



**PENGARUH MODEL LATIHAN *PASSING DIAMOND* DAN
TRIANGLE TERHADAP AKURASI *PASSING***

(Eksperimen pada Pemain sepak bola usia muda Diklat Salatiga Training
Center tahun 2019)

SKRIPSI

**diajukan dalam rangka menyelesaikan studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang**

oleh

Dody Setyo Harjanto

6301413131

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2019

ABSTRAK

Harjanto, Setyo Dody.2019. *Pengaruh Model Latihan Passing Diamond dan Triangle Terhadap Akurasi Passing (Eksperimen Pada Pemain Sepak Bola Usia Muda Diklat Salatiga Training Center Tahun 2018)*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I: Drs. Wahadi, M.Pd, Pembimbing II: Tri Tunggal S., S.Pd., M. Kes.

Kata kunci: model latihan, *passing diamond* dan *triangle*, akurasi *passing*.

Masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah (1) bagaimana pengaruh model latihan *passing diamond* dan *triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain muda diklat Salatiga *Training Center* (2) model latihan manakah yang memberikan pengaruh lebih terhadap akurasi *passing* pada pemain muda diklat Salatiga *Training Center* tahun 2018. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh latihan *passing diamond* dan *triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain muda Diklat Salatiga *Training Center*.

Penelitian ini menggunakan eksperimen dan metode kuantitatif. Populasi dan sampel berjumlah 20 pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan total *sampling* dan analisis data menggunakan program SPSS. Hasil penelitian: (1) nilai thitung = 4,811 > ttabel = 2,26 maka ada pengaruh latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* (2) nilai hitung = 10,585 > ttabel = 2,26 maka ada pengaruh latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* (3) nilai thitung = 2,508 > ttabel = 2,101 maka ada perbedaan latihan *passing diamond* dan *triangle* terhadap akurasi *passing*.

Ada pengaruh model latihan *passing diamond* dan *triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain muda Diklat Salatiga *Training Center* dan latihan *passing triangle* memberikan pengaruh lebih baik dibandingkan latihan *passing diamond* pada pemain muda Diklat Salatiga *Training Center*. Saran bagi pemain muda Diklat Salatiga *Training Center* bisa menggunakan latihan *passing diamond* dan *Triangle* untuk meningkatkan akurasi *passing*.

ABSTRACT

Harjanto, Setyo Dody.2019. The Effect of Diamond and Triangle Passing Training Models on Passing Accuracy (Experiments on Young Soccer Players at Salatiga Training Center in 2018). A Final Project. Sport Coaching Education Department, Faculty of Sports Science, Semarang State University. First Advisor : Drs. Wahadi, M.Pd, Second Supervisor : Tri Tunggal S., S.Pd., M. Kes.

Key words: *training models, diamond dan triangle passing, passing accuracy.*

The problems examined in this study are (1) how the influence of passing diamond and triangle training models on passing accuracy of young players of the Salatiga Training Center (2) which training models give more influence on passing accuracy of young players of the Salatiga Training Center in 2018. The purpose of this study was to determine the effect of diamond and triangle passing exercises on passing accuracy of young players of the Salatiga Training Center.

This research used experiments and quantitative methods. The population and sample were 20 players. The sampling technique used total sampling and data analysis used the SPSS program. The results of the study: (1) $t_{count} = 4.811 > t_{table} = 2.26$ then there is the effect of passing diamond training on passing accuracy (2) $t_{count} = 10,585 > t_{table} = 2.26$ then there is the effect of passing triangle exercise on passing accuracy (3) $t_{count} = 2.508 > t_{table} = 2.101$, so there is a difference between the passing diamond and triangle training on passing accuracy.

There is an effect of passing diamond and triangle training models on the accuracy of passing of young players of the Salatiga Training Center and passing triangle training gives a better effect than passing diamond training on young players of the Salatiga Training Center . Suggestions for young players of the Salatiga Training Center, they can use Diamond and Triangle passing exercises to improve passing accuracy.

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul :

“Pengaruh Model Latihan *Passing Diamond* Dan *Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* (Eksperimen pada Pemain sepak bola usia muda Diklat Salatiga Training Center tahun 2018)”.

Disusun oleh :

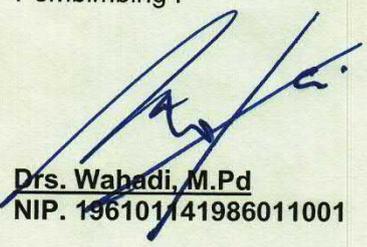
Nama : Dody Setyo Harjanto

NIM : 6301413131

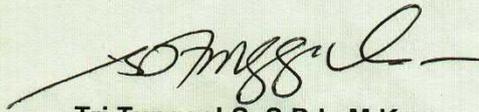
Jurusan/prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Telah disahkan dan disetujui pada tanggal oleh :

Pembimbing I


Drs. Wahadi, M.Pd
NIP. 196101141986011001

Pembimbing II


Tri Tunggal S, S.Pd., M.Kes
NIP. 196803021997021001

Mengetahui,
Ketua Jurusan PKLO


Soediatmiko, M.Pd
NIP. 197208151997021001



PENGESAHAN

Skripsi atas nama Dody Setyo Harjanto NIM 6301413131 Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Judul Pengaruh Model Latihan *Passing Diamond* dan *Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* (Eksperimen Pada Pemain Sepak Bola Usia Muda Diklat Salatiga *Training Center* Tahun 2019) telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari *Senin* tanggal *12 Agustus* 2019.

Panitia ujian



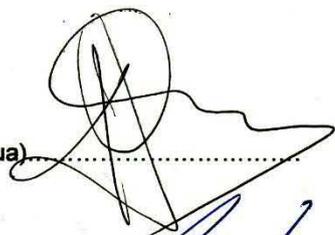
Ketua
Prof. Dr. Tandiyu Bahayu, M.Pd.
NIP. 196163201984072001

Sekretaris

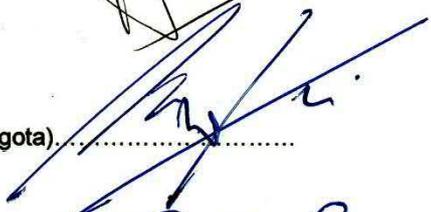
Drs. Rubianto Hadi, M.Pd.
NIP. 196302061988031001

Dewan penguji

1. Drs. Kriswantoro, M.Pd.
NIP. 196106301987031003

(Ketua).....


2. Drs. Wahadi, M.Pd.
NIP. 196101141986011001

(Anggota).....


3. Tri Tunggal S, S.Pd., M.Kes
NIP. 196803021997021001

(Anggota).....


PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Dody Setyo Harjanto
NIM : 6301413131
Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : "Pengaruh Model Latihan *Passing Diamond* dan *Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* (Eksperimen pada Pemain sepak bola usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019)".

