

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES*
TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* DAN MOTIVASI BERLATIH
ATLET SSB PUTRA FAMILY**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Prodi Pendidikan Kepelatihan



**Rian Fauzy Noer Malik
1505221**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
AGUSTUS 2019**

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES*
TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* DAN MOTIVASI BERLATIH
ATLET SSB PUTRA FAMILY**

Oleh
Rian Fauzy Noer Malik

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Rian Fauzy Noer Malik 2019
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI
PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES*
TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* DAN MOTIVASI BERLATIH
ATLET SSB PUTRA FAMILY**

Oleh:
Rian Fauzy Noer Malik
NIM. 1505221

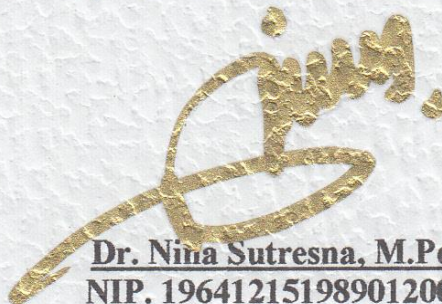
Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing



Muhamad Tafaqur, M.Pd.
NIP. 19810052009121003

**Mengetahui,
Ketua Departemen Pendidikan Keplatihan**



Dr. Nina Sutresna, M.Pd.
NIP. 196412151989012001

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* DAN MOTIVASI BERLATIH ATLET SSB PUTRA FAMILY

**Pembimbing : Muhamad Tafaqur, M.Pd.
Rian Fauzy Noer Malik
1505221**

Sepakbola merupakan olahraga yang dilakukan menggunakan kaki. Dalam permainan ini atlet dituntut memiliki keterampilan *passing* dan motivasi berlatih yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* dan motivasi berlatih. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimental, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Subjek yang diambil adalah siswa Sekolah Sepakbola (SSB) KU-13 tahun berjumlah 16 orang. Instrument penelitian adalah tes *wall pass* dan angket motivasi berlatih. Berdasarkan hasil tes *wall pass*, latihan *small sided games* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan *passing*. Berdasarkan hasil tes angket motivasi berlatih, latihan *small sided games* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi berlatih. Kesimpulannya bahwa latihan *small sided games* dapat meningkatkan keterampilan *passing* dan motivasi berlatih.

Kata Kunci : *Small Sided Games*, *Passing*, Motivasi Berlatih.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Batasan Penelitian	6
F. Definisi Operasional	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Hakikat Sepakbola	7
B. Karakteristik Permainan Sepakbola Secara Umum	7
C. Hakikat Olahraga	9
D. Hakikat Latihan.....	10
E. Prinsip – Prinsip Latihan.....	10
F. Hakikat <i>Small Sided Games</i>	13
G. Keterampilan <i>Passing</i>	15
H. Hakikat Motivasi.....	17
I. Hakikat Motivasi Berlatih.....	17
J. Fungsi Motivasi dalam Olahraga	18
K. Indikator Motivasi Berlatih.....	20

L. Kerangka Pemikiran.....	20
M. Hipotesis Penelitian	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	23
B. Populasi dan Sampel	24
C. Desain Penelitian	25
D. Prosedur Penelitian	26
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	27
F. Analisis Data.....	34
BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	
A. Hasil Pengolahan Data dan Analisis Data	35
1. Deskriptif Statistik	35
2. Uji Normalitas.....	35
3. Pengujian Hipotesis	37
B. Pembahasan.....	38
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN-LAMPIRAN	43

