PENGARUH LATIHAN *PASSING SUPPORT* DENGAN GAWANG BERPINDAH DAN GAWANG DIPERKECIL TERHADAP KETEPATAN *PASSING* DATAR

(Pada SSB Garuda Perkasa Comal Kabupaten Pemalang Tahun 2015)

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untukmemperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

oleh

MUHAMMAD NUR ABDULKARIM

6301411010

PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2016

ABSTRAK

Muhammad Nur Abdulkarim. 2015. **"Pengaruh Latihan *Passing Support* Dengan Gawang Berpindah dan *Passing Support* Dengan Gawang Diperkecil Terhadap Ketepatan *Passing* Datar Pada SSB Garuda Perkasa Comal Kabupaten Pemalang Tahun 2015".** Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Drs. Wahadi, M.Pd. Kumbul Slamet Budiyanto, S.Pd, M.Kes

Kata kunci: *Passing Support* Dengan Gawang Berpindah, Diperkecil, Ketepatan *passing* datar.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi pemain sepakbola adalah penguasaan teknik dasar permainan sepakbola oleh para pemain.Oleh karena itu, seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar sepakbola, tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Latar belakang dalam penelitian ini adalah SSB Garuda Perkasa Comal dalam *passing* kurang baik dan mudah kehilangan bola.

Instrumen tes menggunakan tes ketepatan *passing* datar.Populasi penelitian ini adalah siswa SSB Garuda Perkasa tahun 2015 sejumlah 90 orang, sampel penelitian berjumlah 20 orang dengan teknik *purposive simple*. Instrumen menggunakan tes ketepatan *passing* tingkat validitas 0,744 dan tingkat reliabiitas 0,888. Analisis data statistik uji t dengan taraf signifikansi 5% dan db n-1.

Hasil penelitian : 1) Pada kelompok eksperimen I diketahui $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau 6.01> 2.26, berarti ada pengaruh yang signifikan, 2) Pada kelompok eksperimen II diketahui $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau 3.07> 2.26, berarti ada pengaruh yang signifikan, 3) M_eI> M_eII(5.6>5.5), berarti latihan *passing support* dengan gawang berpindah lebih baik dari pada latihan *passing support* dengan gawang diperkecil.

Simpulan :1) Ada pengaruh yang signifikan antara metode latihan *passing support* dengan gawang berpindah terhadap ketepatan *passing* datar dalam sepakbola. 2) Ada pengaruh yang signifikan antara metode latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar dalam sepakbola. 3) Metode latihan *passing support*dengan gawang berpindah memberikan pengaruh yang lebih baik terhadap ketepatan *passing* datar dalam sepakbola. Saran :Bagi pelatih dalam usaha meningkatkan kemampuan *passing*datar pada pemain sepakbolaterutama kelompok anak usia muda sebaiknya dilakukan dengan metode latihan *passing support* dengan gawang berpindah.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Saya:

Nama : Muhammad Nur Abdulkarim

NIM : 6301411010

Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga, S1

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Pengaruh Latihan *Passing Support* Dengan Gawang Berpindah Dan *Passing Support* Dengan Gawang Diperkecil Terhadap Ketepatan *Passing* Datar Pada SSB Garuda Perkasa Comal Kabupaten Pemalang Pada Tahun 2015

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun 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 ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Semarang, 20 Januari 2016

Yang menyatakan,

Muhammad Nur Abdulkarim
NIM. 6301411010

LEMBAR PERSETUJUAN

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 15 Desember 2015

Menyetujui

Pembimbing I	**Pembimbing II**
Drs. Wahadi, M.Pd.	**Kumbul Slamet B, S.Pd, M.Kes.**
NIP.196101141986011001	**NIP.197109091998021001**

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Semarang

Drs. Hermawan, M.Pd.
NIP. 195904011988031002

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Muhammad Nur Abdulkarim NIM 6301411010 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, S1 Judul Pengaruh Latihan *Passing Support* Dengan Gawang Berpindah Dan *Passing Support* Dengan Gawang Diperkecil Terhadap Ketepatan *Passing* Datar Pada SSB Garuda Perkasa KU-15 Tahun 2015 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada tanggal : 20 Januari 2016

Panitia Ujian

Ketua

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

Sekretaris

Soedjatmiko, M.Pd.
NIP. 197208151997021001

Dewan Penguji

1. Drs. Kriswantoro, M.Pd. (Ketua)
   NIP. 196106301987031003

2. Drs. Wahadi, M.Pd. (Anggota)
   NIP.196101141986011001

3. Kumbul Slamet B, S.Pd, M.Kes. (Anggota)
   NIP.197109091998021001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

أُطْلُبُ إِلىالمَحْدِمِنَالعِلْمَ اللَّهْدِ(رواهمسـلم)

Artinya :

"Carilah ilmu dari buaian sampai liang lahat" (HR. Muslim)

Persembahan:

Skripsi ini aku persembahkan untuk:

- Kedua orang tuaku H.A.Mulyono dan Hj.Eni Sumiati yang selalu memberikan do'a, kasih sayang dan semangat kepadaku.
- Kakak–kakakku Mbak Tuti Alawiyah, SE, Mas Lukman Hakim (Alm), Mas Akhmad Mursidi, S.E.Sy dan Mbak Nurul Khikmah, S.Pd.Iyang selalu memberikan semangat dan motivasi kepadaku.
- Sahabat - sahabat terbaikku PKLO angkatan 2011.
- Almamater Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNNES.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah S.W.T yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelasaikan skripsi. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi Mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah member izin dan kesempatan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Wahadi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kumbul Slamet Budiyanto, S.Pd, M.Kes.selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan layanan serta informasi kepada penulis, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Bapak dan Ibu *staff* Karyawan Tata Usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan layanan serta informasi kepada penulis, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

8. Bapak Toyip Iskandar selaku pelatih kepala SSB Garuda Perkasa dan seluruh pemain SSB Garuda Perkasa KU-15 Comal Kabupaten Pemalang yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian dan membantu dalam penelitian ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam dalam penelitian ini yang tak bisa saya sebut satu persatu.

Penulis berharap semoga skripsi yang sederhana ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan bagi para pembaca, khususnya permainan sepakbola teknik dasar *passing* datar.

Semarang, 20 Januari 2016

Penulis

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR ISI

Halaman

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 9
1.3 Pembatasan Masalah 9
1.4 Rumusan Masalah 10
1.5 Tujuan Penelitian 10
1.6 Manfaat Penelitian 10

BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS 12

2.1 Landasan Teori 12
2.1.1 Pengertian *Passing* Dalam Sepakbola 12
2.1.2 *Passing* Datar Menggunakan Teknik *Inside-of-the-Foot* 17
2.1.3 Pengertian *Passing Support* 18
2.1.4 Metode Latihan *Passing* 19
2.1.5 Ketepatan *Passing* Datar 22
2.1.6 Pengertian Latihan atau *Training* 23
2.1.7 Prinsip-prinsip Latihan 23
2.2 Kerangka Berfikir 27

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.2.1 Analisis Metode Latihan *Passing Support* Gawang Berpindah..... 28
2.2.2 Analisis Metode Latihan *Passing Support* Gawang Diperkecil 29
2.2.3 Analisis *Passing Support* Gawang Berpindah dan Diperkecil..... 30
2.3 Hipotesis 31

BAB III METODE PENELITIAN..... 33
3.1 Jenis Dan Desain Penelitian 33
3.2 Variabel Penelitian..... 34
3.2.1 Variabel Bebas 34
3.2.2 Variabel Terikat 35
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Penarikan Sampel..... 35
3.4 Teknik Pengumpulan Data 36
3.5 Instrumen Penelitian 38
3.6 Teknik Analisis Data 39
3.7 Faktor-faktor yang mempengaruhi penelitian..... 42

