

PENGARUH VARIASI LATIHAN COEVER PASS AND MOVE COMBINATION TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN CONTROL DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET USIA 15-17 TAHUN DI SSB PORTIS MEDAN TAHUN 2021

(the effect of coever pass and move combination practice variation on passing and control ability in football games at athletes aged 15-17 years at ssb portis medan, 2021)

¹Derry Franseda Ginting, ²Filli Azandi

^{1,2}Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Jl. ALumunium Raya No 77 Medan Deli, filliazandi@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the effect of variations in coerver pass and move combination exercises on passing and control abilities in soccer games for athletes aged 15-17 years at SSB Portis Medan in 2021. The method used is the experimental method, the implementation of the exercise is the coerver pass and move combination exercise. The population of usu junior ssb students in Medan is 40 people. The number of samples is 20 people using purposive sampling technique (conditional sample). All samples did the coerver pass and move combination exercises. The research instrument with tests and measurements are passing and control tests to the wall. The study was conducted for 6 (six) weeks with a frequency of exercise 3 (three) times a week with 18 meetings. The conclusion of this study is: there is a significant effect of coerver pass and move combination exercises on passing and control abilities in soccer games for athletes aged 15-17 years at SSB Portis Medan in 2021, with $t_{count} = 8.6 > t_{table} = 2.09$ with a significant level = 0.05.

Keyword : Football, Passing, variations

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan coerver pass and move combination terhadap kemampuan passing dan control dalam permainan sepak bola pada Atlet Usia 15-17 Tahun di SSB Portis Medan Tahun 2021. Metode yang digunakan metode eksperimen, pelaksanaan latihan yaitu dengan latihan coerver pass and move combination. Populasi murid ssb usu junior Medan berjumlah 40 orang. Jumlah sampel 20 orang dengan menggunakan teknik purposive sampling (sampel bersyarat). Semua sampel melakukan latihan coerver pass and move combination. Instrumen penelitian dengan tes dan pengukuran yaitu tes passing dan control ke dinding. Penelitian dilaksanakan selama 6 (enam) minggu dengan frekuensi latihan 3 (tiga) kali dalam seminggu dengan 18 kali pertemuan. Kesimpulan dari penelitian ini ialah : terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan coerver pass and move combination terhadap kemampuan passing dan control dalam permainan sepak bola pada Atlet Usia 15-17 Tahun di SSB Portis Medan Tahun 2021, dengan $t_{hitung} = 8,6 > t_{tabel} = 2,09$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Kata Kunci : Sepak Bola, Passing, variasi

PENDAHULUAN

Tujuan dari permainan sepakbola adalah masing-masing regu atau kesebelasan yaitu berusaha menguasai bola, memasukkan bola ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin, dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Oleh karena itu, untuk dapat melakukan permainan sepakbola, pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola yang baik. Teknik dasar bermain sepakbola adalah cara pengolahan bola maupun pengolahan gerakan tubuh dalam bermain sepakbola.

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri atas sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai atau kaki, kadangkala menggunakan kepala dan dada. Khusus untuk penjaga gawang diperbolehkan menggunakan seluruh bagian tubuhnya, termasuk tangan dan lengannya, di daerah kotak 16 meter/ area penalty.

Hasan Said (1977: 17) menyatakan bahwa Dalam permainan sepakbola mutlak diperlukan beberapa teknik dasar yang antara satu dengan yang lain sangat erat kaitannya. Adapun tehnik dasar yang dimaksudkan adalah mengoper bola (passing), menggiring bola (dribbling), mengontrol (controlling), dan menembak bola (shooting). Untuk memperoleh tehnik dasar sepakbola yang baik dan benar, diperlukan latihan yang baik dan benar, terprogram dan dilakukan dengan rutin dan penuh kedisiplinan. Selain itu diperlukan pembinaan, perhatian dan penanggulangan yang serius untuk mencapai prestasi tertinggi dalam permainan sepakbola baik dari segi fisik, teknik, taktik dan mental.

