

**PENGARUH LATIHAN *COMBINE DRILL PASSING TRAINING* TERHADAP
PENINGKATAN KETRAMPILAN *PASSING* BAWAH PEMAIN SEPAK BOLA USIA
14 TAHUN DI SSB BATURETNO BANTUL**

E-JURNAL

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



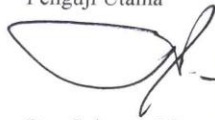
Oleh :
Denaz Karuma Hijriansyah
NIM. 15602241052

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

LEMBAR PENGESAHAN

E-Journal dengan judul “Pengaruh Latihan *Combine Drill Passing Training* Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Pemain Sepak Bola Usia 14 Tahun Di SSB Baturetno Bantul” yang disusun oleh Denaz Karuma Hijriansyah, NIM 15602241052 telah disetujui oleh dosen pembimbing dan penguji utama.

Mengetahui,
Penguji Utama

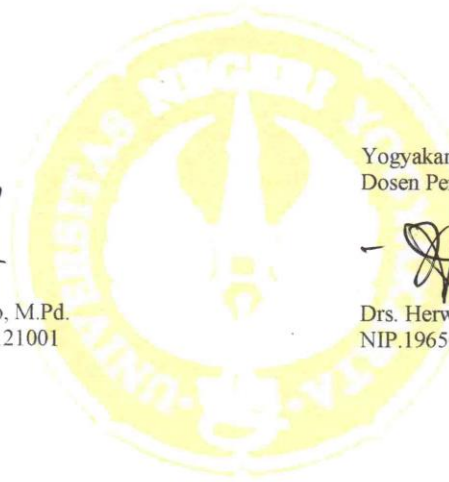


Drs. Subagyo Irianto, M.Pd.
NIP.196210101988121001

Yogyakarta, 13 Mei 2019
Dosen Pembimbing



Drs. Herwin, M.Pd.
NIP.196502021993121001



**PENGARUH LATIHAN COMBINE DRILL PASSING TRAINING TERHADAP
PENINGKATAN KETRAMPILAN PASSING BAWAH PEMAIN SEPAK BOLA USIA 14
TAHUN DI SSB BATURETNO BANTUL**

**THE EFFECT OF COMBINE DRILL PASSING TRAINING ON IMPROVING THE
SHORT PASSING SKILL OF 14 YEAR OLD SOCCER PLAYERS IN BATURETNO
BANTUL SOCCER SCHOOL**

Oleh: Denaz Karuma Hijriansyah
denazkrm@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Combine Drill Passing Training* terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain sepak bola usia 14 tahun di SSB Baturetno Bantul. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment research* dengan desain "*The One Group Pretest Posttest Design*". Populasi penelitian adalah pemain sepak bola SSB Baturetno Bantul, berusia 14 tahun yang berjumlah 17 orang. Instrumen yang digunakan adalah Tes Mengumpan Bola Bawah dari Subagyo Irianto (1995: 9) dengan validitas 0,812 dan reliabilitas sebesar 0,856. Analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada latihan *combine drill passing training* terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain sepak bola usia 14 tahun di SSB Baturetno Bantul, dengan nilai t hitung $2,970 > t$ tabel 2,12 dan nilai signifikansi $0,009 < 0,05$ dan kenaikan persentase sebesar 16,87%.

Kata kunci: *combine drill passing, ketrampilan passing bawah, SSB Baturetno Bantul*

Abstract

This study aims to determine the effect of the Combine Drill Passing Training exercise on the under-passing skills of 14-year-old soccer players at SSB Baturetno Bantul. This type of research is a quasi experiment research with the design of "The One Group Pretest Posttest Design". The population of the study was 14-year-old SSB Baturetno Bantul soccer player, amounting to 17 people. The instrument used was the Lower Ball Feeding Test from Subagyo Irianto (1995: 9) with a validity of 0.812 and reliability of 0.856. Data analysis using the t test with a significance level of 5%. The results of the research that have been carried out show that there is a significant influence on the combined drill passing training on the under-passing skills of 14-year-old soccer players at SSB Baturetno Bantul, with a t count of $2.970 > t$ table 2.12 and a significance value of $0.009 < 0,05$ and a percentage increase of 16.87%.

