

**LATIHAN WALL PASSING TERHADAP KETERAMPILAN PASSING PEMAIN
 SEPAKBOLA BINA MUDA PESISIR SELATAN**

Fauzan Iqsan¹, Apri Agus²

¹Universitas Negeri Padang, Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

²Universitas Negeri Padang, Ilmu Keolahraaan, Padang, Indonesia

fauzaniqsan28@gmail.com

Abstrac

The problem in this study is the low skills of the south coast soccer players. Players often pass the ball incorrectly and are less accurate in making kicks against opponents. As is well known, passing in football is very influential for a better rhythm of play and can affect the decision to pass to other players. One of the training methods that can be used to improve passing skills is by using the wall passing training method. This study aims to reveal the effect of wall training through the skills of the South coastal youth coaches. Type is pseudo experiment. The population in this study, 38 people. The sampling technique used purposive sampling. Thus the number of samples in this study was 22 people. Data were collected by doing a test through the wall (Widiastuti 2011: 211). The statistical data analysis technique used the t-test. Based on the results of the t-test analysis, it was obtained $t_{count}=2.411 > t_{table}= 1.721$. This means that there is an effect of wall passing training on the passing skills of Pesisir Selatan youth football

Keywords: Passing techniques, Wall Passing exercises, Technical Skills

Abstrak

Pokok pembahasan penelitian ini adalah masih kurangnya keterampilan passing pemain klub bina muda pesisir selatan. Pemain sering salah *passing* bola dan kurang akurat dalam melakukan tendangan kegawang lawan. Sebagaimana yang diketahui *passing* dalam sepakbola sangat berpengaruh untuk ritme permainan yang lebih bagus dan dapat mempengaruhi dalam keputusan untuk *passing* ke pemain lainnya. Salah satu cara latihan yang bisa diterapkan untuk meningkatkan keterampilan *passing* adalah dengan menggunakan metode latihan *wall passing*. Tujuan penelitian ini untuk mengungkap pengaruh latihan *wall passing* terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda pesisir selatan. Jenis penelitian adalah *eksperimen semu*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 38 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian jumlah sampel di dalam penelitian ini adalah 22 orang. Data dikumpulkan dengan melakukan tes passing dinding (widiastuti 2011:211). Analisis data menggunakan uji-t. Hasil analisis uji-t, diperoleh $t_{hitung} = 2,411 > t_{tabel} = 1,721$. Artinya terdapat pengaruh latihan *wall passing* terhadap keterampilan *passing* sepakbola bina muda Pesisir Selatan.

Kata kunci: Teknik passing ,latihan *Wall Passing* , Keterampilan Teknik



PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan masyarakat bahkan saat ini olahraga merupakan kebutuhan dalam kehidupan manusia baik dalam mencapai kesehatan jasmani maupun kesehatan rohani. Dengan melakukan olahraga dengan teratur dapat meningkatkan derajat kebugaran jasmani seseorang dan tetap bersemangat dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Bagi seorang atlet untuk mencapai target dalam meningkatkan prestasi harus memiliki perencanaan yang matang dan terkoordinir yang didukung dengan keberadaan sarana dan prasarana yang ada sebagai penunjang untuk menaikkan prestasi sebagai perwakilan masyarakat untuk tetap mengharumkan nama Bangsa Indonesia.

Olahraga yang sangat berkembang di Dunia ialah olahraga sepakbola. Di Indonesia sendiri olahraga sepakbola adalah olahraga yang memiliki penggemar terbanyak dibandingkan dengan olahraga lainnya. Olahraga yang digemari seluruh lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan, masyarakat kota sampai masyarakat desa. Hal ini terbukti dengan banyaknya klub-klub sepakbola dan sekolah sepak bola (SSB) yang tersebar diseluruh pelosok tanah air dengan berbagai bentuk dan tujuan yang diharapkan.

Untuk mencapai prestasi terhadap cabang olahraga maka pemerintah mengintrusikan kepada masyarakat Indonesia untuk mendirikan perkumpulan atau klub olahraga. Pendirian perkumpulan atau klub olahraga adalah untuk kemudahan pencapaian tujuan peningkatan prestasi tiap-tiap cabang olahraga yang ada di Indonesia. Usaha pemerintah untuk olahraga sepakbola melalui organisasi PSSI (persatuan sepakbola seluruh Indonesia) dapat dilihat dari pertandingan sepak bola yang diadakan tingkat Daerah, Nasional maupun Internasional membuat olahraga sepak bola memasuki kepopuleran dikalangan masyarakat seluruh dunia.

