

MODEL LATIHAN KETERAMPILAN PASSING SEPAK BOLA UNTUK SISWA MADRASAH ALIYAH

Asep Saefuloh

MTsN 1 Pandeglang

Surel: asaefuloh683@gmail.com

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:

Dikirim: 12-03-2025

Perbaikan: 24-03-2025

Diterima: 01-04-2025

Kata kunci:

Pengembangan, Model,
Passing Sepak Bola

Corresponding Author:

Asep Saefuloh

asaefuloh683@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan model latihan passing sepak bola untuk siswa Madrasah Aliyah (MA). Selain itu, penelitian dan pengembangan ini dilakukan untuk memperoleh informasi secara mendalam tentang pengembangan dan penerapan model latihan passing sepak bola dan mengetahui efektivitas, efisiensi serta daya tarik siswa terhadap model yang dibuat. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan Research & Development (R & D) dari Borg and Gall. Subyek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah siswa Madrasah Aliyah yang terdiri dari 60 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah angket, kuisisioner, serta instrumen test passing sepak bola yang digunakan untuk mengumpulkan data. Uji efektifitas model menggunakan tes passing sepak bola pada target-target tertentu untuk mengetahui tingkat kesempurnaan sikap dan kemampuan passing sepak bola sebelum pemberian treatment berupa model passing sepak bola yang dikembangkan dan untuk mengetahui tingkat kesempurnaan sikap dan kemampuan passing sepak bola setelah perlakuan atau treatment model passing sepak bola yang dikembangkan, dari tes awal yang dilakukan diperoleh hasil rata-rata tingkat kesempurnaan sikap siswa sebesar 60.3, kemudian setelah diberikan perlakuan berupa model passing sepak bola diperoleh peningkatan rata-rata tingkat kesempurnaan sikap siswa sebesar 72.4, hasil dari tes awal dan tes akhir terdapat peningkatan tingkat kesempurnaan sikap siswa sebesar 33%. Dan dari tes awal yang dilakukan diperoleh hasil rata-rata kemampuan passing sepak bola sebesar 41.5, kemudian setelah diberikan perlakuan berupa model passing sepak bola diperoleh peningkatan hasil rata-rata kemampuan passing sepak bola sebesar 52, hasil dari tes awal dan tes akhir terdapat peningkatan tingkat kemampuan passing sepak bola siswa sebesar 49%. Maka model passing sepak bola ini efektif dalam meningkatkan latihan passing sepak bola untuk siswa Madrasah Aliyah. Berdasarkan hasil pengembangan dapat disimpulkan bahwa: (1) Dengan model latihan passing sepak bola untuk siswa Madrasah Aliyah dapat dikembangkan dan diterapkan dalam latihan di Madrasah-Madrasah Aliyah (2) Dengan Model Latihan passing sepak bola untuk siswa Madrasah Aliyah, diperoleh bukti adanya peningkatan ini ditunjukkan pada hasil pengujian data hasil pretes dan posttest adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya perlakuan model.

Kata Kunci; Pengembangan, Model, Passing Sepak Bola

@2025 Serumpun Mengajar: Jurnal Pendidikan dan Penelitian

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer didunia, dengan jumlah yang dimainkan oleh 11 orang dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan, setiap pemain memiliki tugas dan peran yang sama yaitu harus mampu menyerang dan bertahan dengan baik. Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat berkembang dengan baik dan masuk dalam materi pelajaran wajib pada pendidikan jasmani di sekolah formal, mulai diajarkan pada sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Permainan sepak bola mudah dilaksanakan di sekolah-sekolah, sebab dapat dimainkan walau hanya pada tanah lapang dan dapat diikuti oleh semua siswa-siswi. Sebagai permainan yang sifatnya rekreatif, sepak bola bisa dimainkan mulai dari usia anak-anak sampai dewasa, baik pria maupun wanita. Dalam olahraga sepakbola ini, seperti kita lihat anak-anak dapat belajar lari, melompat, menendang, mengoperkan dan memasukkan bola ke gawang. Selain itu, mereka juga belajar mengubah arah dan kecepatan yang merupakan dasar untuk mengembangkan diri di bidang olahraga manapun.

