

**PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP  
PENINGKATAN PASSING SEPAK BOLA PADA SISWA SEKOLAH  
DASAR NEGERI MARGAJAYA**

(Penelitian Eksperimen Terhadap Siswa di Sekolah Dasar Negeri Margajaya)

**SKRIPSI**

( Diajukan untuk Memenuhi Syarat Gelar Sarjana Pada Program Studi Pendidikan  
Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani )



Oleh  
Linda Purwanti  
1801555

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
KAMPUS SUMEDANG  
2022**

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
PERNYATAAN.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH .....	iii
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	3
1.5 Struktur Organisasi.....	4
BAB II .....	6
2.1 Pendidikan Jasmani .....	6
2.2 Permainan Sepak Bola .....	9
2.3 Pengertian <i>Small Sided Games</i> .....	13
2.4 Bentuk Latihan <i>Small Sided Games</i> .....	15
2.5 Penelitian yang Relevan .....	17
2.6 Kerangka Berpikir .....	18
2.7 Hipotesis Penelitian .....	20
BAB III.....	21
3.1 Metode Penelitian .....	21
3.2 Desain Penelitian .....	21
3.3 Populasi dan Sampel .....	22
3.4 Instrumen Penelitian .....	23
3.4.1 Instrumen Tes.....	23
3.4.2 Penilaian .....	25
3.5 Prosedur Penelitian .....	25
3.5.1 Tahap Persiapan.....	25

3.5.2 Tahap Pelaksanaan .....	25
3.5.3 Program Latihan.....	26
3.5.4 Tahap Akhir.....	26
3.6 Lokasi Penelitian .....	26
3.7 Analisis Data .....	27
3.7.1 Uji Normalitas .....	27
3.7.2 Uji Homogenitas.....	28
3.7.3 Uji Hipotesis .....	28
3.7.4 Uji R Square .....	28
BAB IV .....	30
4.1 Temuan Penelitian .....	30
4.1.1 Data Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> .....	30
4.1.2 Uji Normalitas .....	31
4.1.3 Uji Homogenitas.....	32
4.1.4 Uji Hipotesis .....	33
4.1.5 Uji R square.....	33
4.2 Pembahasan .....	34
BAB V .....	37
5.1 Simpulan.....	37
5.2 Implikasi.....	37
5.3 Rekomendasi.....	38
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN PENELITIAN .....	43
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	56

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1 One-Group Pretest And Postest Design .....</b>	<b>22</b>
<b>Tabel 3.2 Instrumen penilaian.....</b>	<b>25</b>
<b>Tabel 4.1 Hasil pre test dan post test .....</b>	<b>31</b>
<b>Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas .....</b>	<b><u>32</u></b>
<b>Tabel 4.3 Hasil Uji Homogenitas.....</b>	<b>32</b>
<b>Tabel 4.4 Hasil Uji Hipotesis .....</b>	<b>33</b>
<b>Tabel 4.5 hasil Uji R square.....</b>	<b>34</b>

**DAFTAR GAMBAR**

**Gambar 1.2 Kerangka Berpikir..... 4**  
**Gambar 2.1 Bagan Prosedur Penelitian..... 19**

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN 1 SK JUDUL PEMBIMBING .....</b>	<b>45</b>
<b>LAMPIRAN 2 SURAT IZIN PENELITIAN .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN 3 HASIL ANALISIS DATA .....</b>	<b>49</b>
<b>LAMPIRAN 4 PROGRAM LATIHAN .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN 5 DOKUMENTASI PENELITIAN .....</b>	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN 6 DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>57</b>

## ABSTRAK

### **PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP PENINGKATAN PASSING SEPAK BOLA PADA SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI MARGAJAYA**

(Penelitian Eksperimen Terhadap Siswa di Sekolah Dasar Negeri Margajaya)

Linda Purwanti

1801555

Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan *passing* sepak bola siswa sekolah dasar kelas V. *Passing* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai saat melakukan permainan sepak bola, namun pada kenyataannya masih banyak siswa yang belum menguasai teknik *passing*. Kemampuan *passing* akan semakin meningkat dengan melakukan latihan yang secara berulang atau terus menerus. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode eksperimen dengan *desain One-Group Pre test–Post test design*. Instrumen yang digunakan merupakan instrumen tes. Tes yang digunakan adalah tes sepak bola. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik Total sampling dengan 18 siswa sebagai subjek penelitian. Data analisis menggunakan uji *paired sampel T test* dan uji *r*. Hasil analisis memberikan bukti bahwa terdapat pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan *passing* sepak bola dengan nilai signifikansi sebesar  $0,0000 < 0,05$  dan terdapat besaran pengaruh sebesar 81,5 % yang dapat dikategorikan kuat. Berdasarkan pada temuan yang diperoleh maka kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa peningkatan penguasaan teknik dasar *passing* sepak bola dapat dilakukan salah satunya dengan melakukan latihan *small sided games*.

Kata kunci : *Small sided games*, sepak bola , *passing*.

## **ABSTRACT**

### **The Effect of Small Sided Games Practice on Increasing Football Passing in Margajaya State Elementary School Students (Experimental Research on Students at Margajaya State Elementary School)**

**Linda Purwanti**

**1801555**

This study aims to see the effect of small-sided games training on improving soccer passing for elementary school students in grade V. Passing is a basic technique that must be mastered when playing soccer games, but in reality there are still many students who have not mastered the passing technique. Passing ability will increase by doing exercises repeatedly or continuously. The method used in this study is an experimental method with a One-Group Pre test–Post test design. The instrument used is a test instrument. The test used is the soccer endurance test. The sample in this study used a total sampling technique with 18 students as research subjects. Data analysis using paired sample T test and r test. The results of the analysis provide evidence that there is an effect of small-sided games training on increasing soccer passing with a significance value of  $0.0000 < 0.05$  and there is a magnitude of influence of 81.5% which can be categorized as strong. Based on the findings obtained, the conclusion that can be drawn is that improving the mastery of basic soccer passing techniques can be done, one of them by doing small sided games exercises.

