

**PENGARUH VARIASI LATIHAN WALL PASS TERHADAP KETEPATAN
PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

(Penelitian Metode Eksperimen Terhadap Siswa SDN Sukamaju Rancaekek)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani



Oleh
Daffa Ainun Nizar
NIM 2003299

**PROGRAM STUDI S-1 PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR
PENDIDIKAN JASMANI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS SUMEDANG
2024**

LEMBAR PENGESAHAN
DAFFA AINUN NIZAR
2003299

**PENGARUH VARIASI LATIHAN *WALL PASS* TERHADAP KETEPATAN
PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Drs. H. Anin Rukmana, M. Pd
NIP. 196002061986031001

Pembimbing II



Rizal Ahmad Fauzi, M. Pd
NIPT. 920171219900713101

Mengetahui:

**Ketua Program Studi S-1 PGSD Pendidikan Jasmani UPI Kampus
Sumedang**



Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd
NIPT. 920200119851119101

ABSTRAK

PENGARUH VARIASI LATIHAN WALL PASS TERHADAP KETEPATAN PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA

Daffa Ainun Nizar
2003299

Wall pass merupakan suatu teknik sepak bola dimana pemain mengembalikan bola ke rekannya hanya dengan sekali sentuh. Kunci utama dalam melakukan *passing* ini adalah posisi yang tepat. Meskipun terlihat sederhana, teknik ini umumnya digunakan dengan oleh dua pemain untuk menembus pertahanan lawan yang ketat. Walaupun tampak mudah, *wall pass* membutuhkan latihan intensif untuk membangun koordinasi yang baik antara kedua pemain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak atau pengaruh latihan *wall pass* terhadap ketepatan *passing* anggota ekstrakurikuler sepak bola SDN Sukamaju. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan pemberian perlakuan kepada satu kelompok. Desain penelitian yang dipilih adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian terdiri dari 20 orang yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Hasil analisis data menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikan $0.001 < 0.05$. Temuan ini mengindikasikan adanya pengaruh signifikan dari latihan *wall pass* terhadap peningkatan ketepatan *passing* para peserta ekstrakurikuler sepak bola SDN Sukamaju. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan *wall pass* efektif dalam meningkatkan ketepatan *passing* para siswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola SDN Sukamaju.

Kata Kunci: *Wall pass*, Ketepatan, *Passing*

ABSTRACT

THE EFFECT OF VARIATIONS OF WALL PASS EXERCISES ON PASSING ACCURACY IN FOOTBALL GAMES

Daffa Ainun Nizar

2003299

Wall pass is a soccer technique where a player returns the ball to their teammate with just one touch. The key to executing this pass effectively is proper positioning. Although it appears simple, this technique is commonly used by two players to penetrate tight opponent defenses. Despite its apparent ease, the wall pass requires intensive practice to build good coordination between both players. This study aims to determine the impact or effect of wall pass training on passing accuracy among members of the soccer extracurricular program at SDN Sukamaju. The research method used is experimental, with treatment given to one group. The research design chosen is the One Group Pretest-Posttest Design. The research sample consists of 20 individuals selected using purposive sampling. Data analysis using a paired sample t-test showed a significance value of $0.001 < 0.05$. These findings indicate a significant effect of wall pass training on improving passing accuracy among participants in the SDN Sukamaju soccer extracurricular program. Thus, it can be concluded that wall pass training is effective in enhancing passing accuracy for students involved in the soccer extracurricular activities at SDN Sukamaju.

Keywords: *Wall pass, Accuracy, Passing*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Struktur Organisasi.....	6
BAB II	8
KAJIAN PUSTAKA.....	8
2.1 Permainan Sepak bola	8
2.1 Peraturan Permainan Sepak Bola	9
2.2 Teknik Dasar Permainan Sepak Bola	12
2.2 Wall Pass.....	20
2.2.1 Ketepatan wall pass	22
2.3 Penelitian Relevan.....	23
2.4 Kerangka Berfikir.....	24
2.5 Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III	26
METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Desain Penelitian.....	26
3.2 Lokasi, Populasi, dan Sampel.....	26
3.2.1 Lokasi.....	26
3.2.2 Populasi.....	27

