



PENGARUH LATIHAN WALL PASS TERHADAP KEMAMPUAN MELAKUKAN PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA KELAS VII³ DI SMP NEGERI 1 BONEPANTAI

Rhewi Dotulong¹, Hariadi Said², Risna Podungge³

^{1*2*3*}Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo

Kontak Penulis: ¹rhewidotulong033@gmail.com, ²hariadisaid_GTO@rocketmail.com,
³risnapodungge@ung.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan wall pass terhadap kemampuan passing dalam permainan sepak bola. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, rancangan penelitian menggunakan desain penelitian *One Group Pre Test and Post Test Design*. Sampel berjumlah 20. Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen penelitian menggunakan tes kemampuan passing. Teknik analisa data adalah dengan menggunakan rumus Uji t pada taraf signifikansi 5 %. Hasil pengujian hipotesa, diperoleh t hitung sebesar 15.16 dan t tabel senilai 1.729 sesuai kriteria pengujian bahwa terima H_0 jika t hitung sama atau lebih kecil dari t tabel sedangkan tolak H_0 jika t hitung lebih besar dari t tabel. Oleh karena itu t hitung 15.16 lebih besar dari t tabel (1.729), maka hasil analisis menunjukkan tolak H_0 yang berarti terima H_a atau terima hipotesis penelitian. Dengan demikian kesimpulannya adalah terdapat pengaruh latihan wall pass terhadap kemampuan passing dalam permainan sepak bola (Studi Eksperimen Siswa Kelas VII-3 SMP Negeri 1 Bone Pantai).

Kata Kunci: Latihan Wall Pass, Passing, Sepak Bola

ABSTRACT

The purpose of this research is to determine the effect of wall pass exercises on passing skills in football games. This research uses an experimental method, the research design uses the One Group Pre Test and Post Test Design research design. The sample totaled 20. The technique of data collection using tests and measurements. The research instrument uses a passing ability test. The data analysis technique is to use the test formula t at a significance level of 5%. The results of the hypothetical test, obtained t count of 15.16 and t table of 1,729 according to the test criteria that accept H_0 if t count equal to or less than t table while reject H_0 if t count is greater than t table. Therefore t count 15.16 is greater than t table (1,729), then the results of the analysis show reject H_0 which means accept H_a or accept the research hypothesis. Thus the conclusion is that there is an influence of wall pass training on passing skills in football games (Experimental Study of Class VII-3 Students of SMP Negeri 1 Bone Pantai).

Keywords: Wall Pass Practice, Passing, Football

Pendahuluan

Olahraga sepakbola merupakan suatu cabang olahraga yang sangat populer didunia, sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk yang sederhana sampai menjadi sepakbola modern yang sangat digemari dan dikagumi banyak orang. Jika kita lihat dari perkembangannya, sepakbola dari tahun ke tahun selalu berkembang dengan pesat dan tingkat kemampuan teknik pun semakin berkembang. Menurut (Jumaking, 2020) permainan sepak bola sebagai suatu cabang olahraga yang memiliki teknik-teknik dasar tertentu, seperti ; menggiring, *passing*, *heading*, lemparan ke dalam, *shooting*, dan lain-lain.

Permainan olahraga sepakbola terdiri dari regu yang masing-masing regu mempunyai sebelas pemain yang harus menciptakan gol sebanyak mungkin kegawang lawan. Dengan demikian maka kondisi fisik, teknik, taktik serta mental sangat diperlukan dalam usaha menciptakan gol kegawang lawan. Adapun teknik dasar yang paling umum didalam permainan sepakbola yaitu *passing*.

Menurut (Ahmad, 2016) *passing* menjadi teknik dasar yang paling umum didalam permainan sepakbola karena untuk menghubungkan bola kepada rekan satu tim, dan harus menguasai teknik *passing* yang cepat, keras, dan akurat, karena hampir setiap permainan sepak bola menggunakan *passing*. Untuk menguasai teknik *passing* diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai dengan cara latihan. *Passing* yang baik itu ialah *passing* yang menggunakan kaki bagian dalam, dan membutuhkan kemampuan teknik yang baik agar bisa menguasai bola, karena sangat diperlukan dalam permainan sepak bola.