Dalam hal ini teknik mengoper bola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam bermain sepakbola. Adapun beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam passing bola adalah bola harus dikuasai sepenuhnya. Sedangkan mengoper bola adalah memberikan/mengoper bola kepada teman. Passing yang baik dan benar sangat dibutuhkan dalam permainan sepakbola, karena dengan menguasai teknik ini maka akan mempermudah teman kita untuk menerima bola. Seperti halnya menendang, passing juga bisa dilakukan dengan kaki bagian luar dan bagian dalam atau bisa dengan kepala, dada (kalau kita memang sudah benar-benar menguasai teknik ini).

Tujuan mengoper bola adalah untuk menjaga keseimbangan dan kekompakan satu tim untuk mendekati jarak sasaran, melewati lawan, memperlambat tempo permainan jika dalam keadaan unggul, memancing lawan untuk mendekati bola hingga daerah penyerangan terbuka. Untuk menunjang keberhasilan mencapai tehnik tersebut sangat dibutuhkan ketepatan dalam mengoper bola. Untuk mencapai tehnik passing harus didukung oleh kondisi fisik yang baik dan tehnik mengoper bola yang baik juga. Dengan penguasaan tehnik dasar mengoper dan psikologis yang baik maka seseorang akan lebih mudah mencapai prestasi yang maksimal.

Dalam persepakbolaan nasional khususnya Sumatera Utara, banyak anak-anak usia dini atau pemula yang memiliki motivasi tinggi terhadap olahraga sepakbola tetapi tidak mempunyai banyak kesempatan untuk mendapat pembinaan yang lebih optimal. Berdasarkan hal tersebut para insan olahraga pada cabang sepakbola mendirikan sekolah-sekolah sepakbola sehingga dapat mendidik generasi muda khususnya pemula menjadi pemain sepakbola yang handal.

Dari sekian banyak sekolah sepakbola yang berdiri di Sumatera Utara salah satu diantaranya adalah Sekolah Sepakbola (SSB) Portis Medan Sumatera Utara. Lahirnya sekolah sepakbola (SSB) Portis berawal dari bentuk kepedulian masyarakat yang ada disekitar lingkungan tersebut. Mereka berharap agar anak mereka tidak terjerumus dengan narkoba dan kenakalan remaja dengan kegiatan positif seperti ini.

Passing yang baik dimulai ketika tim yang sedang menguasai bola menciptakan ruang diantara lawan dengan bergerak dan membuka ruang di sekeliling pemain. Untuk menguasai keterampilan dasar passing, maka pemain juga harus dapat menguasai tehnik gerakan passing bola yang benar. Selain itu juga perlu dikuasai cara mengontrol bola sehingga bola tidak akan jauh dari penguasaan pemain dan permainan sepak bola dapat berjalan dengan baik.

Teknik dasar passing dan control sangatlah penting peranannya dalam permainan sepak bola yang membutuhkan kerjasama tim yang baik. Berdasarkan penjelasan, pengertian maupun tahap pelaksanaannya, masih banyak pemain yang belum menguasai teknik passing dan control dengan baik. Berdasarkan hasil observasi, salah satu yang teknik passing dan control-nya belum baik yaitu murid usia 15-17 tahun SSB Portis Medan. Mereka belum menguasai teknik passing dan control dengan baik sehingga kerja kepada rekan satu tim tidak baik, perkenaan kaki ke bola kurang bertenaga sehingga bola yang di passing lajunya tidak maksimal, kebanyakan pemain SSB Portis Medan melakukan passing bolanya tidak menyusur ke tanah dan beberapa pemain control bolanya jauh dari kaki, disebabkan belum menguasai teknik passing dan control bola dengan baik.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti pada tanggal 04 Maret 2021, bahwa pada saat games dilapangan sering terjadi kesalahan-kesalahan dalam melakukan passing dan control dan masih kurangnya bentuk dan variasi latihan passing dan control yang diberikan oleh pelatih. Dari fakta diatas, ternyata para pemain belum sepenuhnya menguasai teknik melakukan passing dan control secara baik dan benar. Untuk mempertegas dugaan tersebut, peneliti melakukan tes pendahuluan berupa tes kemampuan passing dan control terhadap pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Portis Medan usia 15-17 tahun.