Keywords: *combine drill passing training, short passing skill, SSB Baturetno Bantul*

PENDAHULUAN

Olahraga sepak bola merupakan sebuah olahraga yang memaksimalkan kompleksitas fisik, teknik, mental dan taktik. Sepak bola menjadi sangat populer di Indonesia bukan hanya karena segudang pemain berbakat yang muncul dari cabang olahraga tersebut. Sepak bola merupakan permainan kerja sama tim yang membutuhkan pemain yang cakap dalam mengolah bola. Sepak bola memerlukan tim dengan kapasitas pemain yang lengkap. Pemain sepak bola diharuskan menguasai komponen utama dalam memperoleh performa baik di lapangan. Terkait performa pemain sangat erat dengan ketrampilan teknik yang dimiliki.

Penguasaan ketrampilan teknik tidak hanya sebagai penunjang performa tetapi sebagai juga proses menunjukkan hasil dari latihan dan kerja keras seorang pemain sepak bola. Sepak bola dimainkan bukan hanya sebagai hiburan untuk kesenangan dan kebahagiaan dalam mengisi waktu luang, tetapi sudah menjadi keharusan untuk meraih prestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi diraih dengan latihan dan kerja keras serta dilakukan tanpa jenuh apalagi mengeluh. Dirancang dengan latihan-latihan yang diprogram rapi dan baik. Teknik dasar sepak bola menjadi teknik paling *basic* untuk mendidik seorang pemain. Menurut Sucipto, dkk (2000: 17) terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola yaitu: a) *Kicking* (menendang bola), b) *Dribbling* (menggiring bola), c) *Heading* (menyundul bola), d) *Tackling* (merampas bola), e) *Throw In* (lemparan ke dalam) dan *Goal Keeping* (menjaga gawang). Sepak bola memiliki ciri khasnya yaitu *pass to pass*, artinya mengumpan dari satu pemain ke pemain lain untuk mengalirkan bola kemudian mencetak gol.

Teknik-teknik dasar dikuasai untuk mencapai suatu permainan yang baik dan sesuai dengan tujuan sepak bola yaitu mencetak gol ke gawang lawan. Usaha untuk meningkatkan kualitas permainan

dari diri pemain mengarah pada prestasi maka teknik perlu mendapat perhatian dari pelatih dan jajarannya. Berbeda dengan fakta yang terjadi di lapangan, pemain-pemain sepak bola Indonesia khususnya pada usia 14 tahun sering melakukan kesalahan *passing* bawah. Khususnya, di SSB Baturetno Bantul pada kelompok usia pemain 14 tahun. Pertanda jika pemain-pemain sepak bola SSB Baturetno Bantul pada usia 14 tahun belum melakukan latihan intensif untuk menguasai teknik mengumpan bawah dengan baik.

Dalam kasus ini, pelatih SSB Baturetno Bantul dibantu oleh peneliti dapat menemukan solusi tepat untuk mengubah kesalahan mendasar pada teknik mengumpan sepak bola. Rata-rata umpan bawah yang dibuat oleh pemain SSB Baturetno pada kelompok usia 14 tahun belum akurat dan tidak memperhatikan tekniknya dengan benar. Mereka kurang sekali dalam melatih *passing* bawah pada saat usianya. Salah satu solusi yang dapat diterapkan untuk memperbaiki kekurangan tersebut ialah dengan latihan intensif yang biasa disebut dengan *Combine Drill Passing Training*. Pada akun media sosial, peneliti menemukan banyak referensi untuk menyusun dan merencanakan serta memvariasi sekaligus mengkombinasikan, bentuk dan teknik-teknik dasar sepak bola.