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.

Semarang, 7 Agustus 2019

Yang menyatakan,



Dody Setyo Harjanto
NIM. 6301413131

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kemudahan ada kesulitan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.” (QS. Al-Insyirah,6-8)

Persembahan

untuk ayah Pujiyanto, ibu Sopiya, adik Ilham Setyo, Dosen dan Tenaga Pendidik, Teman-teman seperjuangan PKLO 2013, serta almamater FIK UNNES yang saya cintai dan banggakan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa atas limpahan rahmat, taufiq, dan hidayah-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh Model Latihan *Passing Diamond* dan *Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* (Eksperimen pada Pemain sepak bola usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019) “ dapat terselesaikan.

Keberhasilan dalam penyelesaian skripsi ini atas dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, dengan tulus dan rendah hati penulis sampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memfasilitasi selama peneliti mengikuti pendidikan.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan semangat dan dorongan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Drs. Wahadi, M.Pd. dan Tri Tunggal S, S.Pd, M.Kes yang telah memberikan bimbingan dan dorongan moral sehingga skripsi ini dapat tersusun.
5. Segenap Dosen FIK Universitas Negeri Semarang atas bekal ilmu, bimbingan, dan saran-saran yang berguna dalam proses penyusunan skripsi.
6. Khamid Mulyono selaku pelatih sepak bola Diklat Salatiga *Training Center* yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Seluruh Pemain Sepak Bola Diklat Salatiga *Training Canter* yang telah bersedia menjadi sampel penelitian dan membantu selama pelaksanaan penelitian.

8. Rekan-rekan seperjuangan FIK jurusan PKLO Universitas Negeri Semarang atas saran-saran dan kerjasamanya.

Segala bantuan yang telah diberikan atas terselesainya skripsi ini, semoga mendapa keridhoan-Nya. Penulis telah berusaha sebaik-baiknya dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini, sehingga penulis berharap atas izin Allah S.W.T semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi para pembaca.

Semarang, 7 Agustus 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN.....	v
PERNYATAAN	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
 BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS	
2.1 Landasan Teori.....	9
2.2 Hipotesis.....	23
 BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	24
3.2 Variabel Penelitian.....	25
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Penarikan Sampel.....	25
3.4 Instrumen Penelitian	26
3.5 Prosedur Penelitian.....	28
3.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penelitian.....	30
3.7 Teknik Analisis Data	33

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	35
4.2 Pengolahan Data	43
4.3 Uji Hipotesis	43
4.4 Pembahasan	46

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	48
5.2 Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Langkah-Langkah Melakukan <i>Passing Inside-of-the-Foot</i>	12
2.2 Perkenaan <i>Passing Inside-of-the-Foot</i>	12
2.3 Langkah-Langkah Melakukan <i>Passing Outside-of-the-Foot</i>	13
2.4 Perkenaan <i>Passing Outside-of-the-Foot</i>	14
2.5 Langkah-Langkah Melakukan <i>Passing Instep</i>	14
2.6 Perkenaan <i>Passing Instep</i>	15
2.7 Model Latihan <i>Passing Diamond</i>	19
2.8 Model Latihan <i>Passing Triangle</i>	20
3.1 Rancangan Penelitian	25
3.2 Tes <i>Short Passing</i>	27
4.1 Frekuensi Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 1 Sebelum Perlakuan <i>Pre-test</i>	36
4.2 Frekuensi Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 1 Sebelum Perlakuan <i>Post-test</i>	38
4.3 Frekuensi Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 2 Sebelum Perlakuan <i>Pre-test</i>	39
4.4 Frekuensi Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 2 Sebelum Perlakuan <i>Post-test</i>	40

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Pembagian Kelompok Penelitian	28
3.2 Persiapan Perhitungan Statistik	33
4.1 Hasil Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 1 (<i>Pre-test</i>)	35
4.2 Distribusi Frekuensi <i>Pre-test</i> Kelas eksperimen 1	36
4.3 Hasil Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 1 (<i>Post-test</i>).....	37
4.4 Distribusi Frekuensi <i>Post-test</i> Kelas eksperimen 1.....	37
4.5 Hasil Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 2 (<i>Pre-test</i>)	38
4.6 Distribusi Frekuensi <i>Pre-test</i> Kelas Eksperimen 2.....	39
4.7 Hasil Akurasi <i>Passing</i> Kelas Eksperimen 2 (<i>Post-test</i>).....	39
4.8 Distribusi Frekuensi <i>Pre-test</i> Kelas Eksperimen 1.....	40
4.9 Ringkasan Uji Normalitas	41
4.10 Ringkasan Uji Homogenitas	42
4.11 Ringkasan Hasil Uji t <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelas Eksperimen 1	43
4.12 Ringkasan Hasil Uji t <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelas Eksperimen 2	43
4.13 Ringkasan Hasil Uji t <i>Post-test</i> Kelas Eksperimen 1 dan Eksperimen 2	44
4.14 Ringkasan Hasil Uji t Kenaikan Skor Eksperimen 1 dan Eksperimen 2	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
<u>1. Surat Keterangan Dosen Pembimbing</u>	51
<u>2. Surat Ijin Penelitian</u>	52
<u>3. Daftar Nama Sampel</u>	53
<u>4. Data <i>Pretest</i></u>	54
<u>5. Data Hasil Ranking Sampel</u>	55
<u>6. Data Ranking Pretest Matching</u>	56
<u>7. Data Hasil Matching Kelompok Eksperimen 1 dan 2</u>	57
<u>8. Data Hasil Posttest Model Diamond</u>	58
<u>9. Data Hasil Posttest Model Triangle</u>	59
<u>10. Tabel Uji Normalitas</u>	60
<u>11. Tabel Uji Homogenitas</u>	62
<u>12. Tabel Uji Hipotesis</u>	63
<u>13. Tabel Penolong</u>	65
14. Tabel ftabel Uji Homogenitas.....	66
15. Tabel ttabel Uji Hipotesis.....	67
16. Program Latihan.....	68
17. Dokumentasi.....	77

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam sistem keolahragaan nasional (Undang-Undang RI No. 3 Tahun 2005) olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Sepakbola merupakan olahraga terpopuler di dunia, sekitar empat miliar orang jatuh cinta dengan olahraga yang satu ini. Olahraga ini selalu menduduki *rating* tertinggi di televisi setiap tahunnya. Olahraga ini menjadi kecintaan bagi umat manusia karena olahraga sepakbola mudah dipahami dan mudah untuk dimainkan.

