

**PENGARUH LATIHAN *SHOOTING* DENGAN BOLA JALAN DAN *PASS BACK PASS* TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* PADA PEMAIN SSB  
SATRIA PANDAWA KU 13-15 TAHUN**

*E-Journal*

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh:

Agung Setia Eko Nugroho  
NIM 13602241044

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2018**

## **PENGARUH LATIHAN SHOOTING DENGAN BOLA JALAN DAN PASS BACK PASS TERHADAP KETEPATAN SHOOTING PADA PEMAIN SSB SATRIA PANDAWA KU 13-15 TAHUN**

### **THE IMPACT OF SHOOTING TRAINING BY USING WALKING BALL AND PASS BACK PASS TOWARDS SHOOTING ACCURACY IN SATRIA PANDAWA FOOTBALL SCHOOL PLAYER IN RANGE 13-15 YEARS OLD**

Oleh = Agung Setia Eko Nugroho

Email = [nugrohoagung495@gmail.com](mailto:nugrohoagung495@gmail.com)

#### **Abstrak**

Tujuan peneliti ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* dan mengetahui mana yang lebih efektif. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, desain yang digunakan dalam penelitian dengan menggunakan rancangan "Two Group Pretest-Posttest Design". Instrumen yang digunakan adalah tes Booby Charlton. Subjek penelitian ini dengan populasi sebanyak 141 pemain teknik sample menggunakan *purposive sample* dan yang memenuhi kriteria sebanyak 18 anak. Teknik analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikan 5 %. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh uji t pada latihan *shooting* dengan bola jalan diperoleh nilai peningkatan sebesar 38,87 %. Sedangkan hasil uji t latihan *shooting* dengan *pass back pass* diperoleh persentase peningkatan sebesar 15,11 %. dapat disimpulkan ada pengaruh latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* terhadap ketepatan *shooting*. Dengan hasil di atas maka yang paling efektif adalah metode latihan bola jalan.

*Kata kunci: Latihan Shooting, Bola Jalan, Pass Back Pass, Ketepatan Shooting*

#### **Abstrack**

*This study aims to comprehend the impact of shooting training by using walking ball and pass back pass and decide which one is more effective. This study is an experimental study which uses "Two Group Pretest- Posttest" design. The instruments with Booby Charlton. The subject of this study are 141 players by using purposive sampling, and the result shows there are 18 players who fulfil the criteria. Analysis technique is applied in this study is t test with significant standard 5%. The s, T test in shooting training by using walking ball the precentage increase 38,87%. Meanwhile, the result of the study of shooting training by using pass back pass the precentage increase to 15,11%. it can be determined that there is an impact in shooting training by using walking ball and pass back pass toward shooting accuracy. The results above shows that the most effective method is walking ball training.*

*Keywords: Shooting training, Walking ball, Pass Back Pass, Shooting Accuracy*

## **PERSETUJUAN**

Jurnal yang berjudul "Pengaruh Latihan *Shooting* Dengan Bola Jalan Dan *Pass Back Pass* Terhadap Ketepatan *Shooting* Pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun" disusun oleh Agung Setia Eko Nugroho NIM: 13602244012 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*

Perabimbing



Ratna Hudiarti, M.Or  
NIP. 198105122010122003



*Reviewer*



Nawar Primasoni, M.Or  
NIP. 198405212008121001

## PENDAHULUAN

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat di kalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia olahraga sepakbola sudah dikenal berpuluh-puluh tahun, tetapi belum mampu bersaing di tingkat dunia. Menurut Luxbacher (2004: v), "lebih dari 200 juta orang di seluruh kawasan dunia memainkan permainan sepakbola". Di Indonesia, sepakbola semakin semarak dengan diselenggarakannya kompetisi dalam negeri yaitu Liga Indonesia.

