

# **THE EFFECTIVENESS OF KICKING THE BALL TO THE GOAL POST TRAINING TOWARD ACCURACY PASSING OF SMKN 5 PEKANBARU FOOTBALL TEAM**

**Ramsyuren Putra Sirait<sup>1</sup>, Drs. Slamet, M.Kes, AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti, S.Pd,  
M.Pd<sup>3</sup>**

*Email: ramsyuren@gmail.com , slametunri@gmail.com , nitawijayanti87@yahoo.com*

*Phone Number: 082389023883*

*Education Coaching Sports  
Faculty of Teacher Training and Education  
Riau University*

**Abstract:** *the problem in this research was that the accuracy of passing the SMKN 5 Pekanbaru players was still missing, as evidenced by various tests and official competitions, and this was one of the factors that caused the defeat. This type of research is a form of experimental research to see the effect of the form of training. The purpose of this research was to see the effect of training the ball on the goal against the accuracy of passing on the SMKN 5 Pekanbaru football team. The population in this research consisted of a team of SMKN 5 Pekanbaru, with a total of 14 people. The sampling technique is the use of total sampling, whereby the total population is sample. Data collection techniques obtained from the pre-test and the post-test. The instrument in this research used the Test that kicks the ball using the inner leg as a tool to measure the accuracy of passing. The analysis was performed using the t test. Based on data analysis and discussion, the results of the  $T_{count}$  were 6.67 and  $T_{tabel}$  were 1.761. Means  $T_{count} > T_{tabel}$ , At the level of  $\alpha = 0.05$ . It can then be concluded that there is a significant influence from the practice of looking the ball at the goal of the Pekanbaru SMKN 5 team.*

**Key Words:** *Kick the ball into the goal, accuracy of passing*

# PENGARUH LATIHAN MENENDANG BOLA KE GAWANG TERHADAP KETEPATAN *PASSING* PADA TIM SEPAK BOLA SMKN 5 PEKANBARU

Ramsyuren Putra Sirait<sup>1</sup>, Drs. Slamet, M.Kes, AIFO<sup>2</sup>, Ni Putu Nita Wijayanti, S.Pd, M.Pd<sup>3</sup>

Email: ramsyuren@gmail.com , slametunri@gmail.com , nitawijayanti87@yahoo.com  
Phone Number: 082389023883

Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau

**Abstrak:** masalah dalam penelitian ini bahwa ketepatan passing pemain SMKN 5 Pekanbaru masih kurang, hal ini terlihat dari beberapa kali uji coba dan pertandingan resmi dan ini merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya kekalahan. Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen untuk melihat pengaruh dari bentuk latihan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh latihan menendang bola ke gawang terhadap ketepatan passing pada tim sepak bola SMKN 5 Pekanbaru. Populasi dalam penelitian ini adalah tim SMKN 5 Pekanbaru yang berjumlah 14 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan total sampling, dimana jumlah keseluruhan populasi dijadikan sampel. Teknik pengambilan data didapat dari pre-test dan post test. Instrument dalam penelitian ini menggunakan Test menendang bola menggunakan kaki bagian dalam sebagai alat untuk mengukur ketepatan passing. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji-t. berdasarkan analisis data dan pembahasan, di peroleh hasil  $T_{hitung}$  sebesar 6,67 dan  $T_{tabel}$  1,761. Berarti  $T_{hitung} > T_{tabel}$ . Pada taraf  $\alpha=0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan Menandang Bola ke Gawang Tim SMKN 5 Pekanbaru.

**Kata Kunci :** Menendang bola ke gawang, ketepatan *passing*.

## PENDAHULUAN

Menurut Sucipto Dkk (2000:7-8) sepakbola merupakan permainan beregu, masing masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Tujuan utama permainan sepakbola adalah sebagai mediator untuk mendidik anak agar kelak menjadi anak yang cerdas, terampil, jujur, dan sportif. Selain itu dari permainan sepakbola diharapkan akan tumbuh dan berkembang rasa persaingan (competition), kerja sama (cooperation), interaksi sosial (social interaction) dan pendidikan moral (moral education).

Menurut Luxbacher (2004:1) unsur utama pada permainan sepakbola meliputi kelenturan tubuh atau gerakan badan. Adapun beberapa komponen fisik yang dibutuhkan dalam permainan sepak bola menurut Robert Koger (2007:3) yaitu daya tahan tubuh, kontrol pikiran, kelincahan, kekuatan tubuh, kecepatan bereaksi dan koordinasi.