Teknik yang dikuasai juga hanya menendang dan mengoper, sementara untuk menjadi pemain sepak bola yang handal pemain diharuskan mampu memiliki koordinasi yang baik dari berbagai faktor, yaitu kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Semua itu harus dimiliki dan dikuasai oleh setiap pemain melalui latihan yang baik. Pada kegiatan ekstrakurikuler

sepakbola siswa tentunya harus menguasai teknik dasar. Teknik dasar ini merupakan modal dasar dalam bermain sepakbola, dengan teknik dasar yang baik seorang atlet atau pemain akan dapat menguasai permainan dan dapat menguasai taktik yang baik pula. Ada beberapa teknik dasar dalam sepakbola yang keseluruhannya dapat mendukung kerjasama antar pemain, antara lain; 1). Muhammad Resa Anggra Kusuma (Vol. 5, 2014) mengemukakan bahwa Teknik dasar menendang bola (Shooting); 2). Teknik menerima bola; 3). Teknik dasar mengoper bola (Passing); 4). Teknik dasar mengiring bola (Dribbling); 5). Teknik dasar menyundul bola (Heading); 6). Teknik dasar melempar bola kedalam (Throwin). 7). Teknik gerak tipu dengan bola (Feinting); dan, 8). Teknik penjaga bola. Penguasaan delapan teknik dasar tersebut harus dilakukan dengan serius dan penuh dengan kedisiplinan.

Dari beberapa teknik dasar yang telah disebutkan maka jika diamati dalam permainan sepakbola yang merupakan olahraga anaerobic dan permainan sepak bola didominasi oleh penguasaan bola passing antar pemain. Permainan yang cepat biasanya didukung oleh kualitas passing yang baik karena dibutuhkan untuk membuat irama permainan dan penguasaan bola di lapangan. Seperti contoh pada tim sepakbola yang sudah profesional, tim sepakbola dapat menguasai pertandingan sepakbola dengan sangat baik, bisa membuat

peluang mencetak gol dengan baik itu karna aliran bola yang cepat, passing yang tepat dan passing yang akurat. Passing yang baik dan bagus akan mendukung rekan satu tim untuk membuka ruang pergerakan, kerjasama yang solid, dan juga turut memunculkan skill individu yang dimiliki pemain semua itu akan membuat tim menjadi tim yang bagus.

Dalam permainan sepak bola, keterampilan dasar yang harus dikuasai adalah menggiring (Dribbling), mengoper (Passing), dan menembak (Shooting). Salah satunya adalah keterampilan mengoper (Passing) dalam sepak bola. Mengoper (passing) sepak bola adalah tendangan yang dilakukan untuk memberikan bola kepada rekan satu tim agar bisa mendapatkan posisi yang lebih baik dalam penyerangan maupun dalam pertahanan, baik dilakukan dengan jarak dekat maupun dengan jarak jauh.

Dari beberapa pertandingan tingkat Madrasah Aliyah yang berlangsung di Kabupaten Pandeglang, peneliti mengamati dalam satu game perolehan angka dari hasil akurasi passing sangatlah sedikit. Padahal dalam satu game, passing pendek maupun panjang sangatlah banyak.

Banyak kejadian pemain yang akan mengoper bola ketika ada penjagaan yang rapat konsentrasi terhadap terget akan buyar, mengoper terburu-buru, bahkan terkesan asal mengoper bola, sehingga hasil operan tidak maksimal. Begitu juga didetik-detik akhir setiap babak, pemain terkesan terburu-buru mengoper, sehingga hasilnya pun juga tidak maksimal,