Dimana kompetisi nasional ini dapat dijadikan sebagai even dalam meningkatkan kualitas sepakbola tanah air sepakbola ini telah merambah ke semua lapisan dunia, termasuk Indonesia. Di wilayah Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta misalnya, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa setiap hari memainkan sepakbola walau dengan cara yang sederhana dan lapangan yang tidak standar serta terdapat banyak SSB yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta. sehingga tidak heran apabila muncul pemain-pemain nasional dari Kabupaten Sleman . namun dari sekian banyak bibit yang ada hanya sedikit saja pemain yang muncul digemerlapnya liga Indonesia. Padahal dengan fasilitas dan pembinaan yang baik bukan tidak mungkin nantinya Kabupaten Sleman menjadi pemasok pemain-pemain terbaik. syarat untuk dapat bermain bermain sepakbola dengan baik adalah mampu menguasai ke empat elemen utama. Teknik, taktik, fisik, dan mental (Rahmad Darmawan Ganesha P 2013:11). "Empat kelengkapan pokok tersebut hanya dapat dicapai dengan latihan dan pertandingan yang direncanakan, dilakukan terus menerus dan berkesinambungan". Artinya teknik dasar sepakbola dengan benar maka ketrampilan bermain di lapangan tidak akan berkembang pula. Penguasaan teknik dasar merupakan syarat yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar permainannya dapat dilakukan dengan baik. Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu kemampuan *shooting* baik dari jarak jauh maupun jarak dekat. Kemampuan *shooting* penting dimiliki pemain karena tidak mungkin bagi pemain untuk mencetak gol tanpa

memiliki kemampuan tersebut. Kemenangan sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemain melihat peluang dan melakukan *shooting* kearah target secara tepat. Kemampuan *shooting* dapat didukung dengan awalan pada saat melakukan *shooting* dengan akurasi yang tepat. Seperti contoh pada pemain professional, pemain sepakbola yang menguasai teknik *shooting* yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat mencetak gol ke gawang lawan. Kemampuan *shooting* tersebut dapat diasah melalui latihan dengan metode yang tepat sehingga pemain dapat menguasai teknik secara tepat.

Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, tidak hanya semangat saja yang besar akan tetapi perlu didukung penguasaan keterampilan dasar sepakbola adalah salah satunya kemampuan *shooting* ke arah target secara tepat. Seperti yang telah peneliti kemukakan di depan, bahwa kemampuan *shooting* memiliki kontribusi yang besar bagi kemenangan sebuah tim. Model latihan menendang dapat dilaksanakan dengan berbagai jenis metode. Pertama, dengan latihan *shooting* bola jalan dan yang kedua adalah *pass back pass*, karena beberapa gol melalui kedua metode tersebut, karena peneliti mengamati gol terjadi melalui kedua metode tersebut, (<https://www.youtube.com/watch?v=iinjRs6q4F4>) Dan dari kedua jenis metode latihan di atas belum diketahui secara pasti metode bantu latihan mana yang memberikan hasil yang lebih baik dan efektif dalam meningkatkan ketepatan *shooting*. Metode *shooting* bola jalan dan *pass back pass* dapat diberikan pada pembinaan sepakbola usia dini yaitu pada sekolah sepak bola (SSB) seperti yang ada di daerah-daerah seluruh wilayah Indonesia

Pada saat peneliti melaksanakan *micro teaching* dan magang di tempat tersebut dengan latihan tiga kali dalam sartu Minggu yaitu pada hari Rabu Jum'at, Minggu dan pada saat SSB tersebut melakukan *game* maupun uji coba, peneliti mengamati 8 pemain dalam melakukan *shooting* kearah gawang dengan *shoot on target* yang sangat rendah dengan rata-rata 10-20 kali percobaan *shooting* hanya 4-7 yang *on target* dikarenakan teknik *shooting* mereka kurang bagus seperti, perkenaan kaki pada bola tidak tepat, badan terlalu condong ke belakang sehingga dalam melakukan *shooting* tidak tepat sasaran. Disisi lain pelatih yang bersangkutan juga

mengatakan bahwa belum pernah dilakukan tes keterampilan dasar sepakbola dengan menilai pemain hanya berdasarkan pengamatan saat melaksanakan latihan.