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 45
4.1 Hasil Penelitian..... 45
4.1.1 Deskripsi Data 45
4.1.2 Uji Persyaratan Analisis Data 47
4.1.3 Hasil Analisis Data..... 49
4.2 Pembahasan 54

BAB V SIMPULAN DAN SARAN..... 59
5.1 Simpulan 59
5.2 Saran..... 59

DAFTAR PUSTAKA..... 60
LAMPIRAN-LAMPIRAN 61

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

3.1 Persiapan perhitungan statistik dengan uji t 40

4.1 Deskripsi data hasil *Post-test* ketepatan *passing* datar 46

4.2 Hasil Uji normalitas 47

4.3 Hasil Uji homogenitas 48

4.4 Uji beda hasil *Pre-Post* kelompok eksperimen I 50

4.5 Uji beda hasil *Pre-post* kelompok eksperimen II 51

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1.1 Tropi Kejuaran Yang Diraih Siswa SSB Garuda Perkasa 5

1.2 Pelatih Dan Siswa SSB Garuda Perkasa 6

1.3 Penjelasan Materi Latihan 7

2.1 *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam *(Inside-of-the-Foot)* 15

2.2 *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Luar *(Outside-of-the-Foot)* 16

2.3 *Passing* Menggunakan Kura-Kura Kaki *(Instep)* 17

2.4 *Passing* Datar Menggunakan teknik *Inside-of-the-Foot* 18

3.1 Desain Penelitian 34

3.2 Tes Ketepatan *Passing* Datar 39

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Surat Usulan Pembimbing 62
2. Surat Keterangan Penetapan Pembimbing 63
3. Surat Ijin Penelitian 64
4. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian..... 65
5. Program Latihan 66
6. Petunjuk Dan Pelaksanaan Tes..... 74
7. Daftar Nama Sampel SSB Garuda Perkasa KU-15 75
8. Daftar Hasil *Pre-Test* Ketepatan *Passing* Datar 76
9. Daftar Hasil Rangking dari Sampel 77
10. Daftar Rangking *Pre-Test* Ketepatan *Passing* Datar Untuk Di-*Match*-Kan .. 78
11. Daftar Hasil *Matching*..... .79
12. Hasil *Post-Test* Ketepatan *Passing* Datar Kelompok Eksperimen I 80
13. Hasil *Post-Test* Ketepatan *Passing* Datar Kelompok Eksperimen II..... 81
14. Tabel Perhitungan Statistik Terhadap Hasil *Pre-Test* Ketepatan *Passing* Datar Kelompok Eksperimen I dan II..... 82
15. Tabel Perhitungan Statistik Terhadap Hasil *Pre-Test*dan *Post-Test* Eksperimen I 83
16. Tabel Perhitungan Statistik Terhadap Hasil *Pre-Test*dan *Post-Test* Eksperimen II 84
17. Tabel Perhitungan Statistik Terhadap Hasil *Post-Test* Ketepatan *Ground Passing* Kelompok Eksperimen I dan II..... 85
18. Nilai-Nilai T-Tabel 86
19. Perbandingan Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* pada Kelompok Eksperimen I dan Eksperimen II 87
20. Apresiasi Terhadap Hasil *Post-Test* Ketepatan *Passing* Datar..... 88
21. Daftar Nama Pembantu Penelitian 89
22. Dokumentasi..... 90

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola adalah suatu cabang permainan yang popular dan sangat digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik tua maupun muda, laki-laki maupun perempuan. Pengertian sepakbola adalah olahraga yang dimainkan secara beregu dengan jumlah pemain 11 orang. Kesebelasan yang tangguh adalah kesebelasan yang terdiri dari pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerjasama tim yang baik.

Permainan sepakbola dilakukan di kota-kota besar maupun di pelosok desa. Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepakbola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepakbola berkembang dengan pesat. Akan tetapi minat masyarakat terhadap permainan sepakbola yang begitu besar tidak diimbangi dengan perolehan prestasi yang diperoleh bangsa Indonesia di kancah persepakbolaan internasional. Prestasi cabang olahraga sepakbola di Indonesia dianggap kurang begitu maju dibandingkan dengan prestasi olahraga cabang lainnya. Padahal antusias masyarakat Indonesia begitu besar terhadap cabang olahraga sepakbola. Tetapi bukan hanya minat dan antusias saja yang dapat mempengaruhi prestasi, melainkan ada banyak faktor yang harus diperhatikan dan perlu pembenahan di berbagai sektor, diantaranya masalah sarana dan prasarana, kompetisi yang teratur dan berkesinambungan, kualitas pelatih, dan didukung oleh penelitian ilmiah dan ilmu pengetahuan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Teknik dasar sepakbola tersebut adalah teknik yang melandasi keterampilan bermain sepakbola pada saat pertandingan, meliputi teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Semua pemain sepakbola harus menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola karena orang akan menilai sampai dimana teknik dan keterampilan para pemain dalam menendang bola, memberikan bola, menyundul bola, menembakkan bola ke gawang lawan untuk membuat gol. Oleh karena itu, tanpa menguasai teknik-teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola dengan baik untuk selanjutnya pemain tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain, tidak dapat melakukan bermacam-macam sistem permainan atau pengembangan taktik modern dan tidak akan dapat pula membaca permainan (Sukatamsi, 1984:12). Sucipto, dkk (2000:17) menyatakan bahwa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*) dan penjaga gawang (*goal keeping*).

Sedangkan menurut Mielke, D (2007:1), kemampuan dasar bermain sepakbola antara lain menggiring (*dribbling),* mengoper (*passing*), menembak (*shooting*), menyundul bola (*heading*), menimang bola (*juggling*), menghentikan bola (*trapping*), dan lemparan ke dalam (*throw-in*). Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan dasar sepakbola adalah tingkat kemahiran yang dimiliki seseorang dalam bermain sepakbola. Teknik ini akan sangat bermanfaat apabila dapat dikuasai dengan benar. Teknik-teknik dasar sepakbola tersebut meliputi : *passing, shooting, dribbling, trapping, juggling, throw-in,* dan *heading.*

Seorang pemain sepakbola dapat mencapai kesuksesan apabila pemain tersebut memiliki empat faktor, yaitu : faktor genetik atau keturunan, faktor kedisiplinan, faktor latihan, dan faktor keberuntungan (Timo Scheunemann, 2008:17).

Kini persepakbolaan di Indonesia sudah berkembang, hal ini ditandai dengan ada banyak klub sepakbola di hampir semua wilayah di indonesia. Meski begitu, tim nasional Indonesia masih minim dalam prestasi di dunia internasional.

Menurut Sukatamsi(1984 : 34) bahwa teknik dasar bermain sepakbola terdiri dari: 1) teknik tanpa bola,diantaranya adalah: a) lari, b) melompat, c) gerak tipu tanpa bola, d) gerakan khusus penjaga gawang. 2) teknik dengan bola, d) menyundul bola, e) melempar bola, f) gerak tipu dengan bola, g) merampas atau merebut bola, dan h) teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Dalam permainan sepakbola *passing* atau mengoper bola adalah salah satu teknik dasar yang haruslah dikuasai oleh pemain sepakbola, dengan biasa menguasai teknik *passing* yang benar permainan sepakbola menjadi permainan yang sangat mementingkan kerja sama tim. Dengan *passing* pemain sepakbola dapat bekerja sama untuk membobol gawang lawan dengan mengoper atau passing keteman dalam satu tim yang berpeluang mencetak gol didepan gawang lawan. Dengan ketepatan *passing* pula permainan sepak bola menjadi menarik dan lebih atraktif. Dengan *passing* semua pemain dapat menjadi komponen penting dalam kesuksesan suatu tim.

Menurut Sukatamsi (1984: 44) seorang pemain yang tidak menguasai teknik mengumpan dengan baik, pemain tersebut tidak akan menjadi pemain yang baik. Kesebelasaan yang baik adalah kesebelasan yang semua pemainnya

menguasai teknik mengoper bola dengan baik, cepat, cermat, dan tepat sasaran, baik sasaran teman maupun mencetak gol.

