

**PENGARUH LATIHAN WALLPASS BERPASANGAN TERHADAP
KETEPATAN *PASSING* DALAM SEPAK BOLA PADA
SISWA SMA NEGERI 1 DARUL IMARAH**

SKRIPSI

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh:

Irhamna
1811040066



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Irhamna
NIM : 1811040066
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh latihan *wallpass* berpasangan terhadap ketepatan *passing* dalam sepak bola pada siswa sma negeri 1 darul imarah

Telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi program sarjana Banda Aceh, 18 Januari 2023

Pembimbing I

Pembimbing II

Munzir, M.Pd
NIDN. 1301018301

Zulheri Is, M.Pd
NIDN. 1302018903

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani,

Dr. Munawar, S.Pd.I., M.Pd
NIDN: 1302058502

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRACK	iv
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Pembatasan Masalah.....	5
1.4 Rumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian	6
1.7 Hipotesis Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	7
2.1 Permainan Sepakbola.....	7
2.2 Teknik Dasar Permainan Sepakbola	9
2.2.1 Teknik Passing dalam Sepakbola	11
2.2.2 Komponen Kondisi Fisik	11
2.3 Pengertian Kondisi Fisik.....	12
2.4 Komponen Kondisi Fisik	13
2.5 Pengertian Latihan	14
2.6 Latihan Circuit Training	14
2.7 Kajian Penelitian yang Relevan	16
2.7.1 Jurnal Nasional.....	16
2.7.2 Jurnal Internasional.....	18
2.7 Kerangka Berpikir.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
3.1 Pendekatan Penelitian	20
3.2 Populasi Dan Sampel Penelitian	21
3.2.1 Populasi	21
3.2.2 Sampel	21
3.3 Variabel Penelitian	22
3.4 Teknik Pengumpulan Data	23
3.4.1 Tes Kemampuan Passing	23
3.4.2 Tes Kemampuan Shooting	24
3.5 Teknik Analisis Data.....	25
3.5.1 Uji Normalitas.....	25
3.5.2 Uji t	25

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
4.1 Deskripsi Objek Penelitian	40
4.1.1 Kondisi Sekolah	40
4.1.2 Keadaan Guru dan Siswa	41
4.1.3 Visi dan Misi Sekolah	42
4.1.4 Interaksi Sosial	42
4.2 Hasil Penelitian.....	43
4.1.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	43
4.1.2 Uji Normalitas.....	45
4.1.3 Hasil Uji Hipotesis.....	45
4.3 Pembahasan	47
 DAFTAR PUSTAKA	 50

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan sebuah permainan yang dimainkan beregu atau , yang masing-masing regu terdiri dari penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan. Seorang penjaga gawang boleh menggunakan semua anggota tubuh untuk bermain kecuali tangan (hanya untuk di daerah gawangnya). 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. Sepakbola bukan hanya olahraga tapi telah menjadi bagian dari keseharian di semua negara dan lintas budaya (Sucipto, 2000:7).

Sepakbola merupakan salah satu permainan bertim yang dimainkan oleh masing-masing tim berjumlah 11 orang pemain dan dimainkan dalam waktu (2x45 menit) dengan waktu istirahat selama 10 menit. Adapun pemain yang melengkapi posisi di dalam lapangan diantaranya pemain depan (*striker*), pemain tengah (*midfielder*), pemain belakang (*defender*) serta penjaga gawang (*goal keeper*). Pemain yang berada di dalam lapangan tidak boleh menyentuh bola dengan menggunakan tangan ataupun lengan. Pemain dapat menggunakan anggota tubuh seperti, kaki, dada/badan, serta kepala untuk memainkan permainan ini. Setiap tim memiliki penjaga gawang (*goal keeper*) yang boleh menggunakan

seluruh anggota tubuhnya dan itu dapat dilakukan di area berukuran 16 meter dan 5,5 meter (Pelangi 2018).

Sepakbola adalah suatu cabang olahraga permainan yang populer dan sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan. Permainan sepakbola dilakukan di kotakota besar maupun di pelosok desa. Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepakbola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepakbola berkembang dengan pesat. Akan tetapi minat masyarakat terhadap permainan sepakbola yang begitu besar, tidak diimbangi dengan perolehan prestasi yang diperoleh bangsa Indonesia di kancah persepakbolaan internasional (Bahtiar 2017).

Sejak zaman dahulu hingga sekarang ini sepakbola tetap menjadi salah satu olahraga yang sangat terpopuler digemari oleh semua orang. Sepakbola dimainkan secara merakyat di desa-desa, ada yang bermain tanpa menggunakan alas kaki dan ada yang menggunakan alas kaki. Sepakbola dapat dimainkan sangat sederhana dengan hanya adanya lapangan, halaman yang luas, sawah yang kering dan sebuah bola (Suantama 2017).

Dalam permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang paling dominan di gunakan adalah *passing*. *Passing* dalam permainan sepakbola memiliki tujuan yaitu mengoper bola pada teman satu tim agar dapat menciptakan ruang, sehingga pemain dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain bertahan (Sudjarwo, 2018). Asumsi peneliti bahwa dalam permainan sepakbola kemampuan *passing* sangatlah penting karena dengan

passing yang tepat dan akurat maka dalam mengumpan bola kepada teman akan mudah tidak hilang atau direbut lawan. Dengan kemampuan *passing* yang baik dengan sedikit kesalahan bisa membuat suatu permainan menjadi semakin menarik untuk ditonton (Bahtiar 2017).

Sepak bola adalah permainan beregu yaitu dua kesebelasan saling bertanding yang melibatkan unsur fisik, teknik, taktik, dan mental, dilakukan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh pemain dari kedua tim dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan mengacu pada peraturan-peraturan yang telah ditentukan (Idris, 2015)

Dalam permainan sepak bola era modoren teknik *passing* sangat di butuhkan oleh para pemain dan juga seorang kiper atau penjaga gawang, dengan menguasai teknik *passing* tersebut para pemain bisa memulai permainan dari bawah, tidak hanya itu teknik *passing* juga membutuhkan akurasi atau ketepatan dalam mengoper bola kepada rekan satu tim, supaya mudah memindahkan bola dari kaki ke kaki dalam situasi apapun (Mielke, 2007).

Berdasarkan hasil pengamatan awal yang peneliti lakukan pada November 2022 di SMA Negeri 1 Darul Imarah basih banyak para siswa salah saat melakukan *passing*, *passing* tidak tepat sasaran masih dinanggap masalah besar dalam permainan sepak bola, karena dengan *passing* bisa merubah tempo permainan bisa mengatur serangan dengan dominan, bisa bertahan dengan baik dalam situasi yang sulit dan ketika di press *passing* tidak asal-asalan. Selain *passing* tidak tepat sasaran para siswa juga masih banyak salah dalam melalukan

passing seperti *passing* menggunakan ujung jari kaki yang seharusnya *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam, *passing* menggunakan jari-jarikan kesalahan fatal karena tidak bisa mendapatkan arah yang tepat saat membagi atau mengoper bola ke rekan satu tim untuk membangun sebuah serangan.

Sesi latihan yang dilakukan oleh para siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Darul Imarah, masih terdapat banyak kekurangan dalam melakukan *passing* hal ini di tunjukkan pada sesi latihan banyak siswa yang melakukan kesalahan dalam *passing* antara lain yaitu: *passing* tidak sampai kepada teman, *passing* yang terlalu kencang sehingga teman sulit untuk menguasai bola, *passing* asal-asalan sehingga tidak jelas bola kemana akan di berikan, *paasing* masih mengunakn jari-jari kaki, *passing* yang tidak tepat kearah teman sehingga salah memberi umpan dan kontrol bola selalu lepas mudah untuk lawan merebut kembali bola. Dengan permasalahan tersebut peneliti akan memberikan bentuk latihan *passing* yang akan diberikan perlakuan terhadap siswa dan berharap bentuk latihan *passing* di bawah ini pemain tim ekstrakurikuler pada siswa SMA 1 Darul Imarah bisa meningkatkan ketepatan *passing* menggunakan kaki bagian dalam yang dilakukan disaat *passing* agar terjadi kerjasama yang baik dalam sebuah permainan sepak bola. Maka dari permasalahan ini, penulis mengambil judul **“Pengaruh Latihan Wallpass Berpasangan Terhadap Ketepatan *Passing* Dalam Sepak Bola Pada Siswa Sman 1 Darul Imarah”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat di identifikasi permasalahan:

1. Kurangnya tingkat ketepatan *passing* pada siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Darul Imarah.
2. Teknik *passing* tidak sempurna.
3. Pandangan selalu berfokus terhadap bola sehingga tidak mengetahui posisi rekan satu tim.

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan masalah, maka penulis akan membatasi masalah pada penelitian ini yaitu pengaruh latihan *wallpass* berpasangan terhadap ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada sepak bola siswa SMAN 1 Darul Imarah.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka penulis dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini bagaimana pengaruh latihan *wallpass* berpasangan terhadap ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada sepak bola siswa SMAN 1 Darul Imarah?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *wallpass* berpasangan terhadap ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada sepak bola siswa SMAN 1 Darul Imarah.

1.6 Manfaat Penelitian

Setiap penelitian di harapkan dapat memberi manfaat bagi pengembangan ilmu yang di jadikan objek penelitian. Adapun manfaat yang akan di peroleh dari penelitian ini adalah:

1.6.1 Secara Teoris

Secara teoritis hasil dari penelitian ini di harapkan dapat menjadi bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya pada bidang ilmu ke olahraga dalam membahas pengaruh latihan *wallpass* berpasangan terhadap ketepatan *passing* kaki bagian dalam pada sepak bola siswa SMAN 1 Darul Ijarah.

1.6.2 Secara Praktis

1. Bagi Guru

Agar dapat dijadikan sebagai masukan dalam memberikan metode latihan *wallpass* berpasangan dalam ketepatan *passing*.

2. Bagi Siswa

Memberikan informasi mengenai tingkat pengaruh latihan *wallpass* berpasangan terhadap ketepatan *passing* sehingga teknik *passing* pada siswa akan meningkat.

3. Bagi Penelitian

Membangun teori-teori yang hasilnya bisa berguna bagi guru, bagi siswa, dan pihak-pihak yang terkait dengan prestasi sepak bola.