3.2.3 Sampel.....	DAFTAR ISI	27
3.3 Instrumen Penelitian.....		27
3.4 Prosedur Penelitian.....		29
3.5 Tahap Persiapan dan Pelaksanaan.....		29
3.6 Analisis Data		35
3.6.1 Uji Normalitas Data.....		35
3.6.2 Uji Paired Sample T-Test.....		35
3.6.3 Uji Regresi R-Square.....		36
BAB IV		37
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....		37
4.1 Temuan		37
4.1.1 Data Hasil Pretest dan Posttest		37
4.1.2 Uji Normalitas		39
4.1.3 Uji Homogenitas		39
4.2 Uji Hipotesis		39
4.2.2 Uji Regresi R-Square.....		39
4.2.1 paired sample t-test.....		40
4.3 Pembahasan Penelitian		41
4.3.1 Pengaruh Variasi Latihan Wall Pass Terhadap Ketepatan Passing Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola di SDN Sukamaju		41
4.3.2 Besar Pengaruh Variasi Latihan Wall Pass Terhadap Ketepatan Passing Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola di SDN Sukamaju Setelah diberikan Perlakuan?.....		41
BAB V		43
SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI		43
5.1 Simpulan		43
5.2 Implikasi		43
5.3 Rekomendasi.....		44
DAFTAR PUSTAKA		45
LAMPIRAN.....		51

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Struktur Organisasi	6
Tabel 3. 1 Nilai Tes Ketepatan Passing.....	28
Tabel 3. 2 Program Latihan	30
Tabel 4. 1 Hasil Data Uji Pretest	37
Tabel 4. 2 Hasil Posttest Ketepatan Passing Sepak Bola Pada Siswa.....	38
Tabel 4. 3 Dscriptive Statistic.....	38
Tabel 4. 4 One Sample Kolmogorov-Smirnov Test	39
Tabel 4. 5 Uji Homogenitas.....	39
Tabel 4. 6 Hasil Uji Hipotesis Regresi R-Square.....	40
Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis paired sample t-test.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lapangan Sepak Bola	10
Gambar 2. 2 Bola	11
Gambar 2. 3 Menghentikan Bola (Stop/Control Ball)	13
Gambar 2. 4 Menggiring Bola.....	14
Gambar 2. 5 Menyundul Bola	14
Gambar 2. 6 Tackle	15
Gambar 2. 7 Passing.....	17
Gambar 2. 8 Menendang Bola.....	17
Gambar 2. 9 Kerangka Berpikir	24
Gambar 3. 1 Instrumen Penelitian	27
Gambar 3. 2 Test Pretest Posttest.....	30
Gambar 3. 3 Latihan Wall Pass	31
Gambar 3. 4 Latihan Push and Run.....	31
Gambar 3. 5 Latihan Passing Diamond	32
Gambar 3. 6 Latihan Passing Diamond	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing.....	51
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	52
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian	53
Lampiran 4 Lembar Monitoring.....	54
Lampiran 5 Hasil Turnitin Skripsi.....	55
Lampiran 6 Program Latihan	66
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian.....	72
Lampiran 8 Naskah Artikel	79
Lampiran 9 Bukti Submit Artikel.....	85
Lampiran 10 Bukti Koresponden Artikel.....	86
Lampiran 11 LoA Artikel	87
Lampiran 12 Kwitansi Pembayaran Artikel	88
Lampiran 13 Bukti Pembayaran Artikel	89
Lampiran 14 Data Penelitian.....	90
Lampiran 15 Pengolahan Data	92

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta A, M. F., & Salahuddin, M. (2019). Pengaruh Latihan Wall pass Dan Passing Support Terhadap Passing Futsal Siswa Smk Negeri 2 Luwuk. *BabasalSportEducationJournal*,55(4),524–530. <https://elibrary.ru/item.asp?id=37272549>
- Alhamid, T., & Anufia, B. (2017). Instrumen Pengumpulan Data. *Jurnal SainsDanSeniITS*,6(1),51–66.
<http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf%0Ahttp://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006%0Ahttps://doi.org/10.1>
- Amirullah, A. (2019). Populasi dan Sampel. *Wood Science and Technology*, 16(4), 67-.
<https://doi.org/10.1007/BF00353157>
- Arpansyah, A., Sukasno, S., & Syafutra, W. (2022). Perbandingan antara Latihan Zig-Zag Run dan Shuttle Run Terhadap Kemampuan Dribbling pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(2), 176–185. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3611>
- Atiq, A., & Budiyanto, K. S. (2020). Analisis Latihan Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola untuk Atlet Pemula. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan JasmaniDanOlahraga(JPJO)*,4(1),15–22. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i1.1482>
- Candra, A., Indra Kusuma, M., & Zayul Mustain, A. (2021). Analisis Biomekanika Teknik Heading Terhadap Tingkat Akurasi, Jarak Dan Kecepatan Laju Bola. *JUSTE(JournalofScienceandTechnology)*,2(1),22–37.
<https://doi.org/10.51135/justevol2issue1page22-37>
- Creswell, J. (2015). *Riset Pendidikan (Kelima)*. Pustaka Pelajar.
- Fajrin, S. N., Agustiyawan, A., Purnamadyawati, P., & Mahayati, D. S. (2021). Literature Review : Hubungan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 1(1), 6.
<https://doi.org/10.52019/ijpt.v1i1.2605> 45
- Figueiredo, A. J., Gonçalves, C. E., Coelho E Silva, M. J., & Malina, R. M. (2009). Youth soccer players, 11-14 years: Maturity, size, function, skill and goal orientation. *AnnalsofHumanBiology*,36(1),60–73.
<https://doi.org/10.1080/03014460802570584>
- Fres. (2022). Pengaruh Media Berubah Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Sepakbola. 2005–2003 ,8.5.2017 ,הארץ.
- Hadyansah, D. (2022). Small Sided Game Training in Improving Football Passing

Skills. Ipec, 238–242.