Seiring dengan minat masyarakat terhadap olahraga sepakbola yang begitu besar, lambat laun olahraga sepakbola berkembang dengan pesat. Minat masyarakat terhadap permainan sepakbola yang begitu besar tidak diimbangi dengan perolehan prestasi yang diperoleh bangsa di kancah persepakbolaan internasional. Prestasi cabang olahraga sepakbola di Indonesia dianggap kurang begitu maju dibandingkan dengan prestasi olahraga cabang lainnya. Antusias masyarakat Indonesia begitu besar terhadap cabang olahraga sepakbola, 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.

Adanya antusiasme serta dukungan yang tinggi dari masyarakat, maka tidak heran jika masyarakat sangat berharap tim sepakbola Indonesia dapat meraih prestasi di tingkat internasional. Prestasi sepakbola Indonesia saat ini dikatakan

belum dapat membanggakan bagi masyarakat Indonesia, hal tersebut ditandai dengan hasil yang kurang memuaskan pada ajang *SEA Games* pada tahun 2011, 2013, 2015 dan 2017. Tim sepakbola Indonesia harus puas menjadi juara kedua dalam ajang *SEA Games* pada tahun 2011 di Jakarta dan Palembang, pada *SEA Games* tahun 2013 di Myanmar Tim sepakbola Indonesia harus kembali puas menjadi juara kedua, pada *SEA Games* tahun 2015 di Singapura tim sepakbola Indonesia harus menelan kekalahan 0-5 melawan Vietnam di laga perebutan posisi ketiga, sedangkan pada *SEA Games* tahun 2017 di Malaysia Tim sepakbola Indonesia hanya menempati posisi ketiga. Hal tersebut menambah catatan yang kurang menyenangkan bagi prestasi sepakbola di tanah air. Dalam ajang *SEA Games* digelar Indonesia hanya mampu meraih juara pada tahun 1987 di Jakarta dan tahun 1992 di Manila, pada waktu itu *SEA Games* masih diperkuat oleh pemain senior.

Prestasi menurut Scheunemann, T (2012:5) merupakan pembentukan permainan secara menyeluruh yang meliputi teknik, taktik, fisik dan mental. Pembinaan dan pengembangan olahraga yang hakekatnya merupakan sebagian dari kebijakan nasional sangat dibutuhkan untuk membina serta mengembangkan potensi-potensi sumber daya manusia (SDM). Dalam sepakbola pembinaan berjenjang sangat dibutuhkan. Pembinaan usia muda merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan, karena pemain usia muda merupakan fondasi untuk membentuk desain tim nasional sepakbola masa depan Indonesia yang tangguh dan berprestasi. Pembinaan yang ditangani oleh orang-orang yang tepat akan menghasilkan calon-calon pemain yang berkualitas dan dapat menjadi kebanggaan bagi masyarakat Indonesia.

Tim sepakbola terdiri dari sepuluh pemain lapangan dan satu kiper. Keterampilan untuk *passing* dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelasan pemain ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya. Ketepatan, langkah, dan waktu pelepasan bola merupakan bagian yang penting dari kombinasi pengoperan bola yang berhasil. Pemain harus mampu *passing* dan mengontrol bola dengan baik setelah rekan satu tim memberikan bola. Keterampilan *passing* dan menerima bola yang tidak baik akan mengakibatkan lepasnya bola dan membuang-buang kesempatan untuk menciptakan gol (Luxbacher, J. A, 2004:11).

Keterampilan *passing* yang baik merupakan salah satu hal yang wajib dimiliki setiap pemain, karena dengan seorang pemain yang memiliki operan atau *passing* yang baik sebuah tim akan dengan mudah menciptakan sebuah gol. *Passing* yang akurat dapat digunakan oleh sebuah tim untuk memberikan variasi permainan, menerobos pertahanan, serta untuk memecah kebuntuan dalam menghadapi taktik yang dimiliki lawan dalam sebuah pertandingan. Untuk mendapatkan akurasi *passing* yang baik dan benar pemain harus melakukan latihan secara terus menerus, latihan yang dilakukan secara terus menerus akan menimbulkan sebuah gerakan otomatisasi yaitu gerakan yang terjadi tanpa harus di perintahkan terlebih dahulu. Latihan akurasi *passing* yang dilakukan secara terus menerus tanpa adanya variasi model latihan yang berbeda akan menimbulkan rasa bosan bagi pemain pada waktu latihan dilaksanakan.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk meneliti salah satu diklat sepakbola di Salatiga yaitu diklat Salatiga *Training Center*. Dilihat dari program latihannya memang sudah terprogram cukup baik dan dilihat dari teknik maupun fisik yang dimiliki para pemain sudah cukup baik pula, tetapi peneliti juga melihat

ada kekurangan dalam urusan akurasi *passing*, hal tersebut juga di tegaskan oleh pelatih kepala diklat Salatiga *Training Center* pada saat peneliti melakukan observasi pada tanggal 16 September 2017. Peneliti melihat pertandingan Salatiga *Training Center* masih banyak kegagalan daripada keberhasilan dalam akurasi *passing*. Pengamatan peneliti, tercatat jumlah keseluruhan total *passing* 214 dengan keberhasilan *passing* 102 dan kegagalan 112. Hasil tersebut tentu sangat jauh dibandingkan dengan klub besar seperti Barcelona. Dalam pertandingan pekan 4 melawan Getafe, Barcelona tercatat memiliki total *passing* 658 dengan keberhasilan *passing* 593 dan kegagalan 65.

(www.goal.com/id-ID/match/getafe-vs-barcelona/2529272/stats?ICID=MP_MS_4)

Banyak dari pemain diklat Salatiga *Training Center* yang memiliki akurasi *passing* yang masih kurang baik, maka dari itu latihan akurasi *passing* sangat dibutuhkan untuk pemain sendiri khususnya dan untuk tim umumnya. *Passing* yang baik akan memiliki akurasi yang baik pula. *Passing* yang akurat sangat penting untuk menembus pertahanan lawan serta untuk menciptakan sebuah gol bagi sebuah tim dalam pertandingan sepakbola.

Diklat Salatiga *Training Center* selama ini masih menggunakan model latihan *passing* secara konvensional yang kemudian mengakibatkan para pemain mudah bosan dalam proses latihan. Dalam perkembangannya model latihan dibagi menjadi model latihan konvensional, modern, dan inovatif. Untuk mendapatkan *passing* yang baik seorang pemain harus melakukan latihan secara terus menerus dan berkelanjutan. Latihan yang dilakukan secara terus menerus tanpa adanya variasi model latihan yang berbeda akan menimbulkan rasa bosan bagi pemain pada waktu latihan dilaksanakan. Dalam proses meningkatkan kemampuan akurasi *passing* seorang pemain membutuhkan adanya model latihan *passing*

yang inovatif dan mempunyai banyak variasi latihan sehingga pemain dapat dengan cepat meningkatkan akurasi *passing* yang dimiliki.

