

**PENGARUH LATIHAN PASSING BOLA BERPASANGAN MELEWATI
ATAS GAWANG MODIFIKASI TERHADAP AKURASI OPERAN
LAMBUNG PADA TIM SEPAK BOLA EKSTRAKURIKULER DI SMP
NEGERI 1 TALANG UBI PENDOPO**

Skripsi oleh

Dedi Suryadi

Nim 06101006056

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2016

**PENGARUH LATIHAN PASSING BOLA BERPASANGAN MELEWATI
ATAS GAWANG MODIFIKASI TERHADAP AKURASI OPERAN
LAMBUNG PADA TIM SEPAK BOLA EKSTRAKURIKULER DI SMP
NEGERI 1 TALANG UBI PENDOPO**

Skripsi oleh

Dedi Suryadi

Nim 06101006056

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2016

**PENGARUH LATIHAN PASSING BOLA BERPASANGAN MELEWATI
ATAS GAWANG MODIFIKASI TERHADAP AKURASI OPERAN
LAMBUNG PADA TIM SEPAK BOLA EKSTRAKURIKULER DI SMP
NEGRI 1 TALANG UBI PENDOPO**

Skripsi oleh :

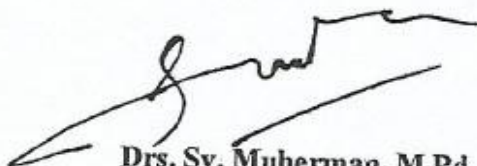
Dedi Suryadi

Nomor Induk Mahasiswa 06101006056

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui,

Pembimbing 1



Drs. Sy. Muherman, M.Pd
NIP.196009131987021001

Pembimbing 2



Dr. MeirizalUsra, M.Kes
NIP.196105281987021001

**Disahkan,
a.n Dekan**

**Wakil Dekan Bidang
Akademik**



Dr. Hartono, M.A.
NIP.196710171993011001

PENGARUH LATIHAN PASSING BOLA BERPASANGAN MELEWATI ATAS GAWANG MODIFIKASI TERHADAP AKURASI OPERAN LAMBUNG PADA TIM SEPAK BOLA EKSTRAKURIKULER DI SMP NEGRI 1 TALANG UBI PENDOPO

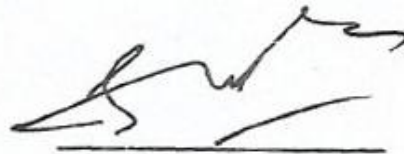
Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Kamis

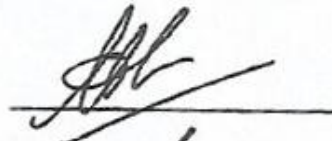
Tanggal : 27 Oktober 2016

Tim Penguji :

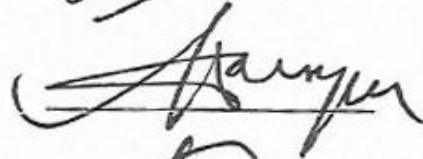
Ketua : Drs. Sy. Muherman, M.Pd



Wakil Ketua : Dr. MeirizalUsra, M.Kes



Anggota : Dra. Marsiyem, M.Kes



Anggota : Dr. Syafaruddin, M.kes



Anggota : Dr. Hartati, M.Kes



Indralaya, oktober 2016

Disetujui oleh,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Dr. Hartati, M.Kes

NIP . 196006101985032006

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : DEDI SURYADI
NIM : 06101006056
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

dengan ini menyatakan bahwa, skripsi dengan judul “ PENGARUH LATIHAN PASSING BERPASANGAN MELEWATI ATAS GAWANG MODOFIKASI TERHADAP AKURASI OPERAN LAMBUNG PADA TIM SEPAK BOLA EKSTRAKURIKULER DI SMP NEGERI 1 TALANG UBI PENDOPO “ ini seluruhnya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang pencegahan plagiat di perguruan tinggi. Saya siap apabila di kemudian adanya pelanggaran atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Indralaya, Oktober 2016

Yang membuat pernyataan



DEDI SURYADI

NIM . 06101006056

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan skripsi ini kepada:

- Drs. Sy Muherman, M.pd dan Dr. Meirizal Usra, M.kes sebagai pembimbing dalam menyelesaikan skripsi.
- Ketua program studi PENJASKES Dr. Hartati, M.kes
- Seluruh dosen FKIP Penjaskes atas ilmu yang berguna yang telah beliau berikan.
- Kepala sekolah SMP N Talang Ubi Pendopo Zahri Guniarto. S.pd., M.si yang telah memberikan izin melakukan penelitian.
- Ibunda Azwarni, S.pd dan Ayahnda Suardi pengorbanan yang telah beliau berikan.
- Saudariku Harnita Susanti , Harni Sri Dewi dan Yesi Suharni.
- Segenap keluarga besar FKIP PENJASKES angkatan 2010.
- Sahabat karibku Nopriansya, Spd dan Angga Wahyu Pangasih
- Dia yang tak ku sebutkan nama.
- Almamaterku

Moto :

1. *Dima Bumi Di Pijak Disitu Langik Di junjuang*
2. “ *Tindakanukuranadalahnyata dari kecerdasan* “ (
3. “ *Aku tidak punya aturan. Aku hanya beru saat dan setiap hari.*”(*Abraham Lincoln*
4. “ *Walau tak ada yang sempurna, hidup ini Lestari –Filosofi kopi*)

UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) pada program studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan , Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Drs. Sy Muherman, M.pd dan Dr. Meirizal Usra, M.kes sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Prof.Dr.Ir. Anis Saggaff, MSCE sebagai rector UNSRI, kepada Bapak Prof. Sofendi, M.A,Ph.D selaku dekan FKIP, dan ketua program studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Ibu Dr. Hartati, M.kes , yang telah memberikan kemudahan dalam penulisan Skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Bapak Zahri Gusniarto, S.pd.,M.Si selaku kepala sekolah SMPN 1 Talang Ubi Pendopo dan seluruh siswa ekstrakurikuler yang telah memberikan arahan serta kerjasamanya selama melakukan penelitian. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Indralaya, 2016

Penulis,

Dedi Suryadi

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTO	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
ABSTRAK	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Rumusan Masalah	3
1.5 Tujuan penelitian.....	3
1.6 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Hakekat Sepak Bola	5
2.2 Hakekat Latihan	5
2.2.1 Aspek –Aspek Latihan	6
2.2.2 Prinsip –Prinsip Latihan	6
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Latihan	8
2.3 Teknik Dasar Sepak Bola.....	9

2.4 Hakekat Latihan Passing Berpasangan Melewati Atas Gawang.....	11
2.5 Hakekat Akurasi Tendangan Dalam Sepak Bola	11
2.6 Hakekat Operan Lambung Dalam Sepak Bola	12
2.7 Hakekat Ekstrakurikuler.....	13
2.8 Kerangka Berpikir	17
2.10 Hipotesis.....	17

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian.....	18
3.2 Rancangan Penelitian	18
3.3 Variabel Penelitian	20
3.4 Defenisi Operasional Variabel	20
3.5 Populasi dan Sampel	22
3.5.1 Populasi Penelitian	22
3.5.2 Sampel Penelitian.....	22
3.6 Tempat Penelitian.....	24
3.7 Instrumen Penelitian.....	24
3.8 Pelaksanaan Penelitian	26
3.9 Teknik Pengumpulan Data	27
3.10 Teknik Analisis Data.....	27
3.10.1 Uji Normalitas Data	28
3.10.2 Uji Homogenitas	31

BAB IV HASIL PENELITIAN

4.1 Hasil Penelitian	33
4.1.1 Gambaran Penelitian	33

4.1.2 Karakteristik Sampel	33
4.1.3 Deskripsi Hasil Pretest Dan Posttest Kelompok Eksperimen	34
4.1.4 Deskripsi Hasil Pretest Dan Posttest Kelompok Kontrol.....	36
4.1.5 Deskripsi Pengaruh Latihan	38
4.1.6 Deskripsi Perbedaan Pengaruh Kelompok Eksperimen Dan Kontrol.....	39
4.1.7 Uji Normalitas Data	40
4.1.8 Uji Homogenitas	40
4.1.9 Uji Hipotesis.....	41
4.2 Pembahasan.....	42
4.2.1 Pembahasan Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen	42
4.2.2 Pembahasan Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol	43
4.2.3 Pembahasan Pengaruh Latihan.....	43
4.2.4 Pembahasan Perbedaan Peringkat KE Dan KK	43
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	44
5.2 Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	47

Pengaruh Latihan Passing Bola Berpasangan Melewati Atas Gawang Modifikasi Terhadap Akurasi Operan Lambung Pada Tim Sepak Bola Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Talang Ubi Pendopo

