

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* BERPASANGAN TERHADAP
KETEPATAN HASIL *PASSING* SEPAK BOLA DI SSB PORSES
WATES KABUPATEN KEDIRI U 15 - U 17**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd.)
Pada Prodi Penjaskesrek



OLEH :

RADIT RIVALDO

NPM : 2115030028

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI INDONESIA

2025

Skripsi Oleh :

Radit Rivaldo

NPM: 2115030028

Judul:

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* BERPASANGAN TERHADAP
KETEPATAN HASIL *PASSING* SEPAK BOLA DI SSB PORSES WATES
KABUPATEN KEDIRI U 15 - U 17**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi
Penjaskesrek FIKS UN PGRI KEDIRI

Tanggal: 1 Juli 2025

Pembimbing I,



Weda, M.Pd.
NIDN. 07121088702

Pembimbing II,



Drs. Sugito, M.Pd.
NIDN. 0004086001

Skripsi Oleh:

RADIT RIVALDO
NPM: 2115030028

Judul:

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* BERPASANGAN TERHADAP
KETEPATAN HASIL *PASSING* SEPAK BOLA DI SSB PORSES WATES
KABUPATEN KEDIRI U 15 - U 17**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sidang/Skripsi Prodi FIKS/Penjaskesrek
UN PGRI KEDIRI
Pada Tanggal : 10 Juli 2025

Dan Dinyatakan telah Memenuhi persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Weda, M.Pd.
2. Penguji I : Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd.
3. Penguji II : Drs. Sugito, M.Pd.



Mengetahui,
Dekan FIKS

Dr. Nur Ahmad M. M. Or.
NIDN.0703098802

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Radit Rivaldo

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Tempat/Tanggal Lahir : Kediri, 17 Desember 2002

NPM : 2115030028

Fakultas/Prodi : FIKS/ S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 10 Juli 2025

Yang Menyatakan,



RADIT RIVALDO

NPM: 2115030028

Motto :

“Menggali Kreativitas, Meretas Batasan : Skripsi untuk Inovasi Berkelanjutan.

Kupersembahkan karya ini buat :

1. Kepada Orang Tersayang Dengan segala rasa syukur dan penghormatan, skripsi ini saya persembahkan kepada : Orang Tersayang, Keluarga Terima kasih atas doa, dukungan, dan cinta tak terbatas. Setiap langkah, tawa, dan tangis ini adalah bagian dari perjalanan kita bersama.

2. Dosen Pembimbing Terima kasih atas bimbingan, arahan, dan ilmu yang telah diberikan. Tanpa petunjukmu, pencapaian ini tidak akan terwujud.

3. Sahabat Terbaik Bagi sahabat-sahabat yang selalu ada dalam suka dan duka, terima kasih atas semangat dan dukungan tanpa henti.

4. Pencinta Ilmu dan Penelitian Kepada mereka yang membuka pintu pengetahuan, terima kasih atas inspirasi dan motivasi untuk terus belajar

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah. Puji syukur kepada Allah SWT. Yang telah memberikan nikmat yang luar biasa, memberi saya kekuatan. Atas karunianya serta kemudahan yang engkau berikan, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu. Segala perjuangan sayang hingga berada dititik ini, saya mempersembahkan teruntuk orang-orang hebat yang selalu menjadi penyemangat, menjadi alasan saya kuat menjalani dan mengerjakan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai ungkapan terima kasih. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta memberikan kelancaran dalam penyusunan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat pada waktunya.
2. Diri saya sendiri Radit Rivaldo terima kasih sudah kuat dan bertahan berjuang sehingga dapat menyelesaikan pendidikan di bangku kuliah ini.
3. Kepada kedua orang tua saya yang selalu memberikan dukungan, berupa materi dan motivasi yang baik untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, serta do'a yang tidak pernah putus untuk anak pertamanya. Saya persembahkan karya tulis ini dan gelar untuk Bapak dan Ibu saya tercinta.
4. Kepada kedua dosen pembimbing saya Bapak Weda, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 1 dan Bapak Drs. Sugito, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah mengarahkan dan membimbing saya dalam pengerjaan skripsi serta meluangkan banyak waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing skripsi dari awal hingga akhir dengan sabar, ikhlas dan tulus.
5. Bapak dan Ibu Dosen pembimbing, penguji dan pengajar, yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik. Terimakasih banyak Bapak dan Ibu dosen, jasa kalian akan selalu terpatrit di hati.