Berdasarkan hasil observasi langsung ke lapangan Tim Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru, dapat dikatakan bahwa pemain SMKN 5 Pekanbaru belum menguasai teknik mengoper bola yang maksimal, baik saat latihan maupun pertandingan uji coba. Ketika melakukan pertandingan uji coba bersama Tim SMAN 3 Pekanbaru dan Tim MAN 1 Muara Fajar Pekanbaru di lapangan dakwah dan Tim Taruna, dapat dilihat bahwa Tim Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru lambat ketika akan melakukan passing dan bola tersebut tidak terarah, karena kurangnya ketepatan passing yang dilakukan oleh pemain, dan pada saat pemain melakukan passing, bola tersebut terhenti dikaki pemain lawan sehingga hilangnya penguasaan dan akhirnya bola dikuasai tim lawan. Kondisi yang demikian akan merugikan timnya. Selain melakukan observasi, penulis juga melakukan interview kepada pelatih Tim Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru, Bapak R. Tarigan mengatakan bahwa Tim Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru memang perlu dilatih kemampuan ketepatan mengoper bola. Karena sesuai dengan evaluasi pertandingan uji coba sebelum kompetisi, dan data yang telah diambil saat melakukan tes passing dengan menggunakan tes menendang bola dengan kaki bagian dalam, dari 14 siswa yang melakukan tes, 1 siswa mendapat nilai baik, 13 siswa mendapat hasil yang kurang memuaskan dan perlu peningkatan.

Menurut Robert Koger (2007:20-22), adapun latihan-latihan yang dapat diberikan untuk meningkatkan kemampuan ketepatan mengoper bola adalah latihan Mengoper dan menendang bola, seperti Bermain golf dengan sikulit bundar, Merobohkan cone lawan dan Menendang bola kegawang. Sehingga penulis ingin meneliti salah satu bentuk latihan diatas untuk meningkatkan kemampuan ketepatan mengoper bola pada Tim Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru dengan memberikan latihan menendang bola kegawang. Alasan penulis memilih Latihan menendang bola kegawang dikarenakan Tim Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru belum pernah diberikan latihan tersebut pada latihan sebelumnya. Berdasarkan permasalahan diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh Latihan Menendang Bola Ke Gawang Terhadap Ketepatan Passing Pada Tim Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru".

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini digunakan menggunakan jenis penelitian eksperimen. Dengan demikian metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam posisi yang terkendali (Sugiyono, 2008:107). Dalam hal ini sebagai variabel bebas (X) adalah latihan menendang bola ke gawang, dan variabel terikat (Y) adalah menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dideskripsikan melalui latihan Menendang bola ke gawang dengan menggunakan instrumen tes Menendang bola menggunakan kaki bagian dalam. Data yang diperoleh sebagai hasil penelitian adalah kuantitatif melalui serangkaian tes dan pengukuran terhadap 14 orang sampel yang merupakan Altet Sepak Bola SMKN 5 Pekanbaru. Variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu variabel bebas (X) adalah latihan menendang bola ke gawang, dan variabel terikat (Y) adalah menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

### a) Data Hasil Pretes Menendang Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam

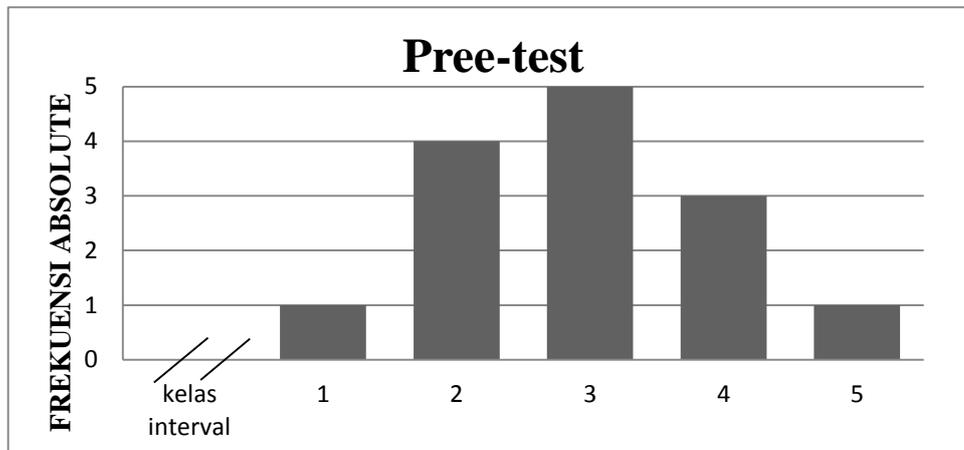
Berdasarkan analisis hasil pree-test menendang bola menggunakan kaki bagian dalam diatas diperoleh rata-rata hitung (mean) 2,93, varian 1,15, standar deviasi 1.07, skor tertinggi 5 dan skor terendah 1. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi data dapat di lihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Analisis *Pree-test Tes* Menendang Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam

Data Pree-test (Kelas Interval)	Frekuensi Absolut (FA)	Frekuensi Relatif (%)
1	1	7,14
2	4	28,87
3	5	35,71
4	3	21,42
5	1	7,14
<b>Jumlah</b>	<b>14</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data distribusi frekuensi persentasi dari 14 orang sampel diatas ternyata sebanyak 1 orang sampel (7,14%) memiliki hasil ketepatan *passing* dengan kelas interval 1 dengan kategori kurang sekali, kemudian sebanyak 4 orang sampel (28,87%) dengan kelas interval 2 dengan kategori kurang sekali, kemudian sebanyak 5 orang sampel (35,71%) dengan kelas interval 3 dengan kategori kurang sekali, kemudian sebanyak 3 orang sampel (21,43%) dengan kelas interval 4 dengan katagori

perunggu, kemudian sebanyak 1 orang (7,14%) dengan kelas interval 5 dengan kategori perunggu.



Gambar 1 Histogram Hasil *Pre-test Tes* Menendang Bola

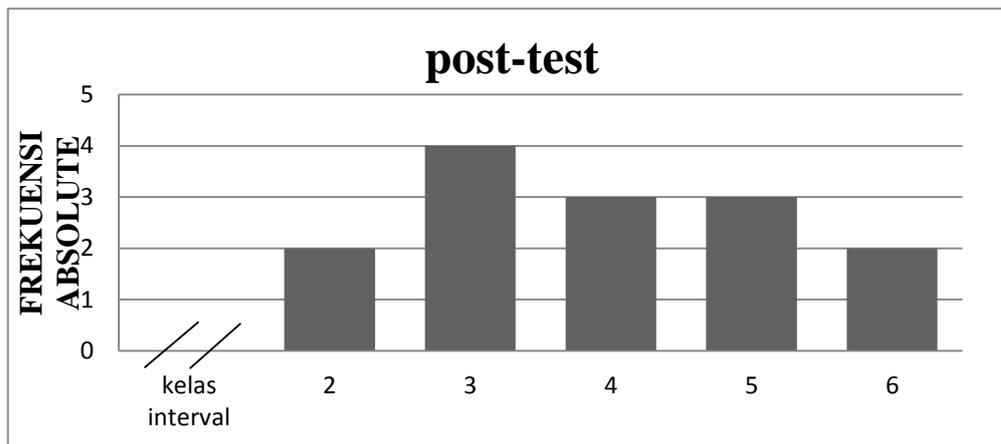
#### b) Data Hasil *Post-tes* Menendang Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam

Berdasarkan analisis hasil data post-test tes menendang bola menggunakan kaki bagian dalam diatas dapat disimpulkan sebagai berikut: skor tertinggi 6, skor terendah 2, dengan rata-rata 3,93, standar deviasi 1,33, dan varians 1,76. Distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data *Post-test Tes* Menendang Bola

Data Post-test (kelas interval)	Frekuensi Absolut (FA)	Frekuensi Relatif (%)
2	2	14,28%
3	4	28,57%
4	3	21,43%
5	3	21,23%
6	2	14,28%
<b>Jumlah</b>	<b>14</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data distribusi frekuensi persentasi dari 14 orang sampel diatas ternyata sebanyak 2 orang sampel (14,28%) memiliki hasil *Tes* menendang bola menggunakan kaki bagian dalam dengan kelas interval 2 dengan kategori kurang, kemudian sebanyak 4 orang sampel (28,57%) dengan kelas interval 3 dengan kategori kurang, kemudian sebanyak 3 orang sampel (21,43%) dengan kelas interval 4 dengan kategori perunggu, kemudian sebanyak 3 orang sampel (21,43%) dengan kelas interval 5 dengan kategori perunggu, kemudian sebanyak 2 orang sampel (14,28%) dengan kelas interval 6 dengan kategori perak.



