

# **THE EFFECT OF PASSING DOOR TO DOOR TRAINING ON PASSING SKILLS SSB ASAM JAWA 12 YEARS OLD SOUTH LABUHANBATU DISTRICT OF NORTH SUMATRA**

**Jaetu Saheru<sup>1</sup>, Dr. Zainur, M.Pd<sup>2</sup>, Aref Vai, S.Pd., M.Pd<sup>3</sup>**

*E-mail: jaetusaheru30@gmail.com, Dr. zainurunri.@gmail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id,*

*No Hp: 082294817541*

*Sports Training Education  
Faculty of Education and Educational Science  
University of Riau*

**Abstract:** *The problem in this study is "The Effect of Passing Door to Door Training on Passing Skills SSB Asam Jawa 12 Years Old South Labuhanbatu District of North Sumatra" So that athletes can play much better in the future and especially after research and find out if there is an increase in passing skills in football games to balance the opponent's game and achieve maximum results in the future. The form of this study is using the only group of pretest-posttest design approach) with the population of football players in the SSB Asam Jawa 12 Years Old South Labuhanbatu District of North Sumatra. The data in this study are all populations of 18 people. The instrument used in this study used the Short Pass test, which aims to determine The Effect of Passing Door to Door Training on Passing Skills SSB Asam Jawa 12 Years Old South Labuhanbatu District of North Sumatra. The data were then processed with statistics to test the normality using the liliefors test at a significant level of 0.05  $\alpha$ . The proposed hypothesis is there The Effect of Passing Door to Door Training on Passing Skills SSB Asam Jawa 12 Years Old South Labuhanbatu District of North Sumatra. Based on the normal test analysis, data X produces Lcount of 0.1498 and Ltable of 0.200, which means Lcount < Ltable. While Y variable produces Lcount equal to 0.1466 and Ltable equals 0.200. This means Lcount < Ltable. There are averages based on the analysis of statistical data variable X 70,11 and the average variable Y is 82,89, then the data is normally distributed. So there is The Effect of Passing Door to Door Training on Passing Skills SSB Asam Jawa 12 Years Old South Labuhanbatu District of North Sumatra.*

**Key Words:** *Passing Door to Door Training, Passing Skills.*

# PENGARUH LATIHAN *PASSING* PINTU KE PINTU TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* SSB ASAM JAWA USIA 12 TAHUN KABUPATEN LABUHANBATU SELATAN SUMATERA UTARA

Jaetu Saheru<sup>1</sup>, Dr. Zainur, M.Pd<sup>2</sup>, Aref Vai, S.Pd., M.Pd<sup>3</sup>

E-mail: jaetusaheru30@gmail.com, Dr. zainurunri@gmail.com, aref.vai@lecture.unri.ac.id,

No Hp: 082294817541

Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau

**Abstrak:** Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah “Pengaruh Latihan *Passing* Pintu Ke Pintu Terhadap Keterampilan *Passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara” sehingga kedepannya atlet bisa bermain jauh lebih baik lagi dan yang paling penting setelah dilakukan penelitian dan mengetahui apakah ada peningkatan keterampilan *passing* atlet dalam permainan sepakbola agar bisa mengimbangi permainan lawan dan mencapai hasil yang maksimal kedepannya. Bentuk penelitian ini adalah menggunakan pendekatan *one group pretest-posttest design* dengan populasi SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara. Data dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang berjumlah 18 orang. *Instrument* yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes *Short Pass* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* pintu ke pintu terhadap keterampilan *passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara. Setelah itu, data diolah dengan statistik, untuk menguji normalitas menggunakan uji *liliefors* pada *taraf signifikan* 0,05  $\alpha$ . *Hipotesis* yang diajukan adalah terdapat pengaruh latihan *passing* pintu ke pintu terhadap keterampilan *passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara. Berdasarkan analisis uji kenormalan data X menghasilkan  $L_{hitung}$  sebesar 0,1498 dan  $L_{tabel}$  0,200, berarti  $L_{hitung} < L_{tabel}$ . Sedangkan variabel Y menghasilkan  $L_{hitung}$  sebesar 0,1466 dan  $L_{tabel}$  sebesar 0,200. Ini berarti  $L_{hitung} < L_{tabel}$ . Berdasarkan analisis data statistik, terdapat rata-rata variabel X sebesar 70,11 dan rata-rata variabel Y sebesar 82,89, maka data tersebut berdistribusi normal. Dengan demikian terdapat Pengaruh Latihan *Passing* Pintu Ke Pintu Terhadap Keterampilan *Passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara.