Dari pengamatan atau pengalaman yang peneliti amati di media elektronik atau di kelas VII³ SMP Negeri 1 Bone Pantai masih banyak siswa belum menguasai teknik dasar *passing* menggunakan kaki bagian dalam karena masih terdapat kesalahan yang biasa dilakukan siswa yaitu saat melakukan *passing* dengan mengayunkan kaki menyilang di depan tubuh. 30% siswa belum menguasai teknik dasar *passing* menggunakan kaki bagian dalam dan hanya 20% siswa yang mampu dengan baik melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola.

Untuk itu peneliti merasa perlunya untuk mengkaji dan mencoba memberikan latihan wall pass untuk meningkatkan kemampuan *passing* bola dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola. Latihan Wall Pass adalah untuk mengembalikan bola kepada rekan satu tim dengan satu sentuhan (Chanif, 2023). Wall-pass merupakan teknik gerakan yang sangat sederhana, teknik ini biasanya dilakukan oleh dua orang pemain bola dengan saling oper bertujuan untuk menembus pertahanan lawan yang cukup rapat, meski sangat sederhana, namun teknik ini perlu latihan yang cukup, terutama untuk saling pengertian di antara dua pemain tersebut (Irhamna dkk. 2023). Satu hal yang perlu diperhatikan untuk melakukan *passing* ini adalah penempatan posisi.

Latihan wall pass merupakan kombinasi operan dengan seorang pemain yang bertindak sebagai dinding untuk mengarahkan jalur gerakan bola dan pemain yang telah memberi umpan berlari kedepan mencari ruang terbuka untuk menerima umpan balik, sehingga latihan ini bertujuan dapat melatih ketepatan *passing* seorang pemain

Latihan wall pass dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu teknik menendang bola, pandangan mata, kaki tumpu, dan sikap badan karena akan melatih *passing* bola yang terarah dan keras. Teknik ini biasanya dilakukan oleh dua orang atau lebih pemain bola dengan saling oper bertujuan untuk menembus pertahanan lawan yang cukup rapat. Manfaat wall pass menurut (Chandra dkk, 2010) memberikan kemudahan bagi pemain dalam melakukan serangan di bagian pertahanan lawan.

Metode

Penelitian ini dilakukan pada siswa Kelas VII³ Di SMP Negeri 1 Bone Pantai dan bertempat di lapangan Bilungala, dengan waktu pelaksanaan penelitian dikonsepsikan sebanyak 3 kali dalam seminggu dengan 2 kali tes dan 14 kali perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 20 siswa SMP Negeri 1 Bone Pantai, dan peneliti mengambil seluruh bagian dari populasi untuk menjadi sampel yang ada kemudian dibagi dalam dua kelompok dengan masing-masing kelompok terdiri dari 20 pemain. Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri atas 2 variabel, variabel bebas (latihan Wall Pass) (X1) dan variabel terikat (peningkatan passing) (Y).

Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen, dan desain penelitian yang digunakan adalah “*One-Group Pretest-Posttest Design*”. Dalam Sugiyono (2017: 110-111) pada desain penelitian tersebut terdapat pretest (sebelum diberi perlakuan) dan posttest (setelah diberi perlakuan). Dengan teknik pengumpulan data dilakukan dalam penelitian dengan melalui tes dan pengukuran, dan tes yang akan digunakan adalah tes *passing* pendek dan berpindah posisi.

