

PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* DAN *GIVE AND GO* TERHADAP KETEPATAN *PASSING* DI SSB INDONESIA MUDA SARWODADI U-15 KABUPATEN BANJARNEGARA

Muhammad Afrizal Alfarizi
afrizalalfarizi225@gmail.com,
Universitas PGRI Semarang

Abstract

The basis of the research that has been carried out is based on observations by the Indonesian Youth SSB Sarwodadi Club in Banjarnegara Regency, resulting in incorrect and still not accurate passing techniques. not right on target. to find out whether the Small sided games and give and go exercises have an effect on or not passing techniques for 15 year old players at SSB Indonesia Muda Sarwodadi, Banjarnegara Regency. Pre experimental design is the research method that will be used. using the two group technique. pre-test and post-test. Purposive sampling is the sample that will be used in this research. Population of Young Indonesian SSB players in Sarwodadi, Banjarnegara Regency aged 15 years and samples. totaling 18 players using total sampling techniques. The modified football passing accuracy test is a research instrument. With a pretest result of 16.72 and a posttest of 25.17, there is a difference of around 40%, so it can be concluded that the percentage increase in results to before and after being given small sided games and give and go training is 40%. What we can take from the research results is that there is an influence of small sided games and give and go training on the passing accuracy of SSB Indonesia Muda Sarwodadi Banjarnegara Regency U-15 players.

Keywords: *Small Sided Games, Give and Go, Passing*

Abstrak

Berdasarkan dari observasi Klub SSB Sarwodadi Muda Indonesia di Kabupaten Banjarnegara menghasilkan teknik passing yang salah dan masih belum akurat. Fungsi penelitian ini adalah untuk tahu latihan Small sided games dan give and go apakah berpengaruh atau tidak terhadap teknik passing pada pemain 15 tahun di SSB Indonesia Muda Sarwodadi Kabupaten Banjarnegara. Pre experimental design merupakan metode penelitian yang akan digunakan. dengan menggunakan teknik two group pre-test and post-test. Purposive sampling adalah sampel yang akan di gunakan di penelitian ini. Populasi pemain SSB Indonesia Muda Sarwodadi Kabupaten Banjarnegara usia 15 tahun dan sampel berjumlah 18 pemain dengan menggunakan teknik total sampling. Tes modifikasi ketepatan passing sepakbola merupakan instrumen penelitian yang digunakan. Dengan hasil pretest 16,72 dan posttest 25,17 ada selisih sekitar 40% maka dapat disimpulkan persentase dengan peningkatan hasil sebelum dan sesudah diberikan latihan small sided games dan give and go sebesar 40%. hal yang dapat kita ambil dari hasil penelitian yaitu adanya pengaruh latihan small sided games dan give and go terhadap ketepatan passing pada pemain SSB Indonesia Muda Sarwodadi Kabupaten Banjarnegara U-15.

Kata kunci : *Small Sided Games, Give and Go, Passing*

PENDAHULUAN

Olahraga pada umumnya merupakan suatu bentuk latihan kompetitif yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan fisik seseorang. memberikan hiburan kepada masyarakat dan direncanakan menurut arah, tujuan, waktu dan tempat. Olahraga merupakan suatu fenomena dan bentuk ekspresi manusia yang dapat dilakukan sendiri maupun berkelompok, dengan

menggunakan keterampilan fisik dan mental, dimana permainan tersebut harus mempunyai aturan. Jadi dalam pertandingan olahraga ada beberapa tim yang akan menang dan ada tim yang akan melalui kekalahan.

Menurut UUD nomor 3 (2005) tentang Sistem Keolahragaan Nasional pada ayat 1 ayat 13 menjelaskan bahwa olahraga dengan prestasi ialah olahraga dengan dapat membina dan membuat atlet dengan secara sistematis, melalui perlombaan secara bertahap, untuk mencapai hasil yang baik dengan dukungan ilmu dan teknik olahraga.

