PENGARUH METODE LATIHAN *EL RONDO* DAN *CIRCLE PASSING DRILL* TERHADAP KETEPATAN *PASSING* SEPAKBOLA

(Studi eksperimen pada siswa KU 13-14 SBB Bhaladika Semarang Tahun 2015)

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka menyelesaikan Studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

oleh

M. Husen
6301410083

PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2016

ABSTRAK

M. Husen, 2015. *Pengaruh metode latihan el rondo dan circle passing drill terhadap ketepatan passing sepakbola siswa SSB Bhaladika tahun 2015.* Skripsi. Jurusan PKLO Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.(1) Drs. Kriswantoro, M.Pd. (2) Tri Aji, M.Pd.

Kata kunci: model latihan *el rondo*, *circle drill,* dan ketepatan *passing.*

Latar belakang penelitian ini adalah masih banyak siswa SSB Bhaladika yang melakukan *passing* secara tidak tepat dan efektif sehingga perlu dikembangkan model latihan *passing*. Permasalahan penelitian adalah: 1) Apakah ada pengaruh metode latihan *el rondo* terhadap ketepatan *passing* sepakbola?, 2) Apakah ada pengaruh metode latihan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola?, 3) Mana yang lebih baik antara latihan *el rondo* dan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Semarang tahun 2015 ?

Metode penelitian dengan eksperimen. Variabel penelitian ini yaitu metode latihan *el rondo* dan *circle passing drill* sebagai variabel bebas dan ketepatan *passing* sebagai variabel terikat. Populasi yang digunakan adalah siswa SSB Bhaladika Semarang tahun 2015 berjumlah 38 pemain. Sampel penelitian sebanyak 18 pemain dengan teknik *purposive sampling.* Pengumpulan data penelitian digunakan instrumen tes ketepatan *passing* sedangkan untuk analisis data menggunakan uji t untuk memandingkan sampel yang diberikan perlakuan berbeda.

Hasil penelitian :1) Pada kelompok eksperimen I nilai t_{hitung} = -3,776 > t_{tabel} = -2,306 ini berarti ada pengaruh yang signifikan. 2) Pada kelompok eksperimen II nilai t_{hitung} = -2,401 > t_{tabel} = - 2,306 ini berarti ada pengaruh. 3) rata-rata kelompok eksperimen I (6,44) > kelompok eksperimen II (5,78) ini berarti metode latihan *el rondo* lebih baik daripada metode latihan *circle passing drill.*

Simpulan : 1) Ada pengaruh yang signifikan antara latihan *el rondo* terhadap ketepatan *passing* sepakbola, 2) Ada pengaruh yang tidak terlalu signifikan antara latihan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola, 3) latihan el rondo lebih baik daripada latihan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola siswa KU 13-14 SBB Bhaladika Semarang tahun 2015. Saran : 1) Bagi pelatih untuk menggunakan metode latihan *el rondo* dan *circle passing drill* sebagai model latihan untuk meningkatkan kemampuan *passing,* 2) Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian sejenis hendaknya sebaiknya menggunakan populasi yang lebih besar agar hasil yang diperoleh dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

PERNYATAAN

Yang betanda tangan di bawa ini, Saya :

Nama : M. Husen

NIM : 631410083

Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga/S1

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skrpsi : Pengaruh Metode Latihan *El Rondo* Dan *Circle Passing Drill* Terhadap Ketepatan *Passing* Sepakbola (studi eksperimen pada siswa KU 12-14 SSB Bhaladika Semarang tahun 2015)

Menyatakan dengan ini sesungguhnya bahwa skipsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya ataupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hokum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang,.....2015

Yang membuat pernyataan

METERAI TEMPEL
CE784ADF503827203
6000
ENAM RIBU RUPIAH

M. Husen
NIM 6301410083

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : Senin

Tanggal : 21 Desember 2015

Menyetujui,

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Kriswantoro, M.Pd	Tri Aji, M.Pd
NIP. 196106301987031003	NIP. 198011032006041010

Mengetahui,
Ketua Jurusan PKLO

Drs. Hermawan, M.Pd
NIP. 195904011988031002

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi atas nama M. Husen dengan NIM 6301410083 Program Studi S1 Judul "Pengaruh metode latihan *el rondo* dan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola pada siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Semarang tahun 2015 pada hari Selasa, 12 Januari 2016.

Panitia Ujian

Ketua

Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd.
NIP. 196103201984032001

Sekretaris

Soedjatmiko, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 197208151997021001

Dewan Penguji

1. Drs. Wahadi, M.Pd. (Penguji 1)
   NIP. 196101141986011001

2. Drs. Kriswantoro, M.Pd. (Penguji 2)
   NIP. 196106301987031003

3. Tri Aji, S.Pd, M.Pd. (Penguji 3)
   NIP. 198011032006041010

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

”Sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan hanya kepada Tuhan mu lah hendaknya kamu berharap.” *(Q.S Al-Insyirah :6-8)*

PERSEMBAHAN

Didedikasikan kepada :

Orang tuaku tercinta Bapak Adnan Ali Basar dan almarhum Ibu Jariyah, atas doa dan dukungan dalam menjalani kuliah di Unnes. Kakakku Harlina Puspita, yang memberikan motivasi serta bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung yang sabar dan terus memberi motivasi yang luar biasa.

