

---

## PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETEPATAN *PASSING* PADA SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKULIKULER SEPAK BOLA SMP NEGERI 2 SITURAJA TAHUN PELAJARAN 2023/2024

Akbar Nugraha<sup>1</sup>, Dadang Budi H<sup>2</sup>, Dede Nurodin<sup>3</sup>  
Universitas Sebelas April <sup>1,2,3</sup>

---

---

### Info Artikel

---

---

### Kata kunci:

Sepak bola, *Small sided games*,  
*Passing*.

---

### ABSTRAK

---

Sepak bola merupakan sebuah olahraga yang merujuk pada permainan yang dilakukan oleh dua tim berbeda, dengan komposisi pemain yang berada di lapangan sebanyak sebelas orang. Di mana masing-masing tim berupaya untuk menang dan mencetak gol ke gawang lawan. Permainan sepak bola mencakup dua kemampuan dasar gerak teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh para pemain yang meliputi gerak teknik tanpa bola, dan gerak teknik dengan bola. Gerak dasar teknik tanpa bola seperti berlari dengan langkah pendek maupun panjang, gerakan lainya seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit dan berhenti tiba-tiba. Gerakan teknik dengan bola meliputi pengenalan bola dengan bagian tubuh, mengoper bola, menendang bola ke gawang, menggiring bola, menerima bola dan menguasai bola, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, melempar bola kedalam, menjaga gawang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Populasi penelitian adalah experiment pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 2 Situraja Tahun Pelajaran 2023/2024. Yang sebagian ditentukan sebagai sampel dengan menggunakan teknik *Purposive sample* dilakukan dengan cara mengambil subyek didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Tujuan tertentu yang dimaksud dalam penarikan sampel ini adalah sampel yang memenuhi kriteria, antara lain seperti jenis kelamin, kelas, maupun umur. Hipotesis dalam penelitian ini adalah bahwa latihan *small sided games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola. Ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola sangat penting, ketepatan untuk menempatkan secara tepat kearah sasaran, yaitu ke sejumlah titik titik di atas permukaan lapangan yang telah disediakan. Ketepatan *passing* sangat dibutuhkan untuk mengoper bola kepada rekan satu tim secara tepat sasaran agar bola tidak mudah dikuasai oleh lawan. Berdasarkan uji signifikan didapat  $t_{hitung}$  sebesar 10,76 dengan taraf nyata  $\alpha = 0.05$ ,  $N = 15$  dan  $dk = 14$ . Sedangkan dari daftar table didapat  $t_{tabel}$  1,761 yang lebih kecil daripada  $t_{hitung} = 10,76$  sehingga hipotesis nol ditolak. Dengan demikian latihan *small sided games* terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola, peningkatannya sangat berarti (signifikan).

---

---

### Keywords:

Football , *Small sided games*,  
*Passing*.

---

### ABSTRACT

---

Football is a sport that refers to a game played by two different teams, with a composition of eleven players on the field. Where each team tries to win and score goals against the opponent. The game of soccer includes two basic technical movement abilities that players must possess and master, which include technical movements without the ball and technical movements with the ball. Basic technical movements without a ball such as running with short or long steps,

---

---

other movements such as walking, tiptoeing, jumping, rolling, turning, dodging and stopping suddenly. Technical movements with the ball include recognizing the ball with body parts, passing the ball, kicking the ball into the goal, dribbling the ball, receiving the ball and controlling the ball, heading the ball, feinting, grabbing the ball, throwing the ball in, guarding the goal. The research method used is the experimental method. The research population was an experiment on male students participating in extracurricular football at Situraja 2 State Middle School for the 2023/2024 academic year. Some of which were determined as samples using the purposive sampling technique, which was done by taking subjects based on certain objectives. The specific objective referred to in this sampling is a sample that meets the criteria, including gender, class and age. The hypothesis in this research is that small sided games practice has a significant influence on passing accuracy in soccer games. Accuracy in passing in the game of football is very important, accuracy in placing it precisely towards the target, namely to a number of points on the surface of the field that has been provided. Accuracy in passing is really needed to pass the ball to a teammate on target so that the ball is not easily controlled by the opponent. Based on the significance test, the t-count is 10.76 with a significance level of  $\alpha = 0.05$ ,  $N = 15$  and  $dk = 14$ . Meanwhile, from the list of tables we get ttable 1.761 which is smaller than  $t_{count} = 10.76$  so the null hypothesis is rejected. Thus, small sided games training on passing accuracy in soccer games has a very significant (significant) increase.