Sepak bola merupakan olahraga beregu dengan 11 pemain utama dengan pemain pengganti. Dan biasanya pemain memainkan bola khusus dengan kakinya di lapangan khusus dengan tujuan memasukkan bola keduaerah pertahanan dan gawang yang dimiliki lawan.

passing berarti mengoper bola kepada rekan satu tim. *Passing* berarti mengoper bola kepada rekan setimnya. Menurut Luxbacher (2008:9), passing adalah usaha mengoper atau mengoper bola kepada teman. Teknik dengan menggunakan dasar ini merupakan teknik dasar dengan sangat anda perlukan dalam sepak bola. suatu pukulan dikatakan bagus apabila pemain dapat mengatasinya.

SSB Indonesia Muda Sarwodadi merupakan salah satu akademi yang memperhatikan bakat minat pemain muda terutama di bidang olahraga sepakbola. Latihan dilaksanakan seminggu tiga kali yaitu pada hari Selasa pukul 15:30-17:30 WIB, kamis pukul 15:30-17:30 WIB, DAN Sabtu pukul 15:30-17:30 WIB. Latihan tersebut dipimpin oleh 1 pelatih kepada dan dibantu 2 asisten pelatih, Adapun sarana dan prasarana guna menunjang kegiatan latihan di SSB Indonesia Muda Sarwodadi seperti; Bola, Cone, Rompi, Gawang kecil dan perlengkapan sepakbola lainnya. Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap SSB Indonesia Muda Sarwodadi kemampuan dalam melakukan ketepatan *passing* dikatakan masih kurang baik. Hal ini terlihat ketika pemain melakukan *passing* keteman. Dalam observasi dan wawancara kepada pelatih SSB Indonesia Muda Sarwodadi yang dilakukan peneliti, Ada 30-50 pemain yang memasukkan data akurasi. Namun pelatih merasa akurasi *passing* anak didiknya masih kurang dan hal tersebut dinilai menjadi masalah. Namun kami ingin akurasi para pemain meningkat sehingga kami dapat mempersiapkan diri untuk event mendatang untuk mencapai hasil yang maksimal. Peneliti meyakini latihan Small-side Games dan Give and Go dapat mengatasi rendahnya akurasi input siswa SSB Indonesia Muda Sarwodadi U-15 Kabupaten Banjarnegara.

Small-sides game artinya, mereka bermain di lapangan yang lebih kecil dan dengan pemain yang lebih sedikit. pada permainan nyata yaitu 11 lawan 11. Permainan 3:3, 4:4. Latihan yang menyajikan situasi. Permainan itu memungkinkan untuk pemain untuk menguasai aspek teknis, taktis dan fisik.

Give and Go adalah teknik dimana dua orang pemain saling mengoper dengan cepat, akurat dan terus menerus tanpa menjatuhkan bola. Yang sering disebutkan juga adalah jenis teknik passing dimana seorang pemain berlari untuk menerima bola setelah mengoperinya ke pemain lain disebut dengan *one-two pass*.

METODE PENELITIAN

Penelitian dengan ini lebih menekankan pada penelitian kuantitatif. Sebab peneliti menggunakan metode *eksperiment*. Metode *eksperiment* yaitu metode dengan akan menggunakan penelitian yang Digunakan ini dengan mencari pengaruh *treatment* terhadap apa dengan yang lain dengan kondisi dikendalikan (Sugiyono, 2015:6). Desain penelitian dengan digunakan adalah dengan *Pre-Eksperimental design* dengan modal *Two-Grup Pre test -Posttest design*.

Menurut Sugiyono (2016) mengatakan bahwa kedudukan daerah pembangkitan terdiri atas objek atau topik yang ada itu untuk menentukan dimana kualitas dan karakteristik tertentu penelitian yang diteliti dan kemudian kesimpulan penelitian ini adalah pemain SSB Indonesia Muda Sarwodadi U-15 Banjarnegara. Sample penelitian ini adalah 18 atlet yang ada di dalam tim Sekolah Sepak Bola SSB Indonesia Muda Sarwodadi U15.