Teman-teman PKLO angkatan 2010-2011 atas doa dan kebersamaannya selama di bangku perkuliahan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis sadar bahwa usaha dan perjuangan penulis yang maksimal bukanlah perjuangan dari penulis sendiri, karena tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak mustahil skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh sebab itu pada kesempatan ini pula penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberi berbagai fasilitas dan kesempatan pada penulis untuk melaksanakan studi di universitas negeri semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberi kesempatan pada penulis untuk melaksanakan studi di FIK UNNES.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNNES yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Kriswantoro, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I yang telah membantu memberikan dorongan dan bimbingan, petunjuk dan saran hingga skripsi ini dapat tersusun.
5. Bapak Tri Aji, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang telah membantu memberikan dorongan dan bimbingan, petunjuk dan saran hingga skripsi ini dapat tersusun.
6. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Negeri Semarang, khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan yang banyak memberikan sejumlah pengetahuan hingga menambah luas wawasan penulis.

7. Bapak Ibnu N, selaku pelatih SSB BHALADIKA Semarang yang banyak membantu penelitian ini dengan mengijinkan para siswanya menjadi *testee* pada penelitian ini.
8. Para siswa SSB BHALADIKA Semarang yang telah bersedia membantu menjadi *testee* dalam penelitian ini sehingga berjalan dengan lancar.
9. Semua pihak yang telah membantu terlaksanaannya penyusunan skripsi ini, dari awal sampai akhir tanpa terkecuali dan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga amal baik saudara sekalian, dalam pembantuan penelitian ini akan mendapat pahala yang setimpal dari Allah SWT dan akhirnya penulis berharap semoga penelitian ini bermanfaat dan menambah khasanah, pengetahuan, khususnya pada olahraga Sepakbola.

Semarang,…… 2015

Penulis

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL i
ABSTRAK ii

PERNYATAAN iii

PERSETUJUAN iv

PENGESAHAN v

MOTTO DAN PERSEMBAHAN vi

KATA PENGANTAR vii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL xi

DAFTAR GAMBAR xii

DAFTAR LAMPIRAN xiii

BAB I PENDAHULUAN 1

1.1 Latar Belakang Masalah 1

1.2 Identifikasi Masalah 4

1.3 Pembatasan Masalah 4

1.4 Rumusan Masalah 5

1.5 Tujuan Penelitian 5

1.6 Manfaat Penelitian 6

BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS 8

2.1 Landasan Teori 8

2.1.1 *Passing* 12

2.1.2 Model Latihan *El Rondo* 14

2.1.3 Model Latihan *Circle Passing Drill* 15

2.2 Kerangka Berfikir 17

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.2.1 Pengaruh Latihan *El Rondo* Terhadap Ketepatan *Passing* 17

2.2.2 Pengaruh Latihan *Circle Passing Drill* Terhadap Ketepatan *Passing* 18

2.2.3 Metode Latihan *El Rondo Berpengaruh Lebih Baik Daripada Circle Passing Drill* Terhadap Ketepatan *Passing* 18

2.3 Hipotesis..... 19

BAB III METODE PENELITIAN..... 20

3.1 Jenis dan Desain Penelitian 20

3.2 Variabel Penelitian Sampel dan Sampling 21

3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Penarikan Sampel..... 22

3.4 Instrumen Penelitian 23

3.5 Prosedur Penelitian 25

3.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penelitian 28

3.7 Teknik Analisis Data 29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 32

4.1 Hasil Penelitian..... 32
4.2 Pembahasan..... 43

BAB V SIMPULAN DAN SARAN..... 44

5.1 Simpulan 44

5.2 Saran..... 44

DAFTAR PUSTAKA..... 45

LAMPIRAN-LAMPIRAN 46

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1. Pembagian Kelompok Penelitian 29
2. Teknik Analisis Data 32
3. Deskripsi Data Hasil Penelitian…….. 35
4. Deskripsi Data *Pre Test* 36
5. Hasil Uji Normalitas Data *Pre Test* 37
6. Hasil Uji Homogenitas Data *Pre Test* 38
7. Data Uji Perbedaan Dua Rata-Rata *Pre-test* Kelompok Eksperimen I dan II.... 39
8. Deskripsi Data *Post Test*..... 41
9. Hasil Uji Normalitas Data *Post Test* 42
10. Hasil Uji Homogenitas Data *Post Test* 43
11. Data Uji Perbedaan Dua Rata-Rata Kelompok Eksperimen I dan II 44
12. Uji Paired Kelompok Eksperimen I 46
13. Uji Paired Kelompok Eksperimen II 47

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Bagian-Bagian Perkenaan Kaki Dengan Bola 14
2. Perkenaan Bola Dengan Kaki Bagian Dalam 14
3. Perkenaan Bola Dengan Punggung Kaki 15
4. Perkenaan Bola Dengan Kaki Bagian Luar 16
5. *El Rondo* 17
6. *Circle Passig Drill* 18
7. Rancangan Penelitian 25
8. Instrumen Penelitian 28

