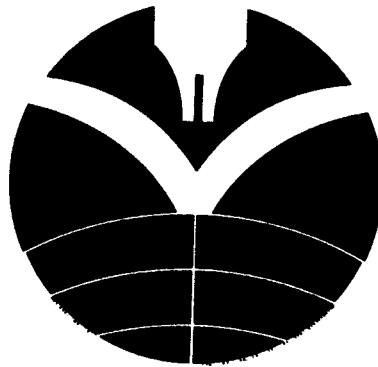


**PERBANDINGAN LATIHAN *SMALL SIDED GAMES ONE TOUCH PASS*
DENGAN *TWO TOUCH PASS* TERHADAP PENINGKATAN
KETERAMPILAN *PASSING* DAN *STOPPING* DALAM PERMAINAN
SEPAKBOLA**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi sebagian salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**



Oleh:

**TYAS PRATAMA
1102104**

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2015**



**LEMBAR PENGESAHAN
UJIAN SIDANG**

NAMA : TYAS PRATAMA
NIM : 1102104
JUDUL : PERBANDINGAN LATIHAN *SMALL SIDED GAMES ONE TOUCH PASS* DENGAN *TWO TOUCH PASS* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN *PASSING* DAN *STOPING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Disetujui dan Disahkan Oleh :

Pembimbing I,



Drs. H. Dede Rohmat N, M.Pd.
NIP. 196312091988031001

Pembimbing II,



Alen Rismayadi, M.Pd
NIP.197612282008121002

Diketahui oleh
Departemen Pendidikan Kepeleatihan



Dr. Komarudin M.Pd.
NIP. 197204031999031003



LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Perbandingan Latihan *Small Sided Games One Touch Pass* dengan *Small Sided Games Two Touch Pass* terhadap peningkatan keterampilan *Passing* dan *Stoping* dalam permainan sepakbola” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 28 Oktober 2015

Penulis,

Tyas Pratama





KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas segala rahmat dan karunia-Nya penulisan karya ilmiah dalam bentuk skripsi ini berjalan dengan lancar. Tidak lupa shalawat beserta salam selalu terlimpah curah kepada baginda tercinta Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan sampai kepada kita selaku umatnya.

Skripsi ini berjudul: “Perbandingan Latihan *Small Sided Games One Touch Pass* dengan *Small Sided Games Two Touch Pass* terhadap peningkatan keterampilan *Passing* dan *Stoping* dalam permainan sepakbola”. Skripsi ini dibuat guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Departemen Pendidikan Kepeleatihan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Mudah-mudahan buah karya kecil ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya.

Bandung, 28 Oktober 2015

Tyas Pratama



UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam perencanaan, persiapan, pengolahan, penyusunan dan penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari berbagai hambatan yang penulis hadapi baik dari luar maupun dari dalam. Namun atas bantuan, perhatian, bimbingan dan dorongan dari segala pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, dalam kesempatan yang baik ini perkenankan penulis untuk mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan petunjuk dan jalan kemudahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
2. Keluarga besar dan kedua orang tua tercinta atas do'a serta kasih sayang dalam merawat dan mendidik penulis. Ibu dan Ayah yang tiada lelah merawat kami, terima kasih atas semua yang telah kalian berikan.
3. Dr. Yunyun Yudiana, M.Pd., selaku Dekan FPOK UPI.
4. Dr. Komarudin, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga FPOK UPI. Beliau yang telah memberi arahan dan dukungan selama kegiatan perkuliahan.
5. Drs. H. Dede Rohmat N, M.Pd., selaku Pembimbing I yang senantiasa membimbing selama perkuliahan dan telah banyak meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan motivasi dan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Alen Rismayadi, M.Pd., selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan waktu dan pikiran serta memotivasi dan mengarahkan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Drs. Dudung Hasanudin Ch., selaku Dosen pembimbing akademik yang telah membimbing penulis dari semester 1 sampai penulis dapat menyelesaikan studi.
8. Bapak Sucipto, Bapak Entang, Bapak Dikdik, Bapak Nuryadi, dan Bapak Tafaqur selaku dosen dan pembina UKM Sepakbola UPI, terima kasih atas bimbingan dan motivasi selama penulis mendalami ilmu di bangku perkuliahan.
9. Staf Dosen dan Asisten Dosen FPOK UPI yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.