6. Kepada Bapak/Ibu selaku Pengurus Sekolah Sepak Bola Porses Wates Kabupaten Kediri yang telah memberikan izin, membimbing dan memotivasi saya dalam proses penelitian.
7. Semua pihak yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Abstrak

Radit Rivaldo Pengaruh Latihan *Passing* Berpasangan Terhadap Ketepatan *Passing* Sepak Bola SSB Porses Wates Kabupaten Kediri U15-U17, Skripsi, PENJASKESREK, FIKS UN PGRI Kediri 2025.

Kata Kunci : *Passing*, Sekolah Sepak Bola, Latihan *Passing*, SSB Porses Wates, Ketepatan *Passing*.

Tujuan Penelitian: 1) menguji pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap ketepatan *passing* sepak bola pada SSB Porses Wates, 2) menguji pengaruh latihan *passing* dengan media dinding terhadap ketepatan *passing* sepak bola pada SSB Porses Wates, 3) menguji latihan yang lebih baik menggunakan latihan *passing* berpasangan dan dengan media dinding terhadap ketepatan *passing* sepak bola SSB Porses Wates.

Pada penelitian ini menggunakan instrumen penelitian (1) *Passing* menggunakan media tembok dengan tinggi tembok kurang lebih dua meter, dan jarak antara tembok dan atlet sejauh 2,5 meter, (2) *Passing* menggunakan sesama atlet latihan teknik beregu, dengan memanfaatkan sesama atlet sebagai media latihan untuk dijadikan target dengan jarak 15 meter.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan hasil data kuantitatif. Sampel penelitian atlet SSB Porses Wates yang berjumlah 30 atlet dengan teknik total sampling. Variabel penelitian terdiri dari dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Hasil penelitian ini yaitu 1) ada pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap ketepatan *passing* sepak bola pada SSB Porses Wates dengan nilai signifikan 0,047 lebih kecil dari 0,05. 2) ada pengaruh latihan *passing* dengan media dinding terhadap ketepatan *passing* sepak bola SSB Porses Wates 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 Porses Wates dengan nilai signifikan 0,197 lebih besar dari 0,05.

Latihan *passing* dengan berpasangan meningkat lebih besar pengaruhnya daripada latihan *passing* dengan media dinding terhadap ketepatan *passing* sepak bola pada SSB Porses Wates. Saran bagi pelatih dapat menggunakan latihan *passing* berpasangan dan dengan media dinding sebagai alternatif pilihan dalam menentukan metode latihan dan sebagai variasi latihan agar atlet tidak merasa jenuh.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga skripsi “Pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap ketepatan hasil *passing* sepak bola di SSB Porses kab kediri U 15- U 17 pada tahun 2024/2025” dapat disusun guna memenuhi sebagian syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini disampaikan terimakasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Dr. Zainal Afandi, M.Pd., selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri yang senantiasa memberikan motivasi kepada mahasiswa.
2. Bapak Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or., selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Bapak Weda, M.Pd., selaku kepala program studi Pendidikan Jasmani Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Bapak Weda. M.Pd., selaku dosen pembimbing pertama skripsi.
5. Bapak Drs. Sugito, M.Pd. selaku dosen pembimbing kedua skripsi.
6. Kedua orang tua saya, dan semua keluarga yang telah mendukung dan mendoakan, dan membantu tugas akhir saya supaya selesai.

Ucapakan terimakasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini. Akhir kata penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi untuk penelitian terkait selanjutnya.

Kediri, 07 Juli 2025

RADIT RIVALDO
NPM: 2115030028

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A...Latar Belakang Masalah.....	1
B...Rumusan Masalah.....	8
C...Tujuan Penelitian.....	8
D...Manfaat Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	
A...Teori dan Penelitian Terdahulu Variabel 1.....	10
B...Teori dan Penelitian Terdahulu Variabel 2.....	25
C...Teori dan Penelitian Terdahulu Variabel 3.....	26
D...Kerangka Berpikir.....	27
E...Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A...Desain Penelitian.....	30
B...Definisi Operasional.....	31
C...Alat, Bahan, dan atau Instrumen Penelitian.....	31

D...Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
E... Prosedur Penelitian.....	34
F... Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
G... Teknik Analisis Data.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A...Hasil Penelitian.....	37
B... Pembahasan.....	42
BAB V PENUTUP	
A... Simpulan.....	45
B... Implikasi Penelitian.....	45
C... Saran	46
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 : Teknik Menghentikan Bola.....	12
2.2 : Teknik Menggiring Bola.....	12
2.3 : Teknik Menyundul Bola.....	13
2.4 : Teknik Lemparan Kedalam.....	13
3.1 : Teknik Short Pass atau Umpan Pendek.....	19
3.2 : Teknik Mid-Distance Pass atau Umpan Jarak Menengah.....	20
3.3 : Teknik Long Pass atau Umpan Jarak Jauh.....	20
3.4 : Teknik Head Pass atau Umpan menggunakan Kepala.....	21
3.5 : Teknik Wall Pass atau Umpan menggunakan Dinding.....	21