Dedi Suryadi

06101006056

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *Passing* bola berpasangan melewati bagian atas gawang terhadap peningkatan hasil akurasi operan lambung pada tim sepak bola Ekstrakurikuler di SMP N 1 Talang Ubi, dengan populasi seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMPN Negeri 1 Talang Ubi Pendopo yang berjumlah 60 orang. Penelitian dilakukan selama 6 minggu dengan frekuensi latihan 3 kali seminggu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan menggunakan rancangan *pretest-posttest control group design* dengan variabel bebas adalah latihan *Passing* Bola berpasangan melewati bagian atas gawang, variabel terikat adalah hasil akurasi operan lambung dan variabel kendali yaitu seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMP N 1 Talang Ubi yang di pilih dengan teknik *Sampling*. adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *simplerandom sampling* dengan system *ordinal Pairing*. Setelah dilakukan pretest dan posttest maka didapatkan hasil rata-rata nilai akurasi operan lambung kelompok eksperimen 8,36 dan rata-rata nilai akurasi kelompok kontrol 8,3. Setelah diberi perlakuan di dapatkan hasil rata-rata posttest akurasi operan lambung dalam sepak bola pada kelompok eksperimen 13,36 dan rata-rata posttest akurasi operan lambung dalam sepak bola pada kelompok kontrol 8,33. Dari rata-rata hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen di dapatkan perbedaan sebesar 5,27 poin dengan presentase peningkatan sebesar 63%. Temuan peneliti ini di rekomendasikan pada uji statistik dengan *uji t* dengan taraf $\alpha = 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian H_a yang diajukan dapat di terima kebenarannya, bahwa latihan *passing* bola berpasangan melewati atas gawang modifikasi berpengaruh terhadap akurasi operan lambung pada tim sepakbola ekstrakurikuler di SMP N 1 Talang Ubi.

Kata kunci : *passing* bola berpasangan melewati atas gawang, akurasi operan lambung, sepak bola

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepakbola adalah olahraga yang mengandalkan taktik, kerjasama tim, kemampuan strategi seorang pelatih dan kemampuan teknik bermain seorang individu. seperti kita perhatikan di beberapa siaran di media elektronik, gerakan-gerakan para pemain Sepakbola, disitu terdapat gerakan lari, lompat, loncat, menendang, menghentakkan dan menangkap bola bagi penjaga gawang. Semua gerakan tersebut terangkai dalam suatu pola gerak yang diperlukan pemain dalam menjalankan tugasnya dalam bermain Sepakbola.

Menurut Luxbacher (2011 : 71) Permainan sepak bola merupakan gerakan yang mengalir selama 90 menit. Tipe permainannya adalah serangkaian situasi yang berubah secara konstan, masing-masing berlangsung hanya sekejap sebelum bercampur dengan situasi berikutnya. Dengan kata lain dalam sebuah pertandingan sepak bola taktik dan strategi ketika di luar lapangan bisa saja tidak berjalan dengan baik ketika di dalam lapangan. Kesalahan-kesalahan kecil bisa saja berakibat fatal dan berujung pada kekalahan bagi tim mereka. Seperti pengamatan saya lakukan di SMP Negeri 1 Talang Ubi Pendopo, pada tim ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Talang Ubi Pendopo, ketika dalam keadaan menyerang ketidak tepatan dalam mengoper bola sering berubah menjadi serangan balik bagi tim sendiri, dan kesalahan mengoper atau menjauhkan bola masih saja sering terjadi di ketika sedang bertanding. Untuk itu diperlukan teknik dan skill lebih bagi seorang pemain untuk bisa mengatasi masalah tersebut, salah satunya dengan memberikan operan lambung bagi rekannya. Dengan mengoper bola lambung seorang pemain bisa melewati 3 atau 4 pemain sekaligus bahkan bisa saja lebih. Operan lambung yang tepat sasaran sangat efektif ketika menghadapi kebuntuan saat menyerang maupun bertahan, di dalam

menyerang misalnya : ketika pemain bertahan musuh bermain sangat rapat di daerah pertahananya, sehingga tidak ada celah untuk mengoper kepada rekan terdekat atau menggiring bola menuju sasaran. Seorang pemain pemain dapat langsung memberikan umpan ke mulut gawang. Atau bisa dengan memindahkan serangan dari sisi sayap ke sayap lainnya dengan mengumpan lambung agar bola tidak di rebut oleh tim musuh. Menurut Luxbacher (2011 : 72) semakin banyak ruang yang ada antara anda dan lawan, semakin banyak waktu yang anda miliki untuk melakukan keterampilan, membuat keputusan, dan memainkan bola. Anda menjadi pemain yang lebih baik hanya dengan menciptakan ruang untuk anda sendiri.