**\*Corresponding Author:**

Akbar Nugraha  
Universitas Sebelas April,  
Sumedang  
Email: an3123216@gmail.com

---

## 1. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan sebuah olahraga yang merujuk pada permainan yang dilakukan oleh dua tim berbeda, dengan komposisi pemain yang berada di lapangan sebanyak sebelas orang. Di mana masing-masing tim berupaya untuk menang dan mencetak gol ke gawang lawan. Menurut Soedjono (1985: 16) “Sepak bola adalah suatu permainan beregu, oleh karena itu kerjasama regu merupakan tuntutan permainan sepak bola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan”. Olahraga ini membutuhkan kerjasama antar pemain yang kompak dalam permainan dan semua pemain harus mengeluarkan seluruh kemampuan terbaiknya untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam setiap pertandingan. Kerjasama antar pemain dalam permainan sepak bola sangat membutuhkan kekompakan dan saling pengertian satu sama lain. Setiap pemain harus mengeluarkan semua kemampuan yang dimiliki agar dapat menampilkan suatu performa yang baik, karena dalam latihan yang sering terjadi masih banyak siswa yang bermain individu.

Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepak bola yang dominan, tujuan utamanya adalah untuk mengumpan dan menembak ke arah gawang (shooting at the goal). Sesuai dengan pendapat (Mielke 2007: 18) menyatakan *passing* dalam sepak bola yaitu “*Passing* adalah cara memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain yang lain”. Artinya *passing* adalah menendang bola dengan menggunakan kaki untuk memberikan umpan ke rekan satu tim. *Passing* dikatakan baik apabila bola yang diberikan kepada rekan satu tim mudah di kontrol dan bisa melanjutkan gerakan selanjutnya, karena keterampilan *passing* membentuk suatu ikatan penting yang dapat menghubungkan kesebelasan pemain kedalam satu unit. Salah satu variasi latihan yaitu dengan *small sided games*. Dalam permainan tersebut, melibatkan semua pemain terlibat baik saat menyerang maupun saat bertahan, pemain terus menerus dituntut untuk bersikap taktis dan sentuhan bola lebih banyak terutama dalam proses *passing*.

Metode latihan yang tepat untuk usia dini yaitu dengan latihan bermain, karena masa anak-anak masih suka yang sifatnya permainan sehingga anak merasa senang sekaligus belajar. Peran pelatih adalah memanfaatkan sifat kesenangan anak terhadap suatu permainan dalam latihan sepak bola, tentu ini akan menjadi suatu usaha keras seorang pelatih dalam membuat variasi dalam setiap latihan ke dalam bentuk suatu permainan. Pelatih harus menemukan suatu latihan yang tepat dan sesuai dengan karakteristik anak yang dihadapinya. Salah satu variasi latihannya yaitu dengan *small sided games*. Dalam pelaksanaan di lapangan, peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Situraja pada cabang olahraga sepak bola khususnya, dalam melakukan *passing* belum begitu terlatih sehingga ketika bermain masih susah untuk mempertahankan bola, dan saat melakukan *passing* masih sering melakukan kesalahan mengoper.

Dari penjelasan pendapat di atas dapat disimpulkan Pengembangan teknik *passing* menggunakan latihan *small sided games* merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan dilakukan secara sadar dan sistematis, dengan ini secara tidak langsung membuat perubahan yang terjadi pada siswa dalam melakukan teknik *passing* mengalami perkembangan. Hal ini yang mendasari tujuan peneliti ingin mengetahui apakah dengan diberikannya metode latihan *small sided games* pada peserta ekstrakurikuler sepak bola terdapat peningkatan, sehingga peneliti ingin mengajukan (melakukan) penelitian yang berjudul “Pengaruh latihan *small sided games* terhadap ketepatan *passing* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 2 Situraja tahun pelajaran 2023/2024”.

## 2. METODE

Penulis menetapkan model yang digunakan dalam penelitian ini adalah model eksperimen. Menurut Sugiyono (2017: 24) “Metode eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (*treatment*) terhadap variabel dependen (hasil) dalam yang terkendalikan”. Alasan penulis menggunakan metode eksperimen karena sesuai dengan permasalahan di lapangan yaitu mengungkapkan sebab akibat dari kedua variabel dengan adanya perlakuan, yang diawali dengan tes awal sebelum perlakuan dan tes akhir setelah perlakuan.