Handoko, J., Sugihartono, T., & Sutisyana, A. (2019). Analisis Program Latihan Sepak Bola Grass Root Dan Implementasinya Pada Sekolah Sepak Bola (Ssb) KabupatenKepahiang. *Kinestetik*, 3(2), 230–235. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i2.8995>

Haugaasen, M., & Jordet, G. (2012). Developing football expertise: A football- specific research review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 5(2), 177–201. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2012.677951>

Iqzan, F., & Agus, A. (2021). Latihan wall passing terhadap keterampilan passing pemain sepakbola bina muda pesisir selatan. *Jurnal Stamina*, 4, 1–8. <http://stamina.ppj.unp.ac.id/index.php/JST/article/view/719%0Ahttp://stamina.ppj.unp.ac.id/index.php/JST/article/download/719/331>

Irawan, G., Sugiarto, T., & Kurniawan, A. W. (2019). Upaya meningkatkan akurasi teknik passing menggunakan metode drill pada kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. *JurnalPenjakora*, 6(2), 92–101. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/view/19976>

Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepakbola. *JurnalPatriot*, 2(3), 720–731. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/664>

Irhamna, I. (2023). Pengaruh Latihan Wallpass Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Dalam Sepak Bola Pada Siswa Sma Negeri 1 Darul Imarah. *Jurnal IlmiahMahasiswaPendidikan*, 4(1), 1–14. <https://jim.bbg.ac.id/pendidikan/article/view/1064%0Ahttps://jim.bbg.ac.id/pendidikan/article/download/1064/565>

Istofian, S. R., & Amiq, F. (2016). Metode drill untuk meningkatkan teknik menendang Bola (Shooting) dalam permainan sepakbola usia 13-14 Tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 105–113.

Jiwantono, J., Natadjaja, L., & Kurniawan, D. (2021). Perancangan Desain Konten Sosial Media tentang Sepak Bola melalui Instagram dengan berbasis Microblog. *Desain Komunikasi Visual Adiwarna*, 18(1), 1–10.

Khosyula, A. M. (2022). Penerapan Model Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Materi Ayo Membayar Zakat Kelas VI SDN 2 Dahirang. *Prosiding Pendidikan Profesi Guru Agama Islam*, 2(2), 1102–1112. <https://e-proceedings.iain-palangkaraya.ac.id>

Lutfi, A. M., & Sunardi, N. (2019). Pengaruh Current Ratio (CR), Return On Equity (ROE), dan Sales Growth Terhadap Harga Saham Yang Berdampak pada Kinerja Keuangan Perusahaan (Pada Perusahaan Manufaktur Sektor Makanan dan Minuman Yang terdaftar di Bursa Efek Indonesia). *Jurnal SEKURITAS (Saham, Ekonomi, Keuangan Dan*

- Investasi), 2(3), 83. <https://doi.org/10.32493/skt.v2i3.2793>
- Luxbacher. (2017). 2001–2003.
- Mukhid, A. (2021). Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif. In S. R. Wahyuningrum (Ed.), CV. Jakad Media Publishing (1st ed.).
- Muqorrobin, F. (2019). Instrumen Penelitian. *Metodelogi Penelitian*, 15–20. Novianda, G., Kanca, I. N., & Darmawan, G. E. B. (2018). Metode Pelatihan Taktis Passing Berpasangan Statis Dan Passing Sambil Bergerak Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Control Bola Futsal. *E-Journal PKO*, 1(2), 1–13. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPKO/article/view/3551>
- Nugraha, F. M. (2023). Pengaruh Latihan Wall pass Terhadap Ketepatan Passing Futsal. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nurfadilah, T., Anggara, R., & Ramdhani, M. (2018). Transformasi Identitas Anggota Geng Motor Studi Fenomenologi Mengenai Transformasi Anggota Geng Motor XTC yang Menjadi Organisasi Masyarakat Kabupaten Karawang. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 3(1), 239–254.
- Pelangi, G. M. G., Darmawan, G. E. B., & Kusuma, K. C. A. (2018). Pengaruh Pelatihan Drop Pass Dan Wall pass Terhadap Teknik Passing. *Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 9(2), 1–1 <http://dx.doi.org/10.23887/jjpko.v10i1.15019>
- Periansyah, P., Kristina, P. C., & Kurnia, M. (2022). Penerapan Latihan Wall pass Terhadap Peningkatan Passing Jarak Pendek Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 10 Palembang. *Jolma*, 2(1), 18. <https://doi.org/10.31851/jolma.v2i1.7136>
- Priyo Utomo, N., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepakbola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87–94. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4578>
- Ratna Sari, P., & Nugraha, U. (2022). Pengaruh Latihan Wall pass Terhadap Ketepatan Passing Tim Futsal Putri Tanjung Jabung Barat. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(1), 91–99. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v4i1.19343>
- Rizal, A., Latuheru, R. V., & Sudirman, A. (2021). Analisis Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Sepak Bola Putra SDN 4 Maddukkelleng Kec. Tempe Kabupaten Wajo. *Seminar Nasional LP2M UNM*, 1359–1368.
- Rojali, A. P., Syafei, M. M., & Nugroho, S. (2021). Pemahaman Siswa terhadap Pembelajaran Permainan Sepakbola di Sekolah Menengah Atas pada Masa Pandemi Covid-19. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 118–126. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2778>
- Sabik, R., & Rahayu, E. T. (2022). Pengaruh Latihan Kebugaran Jasmani terhadap Kemampuan Teknik Dasar Shooting Permainan Sepakbola Siswa Sekolah Menengah Pertama.

- Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO), 5(2), 194–199.
<https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3613>
- Sandyka, L. (2018). Perbedaan Latihan passing Bawah Bervariasi Dan Latihan Passing Bawah Lurus Berhadapan Terhadap Ketepatan Passing Siswa SSB Garuda Muda KU 11-13 Tahun. 55.
- Santoso, N. (2018). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Volume 10,(November), 40–48.
- Saputra, R. (2020). Model Latihan Untuk Meningkatkan Kemampuan. Soemardiawan, S., & Nurdin, N. (2021). Effect of Wallpass Exercise With Groups Of 4 Improving Passing Results Bali United Mataram. Jurnal Maenpo : Jurnal PendidikanJasmaniKesehatanDanRekreasi,11(1),68. <https://doi.org/10.35194/jm.v11i1.1219>
- Soniawan, V., & Irawan, R. (2018). Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola. Jurnal Performa Olahraga, 3(01), 42– 49.
- Suantama, P. A. B., Dr. I Ketut Iwan Swadesi, S.Pd., M. O., & I Nyoman Sudarmada, S.Or., M. O. (2018). Pengaruh Metode Latihan Wall pass Dan Push and Run Terhadap Akurasi Passing Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Ssb Putra Mumbul Usia 10-13 Tahun. Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha, 5(2). <https://doi.org/10.23887/jiku.v5i2.14911>
- Sudirman, A. (2022). Level of Basic Skills for Playing Futsal of Students in the Faculty of Sports Science, Makassar State University. East Asian Journal of MultidisciplinaryResearch,1(4),595–602. <https://doi.org/10.55927/eajmr.v1i4.359>
- Suherman, A. (2018). Penelitian Pendidikan (I. Safari (Ed.)). CV. Bintang WarliArtika.
- Syafii, R. R. N. H. & I. (2022). Pengaruh Model Latihan El Rondo Dan Latihan Passing 1-2 Combination Dalam Meningkatkan Akurasi Passing Sepakbola. Arikunto, 2020:19, 2020, 121–132.
- Tarju, T., & Wahidi, R. (2017). Pengaruh Metode Latihan Terhadap Peningkatan Passing Dalam Permainan Sepak Bola. JUARA : Jurnal Olahraga, 2(2), 66. <https://doi.org/10.33222/juara.v2i2.35>
- Wardani, F. N., & Wahyudi, H. (2024). Analisis Vo2Max Tim Sepak Bola Persebaya Putri Pada Kegagalan Piala Pertiwi 2021. Jurnal Sadewa: Publikasi Ilmu Pendidikan, Pembelajaran Dan Ilmu Sosial, 2(2), 38-47.
- Widiarso. (2020). Pengaruh Variasi Passing Dan Target Terhadap Ketepatan Passing Menggunakan Kaki Bagian. 2(2).
- Wulandari, F., . S., & . D. (2022). Latihan Wallpass Berpasangan Terhadap Hasil Ketepatan Passing Sekolah Sepak Bola (Ssb) Putera. Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan, 5(1), 21. <https://doi.org/10.24114/so.v5i1.24119>
- Yudi, A. A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Keterampilan

Passing Siswa SMAN 4 Sumbar. *Jurnal Cerdas Sifa*, 2, 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/csp/article/view/8002%0A>

Zulkarnaim M, Huzaima Mas'ud, & Maemunah M. (2022). Pengaruh Latihan Wall pass dan Drill Pass terhadap Ketepatan Passing Siswa Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 1(3), 239–244. <https://doi.org/10.55606/inovasi.v1i3.661>