Pada suatu pertandingan banyak tim yang kesulitan mengembangkan permaianan hanya dikarenakan kemampuan *passing* yang dimiliki oleh tiap individu yang kurang memiliki kemampuan *passing* yang baik. Kurangnya kemampuan *passing* itu tidak hanya dikarenakan keterampilan pemain itu saja, akan tetapi pemain kurang menguasai teknik-teknik *passing* yang baik dan benar. Salah satu cara untuk mengasah dan meningkatkan kemampuan *passing* tiap individu adalah dengan cara diberikan model-model latihan yang bervariasi dan beragam. Dengan mengenalkan dan meberiakan model-model latihan yang bervariasi tersebut sangat efektif dalam penberian materi *passing*. Dengan latihan yang bervariasi para siswa diharapkan tidak jenuh dan dapat melakukan latihan dengan leluasa dan latihan dapat dilakukan dengan maksimal. Model latihan dengan permainan akan memebuat siswa akan lebih memanfaatkan latihan dan latihan yang menyenangkan dan fungsi latihan pun akan tercapai.

Jadi *passing* atau mengoper bola adalah salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk pencapaian hasil yang maksimal dalam suatu pertandingan sepakbola. Dengan keterampilan individu dalam melakukan *passing* dengan baik maka suatu tim akan kompak dan dapat berbagi pada anggota tim yang lain serta leluasa untuk menguasai pertandingan dan mencetak gol sebanyak-banyaknya kegawang lawan.

Tidak bisa dipungkiri bahwa pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan yang sangat mendasar dan strategis dalam pembangunan sumber daya manusia. Begitu halnya dengan sepakbola, pendidikan anak terhadap dunia sepakbola harus dimulai dari usia dini. Dan wadah yang tepat untuk

pembelajaran sepakbola untuk anak usia dini adalah Sekolah Sepakbola (SSB). Dengan banyaknya sekolah sepakbola yang ada di Indonesia dapat dijadikan sebagai lumbung bagi bangsa Indonesia untuk merekrut calon-calon atlet sepakbola yang berkualitas. Dari lembaga pendidikan sepakbola inilah para anak-anak dapat belajar berbagai teknik dasar permainan sepakbola.

SSB Garuda Perkasa merupakan salah satu sekolah sepakbola yang terdapat di Kabupaten Pemalang. SSB Garuda Perkasa adalah sekolah sepakbola yang didirikan pada tahun 1997 di Kabupaten Pemalang. SSB Garuda Perkasa sendiri terletak di Kelurahan Purwoharjo Kecamatan Comal Kabupaten Pemalang. SSB Garuda Perkasa memiliki jadwal latihan 3 kali dalam seminggu yaitu hari rabu, jumat, dan minggu. Untuk prestasi dari SSB Garuda Perkasa sendiri hanya rentang waktu tahun 2014 sampai 2015 saja banyak menjuarai berbagai turnamen diantaranya yaitu:

1) Juara III Turnamen Sepakbola KU-13 Batang
2) Juara I Turnamen Aspara KU-15 Ampelgading Pemalang
3) Juara III Turnamen Sepakbola KU-13 Kajen Pekalongan
4) Juara III dan Tim *Fair Play* di Turnamen Johar Arifin Cup KU-14 Brebes
5) Juara I ,*Top Score* dan *Best Player* Turnamen KU-15 Batang

Gambar 1.1 Tropi kejuaran yang diraih siswa SSB Garuda Perkasa

Garuda Perkasa merupakan salah satu dari sekolah sepakbola yang ada dikabupaten Pemalang. Kemudian yang membedakan Garuda Perkasa dengan sekolah sepakbola yang lain adalah regenerasi pemain yang baik, karena setelah siswanya keluar dari Garuda Perkasa pasti ada penerus-penerus dari siswa yang baru yang mempunyai talenta dan bakat yang baik. Adapun Pengurus SSB Garuda Perkasa, Kepala SSB Garuda Perkasa Toyip Iskandar, Pelatih KU-15 Muhamad Rais, Pelatih KU-14 Ari SP, Pelatih KU-13 Mastur Kastubi. Kemudian jumlah keseluruhan ada 90 siswa yang berlatih disana, yang terbagi menjadi 3 kelompok usia,yaitu kelompok usia 13 tahun berjumlah 40 siswa, kelompok usia 14 tahun berjumlah 28 siswa, dan terakhir kelompok usia 15 tahun berjumlah 22 siswa. Siswa-siswa binaan dari Garuda Perkasa merupakan salah satu yang terbaik diantara sekolah sepakbola yang lain. Sebab pada SSB Garuda Perkasa memiliki sekolah sepakbola yang memiliki jenjang yang jelas dan teratur.

Gambar 1.2 Peneliti bersama pelatih dan siswa SSB Garuda Perkasa

SSB Garuda Perkasa berusaha membina anak-anak remaja khususnya dalam bermain sepakbola kurang berkembang di usia remaja, yang tujuannya untuk membentuk seorang pemain yang berbakat dan mempunyai prestasi yang optimal. Dan dalam rangka mencapai tujuan tersebut SSB Garuda Perkasa

memberikan program latihan teknik dan fisik bagi para pemainnya secara terukur dan terarah dengan intensitas latihan 3 kali dalam seminggu.

Gambar 1.3 Penjelasan Materi Latihan

Dari hasil pengamatan di lapangan peneliti tertarik untuk meneliti kemampuan *passing* pada pemain SSB Garuda Perkasa. Karena dari hasil pengamatan peneliti masih sering terjadi kesalahan saat para pemain SSB Garuda Perkasa KU-15 dalam melakukan *passing* datar kepada temannya. Banyak peluang yang terbuang sia-sia hanya karena para pemain salah melakukan *passing,* kebanyakan para pemain saat melakukan *passing* datar tidak tepat pada sasaran atau jauh dari jangkauan temanya, sehingga memudahkan lawan untuk merebut bola.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Teknik yang paling sering digunakan oleh hampir semua pemain dalam permainan sepakbola antara lain adalah *passing*. *Passing* adalah suatu usaha untuk memindahkan bola dari seorang pemain kepada teman dengan menggunakan kaki atau bagian kaki (A. Sarumpaet dkk, 1992:20).

Seorang pemain yang tidak menguasai teknik menendang bola dengan baik maka tidak akan mungkin menjadi pemain yang baik. Kesebelasan yang baik adalah suatu kesebelasan yang semua pemainnya menguasai teknik

menendang bola dengan baik, dengan cepat, cermat, dan tepat pada sasaran, sasaran teman maupun dalam membuat gol ke mulut gawang lawan (Sukatamsi, 1985:44). Maka dengan dilakukannya penelitian ini penulis dan pelatih berharap kemampuan *passing* datar yang dimiliki para siswa SSB Garuda Perkasa KU-15 dapat meningkat melalui metode latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan *passing support* dengan gawang diperkecil.

Karena menurut hasil pengamatan dan wawancara peneliti dengan pelatih saat latihan *passing* para pemain SSB Garuda Perkasa khususnya KU-15 kurang maksimal, entah karena metode latihan yang kurang tepat atau karena variasi latihan yang kurang variatif. Sehingga peneliti ingin mengadakan penelitian tentang bagaimana cara untuk meningkatkan ketepatan *passing* datar pada pemain SSB Garuda Perkasa KU-15 melalui metode latihan *passing support*, karena dengan metode latihan *passing support* lebih banyak variasii latihan yang dapat dibuat dan lebih mudah untuk diterapkan dalam latihan, latihan ini juga dapat meningkatkan akurasi dan koordinasi dalam passing.