Berdasarkan pengamatan observasi di SMP Negeri 1 Talang Ubi Pendopo, sebagian besar pemain sudah memiliki teknik yang baik dalam memberikan operan melambung, namun masih banyak operan yang tidak terukur dan tidak tepat pada sasaran. Agar operan lambung dalam permainan sepak bola bisa berjalan efektif perlu dibutuhkan keterampilan teknik serta ketepatan saat memberikan operan lambung.

Oleh karena itu dalam penelitian *Pengaruh ini* pen

Latihan Passing bola Berpasangan melewati atas gawang Modifikasi Terhadap Akurasi Operan Lambung Pada Tim Sepak Bola Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Talang Ubi Pendopo “.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Ada pemain yang tidak akurat dalam memberikan operan.
2. Ada pemain yang terlalu kuat dalam memberikan operan lambung.
3. Ada pemain yang terlalu lemah dalam memberikan operan lambung.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka batasan hanya pada pengaruh latihan passing berpasangan melewati atas gawang modifikasi terhadap peningkatan akurasi operan lambung pada permainan sepak bola.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada pengaruh latihan passing bola berpasangan melewati atas gawang modifikasi terhadap peningkatan akurasi operan lambung dalam permainan sepak bola?

1.5 Tujuan Penelitian

Dari permasalahan di atas, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh latihan passing bola berpasangan terhadap peningkatan akurasi operan lambung dalam permainan sepak bola.

1.6 Manfaat penelitian

Hasil penelitian di SMP Negeri 1 Talang Ubi Pendopo diharapkan dapat bermanfaat:

1. Bagi Siswa, Dapat meningkatkan akurasi atau ketepatan operan lambung dalam bermain sepakboladan juga juga sebagai motivasi bekerjasama di dalam lapangan maupun di luar lapangan.
2. Bagi Guru, sebagai bahan masukan dalam mangajar permainan sepakbola dan merupakan salah satu usaha guru untuk meningkatkan teknik-teknik dasar dalam bermain sepakbola.
3. Bagi Sekolah, meningkatkan mutu SMP Negeri 1 Talang Ubi Pendopo pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Salim, Agus.2008. *Buku Pintar Sepak Bola*. Bandung : NUANSA.
- Arsil. 2009. *Tes dan Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang : UNP Press.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta : CV Tambak Kusuma.
- <http://klikduniabola.blogspot.com/2014/07/ukuran-gawang-sepak-bola-standar.html>. di akses pada hari sabtu, 7 Februari 2015
- <http://klikduniabola.blogspot.com/2014/07/ukuran-gawang-sepak-bola-standar.html> di akses pada hari sabtu, 7 Februari 2015
- http://4.bp.blogspot.com/-uZCq6utcoTU/UiBy67mg_TI/AAAAAAAAABdU/3pVH118FD8g/s1600/Bola.png di akses pada hari sabtu, 7 Februari 2015
- Kosasih, Engkos. 1993. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta : CV Akademika Persindo.
- Luxbacher, A. Joseph. 2011. *Sepak Bola, Edisi Kedua*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk Kelas X*. Jakarta : Erlangga.
- Roji. 2009. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTS*. Yogyakarta. Erlangga.
- Scheunerman. 2001. *Kurikulum Pedoman Dasar Sepak Bola*. Indonesia,Jakarta : PSSI.
- Subardi dan Setyawan, Andry. 2007. *Olahraga Kegemaranku Sepak Bola*. Klaten : Intan Pariwara.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung : PT Tarsito.
- Suharsimi, Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT Renika Cipta.
- Sukatamsi. 1984. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Solo : Tiga Serangkai.
- Sukatamsi. 2001. *Permainan Bola Besar I:Sepak Bola*. Jakarta : Universitas Terbuka.

Suryosubroto, B. 2002. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta : PT Rineka Cipta.

Syarifudin dan Wiradihardja,Sudrajat. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMA/MA/SMK/MAK Kelas X*. Jakarta : Kementrian Kependidikan dan Kebudayaan.

Tim Penyusun. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta : Balai Pustaka.

Tri Septa Agung Pamungkas. 2009. *Kamus Pintar Sepak Bola*. Jakarta : Trisum Grafika Jakarta.