Dalam sepak bola untuk meningkatkan prestasi ada beberapa faktor yang akan mempengaruhi yang pertama yaitu kondisi fisik yang didukung oleh faktor lain yang berhubungan. Menurut Syafruddin (2011:54) mengemukakan bahwa pada dasarnya prestasi olahraga ditentukan oleh beberapa faktor, yaitu (1) kondisi fisik (2) teknik (3) taktik (4) mental atau psikis. Faktor yang kedua yaitu program yang diberikan oleh pelatih dalam latihan akan sangat menentukan prestasi atlet dalam bertanding, aspek psikologi, seperti yang dijelaskan Syafrudin bahwa psikis mempengaruhi prestasi atlet dan prestasi pemain juga ditunjang dengan adanya prasarana latihan yang memadai.

Menurut Mielke (2007:7) teknik dasar dalam permainan sepakbola meliputi teknik



driblin), teknik *passing*, teknik *control*, teknik *heading*, teknik *shooting*. Dari teknik dasar di atas salah satu teknik yang sangat penting yaitu teknik *passing*. Menurut Miekel (2007:19) *passing* merupakan seni dalam memindahkan momentum bola dari dari satu pemain ke pemian lain. *passing* yang baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi baik bagian tubuh lain juga bisa melakukan *passing*. *Passing* sangat berguna untuk penyusunan serangan dan memasukan bola. *Passing* juga bisa untuk menghidupkan bola kembali setelah terjadi pelanggaran dan untuk melakukan *clearing* bola yang berbaya di daerah pertahanan dan memendung sarangan dari pemain lain area daerah pertahanan. Faktor utama yang mempengaruhi adalah kondisi fisik pemain, jika pemain mempunyai fisik yang prima maka pemain bisa biasa menguasai ritme permainan dengan baik

Di Kabupaten Pesisir Selatan sendiri keberadaan SSB (sekolah sepa kbola) sudah cukup familiar di kalangan masyarakat terutama dikecamatan Lenggayang hal ini dapat dilihat dari banyaknya bermunculan SSB (sekolah sepakbola) diantara lain: SSB Albex FC,SSB Koto Kandi FC,SSB Padang Cupak FC,SSB LBS FC,SSB Pasput FC,SSB Koto Baru FC,SSB Kambang FC,SSB Bina Muda FC, mereka mempunyai eksisistensi dalam kancah sepak bola yang ada di Kecamatan Lenggayang. Penulis melakukan penelitian terhadap SSB Bina Muda FC karena SSB Bina Muda FC cukup pontensial untuk diteliti di antara klub-klub sepakbola lainnya yang berada di Kecamatan Lenggayang Kabupaten Pesisir Selatan

SSB Bina muda FC berlatih di lapangan ambacang Koto Pulai yang mempunyai mimpi dan harapan untuk menciptakan pesepakbola professional untuk meraih perstasi dari tingkat daerah hingga ke tingkat Nasional. SSB Bina Muda didirikan pada tahun 2014 dan terdaftar di Asosiasi Kabupaten Pesisir Selatan pada tanggal 18 Desember 2019, diharapkan dengan diakuinya SSB Bina Muda ini maka akan menjadi peluang untuk atlet bisa lebih berkembang lagi dan mampu untuk bersaing hingga tingkat yang lebih tinggi. SBB Bina Muda belum dapat memperoleh perstasi yang maksimal di pesisir selatan dari sekian banyak pertandingan persahabatan maupun pertandingan resmi yang diikuti selama ini. SSB Bina Muda sudah beberapa kali mengikuti pertandingan di tingkat kecamatan di antaranya Hmpl cup 2018, koto pulai cup 2018, IMPPKP cup se pessel 2019 dll. SSB Bina Muda juga pernah menjuarai pertandingan yaitu juara 2 IMPKKP cup 2019, juara 2 PSSP batang kapas 2020. Pelatih sudah berupaya menjalankan program yang telah disusun untuk meningkatkan prestasi atlet SSB Bina Muda akan tetapi peningkatan pemain belum banyak dirasakan

Berdasarkan observasi dalam pertandingan salah satu kekurangan pemain SSB Bina muda adalah dalam keterampilan *passing*. Pemain sering salah mengopor bola dan

kurang akurat dalam melakukan tendangan kegawang lawan. Sebagaimana yang diketahui passing dalam sepakbola sangat berpengaruh untuk ritme permainan yang lebih bagus dan dapat mempengaruhi dalam keputusan untuk mengoper ke pemain lainnya.