Pelaksanaan dalam melatih dan meningkatkan kemampuan passing dan control, menggunakan metode yang dipakai untuk menyajikan latihan tersebut merupakan unsur yang penting. Maka untuk meningkatkan efektifitas latihan menjadi masalah yang harus ditemukan pemecahannya. Dalam rangka mencari jawaban untuk meningkatkan kemampuan passing dan control penulis mencoba mengadakan suatu penelitian tentang : "Pengaruh variasi latihan Coerver Pass and Move Combination terhadap kemampuan passing dan control dalam permainan sepak bola pada siswa usia 15-17 tahun Sekolah Sepak Bola (SSB) Portis Medan tahun 2021".

Pertimbangan-pertimbangan yang dilakukan peneliti bahwa passing dan control merupakan salah satu unsur yang sangat penting dalam permainan sepak bola, karena tanpa penguasaan passing dan control yang baik sebuah tim akan sulit mendapatkan kemenangan. Penelitian ini juga berusaha mendapatkan latihan yang efektif dalam meningkatkan hasil passing dan control.

METODE

Bentuk rancangan dalam penelitian ini semua sampel diberikan perlakuan karena hanya menggunakan satu variabel bebas (one group pre-test post-test design). Dari 20 sampel yang ada, pengukuran tes awal keterampilan mengoper bola kedinding, setelah itu sampel diberi perlakuan yaitu latihan Coerver Pass and Move Combination sesuai apa yang direncanakan. Kemudian diadakan post-test (tes akhir) untuk melihat, ada tidaknya pengaruh dari bentuk latihan ini. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Eksperimen dengan teknik pengambilan data yang melibatkan satu variabel bebas yaitu latihan Coerver Pass and Move Combination dan satu variabel terikat yaitu passing dan control.

Data yang diperoleh sebagai skor individu dengan menggunakan prosedur statistik untuk membuktikan apakah hipotesis yang telah diajukan dalam pengajuan ini dapat diterima atau ditolak. Untuk pengujian hipotesis ditempuh prosedur statistik uji-t (Sudjana, 2005) sebelum analisis uji-t dilakukan terlebih dahulu uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas dengan *Lillifors* dan uji homogenitas dengan uji F, apabila data tidak homogen bisa memakai rumus Wilcoxon.

Mencari *Mean* dari *Pre-test* dan *Post-test* dengan rumus :

$$\bar{X} = \frac{\sum Xi}{n} \quad (\text{Sudjana, 2005 : 67})$$

Mencari *Mean* beda *pre-test* dan *post-test* dengan rumus :

$$\bar{B} = \frac{\sum Bi}{n} \quad (\text{Sudjana, 2005 : 210})$$

Mencari simpangan baku data *pre-test* dan *post-test* dengan rumus :

$$S_1^2 = \frac{n \sum X_1^2 - (\sum X_1)^2}{n(n-1)}$$

Mencari nilai t_{hitung} antara *pre-test* dan *post-test* dengan rumus

$$t = \frac{\bar{B}}{S_b / \sqrt{n}}$$

Uji Normalitas dengan rumus $Z_i = \frac{xi - \bar{x}}{s}$ (Sudjana, 2005 : 99)

Uji Homogenitas dengan rumus $F = \sqrt{\text{terbesar} : \text{Vterkecil}}$ (Sudjana, 2005 : 250)

Keterangan :

- S = Simpangan Buku
- X_1 = Rata-rata sampel pertama
- X_2 = Rata-rata sampel kedua
- n_1 = Jumlah sampel pertama
- n_2 = Jumlah sampel kedua**
- S_G = Simpangan baku gabungan
- Uji-t = Pengujian hipotesis
- B = Selisih *pre-test* dan *post-test*

Untuk menguji hipotesis maka disusun hipotesis statistik sebagai berikut :

1) Hipotesis Pertama

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan latihan *Coerver Pass and Move Combination* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dan *control* bola dalam permainan sepak bola pada siswa usia 15-17 tahun Sekolah Sepak Bola (SSB) Portis Medan tahun 2021.