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 : Tabel daftar nama atlet, pretest dan posttest.....	36
4.2 : Hasil Uji Normalitas.....	38
4.3 : Hasil Uji Hipotesis/Uji T.....	39
4.4 : Hasil Uji Determinasi.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 : Surat Penelitian.....	52
2 : Alat Pengelompokan Atlet.....	53
3 : Hasil Pengambilan Data.....	54
4 : Progam latihan.....	55
5 : Output Spss.....	57
6 : Dokumentasi Penelitian.....	59
7 : Alat Untuk Melakukan Tes.....	63
8 : Surat Keterangan Bebas Plagiasi.....	64
9 : Surat Balasan dari SSB.....	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sangat penting bagi kehidupan manusia. Sebagai sarana untuk mencapai tujuan prestasi dan sarana untuk gaya hidup sehat, olahraga telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan kontemporer. Olahraga juga berperan dalam pembangunan nasional dengan membantu meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Tujuan penyelenggaraan olahraga nasional adalah untuk memajukan dan meningkatkan kesehatan, kebugaran fisik, prestasi atletik, dan kualitas manusia Indonesia secara keseluruhan, sebagaimana dinyatakan dalam Undang-Undang No. 3 Tahun 2005. Lebih jauh lagi, olahraga berkontribusi pada pengembangan prinsip moral, standar moral yang tinggi, sportivitas, disiplin, solidaritas nasional, ketahanan, dan kehormatan.

Sepak bola merupakan olahraga yang paling diminati di seluruh dunia, dengan lebih dari 260 juta pemain yang aktif (Chan et al., 2016). Permainan ini menuntut kemampuan dalam berbagai aspek, seperti teknis, taktis, fisiologis, hingga mental. Selain itu, sepak bola termasuk olahraga yang intensitasnya tinggi, penuh dengan kontak fisik antar pemain, perubahan arah permainan yang cepat, serta memiliki risiko cedera yang cukup besar (Chomani et al., 2021). Sebagai olahraga beregu, setiap tim dalam permainan sepak bola terdiri dari sebelas orang, termasuk penjaga gawang, yang memiliki tujuan utama mencetak gol untuk meraih kemenangan. Mengingat durasi permainan yang cukup panjang, sepak bola menuntut kondisi fisik dan mental yang prima dari setiap pemain agar dapat bermain secara maksimal dan mempertahankan fokus demi mencapai hasil yang diinginkan (Atiq & Yunitaningrum, 2020).

Dalam permainan sepak bola, terdapat beragam tindakan yang dilakukan oleh pemain, yang secara umum bertujuan untuk mencetak gol. Dua teknik dasar yang sangat penting dalam menciptakan peluang adalah *passing* dan *shooting*. Salah satu strategi yang kerap digunakan dalam permainan adalah *one touch passing*, yaitu mengoper bola hanya dengan satu sentuhan

untuk memahami dan merespons situasi permainan dengan cepat. Namun, dalam praktiknya, pemain juga perlu menguasai teknik pengendalian bola sebagai langkah awal dalam membangun pola serangan selanjutnya (Anwar et al., 2019).

Efektivitas *passing* dapat dilihat dari beberapa indikator seperti jumlah total operan, rata-rata operan beruntun yang dilakukan, serta persentase keberhasilan operan. Faktor-faktor ini terbukti berkontribusi secara positif terhadap performa tim secara keseluruhan, bahkan dapat memengaruhi hasil akhir pertandingan (Dunton et al., 2020).

Saat ini, lebih banyak orang menonton sepak bola daripada olahraga lainnya. Pria dan wanita dari segala usia, dari anak-anak hingga nenek-nenek, termasuk di antara para penggemarnya yang setia. Memainkan olahraga ini di berbagai tempat dimungkinkan, termasuk halaman belakang, lapangan terbuka, dan stadion. Setiap tim sepak bola membutuhkan penjaga gawang, bek, gelandang, dan penyerang untuk memainkan permainan. Secara khusus, penjaga gawang memiliki kebebasan bergerak sepenuhnya, termasuk menggunakan tangan mereka, di dalam area gawang mereka sendiri. Tujuan permainan ini adalah mencetak gol ke gawang lawan secepat mungkin tanpa membiarkan gawang mereka sendiri kebobolan. Pemenang akan ditentukan oleh tim yang mencetak gol terbanyak dalam 90 menit permainan. Setiap babak berlangsung selama 45 menit. Sepak bola telah melampaui statusnya sebagai olahraga belaka dan telah terintegrasi ke dalam kehidupan sehari-hari di beberapa negara dan budaya (Sucipto, 2000:7).