Model eksperimen merupakan model yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu. Penetapan penggunaan model eksperimen dalam penelitian ini mengacu pada tujuan utama dari penelitian yang ingin mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap ketepatan *passing* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 2 Situraja tahun Pelajaran 2023/2024.

Teknik pengambilan sampel yang penulis gunakan adalah teknik *purposive sample* Di mana teknik penentuan sampel dilakukan dengan cara mengambil subyek bukan didasari atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”. Tujuan tertentu yang dimaksud dalam penarikan sampel ini adalah sampel yang memenuhi kriteria, antara lain seperti jenis kelamin, umur, maupun kelas.

Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan adalah tes. Tes yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tes mengoper bola atau *passing* dalam permainan sepak bola berdasarkan buku yang ditulis oleh Suparjo (2009: 97).

**Tabel 1.** Jumlah siswa berdasarkan tes awal dan tes akhir

NO	NAMA	TES AWAL	TES AKHIR	PENINGKATAN
1	Subjek 1	5	9	4
2	Subjek 2	8	10	2
3	Subjek 3	7	9	2
4	Subjek 4	6	11	5
5	Subjek 5	7	13	6
6	Subjek 6	6	12	6
7	Subjek 7	7	9	2
8	Subjek 8	8	10	2
9	Subjek 9	6	11	5
10	Subjek 10	8	12	4
11	Subjek 11	7	13	6
12	Subjek 12	6	10	4
13	Subjek 13	7	12	5
14	Subjek 14	8	13	5
15	Subjek 15	7	12	5
Jumlah ( $\sum x$ )		103	166	63
Rata-rata ( $\bar{x}$ )		6,8	11,06	4,2
Simpangan Baku (S)		0,91	1,48	1,51

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1. Hasil

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan rata-rata tes awal dari *passing* sebelum dan setelah melakukan perlakuan (*treatment*) *small sided games* sebesar rata-rata 6,8 dengan simpangan baku 0,91 dan rata-rata tes akhir *passing* sebesar 11,06 dengan simpangan baku 1,48.

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan uji normalitas menunjukkan uji lilliefors diperoleh Lhitung tes awal sebesar 0,1468 dan Lhitung tes akhir sebesar 0,1612 dan menentukan Ltabel dengan taraf nyata  $\alpha = 0.05 = 0,220$  sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

Pada uji signifikan dengan menggunakan uji t diperoleh  $T_{hitung} = 10,76$  dengan  $T_{tabel} = 1,761$ . Dapat dilihat  $T_{hitung} (10,76) > T_{tabel} (1,761)$  pada taraf nyata 0,05 berada diluar batas interval  $T_{tabel}$ . Maka data tersebut diketahui adanya perbedaan antara hasil tes awal dengan hasil tes akhir setelah diberi perlakuan.

**Tabel 2.** Hasil Penelitian

Periode Tes	Rata-rata	Simpangan Baku
Tes Awal	6,8	0,91
Tes Akhir	11,06	1,48
Selisih Peningkatan	4,2	1,51

#### 3.2. Pembahasan

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap ketepatan *passing* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Situraja tahun Pelajaran 2023/2024. Dalam pelaksanaannya penelitian ini menggunakan tes awal dan tes akhir. Pada awal pertemuan dilakukan tes *passing* untuk mengetahui nilai awal *passing* siswa putra peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Situraja.

Setelah selesai melakukan tes kemudian diberikan perlakuan berupa latihan *small sided games* pada saat latihan selama sembilan pertemuan, kemudian dilakukan tes akhir untuk mengetahui peningkatan ketepatan *passing* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 2 Situraja.

### 4. SIMPULAN

Berdasarkan analisis data, pengujian hipotesis, dan pembahasan pada bab IV, maka penulis dapat membuat kesimpulan sebagai berikut.

1. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan ketepatan *passing* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 2 Situraja tahun pelajaran 2023/2024.
2. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh positif yang cukup besar terhadap peningkatan ketepatan *passing* pada siswa putra peserta ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 2 Situraja tahun pelajaran 2023/2024.

---

**REFERENSI**

- [1.] Soedjono. (1985). *Sepak Bola Taktik dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat.
- [2.] Mielke, D. (2007). *Dasar - Dasar Sepak Bola*. Eastern Oregon University.
- [3.] Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- [4.] Suparjo. (2009). “*Efektivitas Latihan Umpan Lurus Berhadapan Dan Latihan Umpan Bervariasi Terhadap Ketepatan Umpan Di SSB MAS Yogyakarta*”. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.