padahal dalam permainan sepak bola, sepersekian menit masih bisa untuk mencetak gol dari kombinasi operan dan tembakan. Setelah peneliti mengamati proses latihan di beberapa Madrasah yang ada di Kabupaten Pandeglang, dan dengan berbincang-bincang dengan beberapa pelatih ekstra kulikuler sepak bola di Madrasah di Kabupaten Pandeglang, ternyata ada beberapa kendala yang dihadapi oleh para pelatih, antara lain seperti kurangnya sarana dan prasarana dalam hal ini adalah bola sepak, lapangan, dan lain-lainnya. Kemudian kendala yang lainnya adalah kurangnya pengetahuan dan pemahaman pelatih terhadap model-model latihan passing sepak bola, untuk meningkatkan hasil dari operana dengan keadaan tekanan sebagaimana pada saat pertandingan yang sesungguhnya. Pelatih hanya fokus pada hasil akhirnya saja tanpa memperhatikan prosesnya.

Maka diperlukan materi latihan yang dikembangkan model latihannya baik dari materi tahapan fundamental hingga sampai dengan variasi latihan yang kompleks pada teknik Operan Sepak Bola (Soccer Passing) sehingga keterampilan Passing Sepak Bola para siswa semakin baik dan tepat dalam memperagakannya dan meningkatkan motivasi berlatih serta memperkaya gerakan keterampilan sepak bola. Dengan demikian para siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan teknik Passing sepak bola setelah menerima model latihan Passing sepak bola. Pengembangan model latihan Passing sepak bola yang menjadi daya tarik dalam penelitian

pengembangan ini untuk dijadikan materi penelitian yang akan dilaksanakan, yaitu model latihan yang ada saat ini berupa model latihan yang konvensional dan kurangnya variasi menjadi model-model latihan bervariasi dan menantang yang merupakan materi pengembangan dalam penelitian ini.

METODE PENELITIAN

A. Konsep Model Yang Dikembangkan

Sebelum kita bahas tentang pengembangan model latihan Passing sepak bola. Kita harus terlebih dahulu mengetahui apa itu model dan latihan?

Menurut James Tangkudung (2012) 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 isomorphs dari suatu bayangan/gambaran yang diperoleh secara abstrak, yaitu suatu proses mental pembuatan generalisasi dari contoh yang nyata (sama dengan menggambarkan suasana pertandingan).

Benny A. Pribadi menjelaskan bahwa model adalah suatu yang menggambarkan adanya pola berfikir, sebuah model biasanya menggambarkan keseluruhan konsep yang saling berkaitan. Jadi Tujuan suatu model adalah untuk memperoleh suatu yang ideal dan meskipun keadaan abstrak ideal tersebut adalah kenyataan yang kongkrit yang juga menggambarkan sesuatu yang diusahakan untuk

dicapai, suatu peristiwa yang akan dapat diperoleh.

Model seperti dijelaskan oleh Harjanto adalah model diartikan sebagai kerangka konseptual yang tidak sambarang digunakan sebagai pedoman atau acuan dalam melakukan kegiatan, model dasar dipakai untuk menunjukkan model yang generik yang berarti umum dan mendasar yang dijadikan titik tolak pengembangan model yang lebih lanjut dalam artian lebih rumit dan dalam artian lebih baru. Menurutnya model dapat digunakan untuk mengorganisasikan berbagai sumber kemudian dipakai sebagai stimulus untuk mengembangkan hipotesis dan membangun teori ke dalam istilah/keadaan yang kongkrit untuk menerapkannya pada praktik atau menguji teori.

Beberapa pendapat tentang model yang telah dijelaskan dapat di kemukakan bahwa model adalah suatu gambaran tentang suatu yang dapat memperjelas berbagai kaitan diantara unsur-unsur yang ada. Penelitian dan pengembangan ini yang dimaksud dengan model merupakan pola langkah-langkah yang meliputi analisis, pengembangan, pembuatan materi dan evaluasi dalam rangka memberikan kemudahan untuk mencapai tujuan latihan, karena latihan memerlukan suatu model atau beberapa model yang dapat membantu pelaksanaan proses latihan dan pencapaian hasil latihan yang maksimal.