Dua babak permainan sepak bola yang berdurasi 45 menit dipisahkan oleh jeda waktu istirahat selama 10 menit. Setiap tim memiliki sebelas pemain. Penjaga gawang, gelandang, bek, dan penyerang semuanya memainkan peran penting dalam permainan ini. Meskipun pemain tidak diizinkan menggunakan tangan kosong atau lengan mereka saat menyentuh bola, mereka diizinkan untuk memegang dan mengoper bola menggunakan kaki, dada, atau kepala mereka. Satu-satunya pemain yang diperbolehkan menggunakan seluruh anggota tubuhnya adalah penjaga gawang, dan itu hanya boleh dilakukan di

dalam area tertentu, yaitu wilayah gawang yang berukuran 16 meter dan 5,5 meter (Pelangi, 2018).

Sepak bola, salah satu olahraga yang paling banyak ditonton di seluruh dunia, digemari oleh orang-orang dari segala usia dan jenis kelamin di Indonesia. Dari kota-kota besar yang ramai hingga kota-kota yang lebih terpencil, Anda dapat menemukan permainan ini di mana saja. Seiring dengan tingginya antusiasme masyarakat terhadap sepak bola, olahraga ini mengalami perkembangan yang cukup pesat. Namun, besarnya minat tersebut belum sejalan dengan pencapaian prestasi Indonesia di tingkat internasional dalam dunia sepak bola (Bahtiar, 2017).

Sejak dahulu hingga sekarang, sepak bola tetap menjadi salah satu olahraga paling populer dan digemari oleh berbagai kalangan. Di daerah pedesaan, permainan ini sering dimainkan secara sederhana, baik dengan menggunakan sepatu maupun tanpa alas kaki. Sepak bola bisa dilakukan di berbagai tempat seperti lapangan terbuka, halaman luas, lahan sawah yang kering, dan tentu saja hanya dengan sebuah bola (Suantama, 2017). Dalam permainan sepak bola, salah satu teknik dasar yang paling sering digunakan adalah operan atau *passing*. Teknik ini bertujuan untuk mengirimkan bola kepada rekan satu tim guna membuka ruang permainan, menciptakan peluang mencetak gol, serta membantu pemain bertahan menjaga area pertahanannya (Sudjarwo, 2018).

Peneliti berasumsi bahwa dalam permainan sepak bola, kemampuan melakukan *passing* dan *shooting* memiliki peran yang sangat penting. Umpan yang tepat dan akurat akan memudahkan pemain dalam memberikan bola kepada rekan satu tim tanpa mudah direbut oleh lawan. Kualitas *passing* yang baik dan minim kesalahan dapat meningkatkan kualitas permainan serta menjadikannya lebih menarik untuk disaksikan (Bahtiar, 2017). Sepak bola sendiri merupakan olahraga tim yang mempertemukan dua kesebelasan dalam sebuah pertandingan. Ada komponen mental, fisik, taktis, dan teknis dalam permainan ini, semuanya dengan tujuan yang sama: mencetak gol ke gawang

lawan sambil mempertahankan gawang sendiri. Segala sesuatu yang terjadi sepanjang pertandingan ditentukan oleh peraturan (Idris, 2015).

Bermain sepak bola di lapangan membutuhkan banyak otak dan energi karena olahraga ini memiliki kekuatan untuk menyatukan penggemar dan mendorong mereka untuk mendukung tim. Pemain berlomba menendang bola melewati penjaga gawang lawan dalam upaya untuk mencetak gol (Soniawan et al., 2022). Untuk bermain sepak bola di level tinggi, seseorang harus memiliki keterampilan penanganan bola, mencetak gol, dan bertahan yang sangat baik. Setiap pemain harus menjadi ahli dalam hal-hal mendasar jika mereka ingin menang dalam permainan ini (Fajrin et al., 2021).

Karena mencetak gol adalah tujuan utama sepak bola, pemain terlibat dalam berbagai aktivitas, tetapi keterampilan mengoper dan mengontrol sangat penting dalam membangun kemungkinan mencetak gol. Meskipun operan satu sentuhan dapat membantu pemain merasakan permainan dalam skenario tertentu, penting juga untuk melatih keterampilan kontrol bola dalam latihan sehingga Anda siap untuk level berikutnya (Anwar et al., 2019). Berbagai variabel operan, termasuk total operan, rata-rata operan beruntun, dan tingkat keberhasilan, telah terbukti berdampak positif pada kinerja tim dan hasil pertandingan dalam sepak bola (Dunton et al., 2020).