Latihan *passing diamond* adalah bentuk latihan *passing* yang dilakukan dengan posisi membentuk segiempat dan sudut berjarak 15 meter dengan menggunakan 2 bola. Dalam latihan ini pemain berjumlah 10 pemain dibagi menjadi 2 kelompok. Latihan ini dilakukan untuk meningkatkan *power* dan kemampuan keterampilan akurasi *passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Latihan ini dapat menunjang kemampuan pemain dalam *ball feeling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya, sejauh mana kekuatan *passing* yang akan dilakukan dengan jarak yang ada.

Latihan *passing triangle* adalah bentuk latihan *passing* yang dilakukan dengan posisi membentuk segitiga dan sudut berjarak 15 meter dengan menggunakan 2 bola. Dalam latihan ini pemain berjumlah 10 pemain dibagi menjadi 2 kelompok. Latihan ini sama kegunaannya, dilakukan untuk meningkatkan *power* dan kemampuan keterampilan akurasi *passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Latihan ini dapat menunjang kemampuan pemain dalam *ball feeling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya, sejauh mana kekuatan *passing* yang akan dilakukan dengan jarak yang ada.

Dengan melihat latar belakang tersebut peneliti ingin melakukan penelitian mengenai kemampuan akurasi *passing* seorang pemain sepakbola, sehingga bisa memberikan dampak positif bagi kemajuan diklat Salatiga *Training Center* dalam meraih prestasi disuatu kompetisi atau kejuaraan-kejuaraan resmi baik di tingkat Provinsi Jawa Tengah maupun di tingkat nasional. Diklat Salatiga *Training Center*

merupakan sebuah tempat pembinaan berjenjang bagi pemain usia muda yang berdiri sejak tahun 2012. Pemain diklat Salatiga *Training Center* merupakan pemain pilihan yang sudah menjalani seleksi, tentunya para pemain sudah mempunyai teknik dasar bermain sepakbola akan tetapi kemampuannya masih perlu ditingkatkan dan dikembangkan.

Pemain sepakbola di diklat Salatiga *Training Center* Tahun 2019 merupakan pemain yang bertempat tinggal di kota Salatiga berumur dari 17 sampai 18 tahun. Diklat Salatiga *Training Center* memiliki jadwal latihan setiap hari pagi dan sore kecuali Sabtu dan Minggu libur. Latihan pagi dimulai pada pukul 05.00 WIB dan selesai pada pukul 06.00 WIB di lapangan Klumpit, Salatiga, sedangkan latihan sore dimulai pada pukul 15.30 WIB dan selesai pada pukul 17.00 WIB di lapangan Tingkir, Salatiga. Berikut merupakan prestasi yang diperoleh Diklat Salatiga *Training Center* :

Tabel 1.1 Prestasi Diklat Salatiga *Training Center*

NO	NAMA KEJUARAAN	LEVEL	TEMPAT	TAHUN	JUARA
1.	Piala Kapolres Salatiga	Daerah	Salatiga	2012	1
2.	Antar Akademi Salatiga	Daerah	Salatiga	2015	2
3.	Festival SSB U-17	Daerah	Semarang	2013	2
4.	Piala Walikota Salatiga	Daerah	Salatiga	2012	1

Dengan melihat latar belakang di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh Model Latihan *Passing Diamond* dan *Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* Sepakbola Pada Pemain Usia Muda Diklat Salatiga *Training Center* Tahun 2018" dengan alasan karena akurasi *passing* merupakan salah satu hal penting dalam menciptakan sebuah gol dan sangat mendasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain sepakbola, sehingga sangat membantu peneliti untuk memperoleh data penelitian.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Model latihan yang masih menggunakan model latihan konvensional.
2. Akurasi *passing* yang masih kurang baik.
3. *Passing* yang mudah di rebut lawan.
4. *Finishing* yang masih kurang baik.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas. Pembahasan ini dibatasi pada pengaruh model latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda diklat Salatiga *training center* tahun 2019.

1.4 Rumusan Masalah

Dalam penelitian terdapat suatu pembahasan yang perlu untuk diteliti, dianalisa dan diusahakan pemecahannya. Setelah memperhatikan latar belakang di atas penulis merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana pengaruh model latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda diklat Salatiga *training center* tahun 2019?
2. Bagaimana pengaruh model latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda diklat Salatiga *training center* tahun 2019?
3. Model latihan manakah yang memberikan pengaruh lebih baik antara model latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda diklat Salatiga *training center* tahun 2019?

1.5 Tujuan Penelitian

Berkaitan dengan hasil penelitian yang akan dicapai, maka tujuan pelaksanaan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Pengaruh model latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda diklat Salatiga *training center* tahun 2019.
2. Pengaruh model latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda diklat Salatiga *training center* tahun 2019.
3. Pengaruh yang lebih baik antara model latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda diklat Salatiga *training center* tahun 2019.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari hasil pelaksanaan penelitian :

1. Digunakan sebagai informasi pelatihan dan pengembangan latihan *passing* sepakbola.
2. Memberikan sumbangan positif bagi pelatihan sepakbola yang benar dalam pengembangan model latihan *passing* yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan dasar permainan sepakbola.

BAB II

LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Olahraga Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba memasukkan gol ke gawang lawan. Setiap tim memiliki kiper yang mempunyai tugas untuk menjaga gawang. Kiper diperbolehkan untuk mengontrol bola dengan tangannya dalam daerah penalti yaitu daerah yang berukuran lebar 40 meter dan 16 meter pada garis akhir. Pemain lainnya tidak diperbolehkan menggunakan tangan atau lengan untuk mengontrol bola, tetapi dapat menggunakan kaki, tungkai, atau kepala. Gol diciptakan dengan menendang atau menanduk bola ke dalam gawang lawan. Setiap gol dihitung dengan skor satu, dan tim yang paling banyak menciptakan gol memenangkan permainan (Luxbacher. J. A , 2004: 2).

2.1.2 Teknik Dasar Sepakbola

Permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan regu atau permainan tim, maka suatu kesebelasan yang baik, hebat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerjasama yang baik. Untuk mencapai kerja sama tim yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat, dan cermat artinya tidak membuang-buang energi atau waktu, dengan demikian seorang pemain sepakbola yang tidak

menguasai teknik dasar sepakbola dan keterampilan sepakbola tidaklah mungkin akan menjadi pemain yang baik dan terkemuka.

2.1.3 Teknik Dasar *Passing* Sepakbola

Passing adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* merupakan keterampilan paling penting untuk dikuasai (Mielke, D, 2007:19). *Passing* menghubungkan semua pemain di seluruh bagian lapangan dan memungkinkan tim membangun serangan (Gifford, C, 2007:14).

Passing yang baik 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 dijaga lawan.

Passing yang efektif juga memberikan peluang yang lebih 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 (Mielke, D, 2007:20). *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan (Mielke, D, 2007:19).