Sedangkan latihan adalah, menurut J Honey bourne (2006) menjelaskan bahwa latihan adalah apa pun yang dipelajari selama ini

dan akan bermanfaat bagi kinerja masa depan. Transfer positif terjadi Dalam banyak latihan olahraga. Misalnya, latihan fisik diasumsikan membuat pemain bugar untuk situasi permainan sebenarnya.

Menurut James Tangkudung (2012) latihan adalah proses yang sistematis dan berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya. Sistematis yaitu kegiatannya berencana dan metodis dari mudah ke sukar. Dan berulang-ulang maksudnya ialah gerakan yang semula sukar dilakukan menjadi semakin mudah mudah, sehingga efektif pelaksanaannya dan menghemat energi.

Model adalah abstraksi dunia nyata atau representasi peristiwa kompleks atau sistem dalam bentuk naratif, matematis, grafis atau lambing lain. Menurutny semua orang dapat merancang model-model yang mencoba membuat pemikirannya tentang dunia sekelilingnya setiap hari. Tanpa model, orang akan mempunyai masalah dalam pemecahan persoalan kehidupan sehari-hari.

Beberapa pendapat tentang model yang telah dijelaskan dapat di kemukakan bahwa model adalah suatu gambaran tentang suatu yang dapat memperjelas berbagai kaitan diantara unsur-unsur yang ada. Penelitian dan pengembangan ini yang dimaksud dengan model merupakan pola langkah-langkah yang meliputi analisis, pengembangan, pembuatan materi dan evaluasi dalam rangka memberikan kemudahan untuk mencapai tujuan latihan

passing , karena latihan memerlukan suatu model atau beberapa model yang dapat membantu pelaksanaan proses latihan dan pencapaian hasil latihan yang maksimal.

Passing sepak bola yang akan digunakan sebagai model latihan yang akan dikembangkan oleh peneliti, merupakan salah satu teknik dasar yang menunjang dalam performa setiap siswa dan sangat dibutuhkan dalam permainan sepak bola. Passing sepak bola erat kaitannya dengan kemampuan seseorang dalam melakukan operan dari jarak dekat maupun yang agak jauh.

Tidak mudah untuk menguasai teknik Passing sepak bola, selain harus memiliki akurasi yang akurat namun juga harus memiliki keinginan yang kuat untuk berlatih dalam menguasai teknik Passing sepak bola, dan harus dilakukan secara berulang-ulang agar menjadi gerakan yang otomatis, serta ditunjang dengan kemampuan pelatih dalam membuat suatu program peningkatan Passing sepak bola, dan tentunya dengan materi-materi model latihan yang tepat untuk diberikan ke siswa yang dilatihnya. Dengan demikian model latihan Passing sepak bola merupakan cara atau variasi yang diberikan guna mencapai tujuan perbaikan system organisasi dan fungsinya untuk mengoptimalkan dan meningkatkan kemampuan teknik Passing sepak bola.

Dengan demikian model latihan merupakan cara atau variasi yang dilakukan guna mencapai tujuan perbaikan sistem organisasi dan fungsinya untuk mengoptimalkan prestasi atau penampilan olahraga.

B. Keterampilan Operan Sepak Bola

Keterampilan adalah kemampuan untuk melaksanakan tugas dengan hasil yang ditentukan dalam jumlah waktu, energi, atau keduanya. Keterampilan kadang-kadang dilatih dengan mendefinisikan fokus tugas. Menurut Widiastuti (2017) Gerak keterampilan adalah gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar. Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang menuntut adanya kerjasama yang baik dan rapi. Sepakbola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerja sama tim merupakan kebutuhan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepakbola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut. “Kemenangan tidak dapat diraih secara perseorangan dalam permainan tim, disamping itu setiap individu atau pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, teknik dasar yang baik dan mental bertanding yang baik pula.”Nugroho, (2015).