Terutama pada akun *@moalife* menyatakan dirinya sebagai pemain sepak bola *freelance* dengan pekerjaan memberikan banyak bentuk latihan terhadap kombinasi dan variasi latihan. Kemudian, ia berbagi melalui media sosial Instagram. Seni dan kombinasi serta variasi latihan yang direkam menjadi video. Latihannya menjadi gambaran bahwa latihan teknik-teknik dasar pada sepak bola dapat dikombinasikan dan divariasikan untuk tujuan yang sama. Banyak bentuk kombinasi dan variasi latihan khususnya pada ketrampilan *passing* bawah. Mulai dari kombinasi antara *dribbling* dan *passing* atau kombinasi antara *heading*, *dribbling*

kemudian *passing* bawah. Ada juga gerakan tanpa bola yang diakhiri dengan bola harus masuk pada target. *Combine Drill Passing Training* merupakan latihan *passing* (khususnya *passing* bawah) yang diterapkan berulang-ulang dengan kombinasi serta variasi dari beberapa komponen teknik dasar sepak bola dengan tujuan meningkatkan akurasi umpan bawah pemain sepak bola.

Selain itu, latihan ini juga mempunyai tujuan untuk menghilangkan rasa bosan saat menjalankan program latihan dan memberikan pemain rasa senang. Diimbangi dengan teknik-teknik dasar lainnya untuk memperkuat teknik mengumpan bawah saat diterapkan ke permainan yang sesungguhnya. Penguasaan teknik dari pemain sepak bola

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk *quasi experiment research*. Menurut Agung Sunarno dan Syaifullah Sihombing (2011), *quasi experiment research* atau rancangan eksperimental semu merupakan rancangan yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang merupakan perkiraan bagi informasi yang dapat diperoleh dengan eksperimen yang sebenarnya dalam keadaan yang tidak memungkinkan untuk mengontrol dan atau memanipulasikan semua variabel yang relevan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*The One Group Pretest Posttest Design*” atau tidak adanya grup kontrol (Sukardi, 2009: 18). Metode eksperimen dengan sampel tidak terpisah maksudnya peneliti hanya memiliki satu kelompok saja, yang diukur dua kali, pengukuran pertama (*pretest*) dilakukan sebelum subjek diberi perlakuan, kemudian perlakuan (*treatment*), yang akhirnya ditutup dengan pengukuran kedua (*posttest*).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 Februari sampai 4 April 2019 di Komplek Lapangan Wiyoro. Adapun

usia 14 tahun di SSB Baturetno dianggap menjadi kunci untuk memperlancar dan mempermudah pemain dalam menerapkan taktik yang diberikan oleh pelatih. Maka dari itu sangat cocok untuk merubah cara bermain di lapangan pemain sepak bola usia 14 tahun di SSB Baturetno Bantul yang sebelumnya sering melakukan kesalahan *passing* bawah dengan merancang rencana latihan yang didominasi latihan *passing* bawah. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti bermaksud mengadakan penelitian eksperimen untuk mengetahui penelitian ini berjudul “Pengaruh Latihan *Combine Drill Passing Training* terhadap Peningkatan Ketrampilan *Passing* Bawah Pemain Sepak Bola Usia 14 Tahun di SSB Baturetno Bantul”.

