivitas olahraga secara rutin karena olahraga sudah menjadi kebutuhan dalam kehidupan untuk mencapai kesehatan jasmani dan rohani. Menurut Undang-Undang No 3 Tahun 2005 menyatakan bahwa olahraga merupakan segala kegiatan yang sifatnya sistematis yang dapat mendorong, membina, dan mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Dengan melakukan olahraga secara rutin seseorang dapat meningkatkan kebugaran jasmaninya sehingga bersemangat dalam melakukan aktivitas disetiap harinya.

Sepak bola di Indonesia sendiri memiliki induk organisasi yaitu PSSI (Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia) yang di bawah naungan dari FIFA. Adapun tugas dari PSSI yaitu menghendel keseluruhan kegiatan sepak bola yang ada di Indonesia. Oleh karena itu PSSI memiliki regulasi atau aturan terkait olahraga Sepak Bola.

Didalam olahraga khususnya sepakbola untuk mencapai suatu keberhasilan terdapat faktor yang mempengaruhi pertama kondisi fisik. Menurut Syafruddin (2011:54) menjelaskan prestasi olahraga ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain kondisi fisik, teknik, taktik, mental atau psikis. Faktor selanjutnya adalah program latihan yang kreatif dan inovatif yang diberikan pelatih dalam latihan sehari-hari untuk membantu perstasi atlet, aspek psikologi, seperti yang dijelaskan oleh Syafrudin psikis dalam hal ini bisa mempengaruhi perstasi atlet, dengan adanya sarana dan prasarana yang lengkap. Jadi semua ada runtutanya untuk mencapai suatu keberhasilan.

Menurut Dany Mielke (2007: 24) pelatihan ini memberikan ruang atau kesempatan besar bagi atlet untuk melakukan teknik passing dengan teman satu tim dan kemudian berlari mencari ruang yang masih kosong. Pemain yang bertugas menerima passing harus mengembalikan bola dengan cepat kepada pemain yang melakukan passing pertama saat bersama-sama lari ke daerah musuh.

Tentunya dari metode *pass give and go* terdapat kelebihan dan kekurangan. Kelebihan *pass give*

and go yaitu permainan menjadi cepat, ada variasi yang tidak monoton, pemain aktif mencari ruang kosong, pemain berfikir cepat untuk mengambil keputusan. Sedangkan kekurangan dari *pass give and go* yaitu bola sulit di kontrol, tidak sesuai dengan gerakan seperti dalam permainan, dan pemain terkadang salah passing.

Dari latar belakang diatas peneliti melihat bahwa metode latihan yang cocok untuk meningkatkan kualitas passing di SSB Pusbit 2 Purbalingga maka peneliti mengangkat judul “Pengaruh Latihan dan *pass give and go* Terhadap Tingkat Akurasi Passing Dalam Sepak bola U12 Di SSB Pusbit 2 Purbalingga”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen yang didalamnya terdapat perlakuan atau yang biasa di sebut *treatment*. Jenis penelitian ini memiliki tujuan untuk menggali ada tidaknya pengaruh yang signifikan yang terdapat didalam variabel tertentu. Jenis metode penelitian eksperimen ini adalah untuk menguji adanya pengaruh suatu variabel terhadap variabel lain (Menurut: Sugiyono,2017:107)

Peneliti melaksanakan penelitian mempergunakan metode pendekatan kuantitatif berjenis *pre-experimental design* dengan menggunakan model “*The One Group Pretest posttest Design*”. Metode ini sebagai metode eksperimen yang dilakukan oleh satu kelompok saja tanpa adanya kelompok pembandingan (Menurut Sukardi,2015: 184). Didalam penelitian ini peneliti akan membandingkan antara *pretest* dan *posttest* akurasi passing pemain U12 SSB Pusbit 2 Purbalingga.