Passing dibagi menjadi dua, yaitu *passing* di atas permukaan lapangan (*passing* bola bawah) dan *passing* tinggi (*passing* bola atas). Menurut Luxbacher. J. A (2004:11) terdapat tiga teknik *passing* bola bawah *inside-of-the-foot* (dengan bagian samping dalam kaki), *outside-of-the-foot* (dengan bagian samping luar kaki), dan *instep* (dengan kura-kura kaki). Teknik yang dipilih tergantung pada situasi yang terjadi di lapangan. Luxbacher. J. A (2004:21) menjelaskan bahwa

para pemain menggunakan dua teknik dasar *passing* yaitu *shot chip* dan *long chip* untuk mengoperkan (*passing*) bola melalui udara. Pilihan teknik tergantung pada jarak yang harus ditempuh bola.

Penelitian ini menggunakan *passing* dengan bagian samping dalam kaki (*inside-of-the-foot*) dan menggunakan *passing* di atas permukaan lapangan (*passing* bola bawah). Kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam karena di kaki bagian itulah terdapat permukaan yang lebih luas bagi pemain untuk menendang bola, sehingga memberikan kontrol bola yang lebih baik. Selain itu, kaki bagian dalam merupakan permukaan yang lebih tepat untuk melakukan *passing* (Mielke, D, 2007:20).

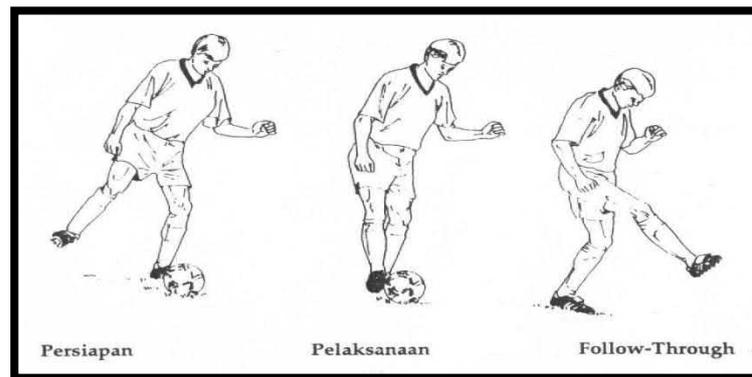
Bola yang sedang menggelinding di atas permukaan lapangan lebih mudah untuk di *passing* dan diterima dari pada bola yang sedang melayang di udara. Dengan demikian, sebisa mungkin *passing* di atas permukaan lapangan (Luxbacher. J. A, 2004:11).

Kecepatan juga sangat penting. Jika *passing* terlalu pelan, maka lawan dapat memotongnya. Pastikan *passing* cukup bertenaga. Jangan sampai *passing* bola terlalu keras. Jika terlalu keras, bola akan sulit dikendalikan dan mungkin bola akan bergulir terlalu jauh (Harvey. G, 2003:19).

2.1.3.1 Prinsip Teknik *Passing* Sepakbola

2.1.3.2 *Passing Inside-of-the-Foot*

Menurut Luxbacher. J. A, (2004:12) teknik *passing inside-of-the-foot* digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 14 meter. Keterampilan *passing* bola yang paling dasar yang harus dipelajari dahulu yaitu *push pass* (operan dorong), langkah-langkah melakukan *passing* dengan bagian samping dalam kaki (*Inside-of-the-Foot*) sebagai berikut:



Gambar 2.1 Langkah-Langkah Melakukan *Passing Inside-of-the-Foot*
<https://ryosoul.files.wordpress.com/2012/02/121-e1329291597107.jpg>

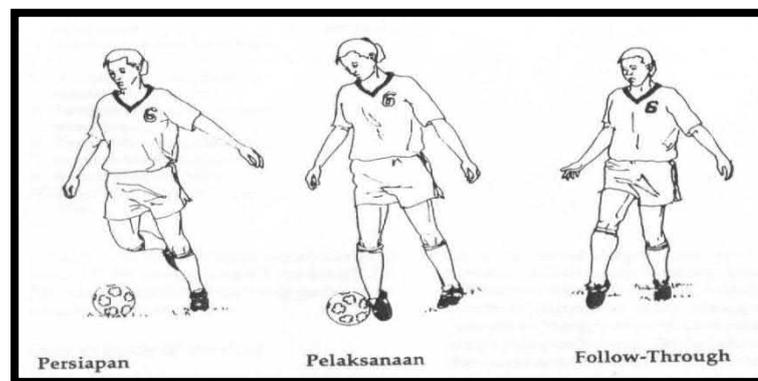
- 1) Persiapan: (1) berdiri menghadap target (bola), (2) letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola, (3) arahkan kaki ke target, (4) bahu dan pinggul lurus dengan target, (5) tekuk sedikit lutut kaki, (6) ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang, (7) tempatkan kaki dalam posisi menyamping, (8) tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan, (9) kepala tidak bergerak, (10) fokuskan perhatian pada bola.
- 2) Pelaksanaan: (1) tubuh di atas bola, (2) ayunkan kaki yang akan menendang ke depan, (3) jaga kaki agar tetap lurus, (4) tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki.
- 3) Gerakan Lanjutan (*follow-through*): (1) pindahkan berat badan ke depan, (2) lanjutkan gerakan searah dengan bola.



Gambar 2.2 Perkenaan *Passing Inside-of-the-Foot*
 (dokumen pribadi)

2.1.3.3 Passing Outside-of-the-Foot

Passing dengan bagian samping luar kaki (*outside-of-the-foot*) paling baik digunakan pada saat melakukan *passing* sambil menggiring bola dengan kecepatan tinggi dan pada saat mungkin ingin melakukan *passing* bola secara diagonal ke arah kanan atau kiri (Luxbacher. J. A, 2004:13). Berikut langkah-langkah melakukan *passing* dengan bagian samping luar kaki:



Gambar 2.3 Langkah-Langkah Melakukan *Passing Outside-of-the-Foot* (<https://ryosoul.files.wordpress.com/2012/02/122-e1329291717867.jpg>)