waktu *pretest* diambil pada tanggal 28 Februari 2019 dan *post test* diambil pada tanggal 4 April 2019. *Treatment* penelitian ini diberikan sebanyak 16 kali pertemuan dengan frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu yaitu pada hari Rabu, Jumat dan Minggu.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dari penelitian ini merupakan pemain sepak bola usia 14 tahun di SSB Baturetno Bantul yang berjumlah 17 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yaitu mengambil seluruh sampel penelitian. Tahap penelitian adalah seluruh sampel tersebut melakukan *pretest* dan selanjutnya diberi *treatment*. Tes yang digunakan adalah Tes Mengumpan Bola Bawah. Kemudian, tes ini juga digunakan pada saat pengambilan data *post test*.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes dan pengukuran. Data yang diambil dengan

melakukan tes ketrampilan sepak bola pada bagian pos mengumpan bola bawah, tes ini memiliki validitas 0,812 dan reliabilitas sebesar 0,856 (Subagyo Irianto, 1995: 9). Pengukuran awal atau *pretest* dan pengukuran akhir atau *post test*. Alat yang digunakan pada tes mengumpan bola bawah antara lain: 1) bola sepak *size* 4, 2) meteran, 3) kapur dan 4) gawang ukuran 1,5 m x 0,5 m. Ada pun mekanisme teknik pengumpulan data sebagai berikut: 1) tempat dan gawang dipersiapkan, 2) *passing* bawah yang sah 3) diberikan 10 kali *passing* bawah tanpa pengulangan dengan jarak 9 m.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan uji normalitas, uji homogenitas dan uji hipotesis. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi sampel. Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui homogen atau tidaknya populasi yang diambil sebagai sampel. Pengujian hipotesis menggunakan uji t yang digunakan untuk ada atau tidaknya perbedaan antara *pretest* dan *post test* serta mengetahui peningkatan presentase setelah diberikan perlakuan.

HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN

Deskripsi Data Hasil Penelitian

Tabel 1. Data Hasil Penelitian *pretest* & *posttest*

NO.	NAMA	PRETEST	POSTTEST	SELISIH	RANKING
1	ZKP	7	8	1	11
2	MRA	4	4	0	17
3	AFS	5	8	3	10
4	ENF	8	9	1	8
5	REA	7	8	1	12
6	RAS	8	8	0	14
7	MDF	5	10	5	1
8	DFE	4	9	5	7
9	FAJ	9	8	-1	15
10	MAM	9	10	1	4
11	BRJ	8	10	2	2
12	DSW	8	10	2	3
13	RIF	7	7	0	16
14	MII	9	9	0	9
15	GAP	10	10	0	6
16	MRA	8	8	0	13
17	MAQ	9	10	1	5

Tabel di atas merupakan deskripsi data hasil penelitian ini setelah perlakuan dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan.

Tabel 2. Deskriptif Statistik Penelitian

STATISTIK	PRETEST	POSTTEST
Mean	7.3529	8.5882
Median	8.0000	9.0000
Mode	8.00	8.00
Std. Deviation	1.83511	1.54349
Minimum	4.00	4.00
Maximum	10.00	10.00
Sum	125.00	146.00

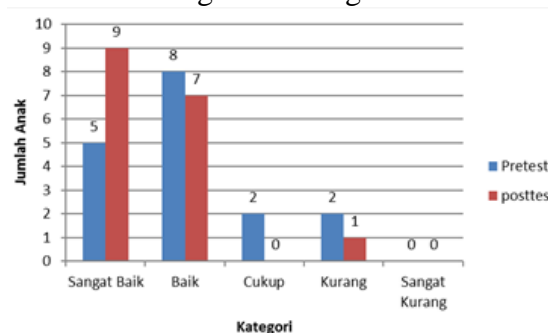
Hasil analisis statistik deskriptif *pretest* & *post test* ketrampilan *passing* bawah pemain SSB Baturetno usia 14 tahun dapat diperhatikan melalui tabel di atas.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penelitian

No	Interval	Kategori	Pretest		posttest	
			F	%	F	%
1	9-10	Sangat Baik	5	29%	9	53%
2	7-8	Baik	8	47%	7	41%
3	5-6	Cukup	2	12%	0	0%
4	3-4	Kurang	2	12%	1	6%
5	0-2	Sangat Kurang	0	0%	0	0%
Jumlah			17	100%	17	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, hasil *pretest* & *post test* ketrampilan *passing* bawah pemain SSB Baturetno usia 14 tahun dapat diperhatikan melalui tabel di atas.