Adapun instrument penelitian yang digunakan adalah tes peningkatan passing jarak pendek sebelum diberikan latihan dan sesudah diberikan latihan (pretest dan posttest). Tes ini dimaksudkan untuk mengukur ketepatan *passing* bawah menggunakan kaki bagian dalam. Validitas tes tersebut adalah 0,812 dan reliabilitas sebesar 0,856. Passing dikatakan tepat apabila masuk pada sasaran yang telah ditentukan melewati garis sah yang telah ditentukan. Alat yang digunakan adalah gawang kecil dengan ukuran lebar 1,5 m dan tinggi 0,5 m dengan jarak penendang dari gawang 9 m, garis dibelakang gawang juga 9 m, dan garis sah panjangnya 1,5 m. Tendangan sah dan dianggap masuk apabila masuk pada bidang sasaran, mengenai batas atas dan atau mengenai pancang, dan kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas belakang gawang (jarak 9 m).

Analisis data dilakukan dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test. Analisis ini menggunakan uji satu sampel untuk rata-rata (one sample t-test), dengan uji tersebut akan diketahui apakah ada pengaruh antara nilai rata-rata pre-test dan post-test kelompok eksperimen. Selain itu, uji analisis data juga mencakup uji normalitas data dengan menggunakan uji *Liliefors*, Uji t dengan taraf signifikan 5%, dan rumus hipotesis statistik untuk melihat ada atau tidak terdapat pengaruh latihan wall pass terhadap kemampuan melakukan passing dalam permainan sepak bola kelas VII³ di smp negeri 1 bone pantai.

Hasil

Deskripsi Hasil Penelitian

Untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan dalam penelitian ini, maka dilakukan perlakuan berdasarkan pada rancangan atau desain penelitian yakni *Pre-test and Post-test design* yang berlangsung selama 3 minggu dengan 14 kali perlakuan. Selanjutnya dari hasil pengukuran diperoleh hasil kemampuan passing dalam permainan sepak bola pre-test (X₁) dan post-test (X₂) serta peningkatan kemampuan dalam melakukan teknik dasar passing bola yang diperoleh dari selisih antara pre-test dan post-test.

Berdasarkan tabel di bawah dapat dilihat bahwa hasil capaian setelah dilakukan tindakan berupa penerapan *wall pass* dalam permainan sepak bola mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat pada hasil selisih rata-rata dimana data yang diperoleh pada (*pre test*) atau sebelum penerapan *wall pass* sebesar 113 sedangkan setelah penerapan *wall pass* pada (*pos test*) meningkat sebesar 154. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.1 Test Hasil *Pre-Test & Post-Test*

No	X1	X2	D	No	X1	X2	D
----	----	----	---	----	----	----	---

	Pretest	Posttest	Selisih		Pretest	Posttest	Selisih
1	6	8	2	11	5	7	2
2	5	8	3	12	6	8	2
3	7	9	2	13	4	6	2
4	5	6	1	14	6	9	3
5	7	9	2	15	5	7	2
6	6	9	3	16	6	9	3
7	5	7	2	17	4	5	1
8	6	8	2	18	7	8	1
9	5	7	2	19	6	8	2
10	5	7	2	20	7	9	2
$\sum X1$ Pretest = 113			$\sum X1$ Posttest = 154			$\sum D$ Selisih = 41	
\bar{X} X1 Pretest = 5.65			\bar{X} X1 Posttest = 7.7			\bar{X} D Selisih = 2.050	

Tabel 4.2 Hasil Penelitian

Latihan	Pre Test	Post Test	Selisih Rata-Rata
Wall pass	Skor tertinggi= 7 Skor terendah= 4 Rata-rata= 5.65 Standar deviasi= 0,9333 Varians= 0,8711	Skor tertinggi= 9 Skor terendah= 5 Rata-rata= 7.7 Standar deviasi= 1,1743 Varians= 1,3789	7.7-5.65 = 2.050