10. Sahabat – sahabatku, Imam Nurjaman, Adhika Pratama, Yogie Hary, Andrias Muchlas, Gian Kharisma, Fateh, Reza Novaris, Dippi Yogaswara, Fikri Dwi, Ressa Wardiono, Insanul Fikri, Rivaldy, Dindin Ramdany, Erry Algian, Rika Rianto, Feny, Novita, Yuyu, dan masih banyak yang lainnya mohon maaf tidak bisa disebutkan semuanya. Terima kasih karena telah memberikan dukungan dan motivasi saat penulis mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini
11. Seluruh teman-teman Kepelatihan 2011 yang telah menjadi teman setia yang selalu memberikan motivasi dan bantuan kepada penulis sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini.
12. Kekasih tercinta, Siti Nina Andriani, S.Pd beserta keluarga, terima kasih atas *support* dan perhatian yang tiada hentinya selalu diberikan kepada penulis, sehingga selama perjalanan penulisan ini selalu bisa memberikan energi positif sehingga karya ilmiah ini bisa diselesaikan
13. Kepada Keluarga Besar UKM Sepakbola UPI, SSB PSBUM UPI dan atas bimbingan, canda tawa, motivasi, perjuangan dan pengalaman yang luar biasa.
14. Rekan-rekan KKN Kec. Mandala Jati 2014 dan PLP SMP Negeri 1 Lembang 2014.
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu terima kasih atas segala bantuan dan kerjasamanya.

Tiada sesuatu apapun yang dapat penulis berikan selain do'a dan harapan, semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan imbalan yang besar dari Allah SWT.

Bandung, 28 Oktober 2015

Penulis,

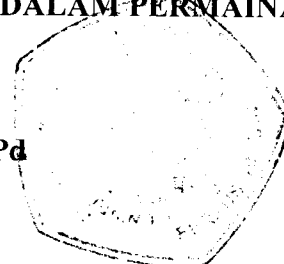
Tyas Pratama



ABSTRAK

PERBANDINGAN LATIHAN *SMALL SIDED GAMES ONE TOUCH PASS* DENGAN *TWO TOUCH PASS* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN *PASSING* DAN *STOPPING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Pembimbing I : Drs. H. Dede Rohmat N, M.Pd
Pembimbing II : Alen Rismayadi, M.Pd



Tyas Pratama*
1102104

Small sided games merupakan salah satu bentuk latihan dalam olahraga sepakbola. Metode latihan teknik yang dapat digunakan untuk melatih keterampilan *passing* dan *stopping* adalah dengan metode latihan *small sided games one touch pass* dan metode *small sided games two touch pass*. Kedua metode ini mempunyai kekurangan dan kelebihan masing-masing. Oleh karena itu penulis ingin melakukan penelitian mengenai “*Small sided games one touch pass* dan metode *small sided games two touch pass*, kaitannya dengan peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping*”. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet UKM sepakbola UPI, sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 24 orang atlet UKM sepakbola UPI, dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan dibagi ke dalam dua kelompok dengan cara *ABBA*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Tes Sepak bola (*passing* dan *stopping*), tujuannya untuk mengetahui keterampilan *passing* dan *stopping* yang dimiliki oleh sampel. Berdasarkan pengolahan data dan analisis data, maka dapat disimpulkan sebagai berikut : 1). Terdapat pengaruh yang tidak signifikan dari bentuk latihan *small sided games one touch pass* terhadap peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping* dalam permainan sepakbola, 2). Terdapat pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan *small sided games two touch pass* terhadap peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping* dalam permainan sepakbola. 3). Terdapat perbedaan pengaruh antara metode latihan *small sided games one touch pass* dengan metode latihan *small sided games two touch pass*. Metode latihan *small sided games two touch pass* lebih berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping* dalam permainan sepakbola.