Dari uraian singkat yang dikemukakan diatas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul "**Pengaruh Latihan *Passing Support* Dengan Gawang Berpindah Dan *Passing Support* Dengan Gawang Diperkecil Terhadap Ketepatan *Passing* Datar Pada SSB Garuda Perkasa Comal Kabupaten Pemalang Tahun 2015".**

Adapun alasan pemilihan judul tersebut adalah: 1) Dalam permainan sepakbola, *passing* adalah teknik dasar yang paling penting dan paling dominan dilakukan saat bermain sepakbola. 2) Keterampilan dasar mengontrol bola perlu dilatih secara berulang-ulang sehingga pemain yang melakukan *passing* mempunyai rasa percaya diri untuk melakukan *passing* yang tegas dan terarah

kepada teman satu tim yang tidak dijaga lawan dan *passing* juga sangat penting bagi jalannya permainan dalam suatu tim sepak bola.

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. Danny Mielke (2007:20). 3) Latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan *passing support* dengan gawang diperkecil dapat meningkatkan penguasaan teknik khususnya dalam melakukan *passing* datar pada permainan sepakbola.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas identifikasi masalah yang muncul adalah sebagai berikut :

1. Mengoper atau menendang bola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan sepakbola dan paling sering dilakukan dalam permainan sepakbola.
2. Perlunya latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar agar dapat mengontrol dan menguasai teknik mengoper atau menendang bola yang baik dan benar.

1.3 Pembatasan Masalah

Dari permasalahan-permasalahan yang telah dikemukakan di atas, sesuai dengan kesanggupan peneliti maka penelitian ini hanya akan membahas tentang pengaruh latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap akurasi *passing* datar pada siswa Sekolah Sepakbola Garuda Perkasa tahun 2015.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan yang di bahas dalam penelitian ini adalah:

1. Adakah pengaruh latihan *passing support* dengan gawang berpindah terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa tahun 2015 ?
2. Adakah pengaruh latihan *passing support* gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa tahun 2015 ?
3. Manakah dari kedua latihan tersebut yang lebih baik terhadap *passing* datar siswa SSB Garuda Perkasa tahun 2015 ?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, maka tujuan yang dicapai dari penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui :

1. Pengaruh latihan *passing* support dengan gawang berpindah terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa tahun 2015 ?
2. Pengaruh latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa tahun 2015 ?
3. Jenis latihan manakah yang lebih baik antara latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan latihan *passing support* dengan gawang diperkecil pada siswa SSB Garuda Perkasa tahun 2015 ?

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti,manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini antara lain:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan teknologi, khususnya untuk obyek ilmu penelitian, dalam hal ini guru olahraga.
2. Bagi pelatih, sebagai pertimbangan dalam memilih metode yang tepat untuk meningkatkan *passing* pada siswa peserta Sekolah Sepak Bola dan agar tercipta prestasi yang baik.
3. Bagi siswa dapat melakukan *passing* dengan baik dan benar.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB II

LANDASAN TEORI, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Pengertian *Passing* dalam Sepakbola

Passing adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain kepemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi kaki bagian lain juga bisa digunakan (Danny Mielke, 2007:19). Mengoper bola menyatukan permainan sebuah tim, mengubah pertahanan menjadi serangan, membalik arah permainan dan menciptakan peluang untuk mencetak gol. Bila anda mengoper bola, anda harus memutuskannya kemana dan kepada siapa anda mengopernya, kapan anda harus melepaskan bola dan jenis operan apa yang anda akan lakukan (Clive Gifford, 2003:20). Keakuratan *passing*, keakuratan adalah kunci untuk operan yang bagus. Bola harus meluncur kearah yang anda inginkan tanpa adanya penyerobotan dari pihak lawan. Operan anda juga harus mencapai sasarannya sedemikian rupa sehingga penerimanya mudah mengendalikannya (Clive Gifford, 2003:20). Teknik dasar mengoper bola, mengoper atau menendang merupakan teknik dengan bola yang paling banyak dilakukan dalam permainan sepakbola (Sukatamsi 1984 : 44). Sedangkan menurut Eric C. Batty (2007 :9) latihan menendang atau mengoper harus menjadi salah satu latihan inti yang ada dalam program latihan sepakbola dimanapun juga. Setiap kombinasi permainan atau latihan selalu berakhir pada tendangan kearah gawang lawan untuk mendapatkan gol.

Passing adalah suatu usaha untuk memindahkan bola dari seorang pemain kepada teman dengan menggunakan kaki atau bagian kaki (A.

Sarumpaet dkk, 1992:18). *Passing* adalah operan bola yang diberikan seorang pemain kepada rekan setim (Tri Septa Agung Pamungkas, 2009:131). *Passing* merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik tendangan dengan baik, akan dapat bermain secara efisien.

Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan *(passing)*, menembak ke gawang (*shooting at the goal)*, dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan *(sweeping)* (Sucipto dkk, 2000:17). Sedangkan menurut Zidane Muhdhor Al-Hadiqie (2013:31) menguasai seni *passing* adalah suatu keharusan jika anda ingin melakukan dengan baik sebagai pemain sepakbola. Tanpa keterampilan *passing* yang baik waktu anda di lapangan akan menjadi pendek. *Passing* dimulai ketika tim yang sedang menguasai bola menciptakan ruang di antara lawan dengan bergerak dan membuka ruang di sekeliling pemain. Keterampilan dasar mengontrol bola perlu dilatih secara berulang-ulang sehingga pemain yang melakukan *passing* mempunyai rasa percaya diri untuk 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 (Danny Mielke, 2007:20).

Menurut Sukatamsi (1984 : 44) suatu kesebelasan yang baik adalah suatu kesebelasan yang semua pemainnya menguasai teknik menendang atau mengoper bola dengan baik, tepat, dan cermat. Serta meperhatikan prinsip-prinsip teknik mengoper bola. Prinsip-prinsip mengoper bola tersebut meliputi : Kaki tumpu adalah kaki yang menumpu pada tanah pada persiapan menendang

dan merupakan letak titik berat badan. Kaki yang menendang adalah kaki yang digunakan untuk menendang bola. Merupakan bagian bola sebelah mana yang ditendang untuk mengoper. Sikap badan pada waktu menedang dipengaruhi oleh posisi kaki tumpu terhadap bola. Pandangan mata terutama untuk mengamati situasi atau keadaan permainan, akan tetapi pada saat akan menendang bola mata harus melihat kearah bola yang akan ditendang.

Menurut Timo Scheunemann (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. Karena hampir sebagian besar pemain pemula mengalami kesulitan pada saat mengoper bola, untuk itu diperlukan latihan teknik yang baik untuk mengusainya dengan latihan yang baik dan benar.

Tim sepakbola terdiri atas 10 pemain dan satu penjaga gawang. Keterampilan mengoper bola dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelasan pemain ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik dari pada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan 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 yang berarti membuang kesempatan menciptakan gol (Luxbacher, 2011:11).

Cara melakukan *passing* ada beberapa macam. Danny Mielke (2004:20-21) memberikan beberapa cara melakukan *passing* yang biasa dilakukan oleh para pemain sepakbola, terdiri atas beberapa teknik seperti: 1) *passing*

menggunakan kaki bagian dalam, 2) *passing* menggunakan punggung sepatu, 3) *passing* menggunakan *drop pass*, 4) *passing* dengan lari *overlap*, dan 5) *passing* dengan *give and go*. Sementara Luxbacher (2011:11-23) menjelaskan tentang beberapa teknik *passing* (mengoper bola) di atas permukaan ada tiga teknik yaitu: 1) operan *Inside-of-the-Foot* (dengan bagian kaki dalam), 2) operan *Outside-of-the-Foot* (dengan bagian luar kaki), 3) operan *Instep* (dengan kura-kura kaki).