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Surat usulan pembimbing 54
2. Surat keputusan pembimbing..... 55
3. Surat ijin penelitian..... 56
4. Surat keterangan telah melaksanakan penelitian 57
5. Program latihan..... 58
6. Daftar nama sampel penelitian..... 72
7. Daftar hasil *pre test* ketepatan *passing* sepakbola 73
8. Daftar hasil rangking dari sampel..... 74
9. Daftar rangking *pre test* ketepatan *passing* 75
10. Daftar hasil *Matching* kelompok eksperimen I dan eksperimen II 76
11. Daftar Hasil *post test* kelompok eksperimen I dan eksperimen II..... 77
12. Uji normalitas data *pre-test* kelompok eksperimen I dan eksperimen II 78
13. Deskripsi data *pre-test* 79
14. Uji homogenitas data *pre-test* kelompok eksperimen I dan eksperimen II ... 80
15. Uji perbedaan dua rata-rata data *pre-test* 81
16. Deskripsi data *post-test*..... 82
17. Uji normalitas data *post-test* kelompok eksperimen I dan eksperimen II..... 83
18. Uji homogenitas data *post-test* kelompok eksperimen I dan eksperimen II.. 84
19. Uji perbedaan dua rata-rata data *post-test* 85
20. Daftar nama petugas pembantu penelitian..... 86
21. Nilai t - tes..... 87
22. Daftar Hadir Siswa. 88
23. Dokumentasi..... 89

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB I

PENDAULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari semua kalangan baik tua maupun muda, bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan, sangat menggemari olahraga ini. Hampir dipastikan masyarakat dunia sangat mengenal olahraga sepakbola. Seandainya sebagian tidak menggemari atau dapat memainkannya, minimal mereka mengetahui tentang keberadaan olahraga ini (Andi Cipta Nugraha, 2013:9)

Dewasa ini permainan sepakbola tidak sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan mengisi waktu luang akan tetapi dituntut suatu prestasi yang optimal. Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan secara sistematis dan dilakukan secara terus menerus disertai pengawasan dan bimbingan pelatih yang professional.

Perkembangan sepakbola Indonesia sekarang mulai membaik dengan munculnya Timnas U-19 menjadi juara AFC ASEAN U-19. Hal ini meberikan harapan besar bagi bangsa Indonesia untuk mencapai prestasi yang lebih ke depan. Namun untuk menjaga konsistensi prestasi harus dilakukan upaya pembinaan komprehensif dari jenjang umur yang paling rendah hingga senior. Dengan pembinaan yang baik salah satunya kompetisi yang berjenjang akan menciptakan Timnas di setiap jenjang umur yang tangguh. Saat ini Indonesia sudah memiliki kompetisi di setiap jenjang umur yang rapat dari paling senior yaitu Liga Super Indonesia, Divisi Utama sampai divisi III. Kemudian untuk yunior ada Danone Cup U-12, Medco Cup serta akan diadakan kembali piala Soeratin -

18. Dengan jenjang kompetisi yang dimiiki PSSI layaknya Indonesia dapat menghasilkan pemain-pemain yang baik.

Sepakbola merupakan permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas pemain termasuk seorang penjaga gawang (Soekatamsi, 1992:3). Maka meciptakan permainan yang kompak dierlukan kerjasama yang baik serta kemampuan individu yang mumpuni, kerjasama tim dan kemampuan individu harus diterapkan dalam suatu permainan harmoni dan seimbang.

Sepakbola tidak lepas dari pembinaan usia dini, karena dengan pembinaan yang baik akan menghasilkan bibit-bibit pemain yang baik dan potensial. Pembinaan usia dini sebagai bentuk investasi untuk menghasilkan pemain berbakat yang akan membela Tim Nasional di masa depan. Proses pembinaan harus terus menerus dan berjenjang, serta harus diadakan kompetisi kelompok umur yang regular dan rutin tiap tahunnya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi pemain sepakbola adalah penguasaan teknik dasar sepakbola oleh semua pemain diberagam posisi, maka dari itu semua pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola. Untuk bermain sepakbola dengan baik, seorang pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar yang baik, pemain yang memilki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Beberapa teknik yang harus dikuasai pemain yaitu menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola, gerak tipu denga pola, merampas bola dan teknik menjaga gawang.

Mengoper bola *(passing)* merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. *Passing* paling baik dilakukan

menggunakan kaki tetapi *passing* juga dapat menggunakan bagian tubuh yang lain. Dengan kemampuan *passing* yang baik, seorang pemain bola dapat meggendalikan permainan dengan lebih efektif dan efisien. *Passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain (mielke, 2003:19). *Passing* yang baik dimulai ketika tim sedang menguasai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang. *Passing* harus sebisa mungkin mengarah tepat ke teman satu tim, gunakan kekuatan seperlunya agar mendapatkan kontrol yang maksimal dari penerima bola.

SSB BHALADIKA Semarang merupakan sekolah yang didirikan pada awal tahun 1996 diketuai oleh Beny Hartono, dan merupakan anggota pengcab PSSI kota Semarang. SSB BHALADIKA berlatih di lapangan Yon Arhanudse-15 Jatingaleh Semarang.

Gambar 1.1 Lapangan SSB Bhaladika Semarang

(Sumber : dokumentasi peneliti)

Melakukan latihan empat kali dalam seminggu, yaitu pada hari Selasa, Kamis, Sabtu dan Minggu. SSB BHALADIKA Semarang sebanyak 38 siswa dan dibagi dalam kelompok umur yang berbeda-beda. Tingkatan kelompok usia tersebut meliputi, kelompok usia 9-11 tahun dan kelompok usia 13-14 tahun.

SSB BHALADIKA menurut informasi yang diperoleh sudah memiliki beberapa prestasi diantaranya : juara III bersama Liga Bocah Solo, juara II Piala Rektor Undip 7 Semarang, juara II Terang Bangsa II Semarang. Juara III IM Turnamen, juara III Piala Wali Kota Semarang, juara III Viva Ventura, Juara III Piala Wali Kota dan juara II Ayc Cup, juara I piala invitasi Dinpora Jawa Tengah.