**Kata Kunci :** Latihan *Passing* Pintu Ke Pintu, Keterampilan *Passing*.

## PENDAHULUAN

Olahraga bukanlah hal yang asing lagi bagi masyarakat di Indonesia. Olahraga merupakan hak dan kebutuhan dasar setiap manusia. Sebagai sebuah hak dan kebutuhan dasar manusia, olahraga tidak dapat dipisahkan dari kegiatan yang dilakukan oleh manusia karena olahraga merupakan bagian dari hidup manusia yang dapat meningkatkan kondisi fisik baik jasmani maupun rohani dan memberikan kesenangan serta dapat memberikan kesehatan bagi manusia serta dapat juga menjadi sarana rekreasi bagi manusia. Hampir seluruh masyarakat di Indonesia sudah mengenal banyak jenis-jenis olahraga, baik olahraga permainan, atletik, bela diri, senam, olahraga air, maupun olahraga rekreasi. Beberapa cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat di Indonesia diantaranya adalah cabang olahraga sepakbola, bola basket, bola voli, ping-pong, dan sebagainya. Kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya untuk mencapai kebugaran jasmani dan rohani saja, tetapi juga untuk mempersatukan masyarakat yang ada di Indonesia maupun di luar Indonesia.

Olahraga merupakan bentuk dari upaya manusia yang diarahkan dan dikembangkan untuk peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas. Sasaran olahraga tidak hanya sekedar untuk mencapai kebugaran jasmani dan rohani, tetapi juga untuk menumbuhkan rasa persatuan bangsa yang kokoh. Selain itu kegiatan olahraga bisa membentuk perilaku, watak, kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi. Olahraga juga merupakan suatu perilaku aktif yang menggiatkan metabolisme dan mempengaruhi fungsi kelenjar di dalam tubuh untuk memproduksi sistem kekebalan tubuh dalam upaya mempertahankan tubuh dari gangguan penyakit serta stress. Oleh karena itu, sangat dianjurkan kepada setiap orang untuk melakukan kegiatan olahraga secara rutin dan terstruktur dengan baik. Menurut Harsuki (2003) menyatakan bahwa olahraga adalah aktivitas jasmani yang dikembangkan yang peraturannya ditetapkan oleh pelakunya atau secara eksternal dan sebelum melakukan aktivitas tersebut, namun telah diakui bahwa istilah olahraga biasanya digunakan dengan konsep yang lebih luas yang mencakup atletik, *games*, permainan, senam dan aktivitas-aktivitas perorangan dan beregu, baik yang kompetitif maupun yang non- kompetitif.

Kegiatan olahraga juga dapat dilakukan untuk mengembangkan kemampuan dan keterampilan seseorang untuk mencapai prestasi dalam cabang olahraga yang diminati. Di Indonesia, tepatnya di Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara telah banyak klub-klub dari berbagai macam cabang olahraga melakukan pelatihan untuk usia muda sebagai salah satu cara untuk mengembangkan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki oleh anak-anak usia dini, remaja, maupun mereka yang akan memasuki masa dewasa terutama pada cabang olahraga sepakbola sehingga mereka dapat mencapai prestasi sesuai dengan yang mereka harapkan. Pencapaian prestasi dalam kegiatan olahraga membutuhkan pembinaan dan pengembangan yang baik. Pembinaan, pengembangan, dan peningkatan prestasi olahraga merupakan tanggungjawab bersama antara pemerintah pusat, pemerintah daerah, maupun masyarakat.