2.1.1.1 *Passing Inside-of-the-Foot*

Keterampilan *passing* bola yang paling besar adalah *push passing* (*passing* dorong) karena bagian samping dalam kaki sebenarnya pendorong bola. Pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 4.5 hingga 13.7 meter. Cara pelaksanaannya cukup sederhana. Adalah kaki yang menahan bola keseimbangan tubuh, yang tidak digunakan untuk menendang diletakkan di samping bola dan arahkan ke target. Tempatkan kaki yang akan menendang dalam posisi menyamping dan jari kaki ke atas menjauh dari garis tengah tubuh anda. Tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki anda. Pastikan kaki tetap lurus pada gerak lanjutan dari tendangan tersebut (Luxbacher, 2011:12-13).

Gambar 2.1.1.1 *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam *(Inside-of-the-Foot)*
(Siswa SSB Garuda Perkasa Ageng Prabowo)

2.1.1.2 *Passing Outside-of-the-Foot*

Gunakan teknik *passing outside-of-the-foot* untuk menggerakkan bola pada jarak pendek atau menengah. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan sedikit disamping belakang bola. Julurkan kaki yang akan menendang ke bawah dan putar sedikit ke arah dalam. Gunakan gerakan terbalik saat anda menedang setengah bagian bawah bola dengan bagian samping luar dari *instep* anda. Jaga kaki agar tetap lurus. Untuk menggerakkan bola sejauh 4.5 hingga 9.1 meter, gunakan gerakan menendang yang pendek dan seperti menyentak pada kaki anda. Untuk operan yang lebih panjang gunakan gerakan akhir yang penuh untuk menendang jarak yang lebih jauh dan cepat (Luxbacher, 2011:13).

Gambar 2.1.1.2 *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Luar *(Outside-of-the-Foot)* (Siswa SSB Garuda Perkasa Ageng Prabowo)

2.1.1.3 *Passing Instep*

Gunakan operan bola *instep* untuk menggerakkan bola pada jarak 22.8 meter atau lebih. Kura-kura kaki adalah bagian dari kaki yang ditutupi tali sepatu yang menyediakan permukaan yang keras dan rata untuk menendang bola. Untuk melakukan operan dengan kura-kura kaki, dekati bola dari posisi sedikit menyudut. Letakkan kaki yang menahan keseimbangan disamping bola dengan lutut sedikit ditekukkan. Bahu dan pinggul dalam posisi lurus dengan target yang

dituju. Saat anda mengayunkan kaki yang akan menendang kebelakang, luruskan dan mantabkan posisi kura-kura kaki. Jaga kepala agar tidak bergerak dan fokuskan perhatian pada bola. Gerakan akhir yang penuh saat anda menggerakkan kura-kura kaki pada titik kontak dengan bola (Luxbacher, 2011:13).

Gambar 2.1.1.3 *Passing* Menggunakan Kura-Kura Kaki *(Instep)*
(Siswa SSB Garuda Perkasa Dicky Kurniawan)

2.1.2 *Passing* Datar Menggunakan Teknik *Inside-of-the-Foot*

Yang dipakai dalam penelitian ini adalah *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam (*Inside-of-the-Foot*). Keterampilan pengoperan bola yang paling besar adalah *push pass* (*passing* dorong) karena bagian samping dalam kaki sebenarnya pendorong bola. Pengoperan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 4.5 hingga 13.7 meter. Cara pelaksanaannya cukup sederhana. Ialah kaki yang menahan bola keseimbangan tubuh, yang tidak digunakan untuk menendang diletakkan di samping bola dan arahkan ke target. Tempatkan kaki yang akan menendang dalam posisi menyamping dan jari kaki ke atas menjauh dari garis tengah tubuh anda. Tendang bagian tengah bola

dengan bagian samping dalam kaki anda. Pastikan kaki tetap lurus pada gerak lanjutan dari tendangan tersebut (Luxbacher, 2011:12-13).

Gambar 2.1.2 *Passing* Datar Menggunakan teknik *Inside-of-the-Foot*
(Siswa SSB Garuda Perkasa Muhammad Ponco Firdaus)

Menurut Danny Mielke (2004:20) kebanyakan *passing* dilakukan menggunakan kaki bagian dalam karena di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, memberikan kontrol bola yang lebih baik. Selain itu, kaki bagian dalam merupakan permukaan yang lebih tepat untuk melakukan *passing*.

Sesuai uraian diatas, maka peneliti akan menjelaskan tentang latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan latihan *passing support* dengan gawang diperkecil.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.1.3 Pengertian *Passing Support*

Passing yang bertujuan untuk membuka ruang gerakan agar pemain mudah menerima *passing* dari teman sehingga membuka ruang gerak dan dapat mengelabuhi lawan. Sehingga memudahkan rekan satu tim untuk menerima umpan karena ruang gerak yang luas. *Passing* tidak selalu diarahkan menuju kegawang. Salah satu jenis *passing* yang sangat bagus adalah *drop pass*, yang diberikan kepada teman satu tim dibelakangmu. *Passing* ini sangat

menguntungkan karena dapat menciptakan ruang dan juga membuyarkan penjagaan lawanmu (Danny Mielke, 2007:23). Teknik *passing* lain yang sangat baik adalah gerakan lari *overlap*. Lari *overlap* digunakan untuk menciptakan ruang. Didalam lari *overlap*, pemain penyerang mengoperkan bola keteman satu timnya, kemudian dia akan berlari mengikuti garis lengkung melewati penerima *passing* dan berada didepan lagi untuk menerima bola lagi. Biasanya lari *overlap* dan *passing* hanya melibatkan dua pemain tetapi teman satu tim lainnya dapat bergabung untuk menciptakan beberapa gerakan *overlap*. Ketika menggunakan keterampilan ini dalam permainan, pemain yang melakukan *passing* akan memberikan bola kepada teman satu tim dan bergerak keruang terbuka disamping pemain yang menerima *passing*. Setelah melakukan *passing*, pemain tersebut berlari melewati pemain yang menerima *passing* dan meminta diberi passing *overlap* (Danny Mielke, 2007:23).

2.1.4 Metode Latihan *Passing*

Hampir semua pemain pemula mengalami kesulitan pada saat mengoper bola, untuk itu diperlukan latihan teknik yang baik untuk menguasainya dengan latihan yang banyak. Beberapa saran di kemukakan dalam penelitian ini antara lain:

2.1.4.1 Latihan *passing support* dengan gawang berpindah

Teknik *passing* yang sangat baik adalah gerakan lari *overlap*. Lari *overlap* digunakan untuk menciptakan ruang. Didalam lari *overlap*, pemain penyerang mengoperkan bola keteman satu timnya, kemudian dia akan berlari mengikuti garis lengkung melewati penerima *passing* dan berada didepan lagi untuk menerima bola lagi. Biasanya lari *overlap* dan *passing* hanya melibatkan dua pemain tetapi teman satu tim lainnya dapat bergabung untuk menciptakan

beberapa gerakan *overlap*. Ketika menggunakan keterampilan ini dalam permainan, pemain yang melakukan *passing* akan memberikan bola kepada teman satu tim dan bergerak keruang terbuka disamping pemain yang menerima *passing*. Setelah melakukan *passing*, pemain tersebut berlari melewati pemain yang menerima *passing* dan meminta diberi passing *overlap* (Danny Mielke, 2007:23). Selain itu, kaki bagian dalam merupakan permukaan yang lebih tepat untuk melakukan *passing* (Danny Mielke, 2007:20).

Latihan *passing support* dengan gawang berpindah adalah latihan *passing* dengan cara pemain melakukan *passing* kepada rekan dari kun pertama menuju kun kedua, tapi pemain tersebut membuka atau mencari ruang gerak, dan juga terdapat satu pemain bertahan untuk mengganggu gerakan pemain tersebut, setelah itu rekan atau pengumpan memberi *passing* kepada pemain tersebut. Setelah pemain tersebut menerima dari kun kedua melakukan *passing* menuju beberapa gawang-gawang kecil yang berukuran kurang lebih satu meter dan gawang tersebut disusun secara acak atau berpindah-pindah. Kemudian jarak titik *passing* terhadap masing-masing gawang sekitar 10 meter. Dalam latihan ini bagian kaki yang di gunakan untuk menendang adalah kaki bagian dalam *(Inside-of-the-Foot)* karena kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Dengan adanya latihan ini bertujuan untuk meningkatkan akurasi *passing* menjadi lebih baik lagi, dan juga melatih *ball feeling*. Bentuk latihan ini tergolong agak sulit karena gawangnya berpindah-pindah, sehingga membutuhkan fokus dan konsentrasi yang lebih untuk melakukan latihan ini sehingga dapat berhasil.