Gambar 1. Diagram Batang Penelitian



Berdasarkan tabel 3 dan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa hasil *pretest* & *posttest* ketrampilan *passing* bawah pemain SSB Baturetno Bantul usia 14 tahun, hasil *pretest* pada kategori “sangat

kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 12% (2 siswa), “cukup” sebesar 12% (2 siswa), “baik” sebesar 47% (8 siswa) dan “sangat baik” sebesar 29% (5 siswa). Pada hasil *posttest* di kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 6% (1 siswa), “cukup” sebesar 0% (0 siswa), “baik” sebesar 41% (7 siswa) dan “sangat baik” sebesar 53% (9 siswa).

Hasil Uji Normalitas

Tabel 4. Uji Normalitas

Kelompok	P	Sig	Keterangan
Pretest	0,932	0,350	Normal
Posttest	0,964	0,310	Normal

Hasil tabel di atas menunjukkan bahwa nilai p (sig) > 0.05 maka variabel berdistribusi normal.

Hasil Uji Homogenitas

Tabel 5. Uji Homogenitas

Kelompok	df1	df2	Sig	Keterangan
Pretest- Posttest	1	32	0,359	Homogen

Hasil tabel di atas menunjukkan nilai sig. p 0,359 > 0,05 maka data bersifat homogen.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 6. Uji t

Kelompok	Rata-Rata	thitung	df	Sig	Selisih	Prosentase
Pretest	7,35	2,970	16	0,009	1,24	16,87%
Posttest	8,59					

Hasil tabel di atas menunjukkan bahwa t hitung 2,970 dan t tabel 2,12 (df 16) yang nilai sig p sebesar 0,009. Oleh karena itu t hitung 2,970 > t tabel 2,12 dan nilai sig 0,009 > 0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data hasil penelitian diperoleh peningkatan yang signifikan terhadap kelompok yang diteliti. Pemberian perlakuan latihan *Combine Drill Passing Training* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketrampilan *passing* bawah siswa sekolah sepakbola pemain usia 14 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan latihan *Combine Drill Passing Training* terhadap kemampuan *passing* bawah siswa sekolah sepakbola pemain sepak bola usia 14 tahun, adapun urutan kegiatan yang harus dilakukan sehingga akhirnya dapat ditarik kesimpulan adalah: (1) diadakan *pretest* dengan tujuan supaya ketrampilan *passing* bawah pemain diketahui, (2) pemberian program latihan *Combine Drill Passing Training* sebanyak 16 kali pertemuan, (3) kemudian yang terakhir adalah diadakannya *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan ketrampilan *passing* bawah terhadap subjek yang diberi perlakuan.

Dalam *combine drill passing training* memberikan pengalaman terhadap para pemain usia 14 tahun untuk menemukan performa untuk melakukan *passing* bawah dengan maksimal. Latihan *combine drill passing training* mendasari berkembangnya kemampuan motorik. Ketrampilan motorik diperlukan untuk berhasil mengontrol, mengoper, menggiring bola dan menembak bola ke arah gawang. Permainan sepak bola mempunyai aspek dasar motorik yang berfungsi untuk melakukan teknik seperti mengoper, mengontrol, menggiring bola dan menembak bola (Ajmol Ali, 2011: 1 & 6).

Struktur program latihan, perkembangan, pembinaan dan variasi yang sudah dipilih dimaksudkan untuk kebermanfaatan bagi pemain untuk latihan yang sedang dilakukan menjadi baik (Hyballa & te Poel, 2015: 64). Pengamatan

yang didapat saat melakukan penelitian, beberapa pemain memiliki ketrampilan *passing* bawah yang baik sejak *pre test* dilakukan karena posisi bermain seperti *midfielder* atau *center back*. Selaras dengan pendapat Bucheitt, Mendez-Villanueva, Bourdon, Simpson, Aslan, Acikada, Guvenc, Hazir, Goren & Ozkara yang berbunyi: “profil aktivitas pemain sepak bola muda biasanya berkaitan dengan posisi ia bermain” dalam *Jurnal Classifying Young Soccer Players by Training Performances* (Eduardo Abade, dkk., 2014: 2).