Pembinaan olahraga merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pembinaan secara keseluruhan dan tidak hanya ditujukan untuk meningkatkan kualitas fisik masyarakat saja. Tetapi juga untuk mengharumkan nama bangsa di kelas Internasional melalui *event-event* atau pertandingan yang diselenggarakan. Berarti hal ini menunjukkan olahraga memiliki peranan yang sangat penting dan tidak bisa diabaikan demi mewujudkan cita-cita pembangunan Nasional. Seperti yang tertulis dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Tahun 2005 No 3 (pasal 25 ayat 6)

menyatakan bahwa untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan, pelatihan, sekolah olahraga, serta dilaksanakannya kompetisi yang berjenjang dan berkelanjutan.

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola. Di dalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan. Sepakbola merupakan permainan beregu yang masing-masing terdiri dari 11 pemain. Biasanya permainan sepakbola dimainkan dalam dua babak (2 x 45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit diantara dua babak tersebut (Muhajir, 2004).

Menurut Ganesha Putera (2010:6), bahwa sepakbola modern menuntut pemain untuk memiliki: (1) *skill* mumpuni, yaitu eksekusi teknik sepakbola seperti *dribbling*, *control*, *passing*, *heading*, *shooting* sempurna dapat dilakukan dalam kecepatan tinggi dan sudut ruang yang sempit, (2) kesadaran taktikal, yaitu kemampuan kognitif yang dapat bereaksi dan beradaptasi terhadap berbagai taktik sepakbola kompleks dan (3) fisik prima, yaitu gabungan antara kecepatan, kekuatan, daya tahan dan koordinasi.

Dengan didirikannya sekolah sepakbola di Indonesia berdampak positif pada segi pembinaan usia dini dan prestasi di usia muda (remaja), namun proses pertahanan ataupun penjenjangan prestasi di kelompok usia muda tersebut sedikit terhambat, dikarenakan sedikitnya ruang olahraga publik yang mana jumlah fasilitas olahraga umum yang minim berujung pada rendahnya minat masyarakat pada olahraga, padatnya jam belajar disekolah formal dan minimnya kompetisi-kompetisi di tingkat usia muda tersebut.

Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik, dibutuhkan kemampuan fisik dan teknik yang memadai. Adapun beberapa kondisi fisik yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola adalah 1) Daya tahan (*endurance*), 2) Kecepatan (*speed*), 3) Daya otot (*muscular power*), 4) Kelincahan (*agility*), 5) Kelentukan (*fleksibillity*), 6) Ketepatan (*accuration*), 7) Keseimbangan (*balance*), 8) Koordinasi (*coordination*), (Sajoto, 1995:8). Dalam permainan sepakbola juga dibutuhkan teknik-teknik dasar yang harus dikuasai untuk menjadi pemain yang handal, seperti *Passing* (Operan), *Heading* (Sundulan), *Dribbling* (Menggiring Bola), *Shooting* (Menembak), *Kicking* (Tendangan), *Moves*, *Trapping*, *Receiving* dan *Control* (Zidane Muhdhor Al-Hadiqie, 2013:31-58).

Dari hasil pengamatan peneliti di lapangan SSB Asam Jawa Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara, adanya kelemahan pada teknik dasar keterampilan *passing* dengan jarak yang dekat, banyak *passing* yang arahnya tidak tepat dengan teman, saat melakukan *passing* bola terlalu cepat atau terlalu lambat, perkenaan kaki yang tidak tepat, *passing* yang asal-asalan sehingga tidak jelas kemana bola akan diberikan sehingga pada saat pertandingan bola sangat mudah dicuri lawan dan sulit meraih kemenangan. Selain itu metode melatih yang kurang kreatif dan *inovatif* menjadikan salah satu faktor dimana anak sering salah dalam melakukan *passing* dalam bermain sepakbola, untuk itu pelatih perlu memilih metode latihan mana yang akan digunakan dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada SSB Asam Jawa usia 12 tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara tersebut.