H_a : Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *Coerver Pass and Move Combination* terhadap peningkatan kemampuan *passing* dan *control* bola dalam permainan sepak bola pada atlet usia 15-17 tahun Sekolah Sepak Bola (SSB) Portis Medan tahun 2021.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan hasil analisis data penelitian dimaksudkan untuk mempermudah dalam menarik kesimpulan hasil penelitian. Dari hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *Coerver Pass and Move Combination* terhadap kemampuan *passing* dan *control* pada atlet usia 15-17 tahun SSB Portis Medan Tahun 2021.

Metode latihan *Coerver Pass and Move Combination* merupakan latihan yang juga mengandalkan keterampilan gerak membuka ruang para pemainnya agar bola dapat terus berjalan. Latihan *coerver pass and move combination* memberikan manfaat dalam peningkatan kemampuan *passing* dan *control* dalam sepak bola. Pada latihan *coerver pass and move combination 1* digunakan dua bola dan pemain tengah sebagai pemain dinding. Pemain yang memberikan bola ke pemain tengah akan menerima bola itu lagi dan mengoper lagi ke pemain yang lain. Variasi latihan yang pertama ini pemain selalu bergerak dan lebih banyak dengan sentuhan bola. Pada latihan *coerver pass and move combination 2* cone dipasang seperti huruf Y, pemain mengisi setiap cone yang ada. Pada latihan yang kedua ini bola dioper ke

tengah dan mengontrolnya lalu pemain yang ditengah mengoper ke kanan atau kiri dan bersiap melakukan pass and move kepada pemain yang di kanan dan kiri tersebut, Pemain berpindah tempat sesuai dengan arah bola yang dioperinya.

Pada variasi latihan coerver pass and move combination 3 pergerakan pemain nantinya seperti bentuk diamond, dengan banyak menggunakan pass and move kepada teman yang dioperinya. Pemain yang melakukan pass and move setelah itu melakukan passing jauh. Pada latihan coerver pass and move combination 4 menggunakan empat buah cone dan diisi pemain di setiap cone-nya. Pemain melakukan passing antar cone lalu pemain tersebut bergerak ke tengah untuk melakukan pass and move kepada pemain yang dioperinya tadi. Setiap sekali operan jauh maka disaat bersamaan pemain langsung bergerak ke tengah untuk melakukan pass and move kepada teman. Pada latihan coerver pass and move 5 menggunakan enam buah cone dengan dua cone ditengah diisi oleh pemain juga, yang tugasnya hanya melakukan backpass kepada pemain yang tidak memegang bola. Pada latihan coerver pass and move combination 6 menggunakan empat cone dan diisi tiap-tiap pemain. Pemain melakukan passing antar cone lalu melakukan pass and move dengan sedikit memutar cone. Dari 20 sampel yang digunakan dalam penelitian ini, pemain akan mengisi empat tempat yang telah dipasang cone dari tiap-tiap variasi. Perbedaan dari tiap-tiap variasi latihan hanyalah dari arah dan cara pergerakan pass and move-nya saja. Latihan coerver pass and move combination menuntut pemain untuk banyak melakukan sentuhan dengan bola dan membuat pergerakan segitiga, gunanya pada saat pertandingan agar penguasaan bola bisa lebih lama dan lawat sulit membaca arah operan bola.