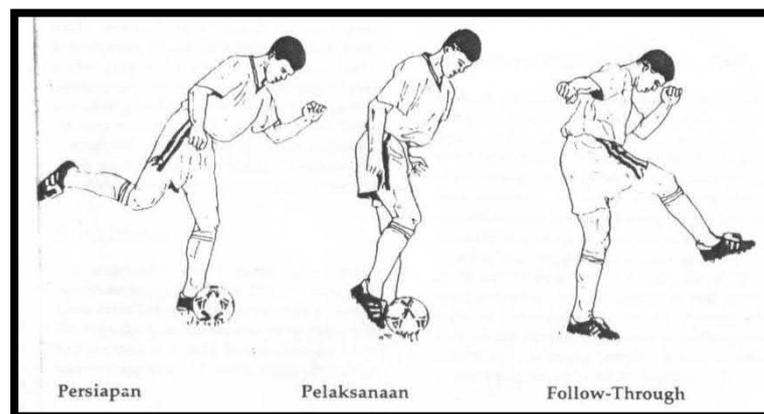
- 1) Persiapan: (1) letakkan kaki yang menahan keseimbangan sedikit di samping belakang bola, (2) arahkan kaki ke depan, (3) tekukkan lutut kaki, (4) ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang di belakang kaki yang menahan keseimbangan, (5) luruskan kaki ke arah bawah dan putaran ke arah dalam, (6) rentangkan tangan untuk menjaga keseimbangan, (7) kepala tidak bergerak, (8) fokuskan perhatian pada bola.
- 2) Pelaksanaan: (1) tundukkan kepala dan tubuh di atas bola, (2) sentakkan kaki yang akan menendang ke depan, (3) kaki tetap lurus, (4) tendang bola dengan bagian samping luar *instep*, (5) tendang pada pertengahan bola ke bawah.
- 3) Gerakan Lanjutan (*follow-through*): (1) pindahkan berat badan ke depan, (2) gunakan gerakan menendang terbalik, (3) sempurnakan gerakan akhir dari kaki yang menendang.



Gambar 2.4 Perkenaan *Passing Outside-of-the-Foot* (dokumen pribadi)

2.1.3.4 *Passing Instep*

Kura-kura kaki adalah bagian dari kaki yang ditutupi dengan tali sepatu yang menyediakan permukaan yang keras dan rata untuk menendang bola. *Passing* dengan menggunakan kura-kura kaki mampu menggerakkan bola sampai jarak 23 meter atau lebih (Luxbacher. J. A, 2004:13). Berikut langkah-langkah melakukan *passing* menggunakan kura-kura kaki:



Gambar 2.5 Langkah-Langkah Melakukan *Passing Instep* (<https://ryosoul.files.wordpress.com/2012/02/123-e1329291814434.jpg>)

- 1) Persiapan: (1) dekati bola dari belakang pada sudut yang tipis, (2) letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola, (3) arahkan kaki ke target, (4) tekukkan kaki ke target, (5) bahu dan pinggul lurus dengan target, (6) tarik

kaki yang akan menendang ke belakang, (7) bagian kura-kura kaki diluruskan dan dikuatkan, (8) lutut kaki berada di atas bola, (9) rentangkan tangan untuk menjaga keseimbangan, (10) kepala tidak bergerak. (11) fokuskan perhatian pada bola.

- 2) Pelaksanaan: (1) pindahkan berat badan ke depan, (2) kaki yang akan menendang disentak dengan kuat, (3) kaki tetap lurus, (4) tendang bagian tengah bola dengan bagian kura-kura kaki.
- 3) Gerakan Lanjutan (*follow-through*): (1) lanjutkan gerakan searah dengan bola, (2) berat badan pada kaki yang menahan keseimbangan, (3) gerakan akhir kaki sejajar dengan dada.



Gambar 2.6 Perkenaan *Passing Instep*
(dokumen pribadi)

2.1.3.5 Teknik *Passing Bawah Sepakbola*

Passing bola bawah dalam sepakbola mempunyai tingkat akurasi yang baik dibandingkan *passing* bola atas. Hal tersebut diperjelas dengan pendapat Joseph

A. Luxbacher (2004:11) bahwa bola yang sedang menggelinding di atas permukaan lapangan lebih mudah untuk di oper (*passing*) dan diterima dari pada bola yang sedang melayang di udara. Dengan demikian, sebaiknya sebisa mungkin mengoper (*passing*) di atas permukaan lapangan. Untuk meningkatkan kemampuan akurasi *passing* pemain dituntut untuk berlatih *passing* dengan baik dan benar secara terus-menerus. Menurut Clive Gifford (2005:15) teknik *passing* bola bawah sepakbola adalah sebagai berikut 1) letakkan bola di depan, di samping kaki yang digunakan sebagai tumpuan. 2) ayunkan kaki dan doronglah dibagian tengah bola dengan bagian dalam kaki dan 3) ikuti gerakan secara perlahan, pandanglah bola saat kamu mengumpannya.

2.1.4 Model Latihan *Passing* Sepakbola

Dalam istilah yang umum, model merupakan sebuah tiruan, simulasi dari suatu kenyataan yang disusun dari suatu elemen-elemen yang khusus dari sejumlah fenomena yang dapat diawasi dan diselidiki oleh seseorang. Hal ini juga merupakan sebuah sistem dari suatu bayangan/gambaran yang diperoleh secara abstrak : suatu proses mental pembuatan generalisasi dari contoh yang nyata (sama dengan menggambarkan suasana pertandingan). Suatu model dituntut untuk mandiri sehingga dapat membatasi beberapa variabelitas kepentingan yang sekunder, dan juga *reliable*, artinya sedikit memiliki kesamaan dan konsisten dengan yang ada sebelumnya. Untuk mencapai kedua tuntutan ini, sebuah model harus berkaitan dengan yang berbau latihan yang identik dengan sifat-sifat pertandingannya (Rusli Lutan, Sudradjat Prawirasaputra dan Ucup Yusup,2000:27).

Menurut Santoso Giriwijoyo dan Dikdik Zafar Sidik (2012:316) latihan ialah upaya sadar yang dilakukan secara berkelanjutan dan sistematis untuk

meningkatkan kemampuan fungsional raga yang sesuai dengan tuntutan tugas/penampilan cabang olahraga yang bersangkutan, untuk dapat menampilkan mutu tinggi cabang olahraga itu baik pada aspek kemampuan dasar (kemampuan fisik) maupun pada aspek kemampuan keterampilannya (kemampuan teknik).

Dapat disimpulkan bahwa model latihan merupakan sebuah tiruan, simulasi dari kenyataan yang dilakukan secara berkelanjutan dan sistematis untuk meningkatkan kemampuan fungsional raga yang sesuai dengan tuntutan tugas/penampilan cabang olahraga yang bersangkutan.

2.1.4.1 Latihan Konvensional

Latihan konvensional merupakan suatu istilah dalam latihan yang lazim diterapkan dalam latihan sehari-hari. Desain latihan bersifat linier dan dirancang dari sub-sub konsep secara terpisah menuju konsep-konsep yang kompleks. Latihan linier berarti bahwa satu langkah mengikuti langkah yang lain, karena langkah kedua tidak bisa dilakukan sebelum langkah pertama dikerjakan. Latihan konvensional masih didasarkan atas asumsi bahwa pengetahuan dapat dipindahkan secara utuh dari pikiran pelatih ke pikiran atlet (Ari Karyanto, 2011:42).