Berdasarkan masalah di atas, terdapat latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *passing*, yaitu latihan 1) Latihan Hantam *Cone*, 2) Latihan 3 vs 3 Ambil Gawang, 3) Latihan Hantam Kaki, dan 4) *Passing* Pintu Ke Pintu (Ganesha Putera, 2010:53-54).

Dari keseluruhan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan *passing* merupakan salah satu teknik yang penting dikuasai oleh pemain sepakbola. Kemampuan *passing* dengan latihan *Passing Pintu Ke Pintu* merupakan salah satu teknik untuk mengembangkan keterampilan *passing* dengan jarak yang dekat dengan tepat. Selain itu, latihan *Passing Pintu Ke Pintu* ini membuat anak-anak akan lebih serius dan fokus terhadap bola saat melakukan *passing* kepada pasangannya dan tidak bermain-main sesuka hati mereka. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan tersebut dengan judul “Pengaruh Latihan *Passing Pintu Ke Pintu* Terhadap Keterampilan *Passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara”.

## **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 *passing* pintu ke pintu, dan variabel terikat (Y) adalah keterampilan *passing*.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dideskripsikan melalui latihan *passing* pintu ke pintu dengan menggunakan *instrument tes short pass*. Data yang diperoleh sebagai hasil penelitian adalah *kualitatif* melalui serangkaian tes dan pengukuran terhadap 18 orang sampel yang merupakan atlet SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara. Variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu variabel bebas (X) adalah latihan *passing* pintu ke pintu, dan variabel terikat (Y) adalah keterampilan *passing*.

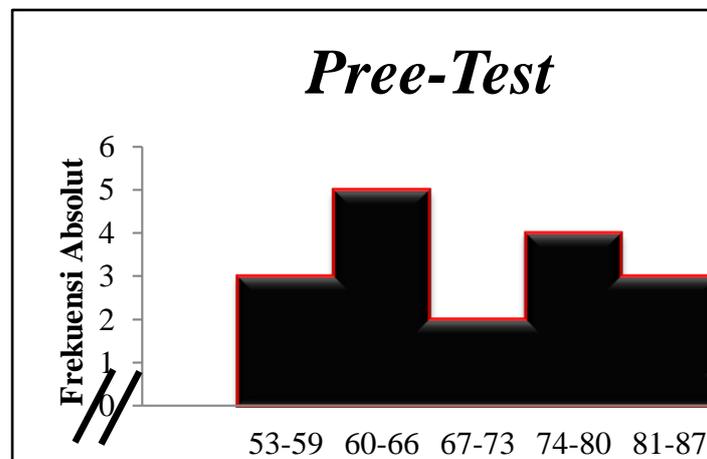
### **1. Data Hasil *Pree-Test Short Pass***

Berdasarkan analisis terhadap data *pree-test short pass* di atas dapat disimpulkan sebagai berikut: skor tertinggi 90, skor terendah 53, dengan rata-rata 70,11, *standar deviasi* 11,41, dan *varians* 130,1. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi data dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Hasil Pree-Test Short Pass**

No	Data Pree-Test (Kelas Interval)	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Komulatif (Fk)	Frekuensi Relatif (Fr)
1	53 – 59	3	3	16.6%
2	60 – 66	5	8	27.7%
3	67 – 73	2	10	11.1%
4	74 – 80	4	14	22.2%
5	81 – 87	3	17	16.6%
6	88 – 94	1	18	5.5%
Σ	Jumlah	18		99.7%