Program latihan yang di progamkan pelatih untuk SSB Satria Pandawa KU 13-15, yaitu *passing support* dalam memberikan latihan untuk membangun kerja sama dalam mengembangkan sepakbola. Berdasarkan atas pertimbangan mengenai kendala pemain dalam melakukan *shooting* ke arah target secara tepat dan pentingnya kemampuan *shooting* bagi kompetisi sepakbola, maka peneliti bermaksud membantu mengatasi kesulitan tersebut dengan suatu metode latihan yang cocok. Peneliti memiliki pandangan dan referensi yang mendukung bahwa untuk mengatasi persoalan tersebut diperlukan eksperimen terhadap metode latihan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* ke arah sasaran secara tepat dalam cabang olahraga sepakbola.

Permasalahan yang telah dikemukakan diatas merupakan dasar yang dapat menjadi latar belakang judul penelitian "Pengaruh Latihan *shooting* dengan Bola Jalan dan *Pass Back Pass* terhadap Ketepatan *Shooting* pada Pemain Satria Pandawa KU 13-15".

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan teknik tes dalam pengambilan datanya. Desain penelitian yang digunakan adalah "*Two Groups Pretest-Posttest Design*", yaitu desain penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *post-test* setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2007: 64).

### Waktu dan Tempat penelitian

waktu penellitian yaitu Januari sampai dengan Februari, hari rabu sore jum'at sore dan minggu pagi. Tempat penelitian berada di

lapangan sepakbola Jl. Pandawaharjo Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

### Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini yaitu pemain satria pandaawa, menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2007: 85) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi pemain berusia 13-15 Tahun..

### Prosedur

Prosedur dilakukan membagi kedua kelompok *eksperimen* saat pemain melaksanakan *pretest* setelah itu di rangking dan pembagian kelompok menggunakan *ordinal paring* setelah itu pemain melakukan *treatment* sebanyak 16x pertemuan untuk terakhir pemain melakukan *post test*

### Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

#### Instrumen penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2002 : 136) "Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaanya lebih mudah dan lebih baik". Tes diberikan 2 kali, yaitu sebelum dan sesudah *treatment*. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan oleh peneliti dalam mengambil data yaitu tes *shooting* Bobby Charlton yang di kemukakan oleh Danny Mielke, yaitu tes *shooting* kearah sasaran gawang yang di bagi dalam 6 dengan koefisien Validitas sebesar 0,771 dan Reliabilitas sebesar 0,898.

#### Teknik Pengumpulan Data

Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan metode sebagai berikut :

##### a. *Pretest* atau tes awal

Tes awal dilakukan di lapangan pandawaharjo sleman, pada awal pertemuan sebelum diberikan perlakuan. Tes yang dilakukan dalam penelitian

ini adalah tes kemampuan *shooting* dalam sepakbola dengan metode bola jalan Sebelum tes awal dimulai, sampel diberi pemanasan terlebih dahulu setelah itu dijelaskan mengenai pelaksanaan tes *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* sejauh 16 meter. Sesudah diberi penjelasan baru dilaksanakan tes awal.

#### b. *Treatment* (Perlakuan)

Setelah didapatkan hasil tes awal subyek dipisahkan menjadi kelompok eksperimen 1 dan eksperimen 2 dengan latihan *shooting* bola jalan dan *pass back pass*. Penelitian ini dilaksanakan 16 kali pertemuan. *Treatment* (Perlakuan) dilaksanakan sesuai dengan program latihan yang sudah di buat oleh peneliti yaitu pada hari Rabu, Jum'at dan Minggu .

#### c. *Posttest* atau tes akhir

Setelah program latihan dilaksanakan selama 16 kali pertemuan, dilaksanakan tes akhir yang pelaksanaannya sama dengan tes awal. Tujuan dilaksanakannya tes akhir adalah untuk mengetahui hasil yang dicapai oleh pemain baik kelompok eksperimen 1 ataupun kelompok eksperimen 2 setelah mengikuti latihan selama 16 kali pertemuan.