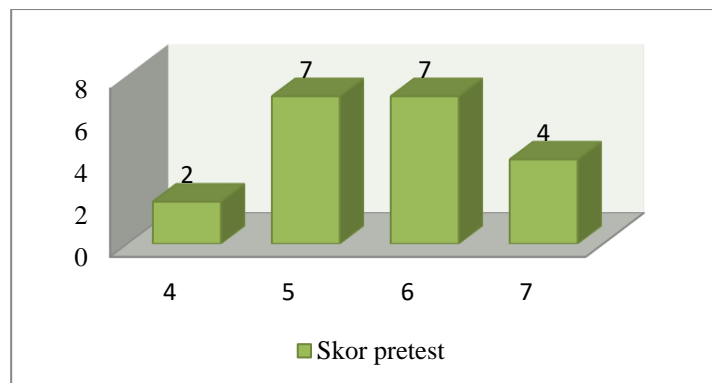
Deskripsi Hasil Penelitian Variabel X₁ (Hasil Tes Awal)

Dari data yang diperoleh menunjukkan skor tertinggi 7 dan skor yang terendah 4. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 5.65 dan nilai varians sebesar 0,8711 serta standar deviasi sebesar 0,9333. Distribusi frekuensi data variabel X₁ dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.3 Daftar Distribusi Frekuensi Variabel X₁

No	Pre Test	Frekuensi
1	4	2
2	5	7
3	6	7
4	7	4
Jumlah		20

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, maka dapat digambarkan bahwa setiap siswa memiliki skor yang tidak jauh berbeda. Untuk memperjelas lagi dapat di lihat dalam diagram berikut :



Gambar 4.1 Diagram Pre-test

Dalam diagram batang ini, tampak terlihat skor pre-test yang memang tidak jauh berbeda. Skor terendah adalah 4 sedangkan skor tertinggi adalah 7. Serta frekuensi

terbanyak yakni pada skor 5 dan 6 dengan 7 frekuensi.

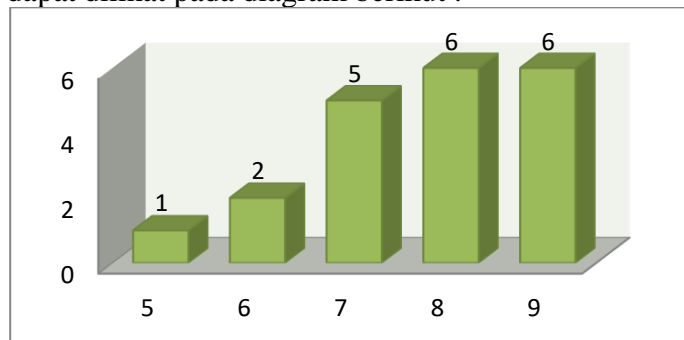
Deskripsi Hasil Penelitian Variabel X₂ (Hasil Tes Akhir)

Dari data yang diperoleh menunjukkan skor tertinggi 9 dan skor terendah 5. Setelah dilakukan analisis diperoleh skor rata-rata 7.7 sedangkan nilai varians sebesar 1,3789 dan nilai standar deviasi sebesar 1,1743. Distribusi frekuensi data variabel X₂ dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4. Daftar Distribusi Frekuensi Variabel X₂

No	Score Post-test	Frekuensi
1.	5	1
2.	6	2
3.	7	5
4.	8	6
5.	9	6
Jumlah		20

Tabel di atas menunjukkan hasil post-test dalam penelitian ini, untuk lebih jelasnya data dalam tabel diatas dapat dilihat pada diagram berikut :



Gambar 4.2 Diagram Post-test

Jika dalam diagram sebelumnya, yaitu pada hasil pre-test yang hasil tes tertingginya adalah 7 dan terendah adalah 4. Maka dalam diagram ini terlihat mengalami peningkatan. terbukti dalam diagram ini tampak skor tertinggi adalah 9 sedangkan skor terendah adalah 5. Sedangkan pada frekuensi terbanyak yakni pada skor 8 dan 9 dengan masing-masing 6 frekuensi.

Pengujian Persyaratan Analisis

Pengujian persyaratan analisis yang dilakukan adalah uji normalitas data dan uji homogenitas varians populasi. Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data hasil penelitian *pre-test* memiliki populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Sedangkan pengujian homogenitas data ini dilakukan melihat apakah data populasi penelitian hasil pre-test dan post-test ini homogen.

