



# J2IO

## Jurnal Jendela Ilmu Olahraga



### **Pengaruh Latihan *Rondo Game* Dan *Cone Drill* Menggunakan Bola Terhadap Peningkatan Akurasi *Passing* Jarak Pendek Pada Permainan Sepak Bola Siswa Usia 12-14 Tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat**

Rizky Akbar<sup>1</sup> & Novita<sup>2</sup>

riskyakbar@gmail.com<sup>1</sup>, noviade@unimed.ac.id<sup>2</sup>

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dan mengkaji dampak latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap akurasi *passing* sepak bola usia 12-14 SSB Daun Emas Kecamatan Stabat. Permasalahan dalam penelitian ini *passing* yang dilakukan peserta didik mayoritas belum dapat melakukan teknik dasar *passing* sepak bola dengan benar. Kesalahan dalam melakukan *passing* banyak dikarenakan pemain masih suka bermain sesuka hatinya, siswa masih cenderung senang bermain, metode latihan yang kurang kreatif dan inovatif menjadikan salah satu faktor dimana pemain sering keiruan dalam melakukan *passing* dalam bermain sepak bola. Penelitian ini dilakukan di klub SSB Daun Emas Kecamatan Stabat, Sumatera Utara. Populasi berjumlah 10 orang dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 9 orang pria dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test design*. Teknik analisis data menggunakan analisis statistika meliputi uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis. Hasil analisis data dari pengaruh latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing*. Hasil *passing jarak pendek* diperoleh  $t_{hitung} = 7,756 > t_{tabel} = 1,943$  pada taraf nyata  $\alpha = 0,05$  dan selisih peningkatan rerata antara hasil *pre-test* 7,777 dan *post-test* 11,111. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis dan pengujian hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing*.

**Kata Kunci :** Latihan *Rondo Game*, *Cone Drill*, Akurasi *Passing*. Sepak Bola

#### **Rekomendasi mensitasi :**

Akbar, R. & Novita. (2024), Pengaruh Latihan Rondo Game Dan Cone Drill Menggunakan Bola Terhadap Peningkatan Akurasi Passing Jarak Pendek Pada Permainan Sepak Bola Siswa Usia 12-14 Tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat. *Jurnal Jendela Ilmu Olahraga (J2IO)*, 2 (1): 107-118.

***The Effect of Rondo Game and Cone Drill Training Using a Ball on Increasing Short Distance Passing Accuracy in Football Games for Students Aged 12-14 Years SSB Gold Leaf Stabat District***

**Abstract:** : This study aims to evaluate and study the impact of rondo game and cone drill training using a ball on the accuracy of football passing aged 12-14 SSB Daun Emas, Stabat District. The problem in this research is that the majority of students' passing is not yet able to perform basic soccer passing techniques correctly. There are many mistakes in passing because players still like to play as they please, students still tend to like playing, training methods that are less creative and innovative are one of the factors where players often make mistakes when passing when playing football. This research was conducted at the SSB Daun Emas club, Stabat District, North Sumatra. The population was 10 people and the sample in this study was 9 men with sampling using a purposive sampling technique. This research uses an experimental method with a one group pre-test post-test design. Data analysis techniques using statistical analysis include normality tests, homogeneity tests, and hypothesis tests. Results of data analysis of the effect of rondo game and cone drill training using a ball on increasing passing accuracy. The short distance passing results obtained were  $t_{hitung} = 7.756 > t_{tabel} = 1.943$  at the real level  $\alpha = 0.05$  and the difference in average improvement between the pre-test results was 7.777 and the post-test 11.111. Based on the research results that have been obtained through analysis and hypothesis testing, it can be concluded that there is a significant influence from rondo game and cone drill training using a ball on increasing passing accuracy.

**Keywords:** Rondo Game Practice, Cone Drill, Passing Accuracy. Football

## **PENDAHULUAN**

Sepakbola merupakan olahraga dalam bentuk permainan yang sudah dikenal diseuruh dunia dan lingkungan sekitar kita, karena setiap lapisan masyarakat sudah mengenal dan dapat memainkan olahraga ini. Pesatnya perubahan ilmu pengetahuan dan teknologi sangat mempengaruhi perubahan dalam sepakbola dari segi kemajuannya itu sendiri.

Sepak bola adalah permainan yang dimainkan 11 dengan lawan 11 yang langsung dipimpin seorang wasit yang mempunyai asisten 1 dan asisten 2, dan memiliki satu orang wasit sebagai cadangan atau pengganti. Permainan berlangsung pada suatu lapangan sepak bola berukuran panjang 100 sampai 110 m dan lebar 64 m sampai 75 m dalam permainan terjadi kontak langsung antar pemain satu kesebeasan dengan pemain kesebeasan lain (Arwandi & Ardianda, 2018).

Menurut (Supriadi, 2019) sepak bola adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim, dimana setiap tim terdiri dari sebeas orang pemain yang salah satunya adalah seorang penjaga gawang, dengan cara menendang-nendang bola, menyundu bola kecuali penjaga gawang yang dapat memainkan bola dengan menggunakan tangan didalam daerah tertentu. Sepak bola merupakan permainan tim dimana setiap pemain memiliki tugas masing-masing, seperti bek, geandang, penyerang dan penjaga gawang. Tugas tercantum serta mendukung dengan menguasai teknik sangat baik. Teknik dasar sepak bola sangat menguasai dan dipahami setiap atlit sepak bola. Perlu diketahui untuk bermain sepak bola perlu mempunyai keterampilan dasar dalam bermain sepak bola (Naldi & Irawan, 2020).