Kemajuan pemain dalam latihan dan pertandingan dapat ditingkatkan dengan mengasah keterampilan dasar sepak bola mereka dengan cara yang sesuai dengan tuntutan dan keadaan masing-masing. Oleh karena itu, penting bagi setiap pemain sepak bola untuk memiliki pemahaman yang kuat tentang keterampilan dasar, khususnya operan (Atiq et al., 2020). Oppici et al. (2019) mengutip Travassos yang mengatakan bahwa menerima dan mendistribusikan bola ke rekan satu tim adalah keterampilan motorik-perseptual yang rumit. Dalam pertandingan, peluang operan diciptakan dengan menggunakan data geografis dan temporal yang berkaitan dengan lokasi bola dan pergerakan pemain saat menyerang dan bertahan. Pemain sepak bola harus ahli dalam mengoper bola jika ingin menunjukkan kemampuan terbaiknya di lapangan. Kemampuan mengoper bola merupakan kemampuan yang sangat penting bagi

setiap pemain. Taktik ini membantu dalam perencanaan permainan untuk melakukan serangan dan menciptakan peluang mencetak gol saat pemain memberikan bola kepada rekan setimnya dari jarak dekat. Saat menyerang, pemain dengan kemampuan mengoper yang lebih baik memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap permainan dan peluang menang yang lebih besar (Soniawan et al., 2021). Latihan yang mencakup mengoper dan menendang harus bervariasi jika seseorang ingin mengembangkan kemampuan mengopernya. Pelatih, menurut Bozkurt dan Kucuk (dikutip dalam Marshal Ahmad Sibarani dan Jack Suman Rulis Manurung, 2021), perlu memasukkan variasi ke dalam rencana latihan agar atlet tidak merasa bosan, terutama selama periode latihan yang panjang. Pemain mungkin kesulitan mengembangkan keterampilan mengoper yang mendasar jika instruksinya tidak bervariasi.

Oleh karena itu, untuk membuat peserta tetap terlibat dan tidak bosan selama pelatihan, program yang baik menggabungkan berbagai latihan fisik, permainan, dan pendekatan teknis dasar. Lebih lanjut, Mulazimoglu (2016) menemukan bahwa akurasi *passing* pemain menurun saat mereka benar-benar kelelahan secara fisik, dengan tingkat kelelahan tertinggi menghasilkan tingkat akurasi terendah. Prosedur pengujian dan simulasi pertandingan sepak bola dapat menyebabkan kelelahan, yang pada gilirannya mengurangi kemampuan menendang.

Metode latihan akurasi *passing* merupakan suatu pendekatan dalam latihan sepak bola yang fokus pada peningkatan ketepatan operan bola, mengingat *passing* adalah teknik yang paling sering digunakan selama permainan. Kemampuan untuk menendang gawang adalah atribut psikomotor yang rumit, dan pelatihan ini dirancang untuk mengembangkannya (Kanishchev et al., 2021). Alasan lain mengapa *passing* yang tepat sangat penting dalam sepak bola adalah karena dapat meningkatkan permainan tim dalam hal strategi ofensif dan alur permainan (Iqbal Siagian, 2021).

Sebagai panduan bagi pelatih profesional dalam membina klub sepak bola, pelatih harus memahami keunggulan dan kelemahan setiap pemain yang dilatih. Selain itu, pelatih juga perlu mampu menganalisis strategi yang

digunakan oleh tim lawan saat pertandingan berlangsung. Pelatih dituntut untuk menerapkan gaya permainan yang menarik dan efektif agar dapat meraih poin sebanyak mungkin. Dalam hal ini, pelatih harus memiliki pengetahuan yang mendalam untuk meningkatkan kualitas permainan, terutama dalam aspek *passing*. Jika *passing* dilakukan secara monoton dan berulang-ulang dengan pola yang sama, hal ini akan mudah dikenali oleh lawan. Oleh karena itu, variasi dalam teknik *passing* sangat diperlukan agar permainan menjadi lebih efektif. Dengan penguasaan keterampilan *passing* yang baik, kerja sama dalam tim akan semakin solid dan mendukung keberhasilan klub sepak bola.

Passing adalah keterampilan paling mendasar dalam sepak bola. Tindakan menendang bola dari satu pemain ke pemain lain didefinisikan sebagai *passing* oleh Robert (2007:19). Ketepatan dalam menendang bola sangat penting agar operan dapat berhasil sampai ke rekan satu tim dan memungkinkan terciptanya tembakan yang tepat sasaran ke gawang lawan. Kemampuan melakukan *passing* menjadi elemen kunci yang menyatukan para pemain dalam sebuah tim sehingga mereka dapat berfungsi sebagai satu kesatuan yang lebih efektif dibandingkan jika bermain sendiri-sendiri. Ketepatan, langkah kaki, dan timing saat melepaskan bola adalah faktor penting dalam keberhasilan sebuah operan bola (Joseph, 2012:11).