Gambar 1.2 Juara I piala invitasi Dinpora Jawa Tengah

(sumber : Dokmentasi SSB Bhaladika)

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti pada SSB BHALADIKA Semarang baik waktu latihan maupun pertandingan, hampir semua masih belum dapat melakukan *passing* dengan baik dan efektif. Para pemain masih sering kehilangan bola ketika menahan bola disaat mendapatkan tekanan yang tinggi dari lawan. Pemain juga belum dapat mengoper bola secara efektif, banyak peluang menyerang yang hilang ketika akan memulai serangan karena di tengah lapangan bola lepas dan dikuasai lawan akibat kemampuan mengoper bola yang kurag baik.

Mengacu pada kenyataan tersebut, maka penulis bermaksud mengadakan peneltian dengan judul : "Pengaruh Metode Latihan *El Rondo* dan *Circle Passing Drill* Terhadap Ketepatan *Passing* Sepakbola" (Eksperimen pada siswa SSB Bhaladika Semarang KU 13-14)

1.2 Identifkasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu :

1.2.1 Tendangan merupakan salah satu teknik dasar yang paling dominan dilakukan atau sering digunakan dalam permainan sepakbola.

1.2.2 Masih banyak siswa SSB BHALADIKA Semarang Tahun 2015 yang melakukan *passing* secara tidak tepat dan efektif.

1.2.3 Belum meratanya kemampuan *passing* pada siswa SSB BHALADIKA Tahun 2015.

1.3 **Pembatasan Masalah**

Agar permasalahan tidak meluas dan lebih terfokus, maka peneliti membatasi penelitian ini pada. "Pengaruh Metode Latihan *El Rondo* dan *Circle*

Passing Drill Terhadap Ketepatan *Passing* Sepakbola (Eksperimen pada siswa SSB Bhaladika Semarang KU 13-14 Tahun 2015).

1.4 Rumusan Masalah

Seperti yang diuraikan dan dijelaskan dalam alasan pemilihan judul, maka permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah :

1.4.1 Apakah ada pengaruh metode latihan *El Rondo* terhadap ketepatan *passing* sepakbola pada siswa SSB BHALADIKA Semarang Tahun 2015?

1.4.2 Apakah ada pengaruh metode latihan *Cirlce Passing Drill* terhadap ketepatan *passing* pada siswa SSB BHALADIKA Semarang Tahun 2015?

1.4.3 Manakah yang memberikan pengaruh yang lebih baik antara metode latihan *El Rondo* atau *Circle Passing Drill* terhadap ketepatan *passing* pada siswa SSB BHALADIKA Semarang Tahun 2015 ?

1.5 Tujuan Penelitian

Agar memperoleh gambaran yang jelas dan bermanfaat bagi yan menggunaannya. Adapun tujuan dari peneltian ini adalah untuk :

1.5.1 Mengetahui pengaruh metode latihan *El Rondo* terhadap ketepatan *Passing* pada siswa SSB BHALADIKA Semarang Tahun 2015.

1.5.2 Mengetahui pengaruh metode latihan *Cricle Passing Drill* terhadap ketepatan *Passing* pada siswa SSB BHALADIKA Semarang Tahun 2015.

1.5.3 Mengetahui manakah yang memberikan pengaruh yang lebih baik antara *El Rondo* atau *Circle Passing Drill* terhadap ketepatan *Passing* pada siswa SSB BHALADIKA Semarang Tahun 2015.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Bagi Pendidik

Menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang ilmu keolahragaan sesuai dengan ilmu yang didalami. Memberikan sumbangan informasi kepada para pemain dan pelatih tentang metode latihan *El Rondo* dan *Circle Passing Drill.*

1.6.2 Bagi Peneliti

Menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman dalam pengembangan diri dan mengabdikan diri di masyarakat sesuai ilmu keolaragaan yang didalami. Sebagai bekal bagi peneliti apabila kelak menjadi pelatih atau tenaga ahli bidang olahraga sepakbola.

1.6.3 SSB BHALADIKA Semarang KU 13-14

Memberi masukan akan pentingnya metode latihan *El Rondo* dan *Circle Passing Drill* terhadap kemampuan *Passing* siswa SSB BHALADIKA untuk mencapai prestasi yang optimal.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB II

LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS

2.1 Landasan Teori

2.1.1 *Passing*

Pengertian *passing* menurut Mielke (2007:19) adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* adalah teknik dasar yang sangat penting dalam suatu tim sepakbola karena dengan *passing* kekompakan tim bisa terjalin. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Kamu bisa menggerakan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang lebih besar dan berpeluang melakukan tendangan *shooting* yang lebih banyak jika dapat melakukan *passing* dengan keterampilan dan ketepatan tinggi. *Passing* membutuhkan banyak teknik yang baik, kamu akan dapat tetap menguasai bola. Dengan *passing* yang baik seorang pemain akan dapat berlari ke ruang yang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan. *Passing* yang baik dimulai ketika tim sedang menguasai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang di sekeliling pemain. Keterampilan dasar mengontrol bola perlu dilatih secara berulang-ulang sehingga pemain yang melakukan *passing* yang tegas dan terarah kepada teman satu tim yang tidak dijaga lawan. *Passing* yang efektif juga memberikan peluang yang baik untuk mencetak gol karena pemain yang menerima *passing* tersebut berada pada lokasi yang lebih menguntungkan jika

dibandingkan dengan *passing* yang dilakukan dengan lemah atau tidak terarah. Sehingga memiliki *passing* yang akurat adalah harga mati.