### Validitas dan Realibilitas

#### 1. Validitas

Validitas Instrumen Suharsimi Arikunto (2010:211) mengemukakan pengertian validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuai instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid apabila benar-benar mengukur apa yang seharusnya diukur. dalam proses penelitian, pernyataan yang dinilai absah itu dianggap benar atau teruji bila pernyataan tersebut telah melalui pembuktian atau serangkaian pembuktian. Instrumen tendangan *shooting* Bobby Charlton yang dikemukakan oleh Danny Mielke juga dipakai oleh (Ahmad Zukifly 2014:67), diperoleh validitas *shooting* besar 0,967 Secara sederhana

validitas adalah ukuran yang menyatakan ketepatan tujuan tes (alat ukur) dan memenuhi persyaratan pembuatan tes. Validitas tes menunjukkan derajat kesesuaian antara tes dan atribut yang akan diukur. Validitas menggambarkan kemampuan tes dalam mengukur

apa yang ingin diukur. Alat ukur dapat dikatakan valid apabila alat ukur tersebut mengukur objek dengan tepat dan sesuai dengan gejala yang diukurnya.

#### 2. Realibilitas

Reliabilitas Instrumen sebagai alat ukur diperlukan pula disamping validitasnya. Tingkat reliabilitas instrumen tes *shooting* Bobby Charlton yang di kemukakan oleh Danny Mielke adalah 0,771.( Ahmad Zukifly 2014:67). Menurut Ismaryati (2008:19) tes yang reliabel adalah tes yang dapat menghasilkan ukuran secara ajeg dan tepat sesuai dengan gejala yang hendak diukur. sama Reliabilitas atau keterandalan suatu instrumen sebagai alat ukur dimaksudkan untuk mengetahui sejauh mana kebenaran alat ukur tersebut cocok digunakan sebagai alat ukur untuk mengukur sesuatu. Widiastuti (2011:11) menyatakan bahwa: Reliabilitas merupakan terjemahan dari kata reliability yang mempunyai asal kata rely dan ability.

Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (reliable). Walaupun reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya. Namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya.

### Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas dan uji homogenitas data.

#### 1. Uji Prasyarat Analisis

##### Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS

16. Menurut metode *Kolmogorov Smirnov*, kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

Jika signifikansi di bawah 0.05 berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal.

Jika signifikansi di atas 0.05 maka berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal (Gempur Safar, 2010).

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 F dari data *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok dengan menggunakan bantuan program SPSS 16.

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan menggunakan bantuan program SPSS 16, yaitu dengan membandingkan *mean* antara kelompok 1 dan kelompok 2. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari t tabel, maka  $H_0$  ditolak, jika t hitung lebih besar dibanding t tabel maka  $H_0$  diterima. Uji hipotesis dalam penelitian ini peneliti menggunakan bantuan program SPSS 16. Untuk mengetahui persentase peningkatan setelah diberi perlakuan digunakan perhitungan persentase peningkatan dengan rumus sebagai berikut (Sutrisno Hadi, 1991: 37):

$$\text{Persentase peningkatan} = \frac{\text{Mean Different} \times 100\%}{\text{Mean Pretest}}$$

$$\text{Mean Different} = \text{mean post-test} - \text{mean pretest}$$

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Penelitian**

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* terhadap ketepatan *shooting* pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun. Pelaksanaan pengambilan data *pretest* dilakukan pada tanggal 10 Januari 2018 diteruskan dengan

perlakuan latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* yang dilaksanakan pada 10 Januari 2018 sampai 14 Februari 2018 dan pengambilan data *posttest* dilakukan pada tanggal 14 Februari 2018. Subjek penelitian adalah pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun dengan jumlah 18 pemain. Hasil penelitian data *pretest* dan *posttest* ketepatan *shooting* pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun dideskripsikan sebagai berikut:

1. Latihan *Shooting* Dengan Bola Jalan

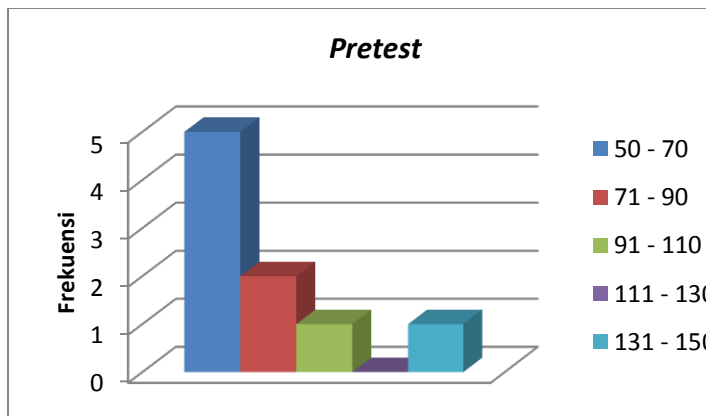
a. *Pretest* Ketepatan *Shooting* Dengan Bola Jalan

Setelah pengambilan data dilakukan, maka data ditabulasi, diskor, dan dianalisis, sehingga diperoleh statistik data *pretest* ketepatan *shooting* dengan bola jalan pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun. Deskripsi hasil penelitian dari 9 pemain diperoleh nilai minimum = 50; nilai maksimum = 150; rata-rata (*mean*) = 80; median = 70; modus sebesar = 50; *standard deviasi* = 32,78. Deskripsi hasil penelitian tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi dengan rumus mencari banyak kelas =  $1 + 3,3 \text{ Log } N$ ; rentang = nilai maksimum – nilai minimum; dan panjang kelas dengan rumus = rentang/ banyak kelas, (Sugiyono, 2006: 29). Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Deskripsi Data *Pretest* Ketepatan *Shooting* Dengan Bola Jalan

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
1	50 – 70	5	55,56
2	71 – 90	2	22,22
3	91 – 110	1	11,11
4	111 – 130	0	0
5	131 – 150	1	11,11
<b>Jumlah</b>		<b>9</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Diagram Hasil Penelitian *Pretest* Ketepatan *Shooting* Dengan Bola Jalan

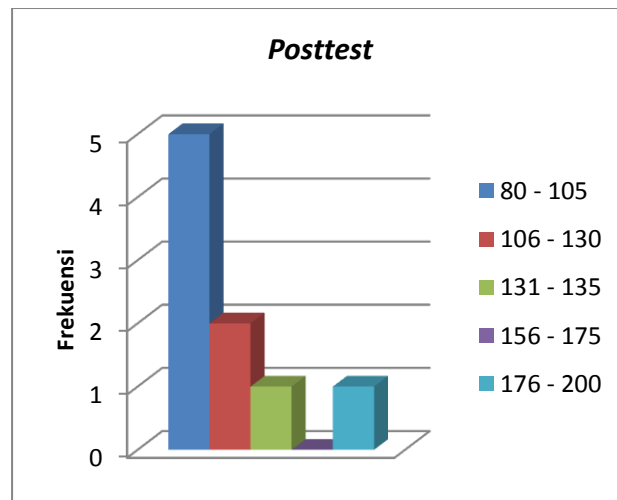
b. *Posttest* Data Ketepatan *Shooting*

Deskripsi hasil penelitian data *posttest* ketepatan *shooting* dengan bola jalan diperoleh nilai minimum = 80; nilai maksimum = 200; rata-rata (*mean*) = 111,11; median = 100; modus sebesar = 80; *standard deviasi* = 41,06. Deskripsi hasil penelitian tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi dengan rumus mencari banyak kelas =  $1 + 3,3 \text{ Log } N$ ; rentang = nilai maksimum–nilai minimum; dan panjang kelas dengan rumus = rentang/ banyak kelas, (Sugiyono, 2006: 29). Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Deskripsi Data *Posttest* Ketepatan *Shooting* Dengan Bola Jalan

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
1	80 – 105	5	55,56
2	106 – 130	2	22,22
3	131 – 155	1	11,11
4	156 – 175	0	0
5	176 – 200	1	11,11
<b>Jumlah</b>		<b>9</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian *Posttest* Ketepatan *Shooting* dengan Latihan *Shooting* Dengan Bola Jalan

