

## Pengaruh Latihan *Backpass* dan *Wallpass* Untuk Meningkatkan Ketepatan *Passing* Sepakbola Pada SSB Bina Satria

Al Anwar Mayong Jepara

Muhammad Akhsanul Arifin

Email : [akhsanularifin20@gmail.com](mailto:akhsanularifin20@gmail.com)

Universitas PGRI Semarang

### Abstract

The aim of this research is based on the *backpass* and *wallpass* passing abilities of SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara players. This exam is an exploratory exam with the one group pretest-posttest method. The subjects used in this examination were SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara players, examples taken using a purposive examination method where the examples have certain rules, examples were obtained from 15 football players, the tools used in this examination were passing targets, examination procedures information using the *t-test* which was handled with the help of SPSS 24. The exploration results showed that the *t-test* effect between the pretest and posttest had a value (*sig2-tailed*) of 0.00, and this means that the probability is  $<0.05$  which means  $H_a$  is recognized, so the effect Pretest and posttest passing targets influence the accuracy of football passing using the *backpass* and *wallpass* methods at SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara. The aims and ideas from the results of this study can be used as a reference in planning training programs, especially those related to material for working on the characteristics of football passing to produce superior seeds in the game of football.

**Keywords:** *Passing*, *wallpass*, *backpass* and football

### Abstrak

Tujuan penelitian ini dilatar belakangi kemampuan *passing backpass* dan *wallpass* pemain SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara. Ujian ini merupakan ujian eksploratif dengan metode *one groups pretest-posttest*. Subyek yang digunakan dalam pemeriksaan ini adalah pemain SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara, contoh yang diambil menggunakan metode pemeriksaan purposive dimana contoh tersebut memiliki aturan tertentu, contoh didapat dari 15 pemain sepak bola, alat yang digunakan dalam pemeriksaan ini adalah *passing target*, prosedur pemeriksaan informasi menggunakan uji-t yang ditangani dengan bantuan SPSS 24. Hasil eksplorasi menunjukkan bahwa efek uji-t antara *pretest* dan *posttest* mempunyai nilai (*sig2-tailed*) sebesar 0,00, dan Artinya peluangnya  $< 0,05$  yang berarti  $H_a$  diakui, sehingga pengaruh *passing target pretest* dan *posttest* mempengaruhi ketepatan *passing* sepak bola dengan metode *backpass* dan *wallpass* di SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara. Tujuan dan gagasan dari hasil kajian ini dapat dijadikan acuan dalam merencanakan program latihan, khususnya yang berkaitan dengan materi untuk menggarap sifat-sifat *passing* sepak bola untuk menghasilkan benih-benih unggul dalam permainan sepak bola.

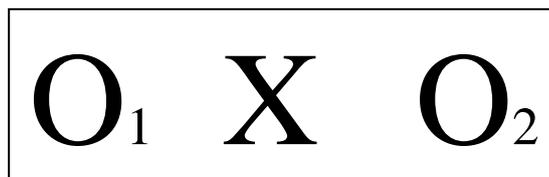
**Kata Kunci :** *Passing*, *wallpass*, *backpass* dan sepakbola.

## PENDAHULUAN

Sepak bola adalah permainan yang dimainkan antara 2 (dua) kelompok yang masing-masing kelompok berjumlah 11 orang dan dimainkan dengan menggunakan kaki, hanya penjaga gawang yang boleh menggunakan tangan dan lengan. Permainan sepak bola ini sangat terkenal dan dipuja oleh banyak orang saat ini. Daya tarik sepak bola adalah kepiawaiannya menunjukkan kemampuan menguasai bola, perkembangan dinamis, disertai kejutan-kejutan strategis yang memukau penonton. Tujuan dalam permainan sepakbola ini memasukkan bola sebanyak apa pun yang dapat masuk ke dalam gawang lawan dan menjamin bahwa gawang tersebut tidak kebobolan. Permainan sepak bola memerlukan kerjasama yang baik antar pemain dan harus dijaga dengan prosedur yang baik dan kesungguhan. Pemain yang memiliki strategi dasar yang baik akan sering bermain sepak bola dengan baik sesuai dengan bentuknya (Luxbacher). *Passing* adalah kemampuan khusus untuk mengoper bola kepada rekannya. *Passing* yang bagus berarti bisa tetap menguasai bola tanpa bisa disingkirkan oleh lawan. Seorang pemain yang dapat mengoper dengan baik dapat berlari ke area yang luas dan mengambil alih permainan sambil menetapkan peraturan. Ketika tim yang menguasai bola mulai bergerak dan membuka ruang di sekitar pemain, ia mulai mengoper. Selain itu, kemampuan menangani bola setelah menerima umpan dari rekannya harus dilatih agar pemain yang melakukan operan percaya diri dalam melakukan umpan yang keras dan terarah kepada rekannya yang tidak diawasi oleh lawannya. Teknik dasar sepak bola adalah hal utama yang harus dikuasai untuk mengupayakan permainan sepak bola. Pemain sepak bola yang memiliki dasar-dasar yang kuat sering kali unggul dalam permainan. Pemain sepak bola perlu mengetahui dasar-dasar yaitu menendang, menghentikan, menggiring bola, menyundul, menangani, melempar ke dalam, dan menjaga gawang (Suratin, 2016). Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *backpass* dan *wallpass* terhadap ketepatan *passing* sepakbola pada SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara. Untuk mengetahui pengaruh latihan *backpass* dan *wallpass* terhadap ketepatan *passing* sepakbola pada Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara.