Hal-hal yang perlu diperhatikan saat *passing* menurut Luxbacher (2004:11) yaitu ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan yang berhasil. Beberapa kesalahan dalam mengumpan yaitu laju bola tidak sesuai dengan jarak *passing* (terlalu keras atau terlalu lembek). Jika terlalu keras, bola tak terjangkau teman. Jika terlalu lembek, bola terpotong lawan. Kemudian umpan tidak akurat, umpan tidak mengarah sesuai target yang dituju. Mengumpan padahal waktunya menembak, beberapa pemain sering salah membaca suatu keadaan di mana bola waktunya ditembak ke gawang dan waktunya bola dioper ke pemain lain.

Sikap badan yang harus diperhatikan saat melakukan passing terdiri dari sikap permulaan, sikap menendang dan sikap peralihan, yang dapat dijelaskan sebagai berikut :

2.1.1.1 Sikap permulaan

Letakkan kaki tumpu disebelah bola (sejajar dengan bola) kaki tumpu jangan terlalu jauh atau melebihi bola, pergelangan kaku untuk menembak dikunci sehingga membentuk stick golf, kaki penendang ditarik kebelakang kemudian pandangan tertuju kearah sasaran operan.

2.1.1.2 Sikap menendang

Kaki untuk menendang ditarik ke belakang kemudian diayun mengenai bola. Perlu diperhatikan saat kaki mengenai bola, perkenaan bola harus tepat ditengah bola atau sedikit keatas, apabila terlalu ke bawah bola dapat melambung dan lebih sulit dikuasai teman, posisi tubuh sedikit membungkuk dan pandangan lurus ke depan.

2.1.3.3 Sikap peralihan

Pindahkan berat badan, lanjutkan gerakan searah dengan bola dan gerakan akhir mulus.

Menurut Scheunemann, T (2005:33) memiliki passing yang akurat adalah harga mati bagi seorang pemain sepakbola. Mengingat passing begitu sering dilakukan dalam sebuah pertandingan, pelatih yang baik akan memulai tugasnya dengan memperbaiki kemampuan *passing* para pemainnya.

Menurut Robert Koger (2007:19) mengoper berarti memindahkan bola dari kaki Anda ke kaki pemain lain, dengan cara menendangnya. Ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu ke arah gawang tim lawan.

Menurut Sucipto dkk. (2000:17) *passing* adalah salah satu tujuan dari menendang bola. Menendang bola dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan beberapa macam, yaitu menendang dengan kaki bagan dalam (*inside*), kaki bagian luar (*outside*), punggung kaki (*instep*), dan punggung kaki bagian dalam (*inside of the instep*).

Keterampilan mengoper dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelas pemain dalam sebuah tim ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah dan waktu pelepasan bola merupakan bagian penting dari kombinasi passing bola yang berhasil. Oleh sebab itu seorang pemain sepakbola harus mampu mengoper dan mengontrol bola dengan baik setelah temannya memberikan bola kepadanya agar bola tidak terlepas dan hilang dan berarti membuang kesempatan menciptakan gol (Luxbacher, J.A, 2004:11).

Sementara Joshep A. Luxbacher (2011:11-21) menjelaskan tentang beberapa teknik *passing* (Mengoper bola) yaitu: mengoper bola di atas permukaan ada 3 yaitu operan *Inside-of-the Foot* (dengan bagian dalam kaki); operan *Outside-of-the Foot* (dengan bagian luar kaki); operan *Instep* (dengan kura-kura kaki); dan mengoper bola tinggi ada 2 yaitu operan *Short Chip*, dan operan *Long Chip.*

Gambar 2.1 Bagian-bagian perkenaan kaki dengan bola
(Sumber: www.google.com)

Keterangan gambar :

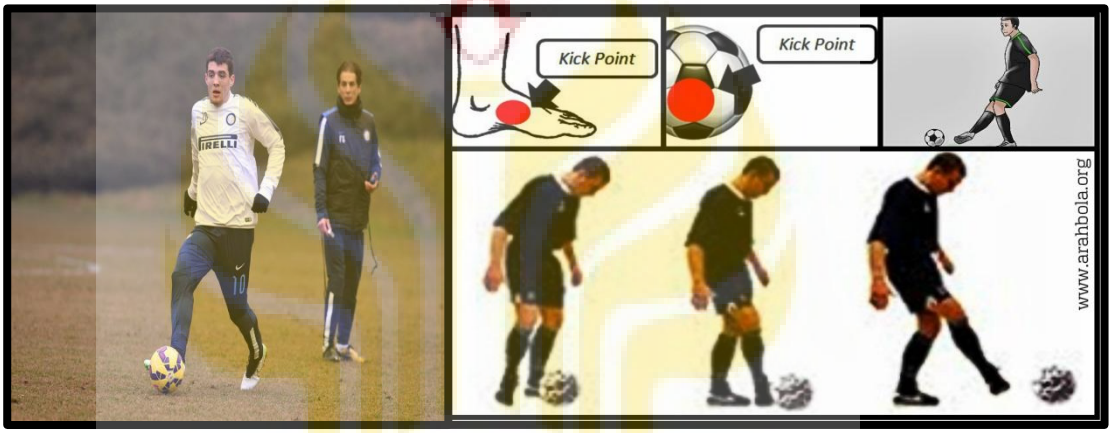
1 = perkenaan kaki bagian dalam

2 = perkenaan kaki bagian punggung kaki

3 = perkenaan kaki bagian luar

2.1.3.1 Perkenaan bola pada kaki bagian dalam

1. Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut ditekuk
2. Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
3. Posisi badan dibelakang bola sedikit tegak
4. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
5. Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
6. Setelah menendang ada gerakan lanjutan *(follow through)*