Mengoper adalah salah satu teknik keterampilan individu yang paling penting yang harus dipelajari seorang pemain untuk menjadi pemain sepakbola yang sukses. Menurut Danny Mielky (2007) “ 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 digunakan. Kamu bisa

menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang besar dan berpeluang melakukan shooting yang lebih banyak jika dapat melakukan passing dengan keterampilan dan ketepatan yang tinggi. Dengan passing yang baik, kamu akan dapat mengendalikan dan menguasai permainan saat membangun strategi penyerangan”. Menurut Ramadan, Sartono Aji (2018) Teknik dasar passing adalah salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai bagi olahraga yang lebih mengadalkan kerja sama tim menurut Ramadan passing adalah salah satu cara memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain guna membangun sebuah serang. Hal seperti ini yang harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain agar dapat memberikan yang terbaik dalam permainan dengan jumlah pelatih yang memiliki kualitas sangat terbatas maka perlu adanya pengembangan dalam segi latihan passing guna menambah referensi pelatih sehingga pelatihan yang dilakukan menjadi lebih bervariasi dan tidak menjenuhkan”. Menurut Djezed (1992) tujuan dari passing bola: (1) untuk memberikan bola kepada teman atau mengoper bola, (2) dalam usaha memasukkan bola ke gawang lawan, (3) untuk menghidupkan bola kembali setelah terjadi suatu pelanggaran seperti tendangan bebas, tendangan penjur, tendangan hukuman, tendangan gawang dan sebagainya, (4) untuk melakukan pembersihan (clearing) dengan jalan menyapu bola yang berbahaya di daerah sendiri atau dalam usaha membendung serangan lawan pada daerah pertahanan sendiri. Berdasarkan pendapat yang dikemukakan di

atas dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk melakukan passing yang baik, seorang pemain harus memiliki kelincahan, kecepatan dan akurasi, baik dalam passing bola maupun dalam menghentikan bola. Hal tersebut dilakukan guna untuk menghindari dari bloking lawan yang akan merebut bola, disamping itu juga agar bola tetap dikuasai dengan baik. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka passing bola yang diteliti adalah passing bola diatas permukaan. "Menurut Luxbacher terdapat tiga teknik dasar untuk mengoper bola diatas permukaan lapangan : inside-of-the-foot (dengan bagian samping dalam kaki), outside-of-the-foot (dengan bagian samping luar kaki) dan instep (dengan kura-kura kaki)"Luxbacher,

Passing (mengoper) merupakan salah satu teknik dasar yang terpenting dalam permainan sepakbola yang mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain. Hal ini dapat diamati dan dilihat dalam suatu pertandingan sepakbola, jika terdapat dua kesebelasan yang berlawanan bertanding, maka kesebelasan yang pemainnya memiliki teknik passing bola lebih baik, maka akan lebih berpeluang untuk memenangkan. Tidak semua pemain adalah pengumpan hebat, tapi setiap pemain harus bisa melakukan operan, apabila mendapatkan posisi terbuka untuk mendapatkan peluang yang lebih baik terhadap permainan lawan. Setiap pemain harus selalu mengevaluasi kemampuan mengoper mereka berdasarkan pada standar obyektif dan subyektif berikut ini:

1) Berdiri menghadap target.

- 2) Letakan kaki menahan keseimbangan di samping bola.
- 3) Arahkan kaki ke target, tekukan sedikit lutut kaki.
- 4) Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang.
- 5) Tempatkan posisi kaki pada posisi menyamping.
- 6) Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan.
- 7) Kepala tidak bergerak.
- 8) Tubuh berada di atas bola.
- 9) Ayunkan kaki menendang ke depan.
- 10) Jaga kaki agar tetap lurus
- 11) Tendang bagian tengah bola dengan bagian kaki samping.
- 12) Gerakan badan ke depan serah dengan gerak bola.