Danny Mielke (2007 : 20) menyatakan bahwa passing adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain, agar berhasil dalam lingkungan tim, semua pemain harus menguasai teknik passing. Sedangkan Danny Mielke (2003 : 29) mengatakan bahwa mengontrol bola terjadi karena ketika seorang pemain menerima dan menyambut bola dan mengontrol bola sedemikian rupa sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat. Control dalam sepak bola bukan hanya tentang cara menghentikan bola, tetapi control atau kekuatan/bobot dan cara kita melakukan passing kepada teman juga disebut teknik mengontrol. Passing dan control yang baik merupakan modal utama bagi seorang pemain sepak bola, karena kedua teknik ini bisa dibilang merupakan satu hal yang tidak dapat dipisahkan. Dari hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa latihan Coerver Pass and Move Combination memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan passing dan control pada atlet usia 15-17 tahun SSB Portis Medan Tahun 2021.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa Latihan Coerver Pass and Move Combination memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing dan control pada atlet usia 15-17 tahun SSB Portis Medan Tahun 2021.

UCAPAN TERIMA KASIH

Artikel ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian Artikel ini. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan pertama sekali kepada Dosen Pembimbing Skripsi Bapak Filli Azandi, S.Pd., M.Or. yang telah membimbing saya hingga terselesaikannya Artikel ini.

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan juga kepada semua pihak yang telah membantu selama proses penyelesaian Artikel

DAFTAR PUSTAKA

- de Lira, C. A. B., Mascarin, N. C., Vargas, V. Z., Vancini, R. L., & Andrade, M. S. (2017). Isokinetic Knee Muscle Strength Profile In Brazilian Male Soccer, Futsal, And Beach Soccer Players: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Sports Physical Therapy*.
<https://doi.org/10.26603/ijspt20171103>
- Ding, O., Effendi, A.R & Fallo, I.S. (2022). Pengaruh Metode Drill Terhadap Passing Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Siswa Ekstrakurikuler. *Journal Sport Academy Volume 1 Issue 1 (2022) Page 47-59*
- Gani, R., Achmad, I., Julianti, R., Setiawan, E., Németh, Z., Muzakki, A., Yanti, N., & Habibie, H. (2022). Does the Athletes' Leg Muscle Power Increase After the Tabata Aquatic Program?. *Teoriâ Ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, 22(1), 56-61. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.1.08>
- Indrakasih, D. R. M. (2018). Dampak Mesin Drill Terhadap Keterampilan Smash Bola Volly. *Seminar Nasional Inovasi Keolahragaan Tahun 2018. Inovasi Distrupatif Menuju Industri Olahraga Era Revolusi Industri 4.0*.
<https://doi.org/ISBN: 978-602-53788-0-5>
- Irawan, G., Sugiarto, T., & Kurniawan, A. W. (2020). Upaya meningkatkan akurasi teknik passing menggunakan metode drill pada kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. *Jurnal penjakora*, 6(2), 92-101
- Jiménez-Reyes, P., García-Ramos, A., Cuadrado-Peñafiel, V., Párraga-Montilla, J. A., Morcillo-Losa, J. A., Samozino, P., & Morin, J. B. (2019). Differences in sprint mechanical force–velocity profile between trained soccer and futsal players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*.
<https://doi.org/10.1123/ijsp.2018-0402>
- Khotimah, N. (2020). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Siswa SMPN 4 Tapung Hilir. *Journal of Education and Teaching*, 1(1), 16-20
- Kristina, P. C., Junaidi, I. A., Sari, Z. N., & Yuliantika, I. (2021). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Teknik Passing Sepak Bola Club Putri Bomber Fc Banyuasin. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (JOKER)*, 1(2), 78–82. <https://doi.org/10.35706/joker.v1i2.5762>
- Rivai, M., Atiq, A., & Triansyah, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Passing Sepakbola Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Di Sma Negeri 8 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 8(3).
- Setiawan, E., Patah, I.A., Jumareng, H., Budiarto., Kastrena, E. (2022). *Tes, Evaluasi dan Pengukuran Dalam pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Cv. Alfabeta. Bandung
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung :Alfabeta, CV.
- Yuni, A. (2017) 'Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tengah Kota Padang) Yuni Astuti, Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI, 4, pp. 1–16. doi: <http://dx.doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v4i1.1276> Al.