Gambar 2.2 Perkenaan Bola Dengan Kaki Bagian Dalam
(sumber: www.google.com)

2.1.3.1 Perkenaan bola pada kaki bagian punggung (kura-kura)

1. Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus ke belakang
2. Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
3. Posisi badan sedikit condong ke depan
4. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun ke depan
5. Saat bola mengenai perkenaan bagian punggung mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
6. Setelah menendang ada gerakan lanjutan *(follow through)*

Passing menggunakan kaki bagian punggung, tehnik ini penuh pengaruh pada ketepatan *passing*. Ketepatan penggunaan tehnik ini untuk mengoper jarak

jauh (*long passing*). Untuk pemula menggunakan tehnik ini cukup sulit dan harus penuh konsentrasi melakukannya karena kebanyakan gagal untuk ketepatannya dan keakuratannya karena itu harus sering berlatih.

Gambar 2.3 Perkenaan Bola Dengan Punggung Kaki

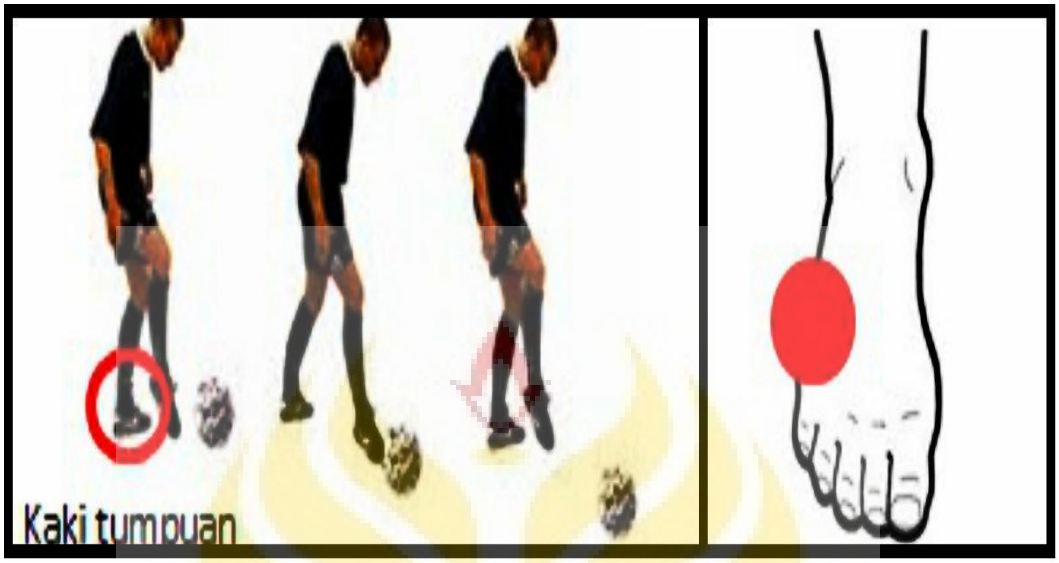
(Sumber: www.inter.it)

2.1.3.3 Perkenaan bola pada kaki bagian luar

Passing menggunakan kaki bagian luar, tehnik ini juga penuh pengaruh pada ketepatan.

1. Kaki ditumpu pada bagian samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
2. Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
3. Posisi badan sedikit condong kedepan
4. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
5. Saat bola mulai mengenai perkenaan kaki bagian luar mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran

6. Setelah menendang ada gerakan lanjutan *(follow through)*



Gambar 2.4 Perkenaan Bola Dengan Kaki Bagian Luar

(Sumber: www.google.com)

2.1.4 Metode Latihan *El Rondo*

El rondo merupakan bentuk latihan dengan skema lingkaran diisi beberapa pemain dan menempatkan satu atau dua pemain di tengah lingkaran. Bentuk latihannya yaitu para pemain yang berdiri di keliling lingkaran harus berusaha untuk terus menguasai bola dengan cara mengumpankan bola satu sama lain. Sebaliknya, pemain yang berada di tengah lingkaran harus berusaha untuk memotong bola. Ada banyak varietas el rondo, tetapi konsep dasarnya bahwa 6-10 orang berdiri dalam lingkaran dan 1-3 pemain berdiri di tengah dan mencoba untuk merampas bola, memblokir atau memaksa pemain melakukan kesalahan dengan bola keluar dari lingkaran

Menurut Xavi Hernandez dalam wawancara sebuah stasiun televisi mengungkapkan bahwa TIki Taka dikembangkan melalui pelatihan yang disebut *"El Rondo"*. Dimana dalam latihan ini satu atau dua pemain ditempatkan pada