## METODE PENELITIAN

Penyelidikan ini merupakan penyelidikan percobaan yang digunakan untuk melacak dampak perlakuan terhadap orang lain dalam kondisi terkendali. Keadaan yang terkendali merupakan akibat eksplorasi yang ditransformasikan menjadi angka-angka. Pemeriksaan yang digunakan adalah analisis *statistic* (Sugiyono, 2011). Pretest diberikan sebelum perlakuan dan posttest diberikan setelah perlakuan dalam desain penelitian "One Groups Pretest-Posttest". Oleh karena itu, cenderung diketahui dengan lebih tepat, karena dapat membandingkan dengan baik dan apa yang telah dilakukan sebelum perlakuan diberikan (Sugiyono, 2011).



Gambar 1. Desain Penelitian

Akhsanul Arifin (2023)

Keterangan :

- O<sub>1</sub> : Sebelum subjek menerima perlakuan (treatment), dilakukan tes awal (pretest).
- X : Perlakuan backpass dan wallpass
- O<sub>2</sub> : Setelah subjek diberi perlakuan diberikan tes terakhir (post-test).

Strategi pengujian dalam ujian ini menggunakan prosedur pemeriksaan purposive sampling yang termasuk dalam pemeriksaan non probability. Contoh yang digunakan dalam eksplorasi ini adalah 15 pemain.

Kriteria berikut digunakan untuk memilih sampel untuk penelitian ini :

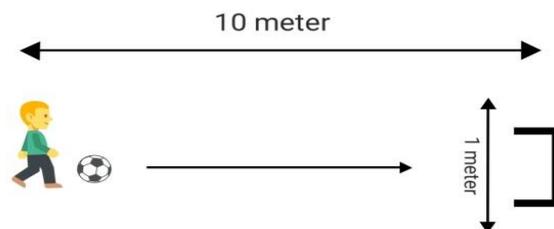
- 1) Terdaftar di SBB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara
- 2) Bersedia mengikuti latihan 14 kali pertemuan
- 3) Peserta berjumlah 15 orang sesuai sampel yang diambil peneliti.
- 4) Bisa melakukan teknik *passing* sepakbola

Definisi operasional dari kedua faktor yang digunakan dalam pemeriksaan ini adalah penyelidik menyelesaikan pre-test yang dilakukan dalam satu pertemuan. Treatment (perlakuan dilakukan

berkali-kali dengan pengulangan sebanyak 2 kali setiap minggunya, selanjutnya post-test diselesaikan satu kali pada pertemuan terakhir, total dari semua pertemuan berjumlah 14 kali pertemuan. (1) Latihan *Backpass* dalam sepakbola adalah *back* yang berarti kembali, *pass* yang berarti pasing (mengumpan) jika di gabungkan yaitu pasing kembali, latihan *backpass* ini yaitu mengumpan bola ke rekan timnya, kemudian bola di *passing* kan kembali ke rekan timnya latihan ini bertujuan untuk melatih ketepatan *passing* agar *passing* nya tidak melenceng. (2) Latihan *Wallpass* dalam sepakbola adalah *wall* yang artinya tembok *pass* yang artinya mengumpan, jika digabungkan berarti mengumpan tembok arti tembok ini yaitu rekan timnya biasanya teknik ini digunakan untuk formasi 1,2 dan umpan pendek, latihan ini dilakukan 3 orang atau lebih, latihan ini juga bertujuan untuk melatih ketepatan mengumpan bola kepada rekan timnya.

Instrumen penelitian ini menggunakan tes *passing target*.

Dalam tes *passing target* sepakbola ini penulis menerapkan teori dari Toriq Aris Muta'al dan Anton Komaini (2019) yang memiliki Valid tesnya sebesar 0,744 dan Reliabilitasnya sebesar 0,888. Tujuan : Untuk mengukur ketepatan *passing* sepakbola. Alat / Fasilitas : Bola, Cone, Meteran, Peluit. Pelaksanaan : Pemain *Passing* ke gawang yang sudah di ukur lebarnya yaitu 1 meter, jarak gawang ke pemain saat melakukan *passing* yaitu 10 meter, kemudian pemain bertugas memasukkan bola ke dalam gawang yang lebarnya 1 meter, pemain yang bisa memasukkan bola ke gawang nilainya 1, dilakukan 10 kali percobaan, jika pemain bisa memasukkan 10 kali berarti nilainya 10.