*)Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Angkatan 2011
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



DAFTAR ISI

PERNYATAAN	i
KATA PENGANTAR.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Struktur Organisasi.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Hakikat Olahraga Sepakbola.....	7
1. Karakteristik Cabang Olahraga Sepakbola	7
B. Teknik Dasar Dalam Sepakbola.....	8
1. Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>).....	10
2. Mengoper Bola (<i>Passing</i>)	11
3. Menghentikan Bola (<i>Stopping</i>)	12
4. Merampas (<i>Tackling</i>).....	14
5. Lemparan Ke Dalam (<i>Throw In</i>).....	15
6. Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	16
7. Menembak Bola (<i>Shooting</i>)	17
8. Menjaga Gawang (<i>Goal Keeping</i>)	18
C. Latihan Teknik dalam Sepakbola.....	19
1. Hakikat Mengumpan/Mengoper Bola (<i>Passing</i>)	20
2. Hakikat Menghentikan Bola (<i>Stopping</i>)	29
3. Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Mengoper dan	

Menghentikan Bola.....	34
D. Hakikat <i>Small Sided Games</i>	35
1. <i>Small Sided Games One Touch Pass</i>	39
2. <i>Small Sided Games Two Touch Pass</i>	39
E. Analisis	40
F. Hipotesis	41
BAB III PROSEDUR PENELITIAN.....	42
A. Metode Penelitian.....	42
B. Desain Penelitian.....	43
C. Lokasi dan Subjek Penelitian	45
1. Tempat Penelitian.....	45
2. Populasi	45
3. Sampel.....	46
D. Definisi Operasional.....	47
E. Instrumen Penelitian.....	48
F. Sistematika Pelaksanaan Latihan	49
G. Prosedur Penelitian dan Analisis Data.....	50
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA.....	54
A. Hasil Pengolahan Data	54
B. Analisis dan Pengolahan Data.....	58
C. Diskusi Penemuan	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	62