DAFTAR PUSTAKA

- Amirulloh. (2015). *Populasi dan Sampel*. Malang : Bayumedia Publishing Malang.
- Anam, K. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3 (2), hlm 79-88.
- Arikunto, S. 2003. *Prosedur Penelitian, Suatu Praktek*. Jakarta: Bina Aksara.
- Arnandho, L. (2017). *Pemahaman Pelatih Tentang Prinsip-Rinsip Dasar Latihan Sepakbola Di Kabupaten Bantul*. (skripsi). Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Daya, W. J. (2015). Pengaruh Metode Latihan dan Motivasi Berlatih Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola SSB Padang Junior. *Jurnal Cerdas Sifa*, 1 (1), hlm 11-21.
- Delta Youth Soccer Association. (2009). *Small Sided Games Coaches Guide 2008-2009*. www.deltayouthsoccer.com. Diunduh 03 Februari 2012.
- Effendi, R. (2016). Pengaruh Metode Latihan *Practice Session, Test Session* dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Menendang dalam SepakBola. *Jurnal Pendidikan Unsika*, 4 (1), hlm 91-106 .
- Fauzi, F. (2013). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa SSB Bina Nusantara Kabupaten Klaten*. (skripsi). Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Firdaos, R. (2016). Metode Pengembangan Instrumen Pengukur Kecerdasan Spiritual Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 11(2) hlm 377-398.
- Fitriyanto, D. (2017). *Tingkat Motivasi Atlet Mengikuti Latihan Di Unit Kegiatan Mahasiswa (Ukm) Atletik Universitas Negeri Yogyakarta*. (skripsi). Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Herwin. (2006). Latihan Fisik untuk Pemain Usia Muda. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 2 (1), hlm 75-92.
- Hudzaifah, A. (2013). Upaya Meningkatkan Keterampilan Mengoper Bola (Passing) Melalui Modifikasi Alat. *Jurnal Penjaskesrek*, 1 (2), hlm 1-10.
- Ichsan, R. N. (2013). *Pengaruh Latihan Small Sided Games terhadap Akurasi Passing mendatar Siswa yang Mengikuti Ekstra Kurikuler Sepakbola Di Smp N 1 Nglipar Gunungkidul*. (skripsi). Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Isnani, Q.F. dan Kartiko, D.C. (2017). Penerapan Metode *Small Sided Games* Terhadap Gerak dasar *Control* dan *Passing* Dengan Kaki Bagian Dalam Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 5 (3), hlm 892-896.

- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga*. Bandung : PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Matondang, Z. (2009). Validitas dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian. *Jurnal Tabularasa Pps Unimed*, 6 (1) hlm 87-97.
- Maksum, A. (2005). Olahraga Membentuk Karakter: Fakta atau Mitos?. *Jurnal Ordik*, 3 (1), hlm 1-10.
- Putra, A. U. K, dkk. (2015). Pengaruh Latihan *Small Sided Games* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Vo2max* Pemain Sepakbola U-17 Di Persatuan Sepakbola Smuba Junior Kota Batu. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 25 (1), hlm 20-30.
- Roslina, E. (2013). *Pengaruh Metode Latihan Penetapan Tujuan Dinamik Terhadap Penguasaan Keterampilan Gerak Lob Bertahan dan Motivasi Olahraga dalam Permainan Bulutangkis*. (skripsi). Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Santoso, N. (2014). Tingkat Keterampilan *Passing-Stoping* dalam Permainan Sepakbola pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10 (2), hlm 40-48.
- Samidi (2015). Pengaruh Strategi Pembelajaran *Student Team Heroic Leadership* Terhadap Kreativitas Belajar Matematika pada Siswa SMP Negeri 29 Medan T.P 2013/ 2014. *Jurnal EduTech*, 1 (1), hlm 1-16.
- Setyanto, A. E. (2015). Memperkenalkan Kembali Metode Eksperimen dalam Kajian Komunikasi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 3 (1), hlm 37-48.
- Setyadi, A. (2016). Pengaruh Latihan *Small Sided Games* Terhadap Keterampilan *Passing* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman Tahun 2016. *Jurnal Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*. 5 (8), hlm 1-6.
- Sucipto (2015). *Pendekatan Taktis dalam Pembelajaran Permainan Sepakbola*. Bandung: CV. Bintang Warliartika.
- Supriyanto, dkk. (2015). Pengaruh Pendekatan Teknis dan Taktis Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepakbola pada Siswa SMPN 1 Kotabumi. *Jurnal Teknologi Informasi Komunikasi Pendidikan*, 4 (2), hlm 2-10.
- Supardi. (1993). Populasi dan Sampel Penelitian, 6 (17), hlm 100-108.
- Sugiyono (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Trianto, A. S. (2013). Pengaruh Latihan *Small-Side Games 3 Versus 3* Terhadap Kecepatan Pemain Sepakbola Usia Dini. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 1 (1), hlm 1-10.
- WCCYSL (2003). *West Contra Costa Youth Soccer League*: Columbus, Ohio university.