Gambar 2. Instrumen Penelitian *Passing Target*

Akhsanul Arifin (2023)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Informasi pre-test mempunyai nilai dasar 2, nilai tertinggi 8 dan rata-rata 5,00 dengan simpangan baku 1,81 dan varian 3,28. Informasi yang diperoleh dari post-test mempunyai nilai dasar 6, nilai paling tertinggi 10 dan nilai rata-rata 7,47, dengan simpangan baku 1,12 dan varian 1,26. Terdapat peningkatan rata-rata hasil sebesar 2,47.

Uji normalitas dari penelitian ini menggunakan Teknik *shapiro-wilk* dimana teknik ini adalah Teknik yang paling valid jika sampel kurang dari 50 orang dimana sampel dalam penelitian ini terdapat 15 sampel jadi uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk. Hasil dari uji normalitas akan terlihat pada tabel 1 dimana informasi dianggap normal dengan asumsi nilai besar  $>0,05$  dan informasi dianggap tidak normal jika  $<0,05$ , nilai signifikan yang di peroleh dari pretes latihan *backpass* dan *wallpass* adalah 0,120, nilai signifikan postes dari Latihan *backpass* dan *wallpass* adalah 0,113, maka data yang di dapat kan dari kelompok Latihan *passing* dengan metode *backpass* normal dikarenakan nilai signifikan  $>0,05$ .

Tabel 1. Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

Uji normalitas shapiro-wilk					
Hasil pretes postes		Statistik	Df	Sig.	Keterangan
	Pretes	.907	15	.120	Normal
	Postes	.905	15	.113	Normal

Sumber: Hasil Analisis Data (2023)

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui sama atau tidaknya varians. Data akan dikatakan homogen pada uji homogenitas jika nilai signifikan (sig) pada *base on mean*  $>0,05$ , dan jika nilai signifikan *base on mean* yang diperoleh  $<0,05$  maka data dinyatakan tidak homogen. Bisa dilihat pada tabel 2 dari hasil perhitungan data uji homogenitas pretes postes Latihan *backpass* dan *wallpass* data *base on mean* yang diperoleh adalah 3.50 dan hasil data *base on mean*  $>0,05$  maka data dari penelitian ini dinyatakan homogen.

Tabel 2. Hasil Tes Homogenitas

Tes homogeneity of variance						
		Levene statistic	df1	df2	Sig.	Keterangan
Hasil pretes postes <i>passing</i> <i>target</i>	Based on mean	3.50	1	28	.076	Homogen
	Based on median	1.44	1	28	.239	
	Based on median and with adjusted df	1.44	1	21.877	.242	
	Based on trimmed mean	3.57	1	28	.071	

Sumber: hasil analisis data (2023)

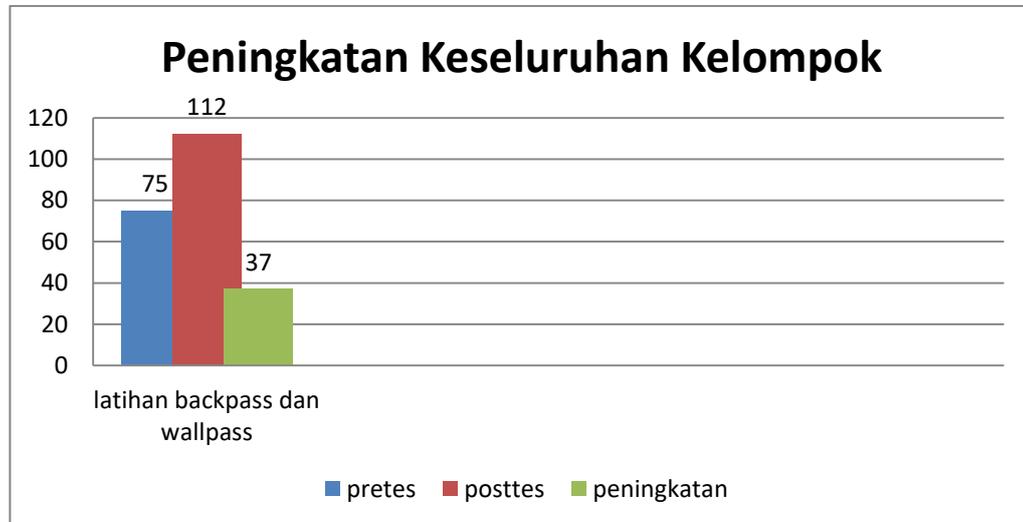
Dari tabel distribusi frekuensi maka dari sampel 15 orang, hasil *pretest* di kategorikan, Kurang : 8 orang, persentase 53,3% , Sedang : 5 orang, persentase 33,3% , Baik : 2 orang, persentase 13,3%, kemudian hasil *posttest* di kategorikan, Kurang : 0 orang, Sedang : 8 orang, persentase 53,3%, Baik : 7 orang, persentase 46,6 %.