Berdasarkan hasil penelitian *Short Pass* di atas dari 18 orang sampel terdapat sebanyak 3 orang sampel (16,6%) dengan skor *Short Pass* pada kelas *interval* 53-59 termasuk dalam kategori kurang sekali, sebanyak 5 orang sampel (27,7%) pada kelas *interval* 60-66 termasuk dalam kategori kurang dan kurang sekali, sebanyak 2 orang sampel (11,1%) pada kelas *interval* 67-73 termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 4 orang sampel (22,2%) pada kelas *interval* 74-80 termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 3 orang sampel (16,6%) pada kelas *interval* 81-87 termasuk dalam kategori sedang dan kurang, sebanyak 1 orang sampel (5,5%) pada kelas *interval* 88-94 termasuk dalam kategori sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada *histogram* di bawah ini:



Gambar 1: Histogram Data Hasil Preetest Short Pass

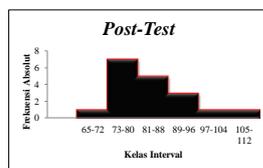
## 2. Data Hasil Post-Test Short Pass

Bedasarkan analisis terhadap data *pree-test short pass* di atas dapat disimpulkan sebagai berikut: skor tertinggi 106, skor terendah 64, dengan rata rata 82,89, *standar deviasi* 9,94, dan *varians* 98,8. Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi data dapat di lihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Post-Test Short Pass**

No	Data Post-Test (Kelas Interval)	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Komulatif (Fk)	Frekuensi Relatif (Fr)
1	65 – 72	1	1	5.5%
2	73 – 80	7	8	38.8%
3	81 – 88	5	13	27.7%
4	89 – 96	3	16	16.6%
5	97 – 104	1	17	5.5%
6	105 – 112	1	18	5.5%
$\Sigma$	Jumlah	18		99.6%

Berdasarkan hasil penelitian *Short Pass* di atas dari 18 orang sampel terdapat sebanyak 1 orang sampel (5,5%) dengan skor *Short Pass* pada kelas *interval* 65-72 termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 7 orang sampel (38,8%) pada kelas *interval* 73-80 termasuk dalam kategori kurang, sebanyak 5 orang sampel (27,7%) pada kelas *interval* 81-88 termasuk dalam kategori sedang dan kurang, sebanyak 3 orang sampel (16,6%) pada kelas *interval* 89-96 termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 1 orang sampel (5,5%) pada kelas *interval* 97-104 termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 1 orang sampel (5,5%) pada kelas *interval* 105-112 termasuk dalam kategori baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada *histogram* di bawah ini:



//

Gambar 2: *Histogram* Data Hasil *Posttest Short Pass*

### **Pengujian Persyaratan Analisis**

Pengujian persyaratan analisis dimaksudkan untuk menguji asumsi awal yang dijadikan dasar dalam menggunakan teknik analisis variansi. Asumsi adalah data yang dianalisis diperoleh dari sampel yang mewakili populasi berdistribusi normal, dan kelompok-kelompok yang dibandingkan berasal dari populasi yang *homogen*. Untuk itu pengujian yang akan di gunakan yaitu uji normalitas.

## 1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan uji *liliefors*, hasil uji normalitas terhadap variabel penelitian yaitu metode latihan *Passing* Pintu ke Pintu (X) dan hasil Keterampilan *Passing* (Y) dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. Uji Normalitas *Pre-Test* dan *Post-Test Short Pass***

Variabel	$L_{0Max}$	$L_{tabel}$
Hasil <i>Preetest</i>	0.1498	0.200
Hasil <i>Posttest</i>	0.1466	0.200

Dari tabel di atas terlihat bahwa data hasil *pretest Short Pass* setelah dilakukan perhitungan menghasilkan  $L_{0Max}$  sebesar 0,1498 dan  $L_{tabel}$  sebesar 0,200. Ini berarti  $L_{0Max}$  lebih kecil dari  $L_{Tabel}$ . Dapat disimpulkan penyebaran data hasil *pretest Short Pass* adalah berdistribusi normal. Untuk pengujian *posttest Short Pass* menghasilkan  $L_{0Max}$  sebesar 0,1466 dan  $L_{tabel}$  sebesar 0,200. Ini berarti  $L_{0Max}$  lebih kecil dari  $L_{Tabel}$ . Dapat disimpulkan penyebaran data hasil *posttest Short Pass* adalah berdistribusi normal.