C. Rancangan Model

Model passing sepakbola yang dikembangkan menyesuaikan karakteristik siswa Madrasah Aliyah. Dimana pada usia ini mereka lebih tertarik dengan variasi latihan yang lebih beragam. Penggunaan alat bantu yang dimodifikasi ini bermaksud untuk mempermudah proses latihan sehingga latihan menjadi menarik, menyenangkan dan efisien yang mana menghasilkan peningkatan dalam keterampilan passing sepakbola. Model passing sepakbola dirancang dengan susunan sebagai berikut, susunan yang pertama yaitu pemberian nama model yang akan dikembangkan. Nama ini dibuat sebagai gambaran model passing sepakbola yang akan dilakukan. susunan yang

kedua yaitu menentukan tujuan dari dari model yang di buat

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Nilai Sikap *Passing* Sepak Bola

Dari tes awal yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan berupa model *passing* sepak bola diperoleh hasil rata-rata tingkat kesempurnaan sikap siswa sebesar 60.3, kemudian setelah diberikan perlakuan berupa model *passing* sepak bola diperoleh peningkatan rata-rata tingkat kesempurnaan sikap siswa sebesar 72.4, hasil dari tes awal dan tes akhir terdapat peningkatan tingkat kesempurnaan sikap siswa sebesar 33%

passing sepak bola yang telah dikembangkan efektif dapat meningkatkan sikap *passing* sepak bola.

Berikut perbandingan rata-rata dari tingkat tes *passing* sepak bola sebelum dan sesudah pemberian *treatment* dengan model-model latihan keterampilan *passing* sepak bola dengan diagram batang pada gambar berikut ini :

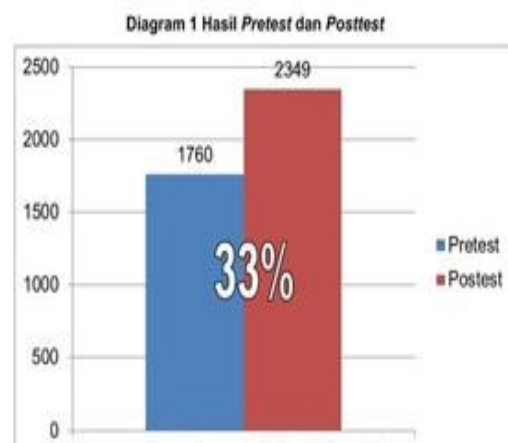
Tabel 1. Uji Signifikansi Sikap *Passing* Sepak Bola

Pair 1 Pretest - Posttest	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
-2.26667E1	6.50906	1.18839	25.09719	20.23615	-19.073	29	.000	

Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 16 didapat hasil t-hitung, df = 29 dan p-value = 0.000 < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan hasil keterampilan sikap *passing* sepak bola sebelum dan sesudah adanya perlakuan model latihan keterampilan sikap *passing*.

Berdasarkan keterangan tersebut dapat dikatakan bahwa model latihan keterampilan

Diagram 1 Hasil *Pretest* dan *Posttest*



Hasil *pretest* dan *posttest* dapat disimpulkan bahwa model latihan keterampilan *passing* sepak bola layak dan efektif untuk meningkatkan kemampuan *passing* sepak bola dengan peningkatan sebesar 33%.

B. Nilai *Targeting*

Dan dari tes awal yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan berupa model *passing* sepak bola diperoleh hasil rata-rata kemampuan *passing* sepak bola sebesar 41.5,

kemudian setelah diberikan perlakuan berupa model *passing* sepak bola diperoleh peningkatan hasil rata-rata kemampuan *passing* sepak bola sebesar 52, hasil dari tes awal dan tes akhir terdapat peningkatan tingkat kemampuan *passing* sepak bola siswa sebesar 49%.