Keywords: Small sided games, soccer, passing.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian Pendidikan Jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 1991, 36.  
[Http://File.Upi.Edu/Direktori/Fpok/Jur.\\_Pend.\\_Olahraga/196509091991021-Bambang\\_Abduljabar/Pengertian\\_Penjas.Pdf](http://file.upi.edu/direktori/fpok/jur._pend._olahraga/196509091991021-bambang_abduljabar/pengertian_penjas.pdf)
- Anshar, D. Al. (2018). Pengaruh Metode Drill Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Sepakbola Siswa Sekolah Sepakbola (Ssb) Sheva Sukakersa. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani*, 154–157.  
[Http://Eprints.Ummi.Ac.Id/451/](http://eprints.ummi.ac.id/451/)
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian*.
- Arisdianto, B., Dinangsit, D., & Muhtar, T. (2014). Pengaruh Small Sided Games Terhadap Passing Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepakbola. *Sportive*, 3(1), 201–210.
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikandi Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3).  
[Https://Doi.Org/10.26858/Publikan.V6i3.2270](https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270)
- Fernando, A. C., & Hartati, S. C. Y. (2021). Penerapan Small Side Games Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Passind Dalam Permainan Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume 09 Nomor 01 Tahun 2021*, 295-305, 09(1), 295–305.
- Firmana, I. (2018). Juara : Jurnal Olahraga. *Juara : Jurnal Olahraga*, 3(2).  
[Http://Jurnal.Upmk.Ac.Id/Index.Php/Juara](http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/juara)
- Hamdani, R., Santoso, N. P. B., & Karisma, S. Y. (2021). Pengaruh Latihan Pass Go Dan Drill Passing Terhadap Tingkat Akurasi Passing Dalam Sepakbola Pada Anak Usia 8-10 Tahun Ssb Satria 11 Jatipuro Karanganyar Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 21(2), 77–86.
- Heri, R. (2017). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Sepakbola Dengan Kaki Bagian Dalam Menggunakan Metode Bermain. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 21–32.
- Iii, B. A. B., & Penelitian, M. (2013). *Rafhi Sandar, 2022 Pengaruh Kebijakan Terkait Kebersihan Terhadap Perilaku Pengunjung Saat Berkunjung Ke Twa Gunung Tangkuban Perahu Universitas Pedidikan Indonesia L*

*Repository.Upi.Edu L Perpustakaan.Upi.Edu.*

- Jaedun, A. (2011). Oleh : Amat Jaedun. *Metodologi Penelitian Eksperimen*, 0–12.
- Katis, A., & Kellis, E. (2009). Effects Of Small-Sided Games On Physical Conditioning And Performance In Young Soccer Players. ©*Journal Of Sports Science And Medicine*, 8, 374–380. [Http://Www.Jssm.Org](http://Www.Jssm.Org)
- Menengah, S. (2016). *Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar Koko Prasetyo Program Studi Pgsd , Fkip , Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo*. 196–205.
- Mubarok, M. Z., & Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Keterampilan Dribbling Pemain Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 28. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1381>
- Nurhasan. (2000). *No Title*.
- Nurlatifah, W., Subarjah, H., & Supriyadi, T. (2018). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pendidikan Jasmani. *Sportive*, 1(1), 181–190.
- Perdana, D. S., Sudjana, I. N., & Januarto, O. B. (2017). Pengaruh Latihan Small Sided Games 4x4 Dan 8x8 Terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Pada Pemain Sepakbola Ekstrakurikuler Smp Negeri 2 Grati Kabupaten Pasuruan. *Gelombang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 1(1), 40. <https://doi.org/10.17977/Um040v1i1p40-55>
- Pieter Pelamonia, S., & Putra Hutapea, A. (2020). Pengaruh Latihan Passing 5, 10, 15 Meter Terhadap Ketepatan Passing Sepakbola. *Jurnal Porkes*, 3(2), 103–109. <https://doi.org/10.29408/Porkes.V3i2.2962>
- Ridlo. (2018). Pengaruh Metode Latihan Small Sided Game Terhadap Kemampuan Passing-Stopping Permainan Sepakbola. *Jurnal Research Physical Education*, 1x(2), 116–121. [Http://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/motion/article/view/1591](http://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/motion/article/view/1591)
- Subakti, S. A. (2019). Hubungan Antara Tingkat Kesegaran Jasmani Dan Kemampuan Motorik Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola Pada Siswa Laki-Laki Kelas Iv Dan V Di Gugus Srikandi Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang. *Skripsi, Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang*. <https://lib.unnes.ac.id/37161/>

Sugiono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*.

Suherman, A. (2019). *Penelitian Pendidikan* (I. Safari (Ed.)).

Willy Yuberto Andrisma, S. . (2007). Metadata, Citation And Similar Papers At Core.Ac.U 1. *Pembagian Harta Waris Dalam Adat Tionghoa Di Kecamatan Ilir Timur I Kota Palembang*, 1(14 June 2007), 1–13.  
<https://Core.Ac.Uk/Download/Pdf/11715904.Pdf>