## Uji Hipotesis

Untuk menguji apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima keberadaannya atau tidak maka dilakukan pengujian data yang memakai uji t sampel terikat masing-masing pengujian hipotesis ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

“Terdapat Pengaruh Latihan *Passing* Pintu ke Pintu Terhadap Keterampilan *Passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara“.

**Tabel 4. Hasil Analisis Uji-T**

$t_{Hitung}$	$t_{Tabel}$	Keterangan
<b>6,23</b>	<b>1,740</b>	<b>Jika <math>t_{Hitung} &gt; t_{Tabel}</math> Maka Terdapat Pengaruh</b>

Dari analisis yang dilakukan, nilai  $t_{hitung}$  antara tes awal dan tes akhir latihan *Passing* Pintu ke Pintu terhadap keterampilan *passing* menunjukkan angka sebesar 6,23 dan selanjutnya dibandingkan dengan nilai  $t_{tabel}$  pada taraf signifikan 0,05 derajat kebebasan  $N-1$  (7) ternyata menunjukkan angka 1,740, hal ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  (6,23) >  $t_{tabel}$  (1,740), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan Terdapat Pengaruh Latihan *Passing* Pintu ke Pintu Terhadap Keterampilan *Passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara diterima keberadaannya (perhitungan lengkap pengujian hipotesis ini dapat dilihat pada lampiran).

## PEMBAHASAN

Setelah melakukan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Desember 2018 sampai bulan Juli 2019 yang diawali dari pengambilan data *preetest* dan *posttest* hingga pengolahan data yang akhirnya dijadikan patokan sebagai pembahasan hasil penelitian sebagai berikut: Pengaruh Latihan *Passing* Pintu ke Pintu Terhadap Keterampilan *Passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara, ini menunjukkan terdapat pengaruh yang *signifikan* pada *variable* tersebut karena sampel dalam penelitian banyak yang semangat melakukan latihan *passing* pintu ke pintu. Pembahasan dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan kajian teori dan perhitungan statistik serta mengacu pada kesimpulan terhadap analisis yang dilakukan, maka selanjutnya akan dilakukan pembahasan. Sebelum *testee* diberikan perlakuan, terlebih dahulu dilakukan tes awal (*preetest*) dengan skor terendah 53, skor tertinggi 90, rata-rata 70,11, *varians* 130,1, dan *standar deviasi* 11,41. Setelah *testee* diberikan perlakuan selama 16 kali pertemuan, maka dilakukan tes akhir (*posttest*) dengan skor terendah 65, skor tertinggi 106, rata-rata 82,89, *varians* 98,8, dan *standar deviasi* 9,94.

Berdasarkan analisis yang dilakukan, nilai  $t_{hitung}$  antara tes awal dan tes akhir latihan *Passing* Pintu ke Pintu terhadap Keterampilan *Passing* menunjukkan angka sebesar 6,23. Selanjutnya nilai yang diperoleh dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  pada taraf *Passing* Pintu ke Pintu *signifikan* 0,05 dengan derajat kebebasan  $N-1$  (17) ternyata menunjukkan angka 1,740, hal ini menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  (6,23) >  $t_{tabel}$  (1,740), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan Terdapat Pengaruh Latihan *Passing* Pintu ke Pintu Terhadap Keterampilan *Passing* SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara.

Setelah peneliti melakukan *preetest* dan *posttest* terhadap sampel tersebut dihasilkan nilai yang berbeda-beda pada setiap *testee*, hal tersebut disebabkan oleh semangat dan fokus serta kemampuan yang dimiliki *testee* juga berbeda. Selain itu, jadwal latihan yang sudah terprogram tidak dapat berjalan baik karena mereka sering mengikuti turnamen dan *festival* sehingga latihan harus ditunda atau dibatalkan.