Setiap pemain sepak bola harus memiliki keterampilan dasar *passing*. Lapangan yang padat dan datar memerlukan umpan yang kuat dan akurat karena bola bergerak sejajar dengan tumit pemain (Lhaksana, 2011:30). Sangat penting bagi pemain sepak bola untuk memiliki keterampilan umpan yang baik, kata Agustini dkk. (2014). Umpan yang benar membuat rekan setim lebih mudah menerima dan mengelola bola, sehingga lawan lebih sulit merebut bola, menurut para peneliti, yang menekankan pentingnya umpan yang sempurna dalam permainan. Lebih jauh lagi, permainan mungkin lebih menghibur untuk ditonton ketika umpan akurat dan hanya ada sedikit kesalahan. Latihan umpan dan tendangan memerlukan beberapa variasi jika ingin membantu pemain mengembangkan kemampuan umpan mereka. Jika pelatih ingin pemain mereka tetap terlibat selama sesi latihan yang panjang, mereka perlu

menemukan cara untuk mencampur semuanya. Mungkin sulit bagi pemain untuk mempelajari metode umpan dasar jika instruksi tidak bervariasi. Sangat penting bagi pemain untuk tetap terlibat dan tidak bosan selama program latihan yang direncanakan yang menggabungkan berbagai cara instruksi teknis dasar dan latihan fisik yang terkait dengan permainan. Sekolah Sepak Bola (SSB) mengadakan tiga sesi latihan setiap minggu dengan harapan agar para muridnya dapat meningkatkan kemampuan bermain sepak bola mereka lebih cepat.

Dua pemain berlatih mengoper bola satu sama lain sambil saling berhadapan pada jarak sekitar 10 meter. Setiap pemain bergantian menggunakan satu bola. Tujuan utama latihan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan mengoper dan mengontrol bola para pemain. Pemain dapat meningkatkan kepekaan terhadap bola dan belajar mengendalikan intensitas operan berdasarkan jarak di antara mereka melalui latihan ini. Kesederhanaan metode latihan ini menjadi nilai jual utamanya; yang harus dilakukan semua pemain adalah mengoper bola ke rekan setim terdekatnya. Namun, latihan ini memiliki kekurangan yaitu kurang efektif dalam jangka panjang karena peserta latihan mudah merasa bosan. Oleh sebab itu, diperlukan motivasi atau rangsangan agar pemain tetap fokus dan serius dalam berlatih, yang nantinya akan berpengaruh positif terhadap peningkatan akurasi *passing*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih di Sekolah Sepak Bola Kabupaten Kediri, ditemukan beberapa permasalahan berikut: Latihan *passing* sangat membutuhkan variasi yang lebih beragam serta pengaturan waktu latihan yang tepat. Selama ini, latihan *passing* yang diberikan kurang bervariasi sehingga para atlet mengaku masih mengalami kesulitan dalam melakukan *passing*. Selain itu, tanpa dukungan model latihan yang efektif, hasil latihan tidak akan optimal. Minimnya variasi dalam metode latihan di SSB Airlangga berpotensi menyebabkan rasa jenuh pada atlet saat berlatih *passing*, serta menyulitkan mereka dalam menguasai keterampilan tersebut. Akibatnya, saat mengikuti pertandingan uji coba atau *sparing*, atlet sering mengalami kendala dalam kerja sama tim dan kualitas *passing* yang belum maksimal.

Pelaksanaan *passing* di lapangan masih banyak mengalami kekurangan, hal ini disebabkan oleh kurangnya latihan dan lemahnya penguasaan teknik *passing*. Sering terjadi kesalahan saat menendang bola, seperti posisi kaki yang kurang tepat saat menyentuh bola dan tumpuan kaki yang salah saat melakukan tendangan. Untuk menghasilkan tendangan yang baik dan kuat, diperlukan kekuatan kaki yang optimal agar bola dapat ditendang dengan tepat dan sejauh mungkin.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan yang dapat ditemukan penulis adalah sebagai berikut.

1. Adakah pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap ketepatan hasil *passing* sepak bola di SSB Porses Wates Kabupaten Kediri U15-U17?
2. Adakah pengaruh latihan *passing* berpasangan media dinding terhadap ketepatan hasil *passing* sepak bola di SSB Porses Wates kabupaten Kediri U-15-U-17?
3. Adakah perbedaan *passing* berpasangan media sesama atlet dan media dinding terhadap ketepatan hasil *passing* sepak bola di SSB Porses Wates kabupaten Kediri U-15-U-17?

C. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah diatas,peneliti dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap ketepatan hasil *passing* sepak bola di SSB Porses Wates Kabupaten Kediri U15-U17.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* berpasangan media dinding terhadap ketepatan hasil *passing* sepak bola di SSB Porses Wates kabupaten Kediri U-15-U-17.
3. Untuk mengetahui perbedaan *passing* berpasangan media sesama atlet dan media dinding terhadap ketepatan hasil *passing* sepak bola di SSB Porses Wates kabupaten Kediri U-15-U-17.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *passing* berpasangan sesama atlet dan media dinding untuk mengetahui ketepatan *passing* sepak bola di SSB Porses Wates.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, Khoiril. 2013. “Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun”, (online), Vol 3, No 2, (<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki>, diunduh pada 3 Januari 2019).
- Anwar et al. (2019). Football Passing and Control Skills Exercise Model Based on Small Side Games For Ages 12-14 Years. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 481–493.
- Aprilianto, A., Roesdiyanto, R., & Taufik, T. (2022). Latihan Teknik Dasar Sepak Bola Usia 14-15 Tahun. *Sport Science and Health*, 4(2), 156–174. <https://doi.org/10.17977/um062v4i22022p156-174>.
- Aprianova, F., & Hariadi, I. (2017). Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Menggiring Bola (Dribbling) Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. *Indonesia Performance Journal*, 1(1), 63–74.
- Ariff, M., Norasrudin, S., Rahmat, A., & Shariman, I. (2015). Passing sequences towards field goals and penalty corners in men’s field hockey. *Journal of Human Sport and Exercise*, <https://doi.org/10.14198/jhse.2015.10.Proc2.01>.
- Arikunto. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2017). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: RinekaCipta.
- Atiq, A., Ali, M., & Maksum, H. (2020). Development of Passing Techniques with Forum Discussion based <https://doi.org/10.5220/0009905707810783>. *Football*. 781–783.
- Atiq, A., & Yunitaningrum, W. (2020). Physical activities for moral forming football athletes. *Health, Sport*, <https://doi.org/10.34142/hsr.2020.06.03.06>.
- Bahtra, R. (2021). *Buku Ajar Permainan Sepakbola Buku Ajar (Issue 156)*. SUKABINA Press.
- Candra, C., Mulyono, D., & Syafutra, W. (2022). Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Kaki Bagian Dalam Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp. *Jurnal Muara Pendidikan*, 7(2), 378–385. <https://doi.org/10.52060/mp.v7i2.903>.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar – dasar sepak bola*. Eastern Oregon university.

- Dunton, A., O'Neill, C., & Coughlan, E. K. (2020). The impact of a spatial occlusion training intervention on pass accuracy across a continuum of representative experimental design in football. *Science and Medicine in Football*, 4(4), 269–277. <https://doi.org/10.1080/24733938.2020.1745263>.
- Fajrin, S. N., Agustiyawan, A., Purnamadyawati, P., & Mahayati, D. S. (2021). Literature Review : Hubungan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 1(1), 6. <https://doi.org/10.52019/ijpt.v1i1.2605>.
- Ghozali. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Herwin. 2004. *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Diklat. FIK UNY, Yogyakarta.
- Ihsan, N., Okilanda, A., Donie, Putra, D. D., Wanto, S., & Arisman. (2022). Practical Group Defense Exercise Design in Football Game for 13-Year-Old Students. *Teoria Ta Metodika Fizicnogo*. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.2.07>.
- Jatmiko, D., Yunus, M., & Widiawati, P. (2021). Pengembangan Model Latihan Teknik Passing Sepak Bola Berbasis Modul Untuk SSB Kharisma Elang Muda Kota Malang. *Sport Science and Health*, <https://doi.org/10.17977/um062v3i112021p884-892>.
- Julianto, A. R., Rusmiati, P., & Suryadi, D. (2019). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing dan Control Sepak Bola menggunakan Metode Permainan. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara*, 1–7.
- Joseph A. Luxbacher. (2004). *Sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kanishchev, O. G., Kozina, Z. L., Grynyova, V. M., & Masych, V. V. (2021). The technique of using balls of different weights and diameters for the interrelated development of physical qualities, accuracy of strikes and psychophysiological capabilities of young football players. *Health, Sport, Rehabilitation*, 7(1), 28–41. <https://doi.org/10.34142/hsr.2020.07.01.03>.
- Khoirul Huda, M., Priya, N., Santoso, B., Or, M., Muryadi, A. D., Pd, S., & Pd, M. (n.d.). KEMAMPUAN PASSING PADA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) PUTRA MOJOSONGO CLUB TAHUN 2020. In *Jurnal Ilmiah Penjas* (Vol. 7, Issue 2).
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik & Strategi futsal modern*. Be Champiom.