2. Latihan *Shooting* Dengan *Pass Back Pass*

a. *Pretest* Ketepatan *Shooting*

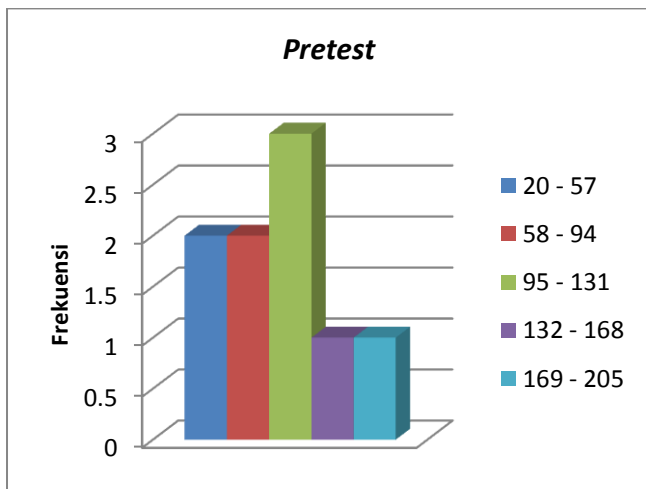
Setelah pengambilan data dilakukan, maka data ditabulasi, diskor, dan dianalisis, sehingga diperoleh statistik data *pretest* ketepatan *shooting* pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun. Deskripsi hasil penelitian dari 9 pemain diperoleh nilai minimum = 20; nilai maksimum = 200; rata-rata (*mean*) = 87,78; median = 75; modus sebesar = 60; *standard deviasi* = 47,34. Deskripsi hasil penelitian tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi dengan rumus mencari banyak kelas =  $1 + 3,3 \text{ Log } N$ ; rentang = nilai maksimum–nilai minimum; dan panjang kelas dengan rumus = rentang/ banyak kelas, (Sugiyono, 2006: 29). Berikut ini tabel dari *post test* bola jalan



Tabel 3. Deskripsi Data *Pretest* Ketepatan Shooting Dengan *Pass Back Pass*

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
1	20 – 57	2	22,22
2	58 – 94	2	22,22
3	95 – 131	3	33,33
4	132 – 168	1	11,11
5	169 – 205	1	11,11
<b>Jumlah</b>		<b>9</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian *Pretest* Ketepatan Shooting Dengan *Pass Back Pass*

b. *Posttest* Data Ketepatan Shooting

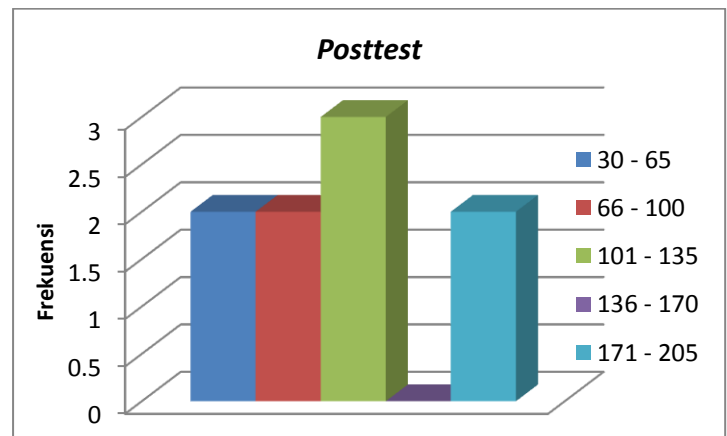
Deskripsi hasil penelitian data *posttest* ketepatan dengan *pass back pass* diperoleh nilai minimum = 30; nilai maksimum = 200; rata-rata (*mean*) = 110,56; median = 105; modus sebesar = 80; *standard deviasi* = 47,58. Deskripsi hasil penelitian tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi dengan rumus mencari banyak kelas =  $1 + 3,3 \text{ Log } N$ ; rentang = nilai maksimum–nilai

minimum; dan panjang kelas dengan rumus = rentang/ banyak kelas, (Sugiyono, 2006: 29). Deskripsi hasil penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 4. Deskripsi Data *posttest* Ketepatan Shooting Dengan *Pass Back Pass*