Teknik dengan dilakukannya pengumpulan data yang akan digunakan dapat berupa *Pretest* dan *Posttest*. Instrument pengumpulan data yang digunakan dalam eksperimen ini yaitu dengan menggunakan Tes. Tes akan dipakai dengan memodifikasi dengan *passing* yang pas dalam sepakbola. Tes ini akan dilakukan dan untuk mengukur kemampuan Teknik dari pemain untuk passing dengan tes (Dharmawan Effendy, 2015: 38).

Jelajahi teknik analisis data dengan analisis dapat digunakan untuk ini menggunakan statistik deskriptif menjelaskan informasinya dikumpulkan bersifat deskriptif, kemudian uji hipotesis analisisnya dilakukan dengan uji normalitas akan dengan mudah mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak, uji homogenitas untuk mengetahui varians dalam kelompok yang sama atau

homogen. Uji statistik parametrik digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji-t (paired sample t-test). mencoba mencari tahu apakah itu berhasil mencari di antara variabel-variabel yang diteliti t menguji keputusan dengan metode, dengan membandingkan nilai signifikansi yaitu jika nilai $P < 0,05$ maka H_0 ditolak H_a diterima, sedangkan jika nilai $P > 0,05$ maka H_0 diterima H_a ditolak.

HASIL PENELITIAN

Penelitian yang akan dilakukan ini dengan memperoleh sumber data hasil *pretest* dan *posttest* pada siswa SSB Indonesia Muda Sarwodadi Banjarnegara Usia 15 tahun. Dari hasil yang ada pada data yang di dapat pada saat masa selama penelitian yaitu dengan data *Pre-test* dan *Post-test* yang diambil dengan melakukan tes modifikasi ketepatan *passing* sepuluh kali tendangan dengan target cone. *Passing* dianggap sah dan dihitung masuk apabila masuk dalam sasaran dengan jarak 9cm. Penilaiannya yaitu jumlah *passing* yg masuk sah dari sepuluh kali *passing*. Dari hasil tersebut diperoleh data uji-t (*paired sample t test*) sebagai berikut:

Table 1 Uji t (Paired Sample Test)

Sumber: Hasil Analisis Data (2023)

Paired Samples Test							t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	sebelum treatmen - sesudah treatment	- 8,44444	3,82288	0,90106	- 10,34552	- 6,54337	-9,372	17	0,000

Berdasarkan dari hasil analisis yang terdapat pada data akan dengan diperoleh nilai t_{hitung} ($9,372$) > t_{tabel} ($1,734$), dan nilai Sig. (2-tailed) p ($0,00$) < dari ($0,05$), hasil yang ada tersebut menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} . Dengan tersebut diartikan “ada pengaruh

latihan *small sided games* dan *give and go* terhadap ketepatan *passing* pada pemain SSB Indonesia Muda Sarwodadi U-15 tahun”.

Table 2 Hasil Presentase Peningkatan

Variabel		Rata-rata	Rata-rata(%)	Peningkatan (%)
Small Sided Game dan Give and Go	<i>Pretest</i>	16,72	40%	40%
	<i>Posttest</i>	25,17	60%	
	<i>Total</i>	41,89	100%	