2.1.4.2 Latihan Modern

Latihan modern merupakan latihan yang mengikuti perkembangan zaman, dimana era sekarang ini adalah era ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK). Latihan modern sekarang ini banyak menggunakan alat bantu untuk membantu mempermudah selama latihan. Latihan modern merupakan perkembangan dari latihan konvensional, latihan modern lebih menitik beratkan pada pemanfaatan sarana dan prasarana ditunjang dengan IPTEK yang berkembang.

2.1.4.3 Latihan Inovatif

Latihan inovatif adalah suatu latihan yang dirancang sedemikian rupa sehingga berbeda dengan latihan pada umumnya yang dilakukan oleh pelatih (konvensional). Latihan inovatif lebih mengarah pada latihan yang berpusat pada atlet. Proses latihan dirancang, disusun, dan dikondisikan untuk atlet agar lebih bersemangat serta tidak mudah bosan dalam berlatih. Latihan inovatif sebagai inovasi latihan dapat mencakup modifikasi latihan, baik dari segi sarana dan prasarana maupun model latihan yang diterapkan. Latihan inovatif bersifat menyenangkan dan membutuhkan kreativitas pelatih dalam proses latihan untuk dapat membuat atlet agar aktif selama latihan berlangsung sehingga lebih efektif dalam pencapaian tujuan latihan.

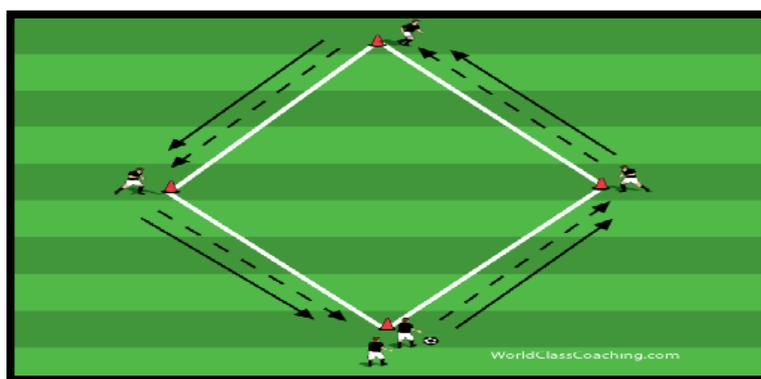
Latihan *passing diamond* dan latihan *passing triangle* merupakan salah satu contoh bentuk dari latihan inovatif. Model latihan *passing diamond* dan *passing triangle* merupakan modifikasi dari model latihan konvensional yaitu model latihan *passing* saling berhadapan satu sama lain. www.worldclasscoaching.com

2.1.4.4 Passing Diamond

Model latihan *passing diamond* merupakan bentuk latihan *passing* yang dilakukan dengan membentuk berlian atau wajik dengan arah *passing* yang sama kemudian diikuti posisi anak latih yang selalu berputar. Latihan ini memiliki jarak antar sudut yang sama, yaitu 10 meter untuk setiap sudut. Arah untuk model latihan ini berbentuk *passing diagonal*.

Model latihan *passing diamond* dilakukan untuk meningkatkan kemampuan akurasi *short passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Keuntungan dari latihan ini sangat mudah dilakukan karena latihan ini hanya melakukan *passing*, kontrol, dan *moving*. Meskipun model latihan ini mempunyai banyak sudut namun dengan hanya melakukan *passing*,

kontrol, dan *moving* model latihan ini kurang efektif karena anak latih mudah mengalami kejenuhan, sehingga rangsangan untuk bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan akan berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan *passing*.



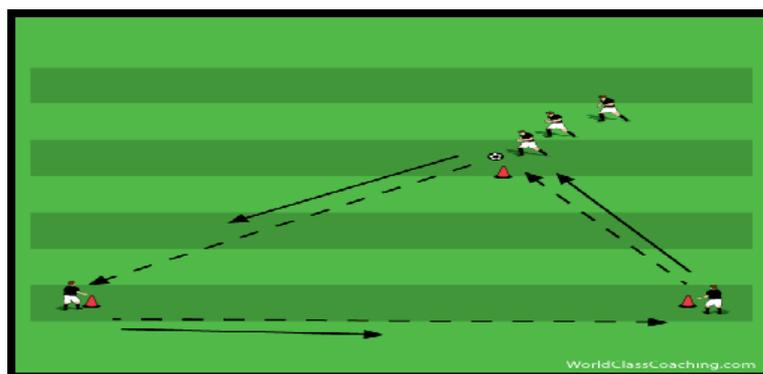
Gambar 2.7 Model Latihan *Passing Diamond*
(Sumber:<http://www.worldclasscoaching.com/wp-content/uploads/2014/07/DiamondPassing.gif>)

2.1.4.5 *Passing Triangle*

Model latihan *passing triangle* hampir sama dengan model latihan *passing diamond*, pembeda dari model latihan *passing triangle* yaitu mempunyai bentuk latihan *passing* segitiga dan jarak lintasan antar sudut yang berbeda. Pada model latihan ini arah lintasan *passing* memiliki tiga macam bentuk, yaitu *passing* diagonal pendek dengan jarak *passing* 8 meter, *passing* diagonal panjang dengan jarak *passing* 10 meter, dan *passing* lurus panjang dengan jarak *passing* 10 meter.

Model latihan *passing triangle* juga dapat meningkatkan kemampuan akurasi *short passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Latihan ini juga dapat menunjang kemampuan pemain dalam hal *ball felling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya. *Ball felling* yang dimaksud yaitu pemain dapat menentukan kekuatan *passing* yang akan dilakukan dengan jarak yang ada. Latihan ini juga dapat meningkatkan kemampuan *passing support* antar pemain. Kendala yang akan dihadapi dalam model latihan ini yaitu,

anak latih akan mendapatkan kesulitan untuk mengarahkan bola dengan jarak dan sudut yang berbeda-beda setelah itu pemain harus melakukan *moving*. Dengan tingkat kesulitan yang cukup tinggi, model latihan ini diharapkan mampu menjadikan anak latih lebih tertantang dan termotivasi untuk dapat melakukannya sehingga hasil yang akan didapat anak latih semakin maksimal.



Gambar 2.8 Gambar Model Latihan *Passing Triangle*
(Sumber: <http://www.worldclasscoaching.com/wp-content/uploads/2014/10/101314-31.gif>)

2.1.4.6 Akurasi *Passing*

Ketepatan atau akurasi dalam konteks olahraga dapat diartikan sebagai kemampuan dalam mengendalikan gerakan sesuai dengan sasaran. *Passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa di gunakan (Mielke, D, 2007:19). Pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa akurasi *passing* adalah kemampuan seseorang pemain dalam mengendalikan bola menggunakan kaki terhadap sasaran dengan jarak yang akan dituju.