2.1.4.2 Latihan *passing support* dengan gawang diperkecil

Passing tidak selalu diarahkan menuju kegawang. Salah satu jenis *passing* yang sangat bagus adalah *drop pass*, yang diberikan kepada teman satu tim dibelakangmu. *Passing* ini sangat menguntungkan karena dapat menciptakan ruang dan juga membuyarkan penjagaan lawanmu (Danny Mielke, 2007:23). *Passing* yang bertujuan untuk membuka ruang gerakan agar pemain mudah menerima *passing* dari teman sehingga membuka ruang gerak dan dapat mengelabuhi lawan. Sehingga memudahkan rekan satu tim untuk menerima umpan karena ruang gerak yang luas.

Latihan *passing support* dengan gawang diperkecil adalah latihan *passing* dengan cara pemain melakukan *passing* kepada rekan atau pengumpan dari kun pertama menuju kun kedua, tetapi pemain tersebut membuka atau mencari ruang gerak, namun juga terdapat satu pemain bertahan untuk mengganggu gerakan pemain tersebut, setelah itu rekan atau pengumpan meberikan *passing* kepada pemain tersebut. Setelah pemain tersebut menerima dari kun kedua melakukan *passing* menuju beberapa gawang-gawang kecil yang ukurannya diperkecil dari ukuran 100 cm, 80cm, dan 50 cm. Kemudian titik *passing* berjarak sekitar 10 meter dari gawang-gawang tersebut. Dalam latihan ini bagian kaki yang di gunakan untuk menendang adalah kaki bagian dalam *(Inside-of-the-Foot)* karena kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Dengan adanya latihan ini bertujuan meningkatkan keterampilan dan akurasi *passing* menjadi lebih baik sekaligus melatih ball feeling. Bentuk latihan ini tergolong sulit karena ukuran gawangnya semakin kecil, sehingga harus kosenstrasi dengan

penuh agar berhasil melakukan latihan ini. Tetapi latihan ini sangat efektif karena ukuran gawang semakin kecil, sehingga pemain akan berusaha untuk memasukan kegawang yang ukuran semakin kecil dan akan semakin sulit, dan itulah tantangnya bagi pemain apakah dapat memasukan kegawang yang ukurannya paling kecil.

2.1.5 Ketepatan *Passing* Datar

Ketepatan (*accuracy*) adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan sesuatu sesuai dengan sasaran yang dikehendaki (Rubianto Hadi, 2007: 51). Sedangkan menurut M.Sajoto (1995:9), ketepatan (*accuracy*) adalah seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran. Sasaran ini dapat merupakan suatu jarak atau mungkin suatu objek langsung yang harus dikenai dengan salah satu bagian tubuh.

Dari pengertian tentang ketepatan di atas, dapat disimpulkan ketepatan (*accuracy*) adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan atau mengendalikan sesuatu terhadap suatu sasaran yaitu dapat berupa jarak atau objek yang diinginkan.

Menendang merupakan teknik dengan bola yang paling banyak dilakukan dalam permainan sepakbola (Sukatamsi, 1985: 44). Sehingga menendang dalam hal ini mengoper atau *passing* bola memerlukan ketepatan (*accuracy*) agar menghasilkan operan yang baik dan mudah dikontrol rekan satu tim.Untuk pengertian ketepatan *passing* bola adalah kemampuan dalam menempatkan atau mengoper atau *passing* bola sesuai dengan sasaran. Ketepatan *passing* ini sangat dibutuhkan dalam permainan sepakbola karena dengan *passing* yang akurat akan menciptakan permainan yang semakin baik dalam sebuah tim, baik dalam menyusun penyerangan maupun mengembangkan permainan. Untuk

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

dapat memiliki ketepatan *passing* bola yang baik, seorang pemain harus sring melakukan latihan *passing* bola, baik menggunakan sasaran *passing* berupa benda mati maupun dengan *passing* bola kepada rekan.

2.1.6 Pengertian Latihan atau *Training*

Latihan adalah proses mempersiapkan fisik dan mental anaklatih secara sistematik untuk mencapai mutu prestasi yang optimal dengan diberikan beban latihan yang teratur, terarah, meningkat, dan berulang-ulang waktunya.Latihan adalah proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu meningkatkan fisik, fungsional peralatan tubuh, dan kualitas psikis. Latihan adalah upaya seseorang mempersiapkan dirinya untuk tujuan tertentu.

Bersumber dari beberapa pengertian di atas maka dapat disaring pengertian latihan adalah proses pengoptimalan kualitas fungsional dan psikologi olahragawan agar dapat meraih prestasi yang lebih baik.

2.1.7 Prinsip-Prinsip Latihan

Prinsip-prinsip latihan menurut Rubianto Hadi (2007: 57-62) yang dapat dijadikan pegangan pelatih antara lain:

2.1.7.1 Prinsip Individualis

Setiap atlet mempunyai perbedaan individu dalam latar belakang kemampuan, potensi, dan karakteristik. Latihan harus dirancang dan disesuaikan kekhasan setiap atlet agar menghasilkan hasil yang terbaik. Faktor-faktor yang harus diperhitungkan antara lain: umur, jenis kelamin, ciri-ciri fisik, status kesehatan, lamanya berlatih, tingkat kesegaran jasmani, tugas sekolah atau pekerjaan, atau keluarga, ciri-ciri psikologis, dan lain-lain.

Dengan memperhatikan kadaan individu atlet, pelatih akan mampu memberikan dosis yang sesuai dengan kebutuhan atlet dan dapat membantu

memecahkan masalah-masalah yang dihadapi atlet. Oleh sebab itu untuk mencapai hasil maksimal dalam latihan maka dlam memberikan latihan materi latihan pada seorang atlet, apabila pada cabang olahraga beregu, beban lathan yang berupa intensitas latihan, volume latihan, waktu istirahat (*recovery*), jumlah set, repetisi, model pendekatan psikologis, umpan balik dan sebagainya harus mengacu pada prinsip individu ini.

2.1.7.2 Prinsip Variasi Latihan

Latihan fisik yang dilakukan dengan benar seringkali menuntut banyak waktu dan tenaga atlet. Latihan yang dilakukan dengan berulang-ulang dan monoton dapat menyababkan rasa bosan. Untuk mencegah itu harus diterapkan latihan-latihan yang bervariasi. Latihan kekuatan otot tungkai misalnya, selain *leg press* dapat pula diciptakan bentuk-bentuk latihan lain yang sama manfaat seperti lompat bangku, naik tangga, sepakbola jongkok, dan lain-lain.

2.1.7.3 Prinsip Pedagogig

Prinsip pedagogig mengarahkan latihan mengikuti berbagai kaidah, yaitu: multilateral, pengembangan, kesehatan, kebermanfaatan, kesadaran, sistematis, dan gradual. Dengan prinsip pedagogig pelatih dituntut memberikan kesadaran yang penuh akan setiap beban latihan yang diberikan kepada atlet dengan segala manfaat positif maupun dampak negatifnya sehingga setiap latihan yang diberikan perlu dirancang secara sistematis dan meningkat secara gradual untuk menjamin smua unsur pendidikan dapat tercapai.