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)
1	30 – 65	2	22,22
2	66 – 100	2	22,22
3	101 – 135	3	33,33
4	136 – 170	0	0
5	171 – 205	2	22,22
<b>Jumlah</b>		<b>9</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Diagram Hasil Penelitian *Posttest* Ketepatan Shooting Dengan *Pass Back Pass*

1. Persentase Peningkatan

Untuk mengetahui besarnya pengaruh latihan shooting dengan bola jalan terhadap ketepatan shooting pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun dalam penelitian ini menggunakan besarnya persentase peningkatan yang diperoleh. Hasil *pretest* diperoleh 80 sedangkan pada hasil

*posttest* diperoleh sebesar 111,11. Dengan hasil tersebut maka peningkatan persentasenya dapat dihitung sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Peningkatan Persentase} \\ &= \frac{\text{mean different}}{\text{mean pretest}} \times 100\% \end{aligned}$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = \frac{31,11}{80} \times 100 \%$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = 38,87 \%$$

Hasil peningkatan persentasenya sebesar 38,87 %, dengan ada peningkatan tersebut maka dapat diartikan ada latihan *shooting* dengan bola jalan memberi pengaruh terhadap ketepatan *shooting* sebesar 38,87 %.

Untuk mengetahui besarnya pengaruh latihan *shooting* dengan *pass back pass* terhadap ketepatan *shooting* pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun dalam penelitian ini menggunakan besarnya persentase peningkatan yang diperoleh. Hasil *pretest* diperoleh 95,56 sedangkan pada hasil *posttest* diperoleh sebesar 110. Dengan hasil tersebut maka peningkatan persentasenya dapat dihitung sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Peningkatan Persentase} \\ &= \frac{\text{mean different}}{\text{mean pretest}} \times 100\% \end{aligned}$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = \frac{14,44}{95,56} \times 100 \%$$

$$\text{Peningkatan Persentase} = 15,11\%$$

Hasil peningkatan persentasenya sebesar 15,11 %, dengan ada peningkatan tersebut maka dapat diartikan ada latihan *shooting* dengan *pass back pass* memberi pengaruh terhadap ketepatan *shooting* sebesar 15,11 %.

## Pembahasan

Latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* adalah salah satu metode latihan dalam sepakbola yang berkaitan dengan latihan teknik dasar dilakukan berulang-ulang dan meningkat untuk mendapatkan gerak otomatis dan meningkatkan ketepatan *shooting* sepak bola. Lebih dari itu keterampilan dapat

meningkat dan akan menjadi permanen yang digunakan atlet dalam menunjang performanya di dalam lapangan. Dengan latihan tersebut anak dilatih untuk mengulang secara terus menerus latihan yang diberikan dengan bola dengan berbagai macam teknik dasar menggunakan bola dalam teknik dasar sepak bola.

Berdasarkan hasil uji t latihan *shooting* dengan bola jalan diperoleh nilai  $t_{hitung} 8,854 > t_{tabel} (2,306)$ , dan nilai  $p (0,000) < \text{dari } 0,05$ , dengan persentase peningkatan sebesar 38,87 %. Sedangkan hasil uji t latihan *shooting* dengan *pass back pass* diperoleh nilai  $t_{hitung} 3,250 > t_{tabel} (2,306)$ , dan nilai  $p (0,012) < \text{dari } 0,05$ , dengan persentase peningkatan sebesar 15,11 %. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa latihan *shooting* dengan bola jalan hasilnya lebih efektif untuk meningkatkan ketepatan atau akurasi pada *shooting* hasil tersebut dikarenakan latihan dengan bola jalan, posisi bola berada didepan pemain sehingga pemain akan lebih mudah menempatkan posisi kaki saat melakukan *shooting*, sedangkan latihan dengan *pass back pass* posisi bola, bergulir dari teman lain, sehingga bola tidak pas berada pada posisi yang nyaman untuk melakukan sehingga mempengaruhi ketepatan tendangan.