Pengujian Normalitas Data

Hasil pengujian normalitas data diperoleh nilai selisih yang tertinggi atau L observasi (Lo) yaitu 0,0580. Berdasarkan tabel nilai kritis L Uji Liliefors pada $\alpha = 0.05$; $n = 20$, ditemukan L tabel = 0.190. jadi Lo lebih kecil dari pada Lt. Kriteria pengujian menyatakan bahwa jika $Lo \leq Lt$, maka Ho **diterima**. Dengan demikian pengujian normalitas ini dapat disimpulkan bahwa sampel penelitian berasal dari populasi yang berdistribusi normal, sehingga pengujian selanjutnya digunakan uji t.

Pengujian Homogenitas Data

Untuk menguji homogenitas atau kesamaan varians dari populasi yang diambil menjadi sampel penelitian pada latihan digunakan rumus sebagai berikut:

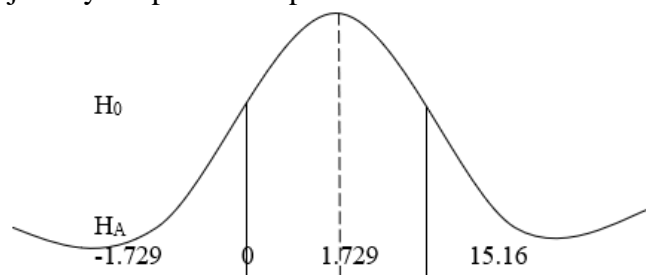
$$F = \frac{\text{Varianterbesar}}{\text{Variansterkecil}} \quad F = \frac{1,3789}{0,8711} \quad F = 1.583$$

Hasil pengujian kesamaan varians.berdasarkan hasil pengujian diperoleh nilai F_{Hitung}

(F_h) yaitu 1.583. Dari tabel distribusi F atau (F_t) pada $\alpha = 0,05$; dk penyebut $n-1$ ($20-1=19$) dan dk pembilang ($20-1 =19$) ditemukan nilai sebesar 2.15. Jadi F_h lebih kecil dari F_t ($F_{Hiung} = 1.583 \leq F_{tabel} = 2.15$). Pada kriteria pengujian menyatakan bahwa $F_{Hiung} \leq F_{tabel}$ maka H_0 diterima dan menolak H_a .Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa data berasal dari populasi yang homogen.

Pengujian Hipotesis

Dari hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 15.16 (dilihat pada daftar lampiran olahan data). Sedangkan dari daftar distribusi t pada taraf nyata 5% diperoleh harga $t_{daftar} = 1,729$ dilihat dari $t_{tabel} \alpha = 0,05$; $n-1$. Ternyata harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A .. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_A diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Jadi dapat disimpulkan penerapan *wall pass* berpengaruh pada kemampuan dalam melakukan passing bola dalam permainan sepak bola dan untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada kurva berikut :



Gambar 4.3 Kurva Penerimaan dan Penolakan Hipotesis (X_1 dan X_2)

Pembahasan

Adapun hasil analisis deskriptif dan pengujian hipotesis memperhatikan gambaran bahwa latihan *wall pass* mempengaruhi kemampuan dalam melakukan passing bola sepak bola pada siswa kelas VII-3 SMP Negeri 1 Bone Pantai. Hal ini memberikan indikasi bahwa latihan permainan Sepak bola yang dilatih dengan *wall pass* mempunyai kemampuan dalam melakukan passing bola yang cenderung lebih baik dibandingkan dengan latihan permainan Sepak bola yang tidak dilatih dengan bentuk latihan *wall pass*.