Tabel di atas ini dapat menunjukkan persentase peningkatan hasil akurasi penyisipan sebelum dan sesudah pemberian latihan *small side game dan give and go* sebesar 40%.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan nilai t_{hitung} ($9,372$) $>$ t_{tabel} ($1,734$) dari hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh yang ada latihan *small side game* dan *give and go* terhadap ketepatan *passing* pada pemain SSB Indonesia Muda Sarwodadi Usia 15 Tahun. Upaya peningkatan yang dilakukan dengan latihan *small side game* dan *give and go* terhadap ketepatan *passing* tersebut merupakan pengaruh menjadi lebih baik. Dengan tambahan tersebut dapat diartikan bahwa permainan sampingan kecil-kecilan dan pemberian hadiah serta latihan merupakan salah satu faktor yang meningkatkan passing yang baik dan tepat sasaran. Yang terpenting agar olah raga teratur sesuai dengan prinsip gerak, maka perlu direncanakan program latihan dimana beban latihan, intensitas latihan dan lama latihan disesuaikan dengan kemampuan fisik anak. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa cara memainkan permainan skala kecil adalah dengan berlatih permainan sepak bola secara nyata yang membantu pemainnya menguasai aspek teknik, taktis dan fisik ada beberapa macam model latihan *small sided games* yaitu, 3vs3, 5 vs 5, 7 vs 7 dengan menggunakan kunci sebagai media latihan dan sebagai pembatas area yang telah ditentukan. Berikutnya adalah *passing give and go*, perpindahan yang sangat sederhana antara dua pemain. Walaupun sederhana, namun memerlukan

latihan yang tekun dan serius dari para pemainnya. Pemain dibagi menjadi 2 kelompok tim A dan tim B kedua tim tersebut saling berhadapan untuk melakukan *passing give and go* secara bergantian dari mulai yang terdepan sampai belakang. Dari hasil penelitian ada peningkatan sebesar 40% artinya ada pengaruh metode latihan *small side game* dan *give and go* terhadap kemampuan ketepatan *passing* pemain SSB Indonesia Muda Sarwodadi Usia 15 Tahun,

KESIMPULAN

Dalam hasil yang diperoleh dari penelitian, analisis dari data yang ada dan akan didapatkan dengan pembahasan yang sudah dilakukan peneliti, akan dapat akan disimpulkan dengan terdapat pengaruh yang signifikan pada ketepatan *passing* dengan dilakukannya latihan *small side game* dan *give and go* pada pemain SSB Indonesia Muda Sarwodadi Usia 15 Tahun. Hasildalam penelitian itu akan menunjukkan nilai t_{hitung} (9,372) > t_{tabel} (1,734),dan nilai Sig. (2-tailed) p (0,000) < dari (0,05). Dengan adanya peningkatan sebesar 40%. Dengan rata-rata *pretest* 40% (16,72) dan rata-rata *posttest* 60% (25,17).

SARAN

Berdasarkan dari apa yang Hasil dari dalam yang telah dilakukan penelitian dan kesimpulan, maka penulis akan mengajukan beberapa yang akan disaran sebagai dengan berikut ini:

1. Bagi Atlet, diharapkan agar dapat untuk tetap melanjutkan menerapkan latihan *small side game* dan *give and go* sebagai dari adanya suatu model dari pembinaan pada fisik dengan di bagi mereka untuk menunjang kemampuan pada hal ketepatan *passing*.
2. Bagi para pelatih, dapat mengharapkan akan dolakukan dengan pelatihan yang berkenan dengan melanjutkan program dengan penggunaan latihan *small side game* dan *give and go* sebagai apa dengan model yang akan dilakukan dengan pembinaan fisik bertujuan guna dengan sebagai dasar untuk sebagai apa meningkatkan adanya pada kondisi fisik pada pemain yang khususnya untuk meningkatkan ketepatan *passing*.
3. Bagi masyarakat, untuk selalu mensupport pemain usia dini dalam berlatih dan dapat mengetahui pengaruh latian *small sided games* dan *passing give and go* terhadap ketepatan

passing dalam sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Mielke, Danny.(2016). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Al-Hadiqie, Z. M. 2014. *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional*. Bandung: Kata Pena.
- Alkhadaf, D. M., & Syafii, I. (2019). Pengaruh Latihan Diamond Pass dan Small Side Game Terhadap Ketepatan Passing Sepakbola Pada SSB Roket FC U-14 Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(4).
- Andriyono. (2014). *Professional Soccer*. Diakses pada tanggal 12 Juli 2023.
- Arikunto. Suharsimi. (2015). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktis*. PT. Rineka cipta. Jakarta
- Danurwindo dkk.(2017). *Kurikulum Sepak Bola Indonesia*. Jakarta: Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia
- Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung