



Pengaruh Latihan *Passing* Berpasangan dan Latihan *Passing* dengan Media Dinding terhadap Kemampuan *Passing* dalam Permainan Sepak Bola Siswa Kelas XI SMK Tunas Bangsa

Habibi Sutirta

Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Hermon Timika, Indonesia

E-mail: sutirta.habibi@yahoo.co.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 2023-01-15 Revised: 2023-02-22 Published: 2023-03-01	This study aims: 1) To determine the effect of paired passing practice on the passing ability of the XI grade students of SMK Tunas Bangsa; 2) To determine the effect of passing practice with wall media on the passing ability of the XI class students of SMK Tunas Bangsa football game; 3) To find out the effect of paired passing practice and wall media passing practice on the passing ability of the XI grade students of SMK Tunas Bangsa. This study uses the type of pre-experimental research. The design used is in the form of a one group pretest - posttest design where there is a pretest (test before being given treatment) and posttest (test after being given treatment) in one group. The results of this study indicate that there is a significant effect between paired passing exercises and wall media passing exercises on the Passing Ability of the XI Grade Students of SMK Tunas Bangsa", seen in the average pretest score of 6.53, an increase during the posttest where the average score of the results of the passing ability reached 8.00. The results of the t-test also show that the t-count value is $6,416 > t\text{-table } 2.045$ (df 29) with a p significance value of $0.000 < 0.05$.
Keywords: <i>Practice;</i> <i>Pair Passing;</i> <i>Wall Media Passing;</i> <i>Soccer.</i>	

Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2023-01-15 Direvisi: 2023-02-22 Dipublikasi: 2023-03-01	Penelitian ini bertujuan: 1) Untuk mengetahui pengaruh latihan <i>passing</i> berpasangan terhadap kemampuan <i>passing</i> pada permainan sepakbola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa; 2) Untuk mengetahui pengaruh latihan <i>passing</i> dengan media dinding terhadap kemampuan <i>passing</i> pada permainan sepakbola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa; 3) Untuk Mengetahui pengaruh latihan <i>passing</i> berpasangan dan latihan <i>passing</i> dengan media dinding terhadap kemampuan <i>passing</i> pada permainan sepakbola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pre eksperimental. Desain yang digunakan berbentuk one group pretest-posttest desain dimana terdapat pretest (tes sebelum diberi treatment) dan posttest (tes sesudah diberi treatment) dalam satu kelompok. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara Latihan <i>passing</i> berpasangan dan latihan <i>passing</i> media dinding terhadap Kemampuan <i>Passing</i> pada permainan sepakbola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa", terlihat pada skor rata-rata pretest sebesar 6,53, mengalami peningkatan pada saat posttest dimana rerata skor hasil kemampuan <i>passing</i> mencapai 8,00. Hasil uji-t juga menunjukkan bahwa nilai t hitung $6,416 > t$ tabel $2,045$ (df 29) dengan nilai signifikansi p sebesar $0,000 < 0,05$.
Kata kunci: <i>Latihan;</i> <i>Passing Berpasangan;</i> <i>Passing Media Dinding;</i> <i>Sepak Bola.</i>	

I. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan permainan beregu masing-masing regu terdiri dari 11 pemain dan salah satunya penjaga gawang. Masing masing team mempertahankan sebuah gawang dan mencoba memasukan bola ke gawang lawan. Setiap team memiliki keeper yang diperbolehkan mengontrol bola dengan tangannya di daerah penalti yaitu daerah yang berukuran lebar 44 meter dan panjang 18 meter pada garis akhir. Pemain lainnya tidak boleh menggunakan tangan dan lengan mereka untuk mengambil bola. Tetapi mereka dapat menggunakan kaki, tungkai, dan kepala. Gol diciptakan dengan menendang atau menyundul bola kedalam gawang lawan. Setiap gol dihitung dengan poin satu dan team yang

paling banyak menciptakan gol memenangkan permainan (luxbacher, 2008).

Salah satu syarat untuk dapat bermain sepak bola dengan baik adalah pemain harus dibekali dengan kemampuan dasar yang baik karena pemain yang memiliki kemampuan dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepak bola dengan baik pula. Keberhasilan suatu tim dalam setiap pertandingan ditentukan oleh penguasaan teknik dasar. Teknik dasar merupakan salah satu fundasi bagi seseorang untuk dapat bermain sepak bola. Dalam permainan sepakbola dibutuhkan komunikasi antar pemain untuk menjalin kerjasama yang baik dalam bermain sebagai kunci kesuksesan. Pemain sepakbola juga harus menguasai teknik dasar dalam bermain sepakbola, menurut Herwin

(2004) gerak atau teknik dasar permainan sepakbola meliputi gerak atau teknik tanpa bola dan gerak atau teknik dengan bola. Gerak atau teknik tanpa bola merupakan gerak tanpa menggunakan bola yang dilakukan dalam permainan sepakbola seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit, dan berhenti tiba-tiba, sedangkan gerak atau teknik dengan bola merupakan gerak atau teknik dalam permainan sepakbola dengan menguasai bola yang meliputi kemampuan pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*), menendang bola (*passing*), menendang bola ke gawang (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), menerima dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*), menyundul bola (*heading*), gerak tipu (*feinting*), merebut bola (*sliding tackle-sliding*), melempar bola ke dalam (*throw-in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*).

Dalam permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang paling dominan di gunakan adalah *passing*. *Passing* pada permainan sepak bola 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. *Passing* merupakan salah satu teknik dasar yang sangat dibutuhkan setiap pemain. Dilapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain (Lhaksana, 2011). Dalam permainan sepakbola kemampuan *passing* sangatlah penting karena dengan *passing* yang tepat dan akurat maka dalam mengumpan bola kepada teman akan mudah diterima dan dikuasai, sehingga bola tidak mudah hilang atau direbut lawan. Dengan kemampuan *passing* yang baik dengan sedikit kesalahan bisa membuat suatu permainan menjadi semakin menarik untuk ditonton. Berdasarkan hasil observasi di SMK Tunas Bangsa terlihat bahwa masih banyak siswa yang belum mampu melakukan *passing* secara tepat, akibatnya pada saat bermain sepakbola banyak siswa yang melakukan kesalahan dalam *passing*, seperti: *passing* tidak sampai kepada teman, *passing* yang terlalu kencang sehingga teman sulit untuk menguasai bola, *passing* yang asal-asalan sehingga arah bola menjadi tidak jelas, *passing* yang tidak tepat ke arah teman sehingga salah memberi umpan. Selain itu, ketika guru sedang menjelaskan atau mempraktekkan latihan teknik dasar *passing* secara monoton sehingga anak mengalami ke-

bosanan dalam latihan. Kurangnya variasi di dalam latihan menjadi penyebab anak merasa jenuh dan sering melakukan kesalahan yang mendasar dalam melakukan *passing* di saat latihan maupun pertandingan. Guru sebagai fasilitator harus kreatif dan inovatif menciptakan suasana yang menyenangkan dan mudah dipahami sehingga siswa mampu meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* dengan baik dan tepat sasaran.

Dalam meningkatkan kemampuan *passing* diperlukan juga variasi dalam latihan mengoper dan menendang bola. Variasi dalam latihan ini harus diciptakan oleh guru maupun pelatih sehingga menghilangkan kejenuhan bagi siswa. Minimnya variasi latihan dapat menjadikan pemain kurang mampu menguasai teknik dasar *passing*. Program latihan yang terarah dengan menerapkan metode-metode latihan teknik dasar yang bervariasi dan metode latihan fisik yang dikombinasi dengan permainan, tujuannya agar siswa tidak jenuh selama mengikuti latihan. Salah satu teknik yang dapat diterapkan adalah dengan latihan *passing* berpasangan. Latihan *passing* berpasangan adalah bentuk latihan *passing* yang dilakukan dalam jarak tertentu, yaitu 10 meter dengan posisi saling berhadapan dengan satu bola dan *passing* secara bergantian dengan pasangannya. Latihan ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan *passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Latihan ini dapat menunjang kemampuan pemain dalam *ball feeling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya, sejauh mana kekuatan *passing* yang akan dilakukan dengan jarak yang ada. Keuntungan dari latihan ini sangat mudah dilakukan karena tiap pemain hanya mengarahkan bola yang akan di *passing* kepada rekan yang selalu lurus berada di hadapannya.

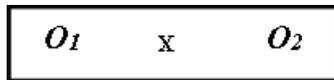
Selain latihan *passing* berpasangan variasi latihan *passing* media dinding juga dapat digunakan untuk melatih kemampuan *passing* siswa dalam permainan sepakbola. Latihan *passing* media dinding adalah latihan permainan *passing* yang memanfaatkan dinding sebagai media untuk berlatih. latihan dengan satu bola dan memanfaatkan dinding sebagai target *passing*, latihan ini dimaksudkan guna meningkatkan akurasi pemain dalam memberikan umpan kepada rekan satu tim. Tujuan latihan *passing* ini, pemain agar tidak jenuh pada saat berlatih. Latihan ini juga untuk menunjang kemampuan pemain dalam *ball feeling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya, sejauh

mana kekuatan passing yang akan dilakukan dengan jarak yang ada.

II. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan juga kegunaan tertentu (Sugiyono, 2011). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pre eksperimental. Desain yang digunakan berbentuk *one group pretest - posttest design*. *One group pretest - posttest design* adalah desain pre eksperimental yang terdapat *pretest* (tes sebelum diberi *treatment*) dan juga *posttest* (tes sesudah diberi *treatment*) dalam satu kelompok (Sugiyono, 2011). Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

X = *treatment* yang diberikan

O_1 = *pretest* kelompok eksperimen

O_2 = *posttest* kelompok eksperimen (setelah diberi *treatment*).

B. Populasi Dan Sampel

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa Tahun Ajaran 2022/ 2023 berjumlah 94. Data tersebut diuraikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Jumlah Keseluruhan Populasi

Kelas	Jumlah siswa
XIA	32
XIB	30
XIC	32
Total	94

Sedangkan Sampel dalam penelitian ini diambil secara rambang sederhana (*simple random sampling*) yaitu dengan mengambil satu kelas secara acak dari tiga kelas yang ada. Sampel yang terpilih yakni kelas XIB yang diajarkan menggunakan Latihan Passing Berpasangan dan Latihan Passing dengan Media Dinding.

C. Teknik Pengumpulan Data

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis, sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2010). Dalam penelitian ini

digunakan instrumen tes sebagai alat untuk mengumpulkan data. Tes yang digunakan yaitu tes menendang bola ke arah gawang kepada sampel dengan diberitahu terlebih dahulu cara-cara prosedur pelaksanaannya.

D. Teknik Analisis Data

Dalam rangka keakuratan, kerelevanan data atau informasi yang diperoleh sehingga dapat dipertanggung jawabkan maka peneliti menggunakan beberapa teknik dalam mengumpulkan data karena masing-masing teknik memiliki kelebihan dan kekurangan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

Adapun gambaran skor dari hasil tes kemampuan *passing* yang diperoleh siswa dengan menggunakan latihan *passing* berpasangan dan juga latihan *passing* media dinding pada permainan sepak bola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Tabel Statistik Deskriptif *Pretest* dan *Posttest* Skor Hasil Tes Kemampuan *Pasing* Pada Permainan Sepak Bola

	Statistics	
	Kemampuan <i>Passing Pretest</i>	Kemampuan <i>Passing Posttest</i>
N	Valid	30
	Missing	0
Mean	6.5333	8.0000
Median	6.5000	8.0000
Std. Deviation	1.43198	1.41421
Variance	2.051	2.000
Range	5.00	5.00
Minimum	4.00	5.00
Maximum	9.00	10.00
Sum	196.00	240.00

Sumber: Data Hasil Penelitian

Adapun hasil skor tes Kemampuan *Passing* pada permainan sepak bola yang diperoleh siswa pada saat *pretest* dikelompokkan kedalam distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Persentase Skor kemampuan *passing* siswa *Pretest*

	Frequency	Percent
Valid	4.00	2
	5.00	6
	6.00	7
	7.00	7
	8.00	5
	9.00	3
Total	30	100.0

Distribusi frekuensi tersebut dapat digambarkan seperti tampak pada grafik dibawah ini:



Gambar 1. Grafik Distribusi Frekuensi Hasil Skor Kemampuan Passing Siswa (Pretest)

Adapun Hasil skor tes Kemampuan Passing pada permainan sepak bola yang diperoleh siswa pada saat Posttest dikelompokkan kedalam distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Persentase Skor kemampuan passing siswa Posttest

	Frequency	Percent
Valid	5.00	1
	6.00	4
	7.00	6
	8.00	7
	9.00	7
	10.00	5
Total	30	100.0

Sumber: Data Hasil Penelitian

Distribusi frekuensi tersebut dapat digambarkan seperti tampak pada grafik dibawah ini:



Gambar 2. Grafik Distribusi Frekuensi Hasil Skor Kemampuan Passing Siswa (Posttest)

2. Uji Prasyarat Analisis

a) Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji *Kolmogorof-Sminorv* menggunakan komputer program SPSS Versi 22. Dalam uji ini akan menguji hipotesis

sampel berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Kriteria pengujiannya yaitu data yang berasal dari populasi berdistribusi normal bila *Kolmogorof-Sminorv/Asymp. Sig* lebih besar dari pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$, sebaliknya jika *Kolmogorof-Sminorv/Asymp. Sig* lebih kecil dari pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ maka diasumsikan data berasal dari populasi yang tidak berdistribusi normal. Untuk hasil perhitungan dapat dilihat pada rangkuman Tabel 5 berikut:

Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Hasil Tes Kemampuan Passing Pada Permainan Sepak Bola

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
	Kemampuan Passing Pretest	Kemampuan Passing Posttest	
N		30	30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	6.5333	8.0000
	Std. Deviation	1.43198	1.41421
Most Extreme Differences	Absolute Positive	.145	.160
	Negative	-.128	-.160
Test Statistic		.145	.160
Asymp. Sig. (2-tailed)		.107 ^c	.148 ^c
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			

Sumber: Data Hasil Penelitian

b) Uji Homogenitas

Di samping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas menggunakan uji T dari data *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok dengan menggunakan bantuan program SPSS 22. Hasil uji homogenitas seperti terlihat pada tabel 6 dibawah ini:

Tabel 6. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Kemampuan Passing	Based on Mean	.108	1	58	.743
	Based on Median	.108	1	58	.743

Based on Median and with adjusted df	.108	1	57.549	.744
Based on trimmed mean	.087	1	58	.770

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.5 rangkuman hasil "Test Of Homogeneity Of Variances diatas diketahui nilai signifikansi (sig.) data pretest dan posttest hasil tes kemampuan passing pada permainan sepak bola siswa adalah sebesar 0,743. Karena nilai Sig. 0,743 > 0,05 dapat disimpulkan bahwa data hasil tes kemampuan Passing pada permainan sepak bola siswa pada saat Pretest dan Posttest adalah Homogen.

c) Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pengaruh antara Latihan Passing Berpasangan dan juga Latihan Passing Media Dinding terhadap Kemampuan Passing pada permainan sepak bola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa diperoleh t hitung 6,416 dan t tabel 2,045 (df 29) dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000. Oleh karena t hitung 6,416 > ttabel 2,045, dan nilai signifikansi 0,000 < 0,05 artinya ada perbedaan nilai rata-rata Kemampuan Passing pada permainan sepak bola sebelum diterapkan Latihan Passing berpasangan dan latihan passing media dinding dan setelah diterapkan Latihan Passing berpasangan dan juga latihan passing media dinding sehingga dapat disimpulkan bahwa adalah ada pengaruh yang signifikan Latihan Passing berpasangan dan latihan passing media dinding terhadap Kemampuan Passing pada permainan sepak bola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa.

B. Pembahasan

Hasil penelitian analisis deskriptif dan pengujian hipotesis maka dapat dijabarkan asumsi mengenai pembahasan-pembahasan hasil penelitian. Pembahasan hasil penelitian yang dimaksud adalah memberikan penjelasan terhadap hasil penelitian, baik hasil analisis deskriptif maupun analisis inferensial. Hasil analisis deskriptif penelitian ini menun-

jukkan bahwa, setelah diterapkan Latihan *Passing* Berpasangan dan Latihan *Passing* Media Dinding pada siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa maka skor rata-rata kemampuan *Passing* juga pada saat *posttest* lebih besar dibandingkan skor rata-rata kemampuan *Passing* pada saat *pretest*. Terjadinya peningkatan tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara variabel Latihan *Passing* Bepasangan dan Latihan *Passing* Media Dinding terhadap Kemampuan *Passing* pada permainan sepak bola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa.

Adapun urutan kegiatan yang dilakukan sehingga akhirnya dapat ditarik kesimpulan tersebut adalah: (1) diadakan *pretest* dengan tujuan supaya Kemampuan *Passing* pada permainan sepakbola siswa diketahui, (2) pemberian *treatment* dengan Latihan *Passing* berpasangan dan latihan *passing* media dinding sebanyak 8 kali pertemuan, (3) kemudian yang terakhir adalah diadakannya *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan Kemampuan *Passing* terhadap subjek yang diberi perlakuan. Hasil uji-t menunjukkan bahwa t hitung 6,416 dan t tabel 2,045 (df 29) dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000. Oleh karena t hitung 6,416 > ttabel 2,045, dan nilai signifikansi 0,000 < 0,05, maka hasil ini akan menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi "ada pengaruh yang signifikan latihan passing berpasangan dan latihan passing media dinding terhadap kemampuan passing pada permainan sepak bola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa, diterima.

Artinya latihan passing berpasangan dan latihan passing media dinding memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing pada permainan sepakbola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa. Dari data pretest memiliki rerata skor hasil kemampuan passing sebesar 6,53, selanjutnya pada saat posttest rerata skor hasil kemampuan passing mencapai 8,00. Adanya peningkatan Kemampuan *Passing* pada permainan sepak bola karena Latihan *Passing* Berpasangan dan juga latihan *passing* media dinding dilakukan berulang-ulang, sehingga kemampuan dalam melakukan *Passing* pada permainan sepak bola meningkat. Berdasarkan hasil penelitian juga terlihat bahwa ada ada beberapa anak yang Kemampuan *Passing*

meningkat drastis, bahkan ada juga yang menurun kemampuannya. Hal ini disebabkan jenis penelitian ini merupakan eksperimen semu, artinya peneliti tidak dapat memantau secara penuh kegiatan anak di luar jadwal latihan/*treatment* yang diberikan peneliti. Dimungkinkan bagi anak yang meningkat drastis kemampuannya karena anak tersebut juga tetap latihan di luar jadwal Latihan atau *treatment* yang diberikan peneliti. Sedangkan bagi anak yang kemampuannya justru menurun dimungkinkan anak tersebut tidak mengikuti latihan secara serius, dan juga ada anak yang sakit pada saat pengambilan data posttest sehingga kemampuannya tidak maksimal.

Menurut Hartati dkk (2020) latihan merupakan suatu proses yang sistematis dalam mempersiapkan atlet pada tingkat tertinggi penampilannya yang dilakukan secara berulang-ulang dengan beban yang semakin tinggi/meningkat. Menurut Koger (2007) latihan passing berpasangan berguna untuk melatih akurasi passing dan kesiapan pemain untuk menerima atau mengontrol bola. Keuntungan dari latihan passing berpasangan adalah meningkatkan ketepatan passing dengan latihan menggunakan sasaran, dimana sasarannya tidak hanya tetap tapi juga berubah. Sehingga pemain tidak terfokus pada sasaran disatu tempat saja. Serta dalam latihan ini dapat meningkatkan konsentrasi dan ketenangan pemain saat melakukan passing sekaligus meningkatkan koordinasi antara kaki dan mata sehingga pemain dalam melaksanakan latihan ini, harus bersungguh-sungguh agar dapat mengoper bola dengan tepat kearah teman.

Latihan passing media dinding adalah latihan permainan passing yang memanfaatkan dinding sebagai media untuk berlatih. latihan dengan satu bola dan memanfaatkan dinding sebagai target passing, latihan ini dimaksudkan guna meningkatkan akurasi pemain dalam memberikan umpan kepada rekan satu tim. Latihan passing media dinding adalah latihan permainan passing yang memanfaatkan dinding sebagai media untuk berlatih. latihan dengan satu bola dan juga memanfaatkan dinding sebagai target passing, latihan ini dimaksudkan guna meningkatkan akurasi pemain dalam memberikan umpan kepada rekan satu tim. Penelitian serupa juga telah dilakukan oleh Dodi Setiawan (2020), dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa

setelah dilakukan uji hipotesis dengan uji-t, didapatkan hipotesis yang diterima adalah H_a yaitu, ada pengaruh latihan passing berpasangan dan latihan passing media dinding terhadap ketepatan passing sepak bola pada SSB Bina putra usia 10-12 tahun. Hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa 1) ada pengaruh latihan passing berpasangan terhadap ketepatan passing sepak bola pada SSB Bina Putra usia 10-12 tahun dengan nilai signifikan 0,000 lebih kecil dari 0,05. 2) ada pengaruh latihan passing dengan media dinding terhadap ketepatan passing sepak bola SSB Bina Putra usia 10-12 tahun dengan nilai signifikan 0,000 lebih kecil dari 0,05. 3) ada perbedaan antara latihan passing berpasangan dan latihan passing media dinding terhadap ketepatan passing sepak bola SSB Bina Putra usia 10-12 tahun dengan nilai signifikan 0,815 lebih besar dari 0.05. Latihan passing dengan media dinding meningkat lebih besar pengaruhnya daripada latihan passing berpasangan terhadap ketepatan passing sepak bola pada SSB Bina putra usia 10-12 tahun

Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa memang Latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* media dinding memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kemampuan *Passing* pada permainan sepakbola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa. Meskipun banyak metode atau pola latihan lain yang dapat diterapkan namun, Latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* media dinding dirasa cukup efektif dalam meningkatkan kemampuan *Passing* pada permainan sepakbola.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Ada pengaruh yang signifikan antara Latihan passing berpasangan dan latihan passing media dinding terhadap Kemampuan *Passing* pada permainan sepakbola siswa kelas XI SMK Tunas Bangsa”, terlihat pada peningkatan skor rata-rata pretest sebesar 6,53, sedangkan pada saat posttest rerata skor hasil kemampuan passing mencapai 8,00. Hasil uji-t juga menunjukkan bahwa nilai t hitung 6,416 > t tabel 2,045 (df 29) dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000 < 0,05.

B. Saran

Pembahasan terkait penelitian ini masih sangat terbatas dan membutuhkan banyak masukan, saran untuk penulis selanjutnya adalah mengkaji lebih dalam dan secara komprehensif tentang Pengaruh Latihan Passing Berpasangan dan Latihan Passing Dengan Media Dinding terhadap Kemampuan Passing dalam Permainan Sepak Bola.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdul Rohim. (2008). *Bermain Sepakbola*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.
- Efendi, Riswan. (2020). *Pengaruh Metode Latihan Berpasangan terhadap Peningkatan Keterampilan Passing pada Permainan Sepakbola UNM FC*. Jurnal Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar. Online: Diakses 20 Mei 2022
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta
- Idris, K. A. (2015). *Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Siswa Sekolah Sepakbola Kalasan Usia 10-12 Tahun. (Skripsi)*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Kementerian Pendidikan Nasional. (2010). *Panduan Pelaksanaan Program Kelas Olahraga*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Pertama Dirjen Mendikdasmen.
- Luxbacher A. Joseph. (2008). *Sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Jakarta: Pakar Karya.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Erlangga.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Subagyo Irianto, dkk. (2010). *Pengembangan Tes Kecakapan David Lee Untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Tesis. Yogyakarta: UNY.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola. "Diktat"*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyono. (2011). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- . (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi, Arikunto. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sukadiyanto. (2010). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Timo, Scheunemann. (2012). *Futsal for Winners Taktik dan Variasi Latihan Futsal*. Malang: Dioma.