Tabel 3.1 *Desain eksperimen the one group pretest posttest design*

<i>Pretest</i>	Variabel Terikat	<i>posttest</i>
Y1	X	Y2

(Sukardi 2015)

Y1 : Pengukuran awal (*Pretest*)

X : Perlakuan

Y2 : Pengukuran Akhir (*Posttest*)

Peneliti ini akan meneliti tingkat akurasi passing yang di lakukan secara rutin selama 14 kali pertemuan oleh siswa SSB Pusbit 2 Purbalingga dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Drill Wall Pass* dan *Pas Give And Go* terhadap tingkat akurasi passing dalam sepak bola di SSB Pusbit 2 Purbalingga. Tes akan di dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah *treatment* perlakuan. Perlakuan dilaksanakan sebanyak tiga kali dalam seminggu dengan jadwal latihan di hari Selasa, Kamis, dan Minggu pagi. Pertemuan pertama dilakukan *pretest*, pertemuan 2-13 dilakukan *Treatment*, pertemuan 14 dilakukan *Posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari tes akurasi passing, yang telah memenuhi uji validasi, uji validitas, uji reabilitas dan uji normalitas. Analisis data digunakan untuk untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* terhadap tingkat akurasi passing dalam sepak bola U12 di SSB Pusbit 2 Purbalingga.

Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini dipergunakan untuk melihat apakah sebaran data bersifat normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *kolmogrov-smirnof*. Sebaran yang dikatakan normal apabila nilai $p > 0,05$ dan apabila nilai $p < 0,05$ dikatakan sebaran tidak normal.

Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas Akurasi Pasing

Data	N	Std.Deviation	Mean	Sig	Keterangan
Akurasi passing	15	0,59320381	0,0000	0,000	Normal

Sumber: Hasil Analisis Data

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh hasil uji normalitas yang dengan taraf signifikan 0,05 menunjukkan bahwa nilai signifikan data latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* sebesar $0,000 > 0,05$. Hal tersebut dapat diketahui bahwa data

berdistribusi normal. Maka bisa di simpulkan data latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And GO* berdistribusi normal.

Hasil uji homogenitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa data hasil latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* terhadap tingkat akurasi pasing dalam sepak bola U12 di SSB Pusbit 2 Purbalingga. Uji homogenitas memiliki manfaat untuk menguji kesamaan sample adalah sama atau tidaknya varian sample yang diperoleh dari suatu populasi yang ada. Kriteria dari uji homogenitas antara lain apabila $p > 0,05$, artinya data dikatakan homogeny dan apabila $p < 0,05$, artinya data dikatakan tidak homogeny. Dari hasil uji homogenitas bisa ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut :

Tabel 4.3 Hasil Uji Homogenitas akurasi pasing.

Data	<i>Levene statistic</i>	<i>Df1</i>	<i>Df2</i>	<i>sig</i>	Keterangan
<i>Dril Wall pass dan pass give and go</i>	0,000	1	28	1,000	Homogen

Sumber : Hasil Analisis Data.

Dengan adanya hasil homogenitas dengan taraf signifikansi $> 0,05$, menunjukkan bahwa latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* dengan nilai P value sig 1,000 $> 0,05$ maka data dikatakan homogen. Dapat disimpulkan hasil homogenitas data bersifat homogen.

Uji perbedaan pada data hasil *Pretest* dan *Posttest* dimaksudkan untuk mengetahui apakah latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* ada pengaruh terhadap tingkat akurasi pasing dalam sepak bola U12 di SSB Pusbit 2 Purbalingga.

Tabel 4.4 Uji Hipotesis

Data	Df	<i>Mean</i>	T Hitung	T Tabel	<i>Sig (2-tailed)</i>	Keterangan
<i>Pretest postteset</i>	14	1,15327	-13,484	2,144	0,000	Signifikan

Sumber : Hasil Analisis Data

Dengan kevalidan = 95% atau (α) = 0,05 banyak sampel 15 siswa diperoleh Ttabel = 2,144. Diperoleh nilai t hitung *pretest* dan *posttest* yaitu sebesar -13,484 dengan *sig(2-tailed)* 0,000. Lalu diperoleh perbedaan hasil antara *mean pretest* dan *posttest* latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* dengan nilai rata-rata 1,15327 dari hasil *pretest* dan *posttest*. Kemudian pada latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* bisa dikatakan ada perubahan atau peningkatan signifikan terhadap tingkat akurasi passing dalam sepak bola U12 di SSB Pusbit 2 Purbalingga melalui latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go*.

Latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* ada pengaruh terhadap peningkatan akurasi passing, itu dibuktikan dengan nilai data *pretest* memiliki nilai rata-rata atau nilai mean sebesar 5,47, skor minimal 3, skor maksimal 8 dan juga nilai simpangan baku (std deviasi) 1,506. Kemudian diberikan latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go*, hasilnya dalam data *posttest* nilai rata-rata atau nilai mean sebesar 7,53, skor minimal 5, skor maksimal 10 dan juga di simpangan baku (std deviasi) 1,598. Dapat disimpulkan bahwa hasil mean atau nilai rata-rata *Drill Pass Give And Go* pada saat *pretest* 5,47 kemudian diberikan treatment latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* nilai mean atau rata-rata mengalami peningkatan menjadi 7,53. Kemudian setelah dilakukan uji hipotesis *paired sampel t-test* pada data *pretest posttest t*-hitung sebesar -13,484 dengan *sig (2-tailed)* 0,000 Metode latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* terdapat rata-rata selisih sebesar 2,06 dari hasil *pretest* dan *posttest*. Dari keterangan diatas bisa di simpulkan bahwa ada peningkatan akurasi passing signifikan dari siswa SSB U-12 Pusbit 2 Purbalingga melalui latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go*.

SIMPULAN DAN SARAN

Diperoleh hasil analisis data di atas untuk itu bisa di ambil sebuah kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh latihan *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go* terhadap peningkatan akurasi passing sepak bola U-12 di SSB Pusbit 2 Purbalingga dilihat dari data di atas.

Berdasarkan simpulan diatas hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan jika latihan

Drill Wall Pass dan *Pass Give And Go* dapat digunakan untuk meningkatkan akurasi passing. Untuk itu kedua metode latihan tersebut dapat digunakan sebagai mana mestisnya untuk bentuk latihan yang bervariasi agar pemain atau atlet tidak jenuh dan antusias dalam melakukan latihan.

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka terdapat saran yaitu:

1. Bagi pelatih agar bisa memberikan variasi latihan akurasi passing, agar mendapatkan hasil maksimal dan siswa antusias serta tidak jenuh dalam latihan.
2. Bagi anak atau siswa SSB, dapat dijadikan sebagai bahan latihan untuk meningkatkan akurasi passing menggunakan latihan *Drill Wall*
3. *Drill Wall Pass* dan *Pass Give And Go*.Peneliti ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk meningkatkan akurasi passing siswa U-12 SSB Pusbit 2 Purbalingga.
4. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dan menambah variabel lain.
5. Bagi pembaca yang budiman, penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan baru terkait kelincahan.
6. Skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh katrena itu diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar bisa mengembangkan dan menyempurnakan metode latihan atau program latihan dari pada peneliti sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal,I.,&Lesmana,H.S.(2019).KontribusiKecepatanDanKelincahanTerhadapKemampuanDribbling.JurnalPatriot,2,1197–1210.
- Aldian Ramadhan Marnawati, Galih Dwi Pradipta, dan Dian Ayu Zahraini. November (2021). Perbandingan Metode *Small Side Games* Dan Metode *Give And Go* Terhadap Keefektifan Passing SSB PERSISAC. Jurnal Edukasia. Universitas PGRI Semarang.
- Bompa, Tudor O. Haff Gregory, G. (2009). *Periodization Theory and Methodology of Trainin*. Fifth Edition. New York. Human Kinetics.
- DannyMielke. (2012). *Dasar-dasar sepakbola* cetakan I.

- Gung Mas Gonyun Pelangi, Gd Eka Budi Darmawan, Ketut Chandra Adinata Kusuma. Volume 9 Nomor 1 Tahun (2018), Pengaruh Pelatihan Drop Pass Dan Wall Pass Terhadap Teknik Passing. E-journal Universitas Pendidikan Ganesha.
- Harsono. (2010). Coaching dan Aspek–aspek Psikologis dalam Olahraga. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Hyballa, Peter dan Hans Dieter Te Poel. (2015). German Soccer Passing Drills. Högendorf : Meyer & Meyer Sport.
- Ismoyo, F. (2014). Pengaruh Latihan Variasi Ladder Drill Terhadap Kemampuan Dribbling, Kelincahan, dan Koordinasi Pada Atlet Usia 11 – 12 Tahun, (Online), (<http://eprints.uny.ac.id/14377/1/skripsilengkap.pdf>, di unduh 24 September 2016).