2.1.4.7 Pemain Usia Muda

Pemain usia muda atau *final youth* pemain sepakbola dimulai dari U15 - U20. Untuk kepentingan latihan pemain usia muda dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu usia 15 tahun dan 16 tahun, usia 17 tahun dan usia 18 tahun, usia 19 tahun dan

usia 20 tahun (Scheunemann, T, 2012:60). Pemain pada usia *final youth* memiliki pertumbuhan fisik dan mental yang lebih lengkap. Semua bagian latihan dapat dikombinasikan dan diorganisasikan dengan tujuan untuk mengembangkan potensi tertinggi dari pemain. Kekuatan otot membantu untuk mengembangkan teknik dengan kecepatan tinggi dan kecepatan ini membantu pemain untuk bereaksi lebih cepat pada situasi taktis. Tingkat ini sangat penting untuk menggabungkan semua bagian dari pelatihan sepakbola dengan tujuan untuk menyempurnakan pemahaman pemain.

2.1.5 Kerangka Berfikir

Tujuan melakukan latihan dalam sepakbola adalah untuk meningkatkan kondisi fisik dan menguasai keterampilan secara efektif dan efisien, yang akhirnya keterampilan itu melekat selama waktu tertentu. Latihan dilakukan dengan tujuan menguasai suatu keterampilan, agar latihan berhasil materi harus diberikan secara bertahap dari yang sederhana ke yang kompleks atau dari yang mudah ke yang sulit. Latihan akurasi *passing* dengan menggunakan model latihan *passing diamond* dan *passing triangle* tetap merupakan bentuk variasi latihan akurasi *passing*. Keterampilan mengoper bola yang baik merupakan salah satu hal yang wajib dimiliki setiap pemain agar seorang pemain dengan mudah menciptakan sebuah gol. Tujuan latihan *passing diamond* dan *passing triangle* adalah untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas akurasi *passing* pemain, agar setiap pemain dapat memberikan operan yang akurat kepada rekan satu tim untuk menciptakan gol.

Model latihan *passing diamond* merupakan bentuk latihan *passing* yang dilakukan dengan membentuk berlian atau wajik dengan arah *passing* yang sama kemudian diikuti posisi anak latih yang selalu berputar. Latihan ini memiliki jarak

antar sudut yang sama, yaitu 10 meter untuk setiap sudut. Arah untuk model latihan ini berbentuk diagonal. Dalam bentuk latihan ini jelas ada pengaruhnya terhadap akurasi *passing*, karena melatih *passing* ke arah teman satu tim.

Model latihan *passing triangle* hampir sama dengan model latihan *passing diamond*, pembeda dari model latihan *passing triangle* yaitu mempunyai bentuk segitiga dan jarak lintasan antar sudut yang berbeda. Pada model latihan ini arah lintasan *passing* memiliki tiga macam bentuk, yaitu diagonal pendek dengan jarak *passing* 8 meter, diagonal panjang dengan jarak *passing* 10 meter, dan *passing* lurus panjang dengan jarak *passing* 10 meter. Dalam bentuk latihan ini jelas ada pengaruhnya terhadap akurasi *passing*, karena melatih *passing* ke arah teman satu tim.

Model latihan *passing diamond* menekankan pada penguasaan teknik *passing* bawah sepakbola secara baik disertai dengan jarak serta kekuatan *passing* yang sama kepada teman satu tim. Di dalam model latihan *passing diamond* pemain akan sedikit merasa jenuh karena pemain hanya melakukan gerakan *passing*, *kontrol*, dan *moving*. Sedangkan untuk model latihan *passing triangle* lebih menekankan pada teknik *passing* bawah sepakbola secara baik dan benar disertai dengan jarak dan kekuatan yang bervariasi kepada teman satu tim. Di dalam model latihan *passing triangle* pemain akan melakukan *passing* seolah-olah dalam situasi permainan sepakbola yang sebenarnya, pemain di dorong lebih berkonsentrasi dan menggunakan *ball felling* untuk memberikan *passing* kepada teman yang berada pada sudut lain.

Berdasarkan karakteristik model latihan *passing diamond* dan *passing triangle*, kedua latihan tersebut memiliki fungsi yang sama dalam melatih kemampuan akurasi *passing* kepada teman satu tim. Tetapi, model latihan *passing*

diamond memberikan pengaruh lebih baik untuk peningkatan akurasi *passing* dibandingkan model latihan *passing triangle*.

2.2 Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap suatu permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Suharsimi, A, 2010:110). Berdasarkan uraian dalam kerangka berfikir diatas, maka hipotesis penelitian ini adalah:

1. Ada pengaruh model latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019.
2. Ada pengaruh model latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019.
3. Model latihan *passing triangle* memberikan pengaruh lebih baik dibandingkan model latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Demikian hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

2. Ada pengaruh model latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019.
2. Ada pengaruh model latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019.
3. Model latihan *passing triangle* memberikan pengaruh lebih baik dibandingkan model latihan *passing diamond* terhadap akurasi *passing* pada pemain usia muda Diklat Salatiga *Training Center* tahun 2019.

5.2 Saran

Mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian, peneliti menyarankan :

1. Kepada pelatih Diklat Salatiga *Training Center* bisa menggunakan latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing*.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan lebih memperluas ruang lingkup penelitian, sehingga hasil yang diharapkan bisa tercapai dengan tepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Clive Gifford. 2007. *Keterampilan Sepak Bola*. Klaten: PT Citra Aji Prama
- Fakultas Ilmu Keolahragaan. 2014. *Pedoman Penyusunan Skripsi*. Semarang: FIK UNNES
- Harvey. G. 2002. *Passing And Shooting*. Terjemahan Tim GMS. 2003. : Gapuramitra Sejati
- Luxbacher, J. A. 2004. *Sepak Bola: Langkah-langkah Menuju Sukses Edisi kw-2*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Mielke, D. 2007. *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya
- Rusli Lutan, Sudrajat *Prawirasaputra dan Ucup Yusup*. 2000. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Santoso Giriwijoyo, dan Dikdik Zafar Sidik. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Scheunemann, T. 2012. *Kurikulum & Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. Online. Available at <http://www.pssi.or.id/dev/page/detail/43/UNDUH>. (accessed 3/7/17)
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- (www.goal.com/id-ID/match/getafe-vs-barcelona/2529272/stats?ICID=MP_MS_4)
- Sukatamsi. 1985. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo: Tiga Serangkai
- Sutrisno Hadi. 2004. *Metodologi Reseach Jilid 4*. Yogyakarta: Andi
- World Class Coaching: *Technical Passing Practices Using Different Shapes*. Onlie at <http://www.worldclasscoaching.com/technical-passing-practices-using-different-shapes/>.