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN – LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kesalahan dan Perbaikan dalam menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam.....	24
Tabel 2.2 Kesalahan dan Perbaikan dalam menendang bola dengan menggunakan kaki bagian luar.....	26
Tabel 2.3 Kesalahan dan Perbaikan dalam menendang bola dengan menggunakan punggung kaki.....	28
Tabel 4.1 Hasil Penghitungan \bar{X} , S^2 , S dari Kelompok A dan B.....	54
Tabel 4.2 Hasil Penghitungan Uji Homogenitas Tes Awal Kelompok A dan B.....	55
Tabel 4.3 Hasil Penghitungan Uji Homogenitas Tes Akhir Kelompok A dan B.....	55
Tabel 4.4 Hasil Penghitungan Uji Homogenitas Beda Kelompok A dan B.....	56
Tabel 4.5 Hasil Penghitungan Uji Normalitas Tes Awal Kel. A dan B.....	57
Tabel 4.6 Hasil Penghitungan Uji Normalitas Tes Akhir Kel. A dan B.....	57
Tabel 4.7 Hasil Penghitungan Uji Normalitas Skor Selisih Kel. A dan B.....	58
Tabel 4.8 Hasil Penghitungan Uji Signifikansi Dua Rata-rata Kelompok A.....	58
Tabel 4.9 Hasil Penghitungan Uji Signifikansi Dua Rata-rata Kelompok B.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik <i>Dribbling</i>	10
Gambar 2.2 Teknik <i>Passing</i>	12
Gambar 2.3 Teknik <i>Stopping</i>	13
Gambar 2.4 Teknik <i>Tackling</i>	14
Gambar 2.5 Teknik <i>Throw in</i>	16
Gambar 2.6 Teknik <i>Heading</i>	16
Gambar 2.7 Teknik <i>Shooting</i>	18
Gambar 2.8 Teknik <i>Goal Keeping</i>	19
Gambar 2.9 Menendang dengan kaki bagian dalam.....	23
Gambar 2.10 Menendang bola dengan kaki bagian luar	26
Gambar 2.11 Menendang bola dengan punggung kaki	28
Gambar 2.12 Menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam.....	31
Gambar 2.13 Menghentikan bola menggunakan kaki bagian luar	32
Gambar 2.14 Menghentikan bola menggunakan punggung kaki	33
Gambar 2.15 Menghentikan bola menggunakan telapak kaki.....	34
Gambar 2.16 Bentuk Latihan <i>Small Sided Games</i> (3vs3).....	37
Gambar 2.17 Bentuk Latihan <i>Small Sided Games</i> (4vs4).....	38
Gambar 2.18 Bentuk Latihan <i>Small Sided Games</i> (5vs5).....	38
Gambar 2.19 Bentuk Latihan <i>Small Sided Games</i> (6vs6).....	39
Gambar 3.1 Bagan Desain Penelitian <i>(The Static Group Pretest – Posttest Design)</i>	43
Gambar 3.2 Alur Penelitian.....	44
Gambar 3.3 Tes Sepakbola (<i>Passing</i> dan <i>Stopping</i>).....	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Hasil Tes Awal, Pembagian Kelompok dan Tes Akhir	65
Lampiran 2 Program Latihan <i>Small Sided Games One Touch Pass</i> dan <i>Two Touch Pass</i>	68
Lampiran 3 Grafik Hasil Tes.....	72
Lampiran 4 Hasil Penghitungan \bar{X} , S^2 , S dari Kelompok A.....	74
Lampiran 5 Hasil Penghitungan \bar{X} , S^2 , S dari Kelompok B	77
Lampiran 6 Hasil Penghitungan Uji Homogenitas	79
Lampiran 7 Hasil Penghitungan Uji Normalitas (Liliefors) Kel.A.....	81
Lampiran 8 Hasil Penghitungan Uji Normalitas (Liliefors) Kel.B	84
Lampiran 9 Hasil Penghitungan Uji Signifikansi Dua Rata-Rata (Skor Berpasangan) Kelompok A.....	87
Lampiran 10 Hasil Penghitungan Uji Signifikansi Dua Rata-Rata (Skor Berpasangan) Kelompok B	88
Lampiran 11 Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors.....	89
Lampiran 12 Nilai Z.....	90
Lampiran 13 Nilai Distribusi t	91
Lampiran 14 Nilai Distribusi F	92
Lampiran 15 Foto-Foto Penelitian	93
Lampiran 16 Surat Keputusan Pengesahan Judul dan Dosen Pembimbing	96
Lampiran 17 Surat Permohonan Izin Penelitian	99
Lampiran 18 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	100



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cooper, Paul. (2006). *Learning Through Play*. Netherlands : Sport Facilities.
- Cooper, P (2007). *Learning Through Play*. Netherland : Sportfacilities & Media BV.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: CV Tambak Kusuma.
- Luxbacher A. Joseph. (2011). *Sepakbola: langkah-langkah menuju sukses*. /Joseph Luxbacher ; Penerjemah, Agusta Wibawa – Ed.5. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Mielke, D. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*/Danny Mielke ; Penerjemah, Eko Wahyu Setiawan. Jakarta : Pakar Raya.
- Mielke, Danny. (2008). *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Nurhasan dan Cholil. (2007). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sucipto. (2000). *Sepak Bola*. Jakarta..
- Schreiner, Peter. (2012). *Small Sided Games To Develop Soccer Intelegence*. Institute for youth soccer, Germany.
- Snow, Sam (2011). *Small Sided Games Manual. US Youth Soccer*
- Snow, Sam. (2012). *US Youth Soccer Player Development Model*. USA : US Youth Soccer Coaching Committee
- S Scheunemann, Timo dkk. (2012). *Kurikulum & Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*. Jakarta : PSSI
- Soekatamsi, (2000). *Teori dan Praktek Sepakbola I*. Surakarta : UNS Press.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Bandung : FPOK UPI.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

UPI. (2014). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.

Usli, Lingling, *et.al.* (2010) *Modul Pelatihan Cabang Olahraga Sepakbola*, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia

Online : Sam Snow (2011). *Thecoachingmanual.com/soccer/guides/us-soccer-structure-sam-snow-1485*.

Gordon jago (1974). *en.m.wikipedia.org/wiki/gordon_jago*.

<http://zoudha.wordpress.com/2009/12/31/teknik-dasar-bermain-sepak-bola/>