2.1.7.4 Prinsip Keterlibatan Aktif

Salah satu tugas pelatih dalam proses latihan adalah memperlakukan atlet dengan kesempatan yang sama, oleh karena itu pelatih perlu merancang

manajemen latihannya agar setiap atlet dapat melaksanakan kegiatan secara optimal.

Keterlibatan atlet berkaitan dengan hal-hal sebagai berikut:

1. Kegiatan fisik, atlet dapat melaksanakan aktivitas fisik dengan kesempatan yang sama pada setiap sesi latihan.
2. Kegiatan mental atlet dilibatkan dalam pengambilan keputusan yang berkaitan dengan penyusunan program latihan, pelaksanaan latihan, kompetisi dan berbagai hal yang berkaitan dengan pengembangan kepribadian dan kedewasaan atlet.

2.1.7.5 Prinsip *Recovery*

Recovery atau pemulihan merupakan faktor yang amat kritikal dalam pelatihan olahraga modern.Karena itu pelatih harus dapat menciptakan kesempatan recovery dalam sesi-sesi latihannya. Prinsip *recovery* harus dianggap sama pentingnya dengan prinsip overload.

Perkembangan atlet tergantung pada pemberian istirahat yang cukup sesuai latihan, agar efek latihan dapat dimaksimalkan.Hal tersebut sesai dengan prinsip *recovery* yang mengatakan bahwa kalau kita ingin berprestasi maksimal, maka setelah tubuh diberi rangsangan berupa pembebanan latihan, harus ada"*complete recovery*" sebelum pemberian stimulus berikutnya. Tanpa *recovery* yang cukup sesuai latihan yang berat, tak akan ada banyak manfaatnya bagi atlet. Lamanya *recovery* masih tergantung dari kelelahan yang dirasakan atlet atas latihan sebelumnya. Makin besar kelelahan yang dirasakan, makin lama waktu yang dialokasikan untuk pemulihan. Seberapa lama waktu yang diperlukan untuk *recovery* bergantung pada : a) individu atlet, b) tingkat kelelahan yang diderita atlet, c) system energy yang terlibat, d) dan sejumlah faktor yang lainnya.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Sebagai patokan untuk memulai kembali aktifitas selanjutnya (yang praktis bagi sebagian besar kegiatan latihan) adalah dengan menggunakan "takaran denyut nadi", karena apabila berpatokan pada kadar asam laktat dalam darah sangat sulit dilakukan oleh para pelatih.

2.1.7.6 Prinsip Pulih Asal (*Reverssibility*)

Beberapa pelatih sering mengatakan bahwa bila anda latihan akan menggunakan prinsip ini maka anda akan kehilangan lamanya istirahat. Lamanya istirahat yang dilakukan jangan terlalu lama, karena kalau terlalu lama maka kondisi tubuh akan kembali ke asal, dan sebaliknya bila tidak diberi istirahat sama sekali, juga tidak aka nada peningkatan.

Berkaitan dengan lamanya istirahat, Herberger, (1977) yang dikutip Bompa (1988) menyarankan bahwa: satu hari adalah waktu yang cukup untuk pemulihan. Jadi dalam merancang atau memberikan beban latihan, disamping harus dapat mengatur intensitas serta volume, mengatur hari-hari yang berat dan hari yang ringan, juga harus mempertimbangkan waktu istirahat minimal yang diperlukan oleh tubuh untuk pemulihan dan regenerasi.

2.1.7.7 Prinsip pemanasan (*Warming Up*)

Pemanasan bertujuan menyiapkan fisik dan psikis sebelum latihan.Selain itu pemanasan dilakukan terutama untuk menghindari cedera. Bentuk-bentuk pemanasan dapat meliputi : jogging, peregangan statis, peregangan dinamis, dan pelemasan persendian.

2.1.7.8 Pendinginan (*Cooling Down*)

Pendinginan bertujuan untuk mengembangkan kondisi fisik dan psikis pada keadaan semula. Pendinginan harus dilakukan seperti aktifitas pemanasan

dengan intensitas yang lebih rendah.

Dengan memperhatikan prinsip-prinsip latihan tersebut, maka seorang pelatih akan lebih mudah dalam penyusunan program latihan yang akan diberikan pada atletnya sehingga tidak terjadi kesalahan penyusunan program latihan.

2.2 Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan satu kajian yang dibuat berdasarkan teori yang diambil. Kerangka berfikir merupakan landasan teori secara logika yang diresum oleh penulis, kerangka berfikir dari landasan teori diatas.

Ketepatan dalam melakukan *passing* atau mengumpan dengan tepat merupakan faktor yang sangat penting dalam permainan sepakbola. Ketidakmampuan pemain dalam melakukan *passing* atau mengoper bola kepada kawan atau passing mengarah kekawan dapat menjadi salah satu faktor dalam menghadapi suatu pertandingan. Dengan ketidak mampuan pemain pada saat melakukan *passing* kearah tepat sasaran dapat menyebabkan permainan menjadi kurang efektif. Sebab dengan melakukan kesalahan *passing* maka pemain lawan dapat melakukan serang balik yang bisa berbuah gol.

Dengan ketepatan *passing* yang baik maka permainan dapat terlihat menarik dan membahayakan bagi pertahanan pihak lawan. Pemain dapat melakukan latihan gawang berpindah yang bertujuan untuk mengarahkan *passing* kearah gawang yang berpindah-pindah sehingga sama seperti mengarahkan *passing* yang tepat kepada kawan-kawan yang ada pada saat situasi pertandingan. Sedangkan latihan gawang diperkecil juga dapat meningkatkan konsentrasi pemain dalam mengarahkan terhadap sasaran dari ukuran yang besar menuju ukuran kecil. Dengan adanya variasi latihan gawang

berpindah dan latihan gawang diperkecil dapat menjadikan kualitas yang baik bagi *passing* dan *ball felling* terhadap kawan dalam suatu kesebelasan atau tim sehingga meningkatkan kerja sama yang baik bagi tim.

2.2.1 Analisis pengaruh latihan *passing support* dengan gawang berpindah terhadap ketepatan *passing* datar

Teknik *passing* yang sangat baik adalah gerakan lari *overlap*. Lari *overlap* digunakan untuk menciptakan ruang. Didalam lari *overlap*, pemain penyerang mengoperkan bola keteman satu timnya, kemudian dia akan berlari mengikuti garis lengkung melewati penerima *passing* dan berada didepan lagi untuk menerima bola lagi. Biasanya lari *overlap* dan *passing* hanya melibatkan dua pemain tetapi teman satu tim lainnya dapat bergabung untuk menciptakan beberapa gerakan *overlap*. Ketika menggunakan keterampilan ini dalam permainan, pemain yang melakukan *passing* akan memberikan bola kepada teman satu tim dan bergerak keruang terbuka disamping pemain yang menerima *passing*. Setelah melakukan *passing*, pemain tersebut berlari melewati pemain yang menerima *passing* dan meminta diberi passing *overlap* (Danny Mielke, 2007:23). Selain itu, kaki bagian dalam merupakan permukaan yang lebih tepat untuk melakukan *passing* (Danny Mielke, 2007:20).

Latihan *passing support* dengan gawang berpindah adalah latihan *passing* dengan cara pemain melakukan *passing* kepada rekan dari kun pertama menuju kun kedua, tapi pemain tersebut membuka atau mencari ruang gerak, dan juga terdapat satu pemain bertahan untuk mengganggu gerakan pemain tersebut, setelah itu rekan atau pengumpan memberi *passing* kepada pemain tersebut. Setelah pemain tersebut menerima dari kun kedua melakukan *passing* menuju beberapa gawang-gawang kecil yang berukuran kurang lebih satu meter

dan gawang tersebut disusun secara acak atau berpindah-pindah. Kemudian jarak titik *passing* terhadap masing-masing gawang sekitar 10 meter. Dalam latihan ini bagian kaki yang di gunakan untuk menendang adalah kaki bagian dalam *(Inside-of-the-Foot)* karena kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Dengan adanya latihan ini bertujuan untuk meningkatkan akurasi *passing* menjadi lebih baik lagi, dan juga melatih *ball feeling*. Bentuk latihan ini tergolong agak sulit karena gawangnya berpindah-pindah, sehingga membutuhkan fokus dan konsentrasi yang lebih untuk melakukan latihan ini sehingga dapat berhasil. Berdasarkan analisis diatas bahwa diduga ada pengaruh latihan *passing support* dengan gawang berpindah terhadap ketepatan *passing* datar.

