



Pengaruh Latihan Small Side Game terhadap Ketepatan Passing pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola MTS AL Amin Pakis

Irfan Audi Yahya, As'ad Syamsul Arifin^{1,2}

IKIP Budi Utomo Malang, ignasius@gmail.com, ahsadmada@gmail.com

Abstract

The accuracy of the pass (passing) is vital or very important in the sport of football. There are many training methods or methods used to improve the quality of passing on soccer players. This study aims to determine how much influence the small-sided games training method has on the accuracy of the passing of Mahardhika Fc club players. treatment and posttest after being given treatment. The population of this research is the football player of Mahardhika Fc club. In this study, sampling using the Saturated Sampling technique, this technique is for determining the sample when members of the population are used as samples. This is often done when the population is relatively small, less than 30 people, or research that wants to make generalizations with very small errors. The data collection technique used a test. Based on the research findings, it showed that the probability significance value was $0.000 < 0.05$, meaning that there was a significant effect of the Small-sided games training method on the accuracy of the pass (passing) for Mahardhika Fc football club players. Before being given the small-sided games training method, the accuracy of passing for Mahardhika Fc football club players was on average 8.7 and at the posttest it increased to 11.4. It turned out that the average size after being given the small-sided games training method increased by 2.70 or by 31.04%.

Abstrak

Ketepatan umpan (passing) adalah hal yang vital atau sangat penting dalam olahraga sepak bola. Sangat banyak metode latihan atau cara yang digunakan untuk meningkatkan kualitas mengumpan pada pemain sepak bola. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode latihan small-sided games terhadap ketepatan umpan (passing) pada pemain klub Mahardhika Fc. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain penelitian One-Group Pretest-Posttest Design, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan. Populasi penelitian ini adalah pemain sepak bola klub Mahardhika Fc. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik Sampling Jenuh, teknik ini untuk penentuan sampel bila anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Teknik pengambilan data menggunakan tes. Berdasarkan temuan penelitian menunjukkan bahwa, nilai signifikansi probability $0,000 < 0,05$, berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari metode latihan Small-sided games terhadap ketepatan umpan (Passing) pada pemain klub sepakbola Mahardhika Fc. Sebelum diberikan metode latihan small-sided games terhadap ketepatan umpan (passing) pada pemain klub sepakbola Mahardhika Fc berada pada rerata 8,7 dan pada saat posttest meningkat menjadi 11,4. Ternyata besarnya rerata setelah diberikan metode latihan small-sided games meningkat sebesar 2,70 atau sebesar 31,04 %.

Article History

Received: 1 Januari 2022

Reviewed: 22 Februari 2022

Published: 3 April 2022

Key Words

content,
formatting, article.

Sejarah Artikel

Received: 1 Januari 2022

Reviewed: 22 Februari 2022

Published: 3 April 2022

Kata Kunci

isi, format, artikel.