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Simpulan

Permasalahan yang penulis temukan pada SSB Asam Jawa usia 12 tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara adalah kurangnya keterampilan *passing* yang dimiliki pada saat bermain ataupun bertanding sepakbola sehingga *passing* yang dilakukan tidak tepat kepada teman satu tim, terlalu pelan ataupun terlalu cepat. Maka dari itu penelitian ini diberikan latihan *Passing* Pintu ke Pintu yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Passing* Pintu ke Pintu dapat meningkatkan keterampilan *passing*. Jenis penelitian ini adalah *weak experiment* dengan rancangan penelitian  $[T_1-X-T_2]$  dan menggunakan desain penelitian *one group preetest-posttest design*, dengan *instrument* tes *Short Pass*. Populasi dalam penelitian ini adalah SSB Asam Jawa usia 12 tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara yang berjumlah 18 orang. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*, dimana semua populasi dijadikan sampel yaitu berjumlah 18 orang.

Dengan menggunakan *instrument Short Pass* lalu dilakukan analisis *deskriptif* dan uji *liliefors* menghasilkan *preetest Short Pass* dengan nilai terendah 53 atas nama Pandu, Tian, dan Repli dan nilai yang tertinggi 90 atas nama Risky sehingga nilai *preetest* sebesar 1262. Kemudian dilakukan latihan *Passing Pintu ke Pintu* selama 16 kali pertemuan pada SSB Asam Jawa usia 12 tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara yang berjumlah 18 orang dan didapatkan hasil *posttest* sebesar 1492 dengan nilai terendah 65 atas nama Enda dan nilai tertinggi 106 atas nama Risky. Berdasarkan analisis *deskriptif* data *preetest* ada perbedaan angka yang meningkat sebesar 230.

Berdasarkan analisis statistik dengan menggunakan uji *t* menghasilkan  $t_{hitung}$  sebesar 6,23 dan  $t_{tabel}$  sebesar 1,740. Berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , yang berarti bahwa : Terdapat pengaruh antara Latihan *Passing Pintu ke Pintu* (X) Terhadap Keterampilan *Passing* (Y) SSB Asam Jawa Usia 12 Tahun Kabupaten Labuhanbatu Selatan Sumatera Utara.

## Rekomendasi

Berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian ini, saran yang mungkin dapat berguna dalam upaya meningkatkan keterampilan *passing* adalah:

1. Kepada pelatih cabang olahraga sepakbola untuk dapat menerapkan latihan *Passing Pintu ke Pintu* untuk meningkatkan keterampilan *passing* para pemain.
2. Para pemain untuk dapat melakukan latihan peningkatan keterampilan *passing* dengan sungguh–sungguh agar dapat memberikan pengaruh yang maksimal, karena keterampilan *passing* adalah teknik dasar yang sangat diperlukan untuk cabang olahraga sepakbola.
3. Para pelatih dapat memberikan latihan peningkatan keterampilan *passing* untuk para pemain dengan program yang baik dengan peningkatan secara *progresif*.
4. Tidak menutup kemungkinan bagi peneliti lain untuk mengadakan penelitian yang bertema sama dengan sempel yang lain.
5. Kepada pembaca dapat dijadikan sebagai masukan untuk penelitian lanjutan yang berkaitan dengan permasalahan sampel yang lebih banyak dan waktu penelitian yang lebih lama sehingga hasil penelitian menjadi lebih baik dalam rangka pengembangan ilmu dalam bidang pendidikan olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.

Muhajir. 2004. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik 1*. Jakarta. Erlangga.

Putera, Ganesha. 2010. *Kutak-Katik Latihan Sepakbola Usia Muda*. Jakarta: PT Visi Gala 2000.

Sajoto, M. 1995. *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.

Sugiyono, (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta.

Zidane Muhdor Al-Hadiqie. 2013. *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional*. Kata Pena.