2.2.2 Analisis pengaruh latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar

Passing tidak selalu diarahkan menuju kegawang. Salah satu jenis *passing* yang sangat bagus adalah *drop pass*, yang diberikan kepada teman satu tim dibelakangmu. *Passing* ini sangat menguntungkan karena dapat menciptakan ruang dan juga membuyarkan penjagaan lawanmu (Danny Mielke, 2007:23). *Passing* yang bertujuan untuk membuka ruang gerakan agar pemain mudah menerima *passing* dari teman sehingga membuka ruang gerak dan dapat mengelabuhi lawan. Sehingga memudahkan rekan satu tim untuk menerima umpan karena ruang gerak yang luas.

Latihan *passing support* dengan gawang diperkecil adalah latihan *passing* dengan cara pemain melakukan *passing* kepada rekan atau pengumpan dari kun

pertama menuju kun kedua, tetapi pemain tersebut membuka atau mencari ruang gerak, namun juga terdapat satu pemain bertahan untuk mengganggu gerakan pemain tersebut, setelah itu rekan atau pengumpan meberikan *passing* kepada pemain tersebut. Setelah pemain tersebut menerima dari kun kedua melakukan *passing* menuju beberapa gawang-gawang kecil yang ukurannya diperkecil dari ukuran 100 cm, 80cm, dan 50 cm. Kemudian titik *passing* berjarak sekitar 10 meter dari gawang-gawang tersebut. Dalam latihan ini bagian kaki yang di gunakan untuk menendang adalah kaki bagian dalam *(Inside-of-the-Foot)* karena kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Dengan adanya latihan ini bertujuan meningkatkan keterampilan dan akurasi *passing* menjadi lebih baik sekaligus melatih *ball feeling*. Bentuk latihan ini tergolong sulit karena ukuran gawangnya semakin kecil, sehingga harus kosenstrasi dengan penuh agar berhasil melakukan latihan ini. Tetapi latihan ini sangat efektif karena ukuran gawang semakin kecil, sehingga pemain akan berusaha untuk memasukan kegawang yang ukuran semakin kecil dan akan semakin sulit, dan itulah tantangnya bagi pemain apakah dapat memasukan kegawang yang ukurannya paling kecil.

2.2.3 Analisis antara latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan latihan *passing support* dengan gawang diperkecil

Latihan *passing support* dengan gawang berpindah adalah latihan *passing* dengan cara pemain melakukan *passing* kepada rekan dari kun pertama menuju kun kedua, tapi pemain tersebut membuka atau mencari ruang gerak, dan juga terdapat satu pemain bertahan untuk mengganggu gerakan pemain

tersebut, setelah itu rekan atau pengumpan memberi *passing* kepada pemain tersebut. Setelah pemain tersebut menerima dari kun kedua melakukan *passing* menuju beberapa gawang-gawang kecil yang berukuran kurang lebih satu meter dan gawang tersebut disusun secara acak atau berpindah-pindah. Bentuk latihan ini tergolong agak sulit karena gawangnya berpindah-pindah, sehingga membutuhkan fokus dan konsentrasi yang lebih untuk melakukan latihan ini sehingga dapat berhasil. Sedangkan Latihan *passing support* dengan gawang diperkecil adalah latihan *passing* dengan cara pemain melakukan *passing* kepada rekan atau pengumpan dari kun pertama menuju kun kedua, tetapi pemain tersebut membuka atau mencari ruang gerak, namun juga terdapat satu pemain bertahan untuk mengganggu gerakan pemain tersebut, setelah itu rekan atau pengumpan meberikan *passing* kepada pemain tersebut. Setelah pemain tersebut menerima dari kun kedua melakukan *passing* menuju beberapa gawang-gawang kecil yang ukurannya diperkecil dari ukuran 100 cm, 80cm, dan 50 cm. Bentuk latihan ini tergolong sulit karena ukuran gawangnya semakin kecil, sehingga harus kosenstrasi dengan penuh agar berhasil melakukan latihan ini. Tetapi latihan ini sangat efektif karena ukuran gawang semakin kecil, sehingga pemain akan berusaha untuk memasukan kegawang yang ukuran semakin kecil dan akan semakin sulit, dan itulah tantangnya bagi pemain apakah dapat memasukan kegawang yang ukurannya paling kecil. Sehingga diduga latihan *passing support* dengan gawang berpindah berpengaruh lebih baik daripada latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap hasil ketepatan *passing* datar dalam permainan sepakbola.

2.3 Hipotesis

Menurut Suharsimi Arikunto (2010:110), hipotesis dapat diartikan sebagai

satu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Berdasarkan kajian pada landasan teori diatas, dalam penelitian ini penulis mengambil hipotesis sebagai berikut:

2.3.1 Ada pengaruh latihan *passing support* dengan gawang berpindah terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa KU-15 tahun 2015.

2.3.2 Ada pengaruh latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa KU-15 tahun 2015.

2.3.3 Latihan *passing support* dengan gawang berpindah memberikan pengaruh yang lebih baik dari pada latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa KU-15 tahun 2015.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan sebagai berikut:

5.1.1 Ada pengaruh yang signifikan antara metode latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa KU-15 tahun 2015.

5.1.2 Ada pengaruh yang signifikan antara metode latihan *passing support* dengan gawang berpindah terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa KU-15 tahun 2015.

5.1.3 Metode latihan *passing support* dengan gawang berpindah memberikan pengaruh yang lebih baik dari pada metode latihan *passing support* dengan gawang diperkecil terhadap ketepatan *passing* datar pada siswa SSB Garuda Perkasa KU-15 tahun 2015.

5.2 Saran

Dari simpulan penelitian di atas, penulis mengajukan saran:

5.2.1 Bagi pelatih dalam usaha meningkatkan kemampuan *passing* datar pada siswa sepakbola kelompok usia muda sebaiknya dilakukan dengan metode latihan *passing support* dengan gawang berpindah dan dalam penggunan metode ini pelatih hendaknya selalu memberikan motivasi agar mereka tidak cepat menyerah saat latihan.

5.2.2 Bagi pelatih hendaknya memberikan program secara berimbang antara teknik dan latihan fisik agar kemampuan *passing* datar siswa meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Hufron Nur Latif. 2014. *Pengaruh Latihan Passing Bervariasi Dan Latihan Passing Lurus Berhadapan Terhadap Keterampilan Passing Pemain Sepakbola KU-14 SSB Alamsari Kebumen*. Skripsi. Semarang : FIK UNNES.

A. Sarumpaet, dkk. 1992. *Permainan Besar*. Jakarta : Depdikbud.

Battty, Eric C. 2007. Sepak Bola Serangan. Bandung : CV. PIONIR JAYA.

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

Gifford, Clife. 2003. *Panduan Lengkap Permainan Indah*. Surabaya : Erlangga.

Luxbacher Joseph, A. 2011. *Sepak Bola*. Jakata : PT Raja Grafindo Persada.

M. Sajoto. 1995. *Peningkatan Dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : Dahara Prize.

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

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

Sucipto, dkk. 2000. *Sepak Bola*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta : Depdikbud.

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

Sukatamsi. 1985. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Solo : Tiga Serangkai.

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

Tri Septa Agung Pamungkas. 2009. *Kamus Pintar Sepak Bola*. Malang : Dioma.

Zidane Muhdhor Al-Hadiqie. 2013. *Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional*. Jakarta : Kata Pena.