Pendahuluan

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pembelajaran siswa di sekolah, yang dilakukan diluar jam pelajaran sekolah atau setelah jam pulang sekolah (Mendikbud, 2014). Tujuan dari kegiatan pembelajaran ekstrakurikuler yaitu untuk mengembangkan kemampuan, kepribadian dan bakat dibidang non akademik. Dalam kegiatan ekstrakurikuler disekolah terdapat ekstrakurikuler wajib dan pilihan, contoh ekstrakurikuler yang wajib didalam sekolah yaitu pramuka, dan untuk ekstrakurikuler pilihan contohnya seperti ekstrakurikuler Olahraga, Pecinta Alam, Teater, Rohis dan seni atau karawitan, Sepakbola merupakan ekstrakurikuler pilihan yang sangat diminati siswa putera SMA Negeri 3 Purwokerto. Sepakbola adalah cabang olahraga permainan yang dimainkan secara beregu atau berkelompok dengan jumlah pemain yaitu sebelas pemain dan sudah termasuk dengan satu penjaga gawang. Permainan sepakbola memiliki beberapa momen sepakbola seperti, ketika tim yang melakukan attack (menyerang) dan melakukan defence (bertahan) dan momen saat melakukan transisi. Sepakbola bukan hanya memiliki momen dalam permainan tapi juga memiliki aturan permainan dan Teknik dasar dalam permainan sepakbola, peraturan sepakbola sudah dibuat dan ditetapkan oleh FIFA, peraturan sepakbola terdiri dari durasi permainan yaitu 2 x 45 menit, jumlah pe main ketika bertanding dalam satu tim ketika dilapangan yaitu 11 pemain dan sudah termasuk dengan penjaga gawang, pemain wajib menggunakan peralatan sepakbola antara lain sepatu sepakbola, pelindung tulang kering, kaoskaki, kostum yang sama dan ber nomor punggung dalam satu tim terkecuali penjaga gawang dengan warna yang berbeda, bola dan lapnagan sepakbola yang berukuran Panjang 100-110 meter dan lebar 64-75 meter, bukan hanya peraturan saja, sepakbola memiliki Teknik dasar sepakbola antara lain passing, control, dribbling, shoting dan heading. Passing merupakan salah satu teknik dasar sepakbola yang digunakan untuk memberikan umpan dengan menggunakan kaki bagian dalam maupun luar, passing memiliki dua versi yaitu umpan pendek (short pass) dan umpan jarak jauh (long pass), control adalah teknik dalam sepakbola yang bertujuan guna menghentikan bola, control dapat dilakukan dengan seluruh anggota badan terkecuali dengan menggunakan tangan. Shooting adalah Teknik dasar menendang dengan sekuat tenaga yang bertujuan untuk mencetak gol kedalam gawang lawan. dribbling yaitu Teknik dasar sepakbola yang bertujuan untuk menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian dalam maupun luar. Heading yaitu Teknik dasar sepakbola yang bertujuan untuk menyundul bola dengan menggunakan kepala untuk mengoper atau mencetak gol ke dalam gawang lawan. (Sucipto, dkk, 2000). Menguasai teknik long pass dengan benar siswa membutuhkan latihan, try in dan try out atau membiasakan melakukan long pass ketika dalam permainan dan situasi yang mendukung untuk melakukan long pass. Penerapan latihan (Small Sided Games) diharapkan dapat berpengaruh terhadap kemampuan siswa dalam menguasai long pass pada permainan sepakbola dengan benar.



Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah True Experimental Design Dengan menggunakan jenis penelitian Posttest Only Control Design ini kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dibentuk secara random, sehingga keduanya dapat dianggap setara. Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen adalah kelompok yang diberi perlakuan dan kelompok kontrol adalah kelompok yang tidak diberi perlakuan. Kedua kelompok di beri pengukuran yang sama dengan menggunakan tes. Dalam penelitian ini, pengaruh perlakuan dianalisis dengan uji regresi, pakai statistik t-tes. Populasi penelitian yaitu seluruh siswa kelas III SDN 01 Manguharjo yang keseluruhannya adalah 52 siswa yaitu kelas A berjumlah 26 siswa, dan kelas B berjumlah 26 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III SDN 01 Manguharjo Kota Madiun. Teknik sampling yang digunakan teknik pengambilan sampel secara total. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan tradisional gobak sodor sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah sikap sosial siswa. Sedangkan pengumpulan datanya menggunakan angket dengan menggunakan skala Guttman, yaitu skala pengukuran yang dilakukan untuk mendapat jawaban yang tegas terhadap suatu permasalahan yang ditanyakan. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik regresi linier satu prediktor yang bersifat untuk memprediksi angket yang digunakan signifikan terhadap sikap sosial siswa.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan experiment test. Sugiyono (2015: 108), “terdapat beberapa bentuk desain eksperimen yaitu : Pre- Experimental Design, True Experimental Design, Factorial Experimental Design, dan Quasi Experimental Design”. Dalam penelitian ini, Penulis menggunakan bentuk Pre experimental Design yaitu one group pretest- posttest design. Tabel 1.1 One Group Pretest Post-test Design (Sugiyono 2013) Eksperimen O1 X1 O2 Keterangan : O1 : Pre test Long Pass pada kelompok yang diberi perlakuan. O2 : Post test Akhir Long Pass pada kelompok yang diberi perlakuan. X1 : Penerapan model latihan Small Sided Games (SSG). Populasi penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 3 Purwokerto sebanyak 24 siswa, dari jumlah 24 siswa merupakan siswa kelas X-XII dengan rata-rata umur 15-18 tahun. Sampel adalah sebagian atau wakil penelitian Arikunto (2010). Penelitian ini akan meneliti dengan menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh populasi akan dijadikan sampel. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan tes tendangan lambung Bobby Charlton. Teknis dalam melakukan tes tendangan lambung Bobby Charlton adalah sebagai berikut: (a) memilih dan menentukan daerah lapangan berukuran 10m², (b) buat lagi bidang persegi yang lebih kecil, bidang persegi yang paling tengah luasnya 4 m², bidang berikutnya 6 m², dan bidang ketiga yaitu berukuran 8 m², (c) setiap bidang memiliki poin sendiri-sendiri, bidang tengah bernilai 100 poin, bidang berikutnya 50 poin, bidang berikutnya 40 poin, dan bidang terluar bernilai 30 poin. Semua long pass akan dihitung ketika bola jatuh dalam persegi yang sudah ditentukan



dan diberi nilai. Setiap pemain diberi 4 kali kesempatan untuk melakukan long pass. Gambaran instrument pada Gambar

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil dan pembahasan berisi hasil-hasil temuan penelitian dan pembahasannya secara ilmiah. Tuliskan temuan-temuan ilmiah (*scientific finding*) yang diperoleh dari hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan tetapi harus ditunjang oleh data-data yang memadai. Temuan ilmiah yang dimaksud di sini adalah bukan data-data hasil penelitian yang diperoleh. Temuan-temuan ilmiah tersebut harus dijelaskan secara saintifik meliputi: Apakah temuan ilmiah yang diperoleh? Mengapa hal itu bisa terjadi? Mengapa trend variabel seperti itu? Semua pertanyaan tersebut harus dijelaskan secara saintifik, tidak hanya deskriptif, bila perlu ditunjang oleh fenomena-fenomena dasar ilmiah yang memadai. Selain itu, harus dijelaskan juga perbandingannya dengan hasil-hasil para peneliti lain yang hampir sama topiknya. Hasil-hasil penelitian dan temuan harus bisa menjawab hipotesis penelitian di bagian pendahuluan.

Kesimpulan (12pt)

Kesimpulan menggambarkan jawaban dari hipotesis dan/atau tujuan penelitian atau temuan ilmiah yang diperoleh. Kesimpulan bukan berisi perulangan dari hasil dan pembahasan, tetapi lebih kepada ringkasan hasil temuan seperti yang diharapkan di tujuan atau hipotesis.

Saran (12pt)

Saran menggambarkan hal-hal yang akan dilakukan terkait dengan gagasan selanjutnya dari penelitian tersebut. Hambatan-hambatan atau permasalahan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian juga disajikan pada bagian ini.

Daftar Pustaka

Semua rujukan-rujukan yang diacu di dalam teks artikel harus didaftarkan di bagian Daftar Pustaka. Daftar Pustaka harus berisi pustaka-pustaka acuan yang berasal dari sumber primer (jurnal ilmiah dan berjumlah minimum 80% dari keseluruhan daftar pustaka) diterbitkan 10 (sepuluh) tahun terakhir. **Setiap artikel paling tidak berisi 10 (sepuluh) daftar pustaka acuan.** Penulisan sistem rujukan di dalam teks artikel dan penulisan daftar pustaka sebaiknya menggunakan program aplikasi manajemen referensi misalnya: Mendeley, EndNote, Zotero, atau lainnya. Format penulisan yang digunakan di Jurnal Kependidikan adalah sesuai dengan format APA (*American Psychological Association*).