Tabel 2. Uji Signifikansi targeting *Passing* Sepak Bola

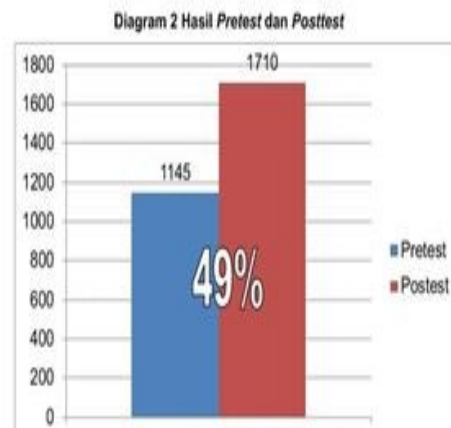
Pair 1 Pretest - Posttest	Paired Differences					t	df	Sig. (2- tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
	-1.88333E1	11.79446	2.15336	-23.23746	-14.42921	-8.746	29	.000

Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 16 didapat hasil t-hitung, $df = 29$ dan $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan hasil keterampilan *passing* sepak bola sebelum dan sesudah adanya perlakuan model latihan keterampilan *Passing*.

Berdasarkan keterangan tersebut dapat dikatakan bahwa model latihan keterampilan *passing* sepak bola yang telah dikembangkan efektif dapat meningkatkan *targeting passing* sepak bola.

Berikut perbandingan rata-rata dari tingkat tes *passing* sepak bola sebelum dan sesudah pemberian *treatment* dengan model-model latihan keterampilan *passing* sepak bola dengan diagram batang pada gambar berikut ini :

Diagram 2 Hasil *Pretest* dan *Posttest*



Hasil *pretest* dan *posttest* dapat disimpulkan bahwa model latihan keterampilan *passing* sepak bola pada olahraga sepak bola layak dan efektif untuk meningkatkan kemampuan *passing* sepak bola dengan peningkatan sebesar 49%.

SIMPULAN

Berdasarkan data yang diperoleh, dari hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Dengan model latihan *Passing* sepak bola ini, untuk siswa Madrasah Aliyah dapat belajar materi *passing* sepak bola secara efektif dan efisien.
2. Dengan materi latihan *Passing* sepak bola yang telah peneliti kembangkan, siswa Madrasah Aliyah dapat memahami materi *Passing* sepak bola dengan cepat dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

Borg, W. R & Gall, M. D. Educational Research An Introduction. New York : Longman, 1983
 Bourne, J. Honey. Acquiring Skill in Sport_ An Introduction. Routledge: Student Sport Studies, 2006

- Danny Mielke. Dasar-dasar Sepak Bola. Bandung: Pakar Raya. 2007
- Lubis, Johansyah. Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013
- Pribadi, Benny A. Langkah Penting Merancang kegiatan pembelajaran yang efektif dan Berkualitas. Jakarta: Dian Rakyat
- Semiawan, Cony R. Catatan Kecil Tentang Penelitian dan Pengembangan Ilmu Pengetahuan. Jakarta: Kencana, 2007
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta, 2009
- Tangkudung, James dan Wahyuningtyas Puspitarini. Kepeleatihan Olahraga "Pembinaan Prestasi Olahraga" Edisi II. Jakarta :Penerbit Cerdas Jaya, 2012
- Tangkudung, James. Macam-macam Penelitian Metodologi Penelitian. Jakarta: Lensa Media Pustaka, 2016
- Tudor O Bompa, dan G.Gregory Haff. Periodization : theory and methodology of training. Human Kinetics, 2009
- Meridith O, Gall, Joyce P, Gall, Walter R, Borg, Educational Research. (United States: Pearson Education, inc, 2007.
- Syofyan Syafri Harahap, Sistem Pengawasan Manajemen, Jakarta: Quantum, 2001.
- Syafarudin, Efektifitas Kebijakan Pendidikan, Jakarta : Rineka Cipta, 2008.
- Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum, Sport Development Index, Alternatif Baru mengukur Kemajuan Pembangunan Bidang Keolahragaan. Jakarta : PT. Index, 2007.
- Wahyuning Widayati, dkk. Evaluasi Kebijakan Pemerintah Daerah Terhadap Tanah Adat (ULAYAT), Jakarta: Pohon Cahaya, 2013.
- Tudor Bompa. Periodization Theory and Methodology of Training, New York University, Champaign: Human Kinetics Books, 2015