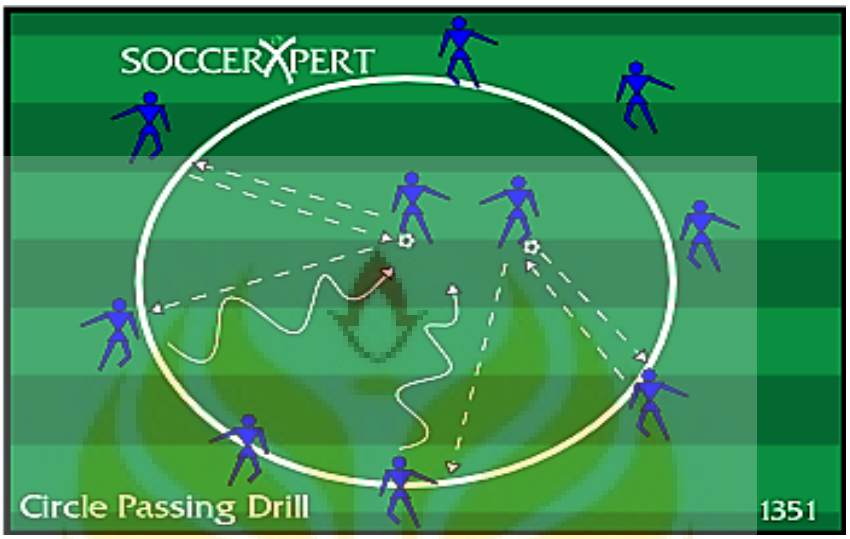
posisi tengah lapangan dan berusaha keras memotong umpan dari pemain lain yang berada dalam lingkaran. Hal ini diulang secara rutin, sehingga membuat para pungawa Barcelona sangat ahli dalam umpan-umpan jarak pendek.

Gambar 2.5 *El Rondo*
(Sumber : http://bt96777.com/berita-bola/sejarah-strategi-tiki-taka-ala-spanyol-dan-cara-mengalahkannya)

2.1.5 *Circle Passing Drill*

Circle passing drill berbentuk lingkaran yang terdiri dari 10 atau lebih dan dibagi menjadi 2 posisi yaitu pemain berada di tengah lingkaran dan pemain berada di sisi lingkaran. 8 pemain berada di sisi lingkaran dan 2 pemain di tengah lingkaran. Cara kerja dari latihan ini yaitu dua pemain berada di tengah menjadi pantulan passing dari pemain yang berada di sisi lingkaran, hal itu dilakukan terus menerus dan saling bergantian posisi antar pemain yang berada di tengah dan yang berada di sisi lingkaran. Pemain melakukan passing statis lurus dari tengah lingkaran ke pemain di sekitar lingkaran. Latihan ini bertujuan menambah kemampuan pemain dalam melakukan passing dalam intensitas tinggi dengan ataupun tanpa kontrol. Harapannya pemain menjadi terlatih dalam

melakukan passing bola sehingga mampu menampilkan permainan yang diharapkan dalam pertandingan. Berikut ini gambar latihan circle passing drill



Gambar 2.6 *Circle passing drill*

(Sumber : http://www.soccerxpert.com/soccerdrills/circle-passing-combination-drill.aspx)

Peraturan :

Buat lingkaran di sekitar pemain tengah di mana pemain berada di luar sekitar 5-7 meter dari satu sama lain. Kedua pemain depan memegang bola masing-masing.

Intruksi :

Pemain tengah mengoper ke pemain di keliling lingkaran, kemudian melakukan *back pass* ke pemain tengah setelah melakukan operan ke pemain lain-lain. Pemain yang menggantikan kemudian mendapatkan *back pass* dari pemain di keliling lingkaran yang mendapatkan operan dari pemain tengah sebelumnya, sedangkan pemain tengah sebelumnya mengisi posisi pemain yang di keliling lingkaran sebelumnya.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.2 Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan hasil aktualisasi dari penulis dalam rangka meresum landasan teori secara logika yang diambil. Kerangka berfikir dapat juga diartikan sebagai kajian yang dibuat berdasarkan teori yang diambil. Tujuan melakukan latihan dalam olahraga adalah untuk meningkatkan kondisi fisik dan menguasai ketrampilan secara efektif dan efisien. Latihan diakukan dengan tujuan menguasai suatu ketrampilan, agar latihan berhasil materi latihan harus diberikan secara bertahap dari yang sederhana ke yang kompleks. Latihan yang baik dilakukan sesuai hukum *overload*, dimana beban latihan disetiap pertemuan mengalami peningkatan baik di segi *intensitas*, *repetisi* maupun *set* yang diberlakukan pada sebuah program latihan tersebut.

2.2.1 Pengaruh metode latihan *el rondo* terhadap ketepatan *passing* sepakbola

Ada banyak varietas latihan *el rondo*, tetapi konsep dasarnya bahwa 6-10 orang berdiri dalam lingkaran dan 1-3 pemain berdiri di tengah dan mencoba untuk merampas bola, memblokir atau memaksa pemain melakukan kesalahan dengan bola keluar dari lingkaran. Latihan ini memaksa pemain untuk *passing* cepat, berlari jarak pendek, stamina, kontrol, kecerdasan gerakan dan kecepatan berfikir.

Passing yang baik harus dilakukan dengan tegas dan terukur. Kecepatan dan arah bola harus disesuaikan dengan jarak dan keadaan pemain penerima bola. Berorientasi dari analisis tersebut maka diduga ada pengaruh metode latihan *el rondo* terhadap ketepatan *passing* sepakbola siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Tahun 2015.