Format Heading (BAGIAN dan Sub-bagian)

Heading sebaiknya tidak lebih dari 3 tingkat. Semua *heading* harus dalam font 12 pt. Berikut tata cara penulisan *heading*:

1. *Heading Level 1*: *Heading level 1* harus huruf kapital semua, cetak tebal, dan rata kiri. Sebagai contoh, **METODE**.



2. *Heading Level 2*: *Heading level 2* harus diawali huruf kapital, cetak tebal, dan rata kiri. Sebagai contoh, **Heading 2**.
3. *Heading Level-3*: *Heading level 3* harus diawali huruf kapital, cetak tebal, miring (*italic*), dan rata kiri. Sebagai contoh, **Heading 3**.
4. *Heading Level-4*: *Heading level-4* harus diawali huruf kapital, miring (*italic*), dan dinomori dengan angka Arab diikuti dengan tanda kurung kanan. Sebagai contoh, (1) **Heading 4**

Format Tabel

Tabel 1. Kriteria Validitas Instrumen Pengetahuan Metakognisi Berdasarkan Rata-Rata Nilai Validator

> 3,6	Sangat Valid
2,8 – 3,6	Valid
1,9– 2,7	Tidak Valid
1,0– 1,8	Sangat Tidak Valid

Format Gambar



Gambar 1. Keterangan Gambar

Panduan Penulisan Daftar Pustaka

Penulisan Daftar Pustaka sebaiknya menggunakan aplikasi manajemen referensi seperti [Mendeley](#), [End Note](#), [Zotero](#), atau lainnya. Format penulisan yang digunakan di Jurnal Kependidikan adalah sesuai dengan format *APA* (*American Psychological Association*).

Pustaka yang berupa majalah/jurnal ilmiah:

Bekker, J. G., Craig, I. K., & Pistorius, P. C. (1999). Modeling and Simulation of Arc Furnace Process. *ISIJ International*, 39(1), 23–32.

Pustaka yang berupa judul buku:

Fridman, A. (2008). *Plasma Chemistry* (p. 978). Cambridge: Cambridge University Press

Pustaka yang berupa Prosiding Seminar:

Roeva, O. (2012). Real-World Applications of Genetic Algorithm. In *International Conference on Chemical and Material Engineering* (pp. 25–30). Semarang, Indonesia: Department of Chemical Engineering, Diponegoro University.



Pustaka yang berupa disertasi/thesis/skripsi:

Istadi, I. (2006). Development of A Hybrid Artificial Neural Network – Genetic Algorithm for Modelling and Optimization of Dielectric-Barrier Discharge Plasma Reactor. *PhD Thesis*. Universiti Teknologi Malaysia.

Pustaka yang berupa patent:

Primack, H.S. (1983). Method of Stabilizing Polyvalent Metal Solutions. *US Patent No. 4,373,104*

Pustaka yang berupa HandBook:

Hovmand, S. (1995). Fluidized Bed Drying. In Mujumdar, A.S. (Ed.) *Handbook of Industrial Drying* (pp.195-248). 2nd Ed. New York: Marcel Dekker.

Website

United Arab Emirates architecture. (n.d.). Retrieved June 17, 2010, from UAE Interact website: <http://www.uaeinteract.com/>

Dokumen Pemerintah

Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. (1978). *Pedoman Penulisan Laporan Penelitian*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Dokumen Pemerintah yang diterbitkan oleh penerbit dan tanpa lembaga

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional. 1990. Jakarta: PT Armas Duta Jaya.

Tulisan/ berita dalam koran (tanpa nama penulis)

Jawa Pos. 22 April, 1995. *Wanita Kelas Bawah Lebih Mandiri*, hlm.3.