Banyak cara atau metode untuk meningkatkan keterampilan *passing* sepakbola, dari sekian banyak metode penulis menawarkan bentuk latihan passing dengan wall passing karena bentuk latihan tersebut belum pernah dilakukan di SSB Bina muda pesisir selatan mengingat pentingnya meningkatkan kemampuan *passing* SSB Bina muda pesisir selatan.

Mengingat pentingnya meningkatkan keterampilan *passing* SSB Bina Muda, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh latihan *Wall Passing* terhadap keterampilan *passing* pemain sepakbola Bina muda Pesisir Selatan.

METODELOGI PENELITIAN

Penulis ada penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi eksperimen* atau *eksperimen semu*. Menurut Sugiyono (2010:114) "Desain ini memiliki kelompok kontrol, sehingga tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan *eksperimen*. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 22 atlet sepak bola Bina Muda Pesisir Selatan.

HASIL PENELITIAN

Tes awal (*pre-test*) dilakukan terhadap 22 orang sampel atlet pemain sepak bola bina muda Pesisir Selatan. Hasil yang diperoleh yaitu 1 orang memiliki kemampuan passing kelas interval < 3 (kurang sekali) ,9 orang memiliki kemampuan passing kelas interval 3-5 (kurang). 8 orang memiliki kemampuan passing kelas interval 6-8 (cukup) dan 4 orang memiliki kemampuan passing kelas interval 9-10 (baik). Jelasnya dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Hasil Data *pre Tets* Pengaruh Pengaruh Latihan *Wall Passing* Terhadap Keterampilan Passing Pemain Sepak Bola Bina Muda Pesisir Selatan

No.	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1.	< 3	1	4,54%
2.	3-5	9	40,9%
3.	6-8	8	36,3%
4.	9-10	4	18,1
5.	>10	0	0,00%
Jumlah		22	100%



Tes akhir (*post-test*) dilakukan terhadap 22 orang sampel atlet pemain sepak bola bina muda Pesisir Selatan. Hasil yang diperoleh yaitu 6 orang memiliki kemampuan passing kelas interval 3-5 (kurang). 14 orang memiliki kemampuan passing kelas interval 6-8 (cukup) dan 2 orang memiliki kemampuan passing kelas interval 9-10 (baik).. Jelasnya dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi Hasil Data *Post Tets* Pengaruh Pengaruh Latihan *Wall Passing* Terhadap Keterampilan Passing Pemain Sepak Bola Bina Muda Pesisir Selatan

No.	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1.	< 3	1	4,54%
2.	3-5	9	40,9%
3.	6-8	8	36,3%
4.	9-10	4	18,1
5.	>10	0	0,00%
Jumlah		22	100%

Sebelum dilakukan pengujian maka terlebih dahulu harus dilakukan uji persyaratan analisis data yaitu uji normalitas masing masing data dari variabel. uji normalitas data dari variabel – variabel dilakukan dengan menggunakan uji *lilliefors*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Uji Normalitas data

No	Variabel	N	Lo	L _{tab}	Distribusi
1	Pemberian latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda (<i>pre test</i>)	22	0,1497	0,173	Normal
2	Pemberian latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda (<i>post test</i>)	22	0,1403	0,173	Normal

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari pengujian normalitas pada data *pre test* sampel yang diberikan latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda diperoleh $Lo = 0,1497$ dengan $n = 22$, dan t_{tabel} pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0.05$ diperoleh 0,173 yang lebih besar daripada Lo . Sehingga dapat



disimpulkan bahwa. Pemberian latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda berdistribusi normal.

Pengujian normalitas data *post test* kelompok sampel yang dilakukan Pemberian latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda diperoleh $Lo = 0,1403$ dengan $n = 22$, dan t_{tabel} pada taraf pengujian signifikan $\alpha = 0.05$ diperoleh 0,173 yang lebih besar daripada Lo . Sehingga dapat disimpulkan bahwa . Pemberian latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda berdistribusi normal.

Tabel 4. Rangkuman hasil (uji t)

DK=(N-1)	t_{hitung}	t_{tabel} $\alpha = 0.05$	Kesimpulan
21	2.411	1,721	Ho ditolak Ha diterima

Hasil analisis uji t menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan dari Pemberian latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda pesisir selatan yang signifikan (X_1). Hal ini disadari dengan hasil analisis uji beda mean, diperoleh $t_{hitung} = 2,411 > t_{tabel} = 1,721$ pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$

PEMBAHASAN

Pembahasan dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan dari kajian teori dan perhitungan statistik serta mengacu kepada kesimpulan terhadap analisis yang telah dilakukan, maka selanjutnya akan dilakukan pembahasan. Terlihat adanya peningkatan dari test awal (*pre-test*) dengan rata-rata 6.00 sebelum diberi latihan wall passing selama 18 kali pertemuan lalu meingkat pada test akhir (*post-test*) menjadi 6,41.