Tabel 3. Distribusi Peningkatan *Pre-Test* Dan *Post-Test*

No	Interval	Pretest		Posttest		Kategori
		F	%	F	%	
1	< 5	8	53,3	0	0	<b>Kurang</b>
2	5 – 7	5	33,3	8	53,3	<b>Sedang</b>
3	8 – 10	2	13,3	7	46,6	<b>Baik</b>
Jumlah		15	100	15	100	

Sumber : SSB Bina Satria Mayong Jepara 2023

Untuk peningkatan keseluruhan kelompok bisa dilihat digambar 3 dimana pada gambar diatas hasil keseluruhan pretes Latihan *backpass* dan *wallpass* adalah 75 dan hasil keseluruhan postes Latihan *backpass* dan *wallpass* adalah 112 dimana mendapatkan peningkatan sebesar 37.



**Gambar 3. Grafik Peningkatan Pretes-Postes Keseluruhan**

Sumber: Hasil Analisis Data (2023)

Mengingat hasil pemeriksaan saat ini, kemudian diperkenalkan perbincangan tentang hasil eksplorasi. Pembahasan tersebut sebagai hasil kajian mengenai dampak *passing* terhadap pemanfaatan teknik *backpass* dan *wallpass* yang sangat mempengaruhi peningkatan ketepatan *passing* sepak bola di SSB Bina Satria Al Anwar Mayong Jepara. Terdapat peningkatan ketika diberikan latihan *passing* strategi *backpass* dan *wallpass*, sehingga cenderung dipahami bahwa rata-rata ketepatan *passing* pada kelompok percobaan sebelum diberikan latihan *passing* metode *backpass* dan *wallpass* adalah 5,00 dengan simpangan baku 1,81. Dan rata-rata hasil postes setelah melakukan Latihan *backpass* dan *wallpass* adalah 7,47 dengan simpangan baku 1,12.

### SIMPULAN DAN SARAN

Mengingat akibat dari penanganan dan pemeriksaan informasi, maka hasil penelaahan mengenai dampak *passing* menggunakan *backpass* dan *wallpass* pada persiapan tendangan terhadap atlet sepak bola adalah sebagai berikut : Terdapat pengaruh *backpass* dan *wallpass* terhadap ketepatan *passing* sepak bola di SSB Bina Satria AL Anwar Mayong Jepara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Toriq Aris Muta'al, Anton Komaini (2019). Pengaruh Latihan Passing Dengan Variasi Target Terhadap Kemampuan Passing Pada Tim Sepakbola Sman 3 Bungo.
- Faizal, M. S. (2015). Perbedaan Latihan *Passing WallPass* dan *Passing* Berpasangan Terhadap Kelincahan *Pass an Turn* dalam Permainan Sepakbola. *Skripsi* .  
DOI : <http://lib.unnes.ac.id/23194/>
- Fina Wulandari, Syamsuramel, Destriana. (2021). Latihan *WallPass* Berpasangan Terhadap Hasil Ketepatan *Passing* Sekolah Sepakbola (SSB) Putera. *Sains Olahraga :Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 21-30.  
DOI:<https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/so/article/download/24119/17891>
- Luxbacher, Joseph A. 2012. Sepak Bola “Edisi Kedua”. Depok: PT. Rajagrafindo. Persada
- Neizar, I. G. (2016). *Pengaruh Latihan Variasi Kelincahan Terhadap Keterampilan Dribbling Sepakbola Pada Pemain SSB Bina Taruna Tambakromo Pati Tahun 2015*. Semarang: Skripsi. Universitas Negeri Semarang.  
DOI : <http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/23031>
- Setiawan, D. (2019). *Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Dan Dengan Media Dinding Terhadap Ketepatan Passing Sepakbola Pada SSB Bina Putra Usia 10-12 Tahun Di Kabupaten Blora Tahun 2019*. Universitas Negeri Semarang.[http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/6252/2/R021191020\\_skripsi%201-2.pdf](http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/6252/2/R021191020_skripsi%201-2.pdf)
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Suratin. (2016). *Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Passing Sepakbola Melalui Pendekatan Permainan Bolbun Pada Siswa Kelas V SD Negeri Lesanpuron Kajoran Tahun Pelajaran 2015/2016*. Universitas Negeri Semarang: Skripsi.  
<http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/27148>