Untuk mengetahui adanya perbedaan atau pengaruh latihan *Combine Drill Passing Training* terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain dapat dibuktikan dengan uji-t. Uji-t akan menampilkan besar nilai t-hitung dan signifikansinya. Hasil uji-t menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan *Combine Drill Passing Training* terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain usia 14 tahun, hal ini dibuktikan dengan t hitung $2,970 > t$ tabel 2,12 dan nilai signifikansi $0,009 < 0,05$. Ketrampilan *passing* bawah siswa mengalami peningkatan setelah melakukan *treatment* latihan *Combine Drill Passing Training* dengan ditunjukkan oleh nilai *post-test* lebih besar dari pada nilai *pre-test*. Hal ini dibuktikan dengan nilai rata-rata *post-test* sebesar 8,59 lebih baik dari pada nilai rata-rata *pre-test* sebesar 7,35.

Berdasarkan hasil penelitian juga terlihat bahwa ada beberapa anak yang ketrampilan *passing* bawahnya meningkat drastis, bahkan ada yang menurun kemampuannya. Hal ini disebabkan jenis penelitian ini merupakan eksperimen semu, artinya peneliti tidak dapat memantau secara penuh kegiatan pemain di luar jadwal latihan/*treatment* yang diberikan peneliti. Dimungkinkan bagi pemain yang meningkat drastis kemampuannya karena anak tersebut juga tetap latihan di luar jadwal latihan/*treatment* yang diberikan peneliti. Sedangkan bagi pemain yang

kemampuannya justru menurun dimungkinkan pemain tersebut tidak mengikuti latihan secara serius, dan juga ada pemain yang sakit pada saat pengambilan data *posttest* sehingga kemampuannya tidak maksimal.

KESIMPULAN & SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada latihan *combine drill passing training* terhadap ketrampilan *passing* bawah pemain sepak bola usia 14 tahun SSB Baturetno Bantul dengan nilai t hitung $2,970 > t$ tabel 2,12 dan nilai signifikansi $0,009 < 0,05$, dan kenaikan persentase sebesar 16,87%.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu: 1) Bagi peneliti selanjutnya agar menambah variabel pembanding. 2) Bagi peneliti selanjutnya agar sampel harus lebih dikontrol. 3) Bagi peneliti selanjutnya agar memberikan program latihan *combine drill passing training* dengan lebih jelas dan terprogram. 4) Bagi peneliti selanjutnya agar sampel diperhatikan lebih terhadap pengaruh teknik-teknik dasar sepak lainnya. 5) Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan program latihan pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abeade, E.A., Goncalvez, B.V., Silva, A.M., et al. (2014). *Classifying Young Soccer Players By Training Performances*. Diambil pada tanggal 7 April 2019, dari <https://www.researchgate.net/publication/269181525>
- Ajmol Ali. (2011). *Measuring Soccer Skill Performance*. [Versi Elektronik]. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports.

- Hyballa, P. & te Poel, H.D. (2015).
German Soccer Passing Drills.
Germany: Meyer & Meyer Sports.
- Subagyo Irianto. (1995). *Penyusunan Tes
Ketrampilan Bermain Sepak Bola
Bagi Siswa Sekolah Sepak Bola
Puspor IKIP*. Yogyakarta: FPOK
IKIP.
- Sunarno, Agung & Sihombing, Syaifullah.
(2011). *Metode Penelitian
Keolahragaan*. Surakarta: Yuma
Pustaka.