- M. Setiya, C. Dewi, F. E. P. (2022). Pengaruh Latihan Passing Berpasnagan Dalam Permainan Sepak Bola di Klub Puma FC Desa Marga Bakti Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara. 3(1), 1–8.
- Marshal Ahmad Sibarani, & Jack Suman Rulis Manurung. (2021). Difference in The Influence of Practice Regulating Passes and Regulating The Game Against The Accuracy of Passing in Junior Football Players. JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga, 1(02), 75–83. <https://doi.org/10.53863/mor.v1i02.227>.
- Mulazimoglu, O. (2016). An investigation of the effect of fatigue on passing accuracy in soccer players. International Journal of Academic Research, 6(2), 259–267. <https://doi.org/10.7813/2075-4124.2014/6-2/a.37>.
- Murillo, C. A. Z., & Morocho, E. K. A. M. (2021). Training of the Pass Technique in Youth. Turkish Journal of Computer and Mathematics Education, 12(14), 3582–3599.
- Nobari, H., Gorouhi, A., Mallo, J., Lozano, D., Prieto-González, P., & Mainer Pardos, E. (2023). Variations in cumulative workload and anaerobic power in adolescent elite male football players: associations with biological maturation. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation, 15(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s13102-023-00623-5>.
- Paramitha, S. T., Imanudin, I., Hardwis, S., & Suwanta, D. M. (2020). Development of Basic Football Learning Techniques (Kicking) Through Digitalization of Learning Material. Atlantis Press, <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200115.069>.
- Prasetyo, K., & Awang Irawan, F. (2020). The Effect of Exercise Methods and Eye Foot Coordination on Football Passing Accuracy Article Info. Journal of Physical Education and Sports, 9(1), 82–87. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/32157>.
- Putra, A. N., & Bahtra, R. (2021). The Effectiveness of the GAG Training Model in Improving the Basic Technical Skills of Soccer Passing. Proceedings of the 2nd Progress in Social Science, Humanities and Education Research Symposium (PSSHERS 2020), 563(Psshers <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210618.053>).
- Putranto, D., & Andriadi, A. (2019). Pengembangan Model Latihan Passing ADE Sepakbola. SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation, 2(2), 73. <https://doi.org/10.26858/sportive.v2i2.9514>.

- Saputra, A., Muzaffar, A., Alpaizin, M., & Wibowo, Y. G. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Ssb Pratama Kabupaten Batanghari. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v1i1.6311>.
- Santoso, N. (2014). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 10,(November), 40–48.
- Sucipto, dkk. (2000). Sepakbola. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D3.
- Sugiyono. (2009). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitaif Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Sutirta Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Hermon Timika, H. (n.d.). *Pengaruh Latihan Passing Berpasangan dan Latihan Passing dengan Media Dinding terhadap Kemampuan Passing dalam Permainan Sepak Bola Siswa Kelas XI SMK Tunas Bangsa*. <http://Jiip.stkipyapisdompui.ac.id>.
- Soniawan, V., Setiawan, Y., Edmizal, E. (2021). An Analysis of the Soccer Passing Technique Skills. 35(Icssht <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210130.005>. 2019), 20–23.
- Soniawan, V., Setiawan, Y., Edmizal, E., Haryanto, J., & Arifan, I. (2022). The Football Passing Technique Skills. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 5(1), 80. <https://doi.org/10.31851/hon.v5i1.6503>.
- Soylu, A. Y., Ramazanoglu, F., Arslan, E., & Clemente, F. M. (2022). Effects of mental fatigue on the psychophysiological responses , kinematic profiles , and technical performance in different small-sided soccer games. *Biology of Sport*, 39(4), 965–972. <https://doi.org/10.5114/biol sport.2022.110746>.
- Iqbal Siagian, Y. I. S. (2021). Pengembangan Model Latihan Akurasi Passing Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Tahun 2020. *Journal Physical Health Recreation*, 1(50), 107–116.

- Wahyu Dwiyanto. (2012). “Pengaruh Latihan Memantulkan Bola Ke Tembok Terhadap Kemampuan Passing Mendatar Siswa Sekolah Sepakbola Panji Putra Usia 10-12 Tahun”. Skripsi: Yogyakarta: FIK UNY.
- Wahyu, A., Hutomo, P., Sudarmono, M., Annas, M., Raharjo, A., Pendidikan, J., Kesehatan, J., Rekreasi, D., & Keolahragaan, I. (2024). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Article History*. <https://journal.unnes.ac.id/journals/inapes>.