2.2.2 Pengaruh metode latihan c*ircle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola

Circle passing drill merupakan bentuk latihan yang menuntut pemain untuk selalu aktif bermain bola, skema lingkaran bertujuan agar pemain memiliki ruang pandang yang luas terhadap teman ataupun bola. *Circle passing drill* mengharuskan pemain melakukan *passing* lurus statis terhadap pemain lain secara terus menerus dengan bergantian posisi pemain setiap beberapa kali sentuh. Latihan ini memberikan pengaruh pada kemampuan passing lurus. *Circle passing drill* difokuskan melatih gerak pemain untuk secara cepat merespon terhadap bola, posisi pemain yang buat rapat bertujuan melatih pemain untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain secara terus menerus sampai batas waktu yang ditentukan, metode latihan ini dominan bermain dengan kaki karena posisi antar pemain yang rapat sehingga jika bola melambung akan sulit dikuasai untuk seterusnya. Berdasarkan uraian di atas bahwa diduga ada pengaruh metode latihan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Tahun 2015.

2.2.3 Metode latihan *el rondo* berpengaruh lebih baik daripada c*ircle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola

Bentuk metode latihan dalam penelitian ini adalah latihan *el rondo* dan *circle passing drill*. Latihan *el rondo* yaitu metode latihan yang memaksa pemain harus *passing* cepat, berlari jarak pendek, stamina, kontrol, kecerdasan gerakan dan kecepatan berfikir. Latihan ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan seorang pemain sepakbola dalam hal ketepatan *passing* sekaligus kemampuan menerima bola atau mengontrol bola. Latihan ini juga untuk

menunjang kemampuan pemain dalam hal *ball feeling*, ketenangan dan konsentrasi pemain ketika akan mengoper bola ke temannya.

Sedangkan metode latihan *circle passing drill* mengharuskan pemain melakukan *passing* lurus statis terhadap pemain lain secara terus menerus dengan bergantian posisi pemain setiap beberapa kali sentuh. Latihan ini memberikan pengaruh pada kemampuan passing lurus. Penguasaan bola aspek yang ditekankan pada metode ini, karena dalam ruang yang tidak terlalu luas maka latihan cenderung bermain dengan kaki. Maka dari itu teknik-teknik dasar sepakbola yang berkaitan dengan kaki akan mendapatkan "*drill*" yang banyak. Berorientasi pada analisis tersebut, sehingga diduga pengaruh metode latihan *el rondo* lebih baik daripada *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* sepakbola pada siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Semarang Tahun 2015.

2.3 Hipotesis

Menurut suharsimi arikunto (2010:110) hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Penelitian ini memiliki rumusan hipotesis sebagai berkikut :

2.3.1 Ada pengaruh metode latihan *el rondo* terhadap ketepatan *passing* pada siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Semarang Tahun 2015.

2.3.2 Ada pengaruh metode latihan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* pada siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Semarang Tahun 2015.

2.3.3 Metode latihan *el rondo* pengaruhnya lebih baik daripada metode latihan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* pada siswa KU 13-14 SSB Bhaladika Semarang Tahun 2015.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil simpulan sebagai berikut :

5.1.1 Ada pengaruh latihan *el rondo* terhadap ketepatan *passing* siswa Sekolah Sepakbola Bhaladika tahun 2015.

5.1.2 Ada pengaruh latihan *circle passing drill* terhadap ketepatan *passing* siswa Sekolah Sepakbola Bhaladika tahun 2015.

5.1.3 Latihan *el rondo* dan *circle passing drill* sama-sama berpengaruh terhadap ketepatan *passing* Sekolah Sepakbola Bhaladika tahun 2015.

5.2 .Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan dapat diberikan saran sebagai berikut:

5.2.1 Kepada pelatih di Sekolah Sepakbola Bhaladika hendaknya dalam melatih *passing* bagi pemainnya menggunakan bentuk latihan *el rondo* karena terbukti lebih efektif dalam meningkatkan ketepatan *passing* sepakbola dibandingkan bentuk latihan *circle passing drill* walaupun kedua bentuk latihan tersebut sama-sama berpengaruh.

5.2.2 Bagi peneliti yang tertarik melakukan penelitian sejenis hendaknya sebaiknya menggunakan populasi yang lebih besar agar hasil yang diperoleh dapat digeneralisasikan secara luas.

DAFTAR PUSTAKA

Andi Cipta Nugraha. 2013. *Mahir Sepakbola*. Bandung : Nuansa Cendeka.

FIK. 2014. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Semarang : FIK UNNES.

(http://bt96777.com/berita-bola/sejarah-strategi-tiki-taka-ala-spanyol-dan-cara-mengalahkannya) 10 Juni 2015 (19.20)

Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten. Saka Mitra Kompetensi.

Luxbacher, Josep A. 2011. *Sepakbola.* Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

M, Sajoto. 1998. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : Dahara Prize

Mielke, D. 2004. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Jakarta : Pakar Raya.

Rubiant Hadi. 2007. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Semarang : CV Cipta Prima Nusantara

Scheunemann, T. 2005. *Dasar-Dasar Sepak Bola Modern*. Malang : Dioma

Sucipto, dkk.,2000.*Sepakbola Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan* : Direktorat Jenderal Pendidikan dan Kebudayaan.

Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.

Sukatamsi.1985. *Teknik Dasar Permainan Sepakbola*. Solo : Tiga Serangkai.

Sutrisno Hadi. *2004. Statistik Jilid 1. Yogyakarta: Andi*

Self-Evaluation Kit. Online at http://syahadah.awardspace.com/drill_teknik_1.htm (accesed 04/08/15)

Self-Evaluation Kit. Online at http://www.soccerxpert.com/soccerdrills/circle-passing-combination-drill.aspx (accesed 21/05/14)