Hasil tersebut dapat diartikan bahwa ada pengaruh latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* terhadap ketepatan *shooting* pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun. Model latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* merupakan salah satu latihan yang efektif dan efisien dalam meningkatkan ketepatan *shooting* sepak bola.

Faktor frekuensi dalam proses latihan, alokasi waktu sangat penting. Dengan intensitas tersebut menjadi penunjang bagi kemampuan pemain dalam mengembangkan ketepatan *shooting* sepakbola anak. Beberapa pemain yang merasa intensitas waktu latihan kurang mereka melakukan latihan sendiri dengan latihan tanding anatar sesama teman. Dalam hal ini waktu dapat menjadi kendala jika saat latihan kondisi lapangan yang hujan dan becek mengakibatkan latihan kurang maksimal, dengan hal tersebut banyak pemain yang ikut

dalam klub sepakbola pada hari minggu untuk mengembangkan keterampilan sepakbolanya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh uji  $t$  pada latihan *shooting* dengan bola jalan diperoleh nilai  $t_{hitung}$  8,854 >  $t_{tabel}$  (2,306), dan nilai  $p$  (0,012) < dari 0,05, dengan persentase peningkatan sebesar 38,87 %. Sedangkan hasil uji  $t$  latihan *shooting* dengan *pass back pass* diperoleh nilai  $t_{hitung}$  3,250 >  $t_{tabel}$  (2,306), dan nilai  $p$  (0,000) < dari 0,05, dengan persentase peningkatan sebesar 15,11 %. Hasil tersebut dapat disimpulkan ada pengaruh latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* terhadap ketepatan *shooting* pemain SSB Satria Pandawa KU 13-15 Tahun. Berdasarkan hasil uji  $t$  latihan *shooting* dengan bola jalan diperoleh nilai  $t_{hitung}$  8,854 >  $t_{tabel}$  (2,306), dan nilai  $p$  (0,000) < dari 0,05, dengan persentase peningkatan sebesar 38,87 %. Sedangkan hasil uji  $t$  latihan *shooting* dengan *pass back pass* diperoleh nilai  $t_{hitung}$  3,250 >  $t_{tabel}$  (2,306), dan nilai  $p$  (0,012) < dari 0,05, dengan persentase peningkatan sebesar 15,11 %

### Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi pemain yang masih mempunyai ketepatan *shooting* yang masih rendah dapat meningkatkannya dengan cara latihan yang rutin salah satunya menggunakan latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass*.
2. Bagi pelatih agar memberikan metode latihan yang efektif dengan salah satunya dengan latihan *shooting* dengan bola jalan dan *pass back pass* terhadap ketepatan *shooting*.
3. Bagi peneliti hendaknya melakukan penelitian dengan sampel dan populasi yang lebih luas dan ditambah dengan kelompok pembandingan

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Burhan, et al. (2004). *Statistik Terapan untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Madha University Press
- Gempur Safar. (2010). "Metode Kolmogorov Smirnov untuk Uji Normalitas". Artikel. <http://exponensial.wordpress.com/2010/04/21/metodekolmogorov-smirnov-untuk-uji-normalitas>.
- Hadi, Sutrisno. (1991). *Analisa Butir untuk Instrument*. Edisi pertama. Andi Offset. Yogyakarta
- Ismaryati. 2008. *Tes & Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Luxbacher, J. (2004). *Sepak Bola Taktik dan Teknik Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penilaian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2002). *Pengantar Teori Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keloahraaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rahmad Darmawan & Ganessa. (2012). *Jadi Juara dengan Sepak Bola Possesion*. Jakarta: KickOff Media – RD Books
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Rajawali Press
- Yahya, Ahmad Zulkifly (2014) UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS TES KETERAMPILAN TEKNIK SEPAKBOLA USIA DINI :

Studi Deskriptif dari Bobby Charlton Skill  
Test. *skripsi*. Bandung: Universitas  
Pendidikan Indonesia