Pada latihan *wall pass* siswa dipacu untuk dapat menemukan jawaban dengan cara melakukan secara langsung praktek passing bola dengan kombinasi dan pola latihan *wall pass* yang dibimbing langsung oleh pelatih, disini pelatih tidak berperan aktif namun siswalah yang aktif melakukan praktek tentang latihan yang diberikan. Pelatih hanya memberikan gambaran untuk menuntun siswa dalam melakukan kegiatan praktek latihan tersebut.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *wall pass* mempengaruhi kemampuan dalam melakukan siswa dalam passing bola pada permainan sepak bola dan dapat tercapai dengan hasil yang lebih baik lagi. Hal ini disebabkan pada *wall pass*, siswa berlatih mengembangkan pengetahuan dan kemampuan dalam melakukannya untuk melakukan praktek latihan yang benar khususnya yang berhubungan dengan latihan sepak bola. Cara ini lebih efektif karena memberikan wawasan dan kemampuan dalam melakukan bagi siswa untuk berkreasi dalam mengikuti latihan, dan pelatih sebagai pembimbing atau pendidik harus mampu untuk memberikan bimbingan dan kesempatan yang seluas-luasnya kepada siswa dalam mengembangkan pengetahuan dan kreativitasnya sehingga dapat tercapai kemampuan dalam melakukan passing bola yang diharapkan.

Berdasarkan hasil penelitian pre-test menunjukkan skor tertinggi 7 dan skor yang terendah 4. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 5.65 dan nilai standar deviasi 0,9333 dan varians 0,8711. Sedangkan pada hasil penelitian *post-test* menunjukkan skor

tertinggi 9 dan skor terendah 5. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 7.7 dan standar deviasi 1,1743 serta varians 1,3789. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini memperoleh peningkatan hasil rata-rata dari tes awal sampai tes akhir dengan selisih peningkatan dari hasil pre-test dan post-test sebesar 2.050.

Untuk pengujian homogenitas data antara hasil penelitian pre-test dan post-test seluruh variabel memiliki varians populasi yang homogen serta memiliki populasi yang berdistribusi normal. Untuk keperluan pengujian hipotesis dalam penelitian ini, maka dalam pengujian hipotesis digunakan uji analisis data penelitian eksperimen. Untuk menganalisis data eksperimen yang menggunakan *pre-test* dan *post-test design*.

Dari hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 15.16. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga $t_{daftar} \alpha = 0,05; n-1 = 1.729$. Ternyata harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_A diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Jadi dapat disimpulkan bahwa latihan *wall pass* dapat berpengaruh pada kemampuan dalam melakukan passing bola dalam permainan sepak bola pada Siswa kelas VII-3 SMP Negeri 1 Bone Pantai.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa dalam pengujian data normalitas yang diperoleh bahwa data variabel hasil peningkatan ketepatan passing datar bola merupakan data yang berdistribusi normal. Dalam pengujian homogenitas data variabel hasil dari peningkatan smash berasal dari data populasi yang homogen (sama). Dari hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 15.16. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga $t_{daftar} \alpha = 0,05; n-1 = 1.729$. Ternyata harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_A diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *wall pass* terhadap kemampuan passing bola dalam permainan sepak bola pada siswa Kelas VII-3 SMP Negeri 1 Bone Pantai.

Referensi

- Ahmad Sudrajad. 2016. Tingkat Kemampuan Ketepatan Passing Kaki Bagian Dalam Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola Di Smp Negeri 1 Imogiri Kabupaten Bantul.
- Chandra Sodikin dan Sanoesi Achmad. 2010. Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Untuk SMP/MTS Kelas VII. Jakarta : PT Arya Duta.
- Chanif Mustofa. 2023. Pengaruh Latihan Drill Wall Pass Dan Pass Give And Go Terhadap Tingkat Akurasi Passing Dalam Sepak Bola U12 Di SSB Pusbit 2 Purbalingga. Semarang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Semarang.
- Irhamna, Munzir dan Zuleri Is. 2023. Pengaruh Latihan Wall Pass Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Dalam Sepak Bola Pada Siswa SMA NEGERI 1 DARUL IMARAH. Bandung: Universitas Bina Bangsa Getsempena. Jurnal Ilmiah Mahasiswa. Volume 4, Nomor 1, Maret 2023.
- Jumangking. 2020. Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata Kaki Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Dalam Permainan SepakBolla Pada Siswa SMAN 2 Kolaka. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani Vol 4 Nomor 1.