Metode latihan *wall passing* digunakan untuk meningkatkan keterampilan *passing* pemain sepakbola. Menurut Malcom Cook *Wall Passing* adalah bentuk variasi operan yang dilakukan kearah samping kanan atau samping kiri. *Wall Passing* juga sering disebut dengan *one two* atau operan satu dua, merupakan teknik dimana dua orang pemain saling melakukan operan secara cepat, tepat dan *kontiniu*. Mempelajari suatu teknik keterampilan dalam sepakbola sebaiknya dilakukan secara berulang-ulang dengan jalan melakukan latihan secara rutin. Sehingga menurut Giriwijoyo (2012:314) menyatakan mengenai penguasaan

keterampilan gerak melalui latihan sebagai berikut: “Penguasaan kemampuan koordinasi untuk mewujudkan keterampilan gerak cabang olahraga hanya dapat dicapai melalui proses mempelajari dan pelatihan, yaitu mempelajari dan memahami pola rumusan gerakannya, dan mengulang (*drilling*) gerakan harus dikuasai tersebut.”

Melalui latihan yang diterapkan dengan pengulangan yang sering dapat membentuk gerakan teknik dalam cabang olahraga. Dalam konteks fisiologi, *drilling* dimaksud agar penguasaan gerakan keterampilan dapat mencapai tingkat refleks bersyarat (*conditional reflect*).

Berdasarkan latihan yang dilakukan 18 kali pertemuan maka diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian latihan *Wall Passing* terhadap peningkatan kemampuan passing pemain sepak bola bina muda Pesisir Selatan. Hal ini terbukti secara signifikan, dimana setelah dilakukan uji “t” diperoleh hasil $t_{hitung} = 2.411 > t_{tabel} = 1,721$.

Dari analisis di atas maka bisa disimpulkan terdapat pengaruh pemberian latihan *Wall Passing* terhadap peningkatan keterampilan passing pemain sepak bola bina muda Pesisir Selatan. Latihan yang terprogram dan kontiniu dan semangkin sering kita melakukan latihan maka akan terdapat peningkatan kemampuan passing pada pemain bina muda Pesisir Selatan.

Jadi jika latihan ini terus diberikan maka keterampilan passing pemain sepakbola akan meningkat. Mengingat penelitian ini hanya dilakukan sebanyak 18 kali pertemuan, maka hasil yang didapat belum maksimal. Maka dari itu semangkin sering metode latihan *wall passing* digunakan maka akan ada peningkatan keterampilan passing pemain sepak bola Bina Muda Pesisir Selatan yang didukung dengan penguasaan teknik dasar sepak bola lain makan akan meningkatkan prestasi pemain sepak bola Bina Muda Pesisir Selatan. Dengan penguasaan teknik passing yang baik maka permainan sepakbola akan berjalan dengan baik.

KESIMPULAN

Dari analisis data, maka terdapat hasil pemberian latihan *Wall Passing* terhadap peningkatan keterampilan passing pemain sepak bola bina muda pesisir selatan didapatkan $t_{hitung} (2,411) > t_{tabel} (1,721)$. Jadi kesimpulannya yaitu terdapat pengaruh latihan *Wall Passing* terhadap keterampilan *passing* pemain sepak bola Bina Muda Pesisir Selatan.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Taktik.rev.ed.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Aziz,Ishak (2016). *Dasar dasar penelitian olahraga.* Jakarta. Kencana
- Bompa T.O. And Haff G. G. (2009). *Theory and Methodologi of Training.* Canada: Human Kinetics
- Cook,Malcom. (2013). *101 Drill Sepak Bola Untuk Pemain Muda Usia 12- 16 Tahun.* Jakarta: indeks.
- Giriwijoyo, Santosa dan dikdik Zafar Sidik. (2012). *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga).* Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga RI No 3 Tahun (2005) Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.
- Luxbacer. (2012). *Sepak Bola.* Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola.* Bandung: Pakaraya
- Syafruddin.(2011).*Ilmu Kepelatihan Olahraga.* Padang: UNP Pres
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Jakarta: Rajawali Pers.