Gambar 2 Histogram Hasil *Post-test Tes* Menendang Bola

### Pengujian Persyaratan Analisis

Pengujian persyaratan analisis dimaksud untuk menguji asumsi awal yang di jadikan dasar dalam menggunakan teknik analisis varians. Asumsi adalah data yang di analisis dan diperoleh dari sampel yang mewakili populasi berdistribusi normal. Untuk itu pengujian yang digunakanya itu normalitas. Uji normalitas dilakukan uji liliefors dengan taraf signifikan 0,05 dengan hasil dari pengujian persyaratan sebagai berikut :

### Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan uji *Lilliefors*, hasil uji normalitas terhadap variabel penelitian yaitu latihan menendang bola ke gawang (**X**) dan Ketepatan *passing Test* (**Y**).

Variabel	$L_{omax}$	$L_{tabel}$	Keterangan
Hasil <i>pree-tes tes</i> menendang bola menggunakan kaki bagian dalam	0,1861	0,227	Normal
Hasil <i>post-test tes</i> menendang bola menggunakan kaki bagian dalam	0,1849	0,227	Normal

Dari tabel diatas terlihat bahwa data hasil *pree-test Tes* menendang bola menggunakan kaki bagian dalam setelah dilakukan perhitungan menghasilkan  $L_{hitung}$  sebesar **0,1861** dan  $L_{tabel}$  **0,227**. Dapat disimpulkan penyebaran data hasil *pree-test* Ketepatan *passing Test* adalah berdistribusi normal. Untuk pengujian data hasil *post-test Tes* menendang bola menggunakan kaki bagian dalam menghasilkan  $L_{hitung}$  sebesar **0,1849** dan  $L_{tabel}$  sebesar **0,227**. Dapat disimpulkan penyebaran data hasil *post-test* Ketepatan *Tes* adalah berdistribusi normal.

## Uji Hipotesis

Hipotesis yang di uji dalam penelitian ini adalah pengaruh latihan menendang bola ke gawang terhadap ketepatan passing pada tim sepak bola SMKN 5 Pekanbaru. Untuk menguji apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima keberadaannya atau tidak, maka dilakukan pengujian data yang memakai uji t sampel terikat. Dari analisis yang dilakukan, nilai  $t_{hitung}$  antara tes awal dan tes akhir latihan Menendang Bola ke Gawang terhadap ketepatan passing menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  (6,67) >  $t_{tabel}$ (1.761), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat pengaruh signifikan dari latihan menendang bola ke gawang terhadap ketepatan passing pada tim sepak bola SMKN 5 Pekanbaru.

$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Keterangan
6,67	1,761	Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ Maka Terdapat Pengaruh yang signifikan

## PEMBAHASAN

Setelah dilaksanakan penelitian yang diawali dari pengambilan data hingga pada pengolahan data yang akhirnya di jadikan patokan sebagai pembahasan hasil penelitian sebagai berikut: pengaruh latihan menendang bola ke gawang(X) terhadap ketepatan passing (Y) pemain SMKN 5 Pekanbaru ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara dua variable tersebut di atas. Salah satu bentuk latihan passing adalah latihan menendang bola ke gawang. Latihan menendang bola ke gawang adalah latihan yang berupaya untuk meningkatkan kemampuan ketepatan passing dengan sasaran utama 2 buah cone yang berjarak 1 meter dan disebut sebagai gawang, dengan tujuan untuk mengarahkan bola tepat sasaran dengan latihan 3 kali dalam seminggu. Sebagai alat ukur dalam penelitian ini adalah Test menendang bola menggunakan kaki bagian dalam, sebelum melakukan latihan menendang bola ke gawang dan sesudah melakukan latihan menendang bola ke gawang.

Setelah dilaksanakan penelitian yang diawali dari pengambilan data awal (Pre-test) dilakukan perhitungan yang menghasilkan  $L_{hitung}$  sebesar 0,1861 dan  $L_{tabel}$  sebesar 0,227 dapat disimpulkan data hasil pre-test berdistribusi normal dan dari pengambilan data akhir (Post-test) dilakukan perhitungan yang menghasilkan  $L_{hitung}$  sebesar 0,1849 dan  $L_{tabel}$  sebesar 0,227 dapat disimpulkan data hasil post-test berdistribusi normal. Kemudian berdasarkan analisis uji t diperoleh hasil  $t_{hitung}$  sebesar 6,67 dan  $t_{tabel}$  sebesar 1,761 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

Setelah di lakukan pretest dan posttest terdapatlah hasil yang berbeda-beda setiap teste, hal itu disebabkan oleh posisi pemain ataupun kegigihan pemain dalam berlatih. Berikut penjelasan dari hasil ketepatan passing test pemain yang mendapatkan nilai terendah dan tertinggi: Riki Wahyudi mendapatkan nilai terendah di karenakan sering tidak mengikuti latihan dan kurang memahami teknik, kurang nya memahami teknik juga mempengaruhi hasil ketepatan passing test. Adli Latif dan Aji Sahab mendapatkan nilai tertinggi di karenakan posisinya sebagai gelandang yang sering

mengumpan dan menendang bola pada saat permainan, terbiasa melakukan operan dan giatnya berlatih berpengaruh dalam hasil ketepatan passing test, Irza Mahendra mendapatkan nilai beda tertinggi di karenakan ia rajin datang latihan dan bersungguh-sungguh mengikuti latihan yang diberikan oleh pelatih, Mulvi mendapatkan nilai beda terendah dikarenakan ia jarang datang latihan dan kurang minat mengikuti latihan yang diberikan oleh pelatih dan Agung Putra mendapatkan nilai beda terendah karena posisi dia sebagai kiper. Jadwal latihan yang terganggu juga mempengaruhi hasil tes ini, ada beberapa jadwal latihan yang di batalkan di sebabkan oleh cuaca yang tidak mendukung atau hujan, para pemain ada yang berhalangan hadir dan sakit. Peneliti semaksimal mungkin memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, namun bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kendala yang dihadapi peneliti antara lain: Peneliti sudah berusaha mengontrol kesungguhan tiap-tiap atlet namun masih ada atlit yang tidak serius, dan tidak disiplin, Peneliti tidak dapat mengontrol kondisi fisik atlet selama dalam masa latihan seperti kurangnya istirahat atlet karena kegiatan lain, faktor tidak maksimalnya waktu tidur atlet sehingga hal ini dapat berdampak pada saat latihan, Peneliti sulit mengontrol jadwal pelaksanaan latihan, disebabkan pemain bersekolah dan kerja sehingga dapat ditentukan pelaksanaan latihannya pada hari senin, rabu dan jum'at.

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

### **Simpulan**

Berdasarkan statistik analisis uji t maka didapatkan nilai beda sebesar **1** dan menghasilkan  $t_{hitung}$  sebesar **6,67** dan  $t_{tabel}$  sebesar **1,761**. Berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Dapat disimpulkan bahwa latihan menendang bola ke gawang yang dilakukan selama 16 kali memberikan Pengaruh Terhadap ketepatan *passing* pemain tim SMKN 5 Pekanbaru. Berdasarkan hasil analisis dan pengolahan data di atas dapat di simpulkan sebagai berikut: terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan menendang bola ke gawang (X) pada pemain tim SMKN 5 Pekanbaru.

### **Rekomendasi**

Saran yang mungkin dapat berguna dalam upaya meningkatkan *passing* pada atlet sepak bola adalah:

1. Bagi peneliti, sebagai masukan penelitian lanjutan dalam rangka pengembangan ilmu dalam Pendidikan olahraga.
2. Bagi pelatih, agar dapat menerapkan latihan menendang bola ke gawang untuk meningkatkan ketepatan *passing*.
3. Bagi pemain, agar bisa lebih giat dalam berlatih terutama dalam meningkatkan teknik sepak bola.

4. Bagi pembaca, penelitian ini bermanfaat sebagai bahan masukan dalam menyusun strategi latihan dalam olahraga yang mampu meningkatkan penguasaan teknik olahraga dikalangan atlet pada umumnya dan atlet sepak bola pada khususnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Engkos Kosasih. 1993. *Olahraga Teknik dan Program latihan*. PT. Akademika Presindo. Jakarta.
- Danny Mielke. 2007. *Dasar-Dasar Sepak Bola : Cara Yang Lebih Baik Untuk Mempelajari*. Pakar Raya. Bandung
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Depdikbud. Dirjen Pendidiker, Robert L., 2007. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Macanan Jaya Cemerlang. Klaten.
- Luxbacher, Joe. *Sepakbola. Taktik dan Teknik Bermain*. PT Rajagrafindo Persada. Jakarta.
- Nosfef Yossek. 1982. *Teori Umum Latihan*.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Penerbit Direktorat Jenderal Olahraga. Jakarta.
- Ritonga Zulfan. 2007. *Statistika Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Cendikia Insani. Pekanbaru.
- Robert Koger. 2008. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja Latihan Dan Keterampilan Andal Untuk Pertandingan*. Suka Mitra Kompetensi. Klaten
- Sajoto M. 1995. *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Suharsimi Arikunto. 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Zidane Muhdor Al-Hadiqie. 2013. *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional*. Kata Pena.