Teknik gerak sepak bola terdiri dari berbagai macam keterampilan dasar seperti berlari, menggiring bola, mengoper dan menembak, yang disebut juga keterampilan teknis (Bozkurt et al., 2020). Salah satu teknik dasar dalam sepak bola adalah *passing*. *Passing* adalah salah satu keterampilan individu dalam permainan sepak bola. Penguasaan bola mealui akurasi *passing* yang tinggi merupakan karakteristik penting bagi sebuah tim sepak bola. *Passing* yang akurat dapat digunakan oleh sebuah tim untuk dapat memberikan variasi permainan, menerobos pertahanan lawan, serta dapat mencegah kebuntuan ketika menghadapi taktik bertahan yang kuat yang dimiliki oleh lawan dalam sebuah pertandingan. Penguasaan bola mealui akurasi *passing* yang tinggi merupakan karakteristik penting bagi sebuah tim sepak bola.

Menurut (Mieke & Danny, 2007) umpan atau *passing* adalah cara memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* dilakukan agar dapat menciptakan ruang sehingga pemain dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain. Oleh karena itu untuk mendapatkan akurasi *Passing* yang baik dan benar pemain harus meakukan latihan secara terus menerus sehingga menimbulkan gerakan otomatis yang terjadi

tanpa harus diperintahkan terlebih dahulu. (Kumbara et al., 2021). Dalam permainan sepak bola ada banyak metode latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan akurasi *passing*. Misalnya, metode latihan *rondo game* dan *cone drill*.

Latihan *rondo game* merupakan sebuah metode untuk meningkatkan kemampuan *passing* yang diimplementasikan pada seuruh tingkatan pemain sepak bola. Metode ini mengharuskan beberapa orang untuk saling mengoper. Menurut Agusta (2020) bahwa *E Rondo* merupakan bentuk Latihan dengan skema lingkaran diisi beberapa pemain dan menempatkan satu atau dua pemain di tengah lingkaran. Bentuk latihannya yaitu para pemain yang berdiri di keiling lingkaran harus berusaha untuk terus menguasai bola dengan cara mengumpan bola satu sama lain. Sebaliknya, pemain yang berada di tengah lingkaran harus berusaha untuk merebut bola.

Seain latihan *rondo game*, untuk meningkatkan akurasi *passing* juga dapat dilakukan dengan latihan *cone drill*. *Cone drill* merupakan cara yang baik untuk latihan pada kecepatan dan perubahan arah (Football, 2011 : 69). *Cone drill* menggunakan bola dimana saat meakukan *cone drill* sekaligus meakukan *passing* kepada teman. Bentuk-bentuk latihan *cone drill* diantaranya adalah *three cone drill*, *four cone drill*, dan *five cone drill*. Latihan dengan menggunakan *three cone drill*, *four cone drill*, dan *five cone drill* diharapkan dapat meningkatkan keincahan pemain sepak bola. Dengan gabungan latihan antar *cone drill* dan *rondo game* pemain dapat meningkatkan akurasi *passing*.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SSB Daun Emas Kecamatan Stabat, *passing* yang sering terjadi pada peserta didik mayoritas beum dapat meakukan teknik dasar *passing* sepak bola dengan benar. Terlihat bahwa para siswa pada saat memberikan bola ke pemain satu tim seringkali kurang terarah sehingga penguasaan bola dengan mudahnya direbut oleh tim lawan. Seain itu latihan *passing* di SSB Daun Emas Stabat kurang bervariasi dan sangat monoton.

Kesalahan dalam meakukan *passing* banyak di karenakan pemain masih suka bermain sesuka hatinya, siswa masih cenderung senang bermain, metode meatih yang kurang kreatif dan inovatif menjadikan salah satu faktor dimana pemain sering keiru dalam meakukan *passing* dalam bermain sepak bola. Maka dari itu diperlukan suatu latihan yang menarik agar siswa lebih tertarik dalam mengikuti proses latihan. Latihan *rondo game* dan *cone drill* dengan menggunakan bola sangat dianjurkan untuk dilatih di SSB Daun Emas Stabat untuk meningkatkan akurasi *passing* para pemain.

Berdasarkan uraian yang teah dikemukakan di atas maka peneiti tertarik untuk meakukan peneitian mengenai “Pengaruh Latihan *Rondo game* Dan *Cone drill* Menggunakan Bola

Terhadap Peningkatan Akurasi *Passing* Jarak Pendek Pada Permainan Sepak Bola Siswa Usia 12-14 Tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat”.

## **METODE**

Peneitian ini menggunakan metode metode eksperimen dengan menggunakan metode kuantitatif. Metode eksperimen adalah metode peneitian yang digunakan untuk mencari pengaruh treatment (perlakuan) tertentu (Valianto et al., 2020). Peneitian kuantitatif menurut Sugiyono (2017: 7), adalah metode peneitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, sebagai metode ilmiah atau scientific karena telah memenuhi kaidah ilmiah secara konkrit atau empiris, objektif, terukur, rasional, dan sistematis.

Desain peneitian ini menggunakan metode peneitian *one grup pretest-posttest design*. Menurut Dauay (2023) “*One-Groups Pretest Posttest Design*”, yaitu desain peneitian yang diberikan pretest untuk mengetahui keadaan awal sebelum diberikan perlakuan serta posttest untuk mengetahui keadaan setelah diberikan perlakuan (Dauay & Zebua, 2023). Tujuan peneitian ini untuk mengevaluasi dan mengkaji dampak latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap akurasi *passing* sepak bola usia 12-14 SSB Daun Emas Kecamatan Stabat. Tempat peneitian dilaksanakan di SSB Daun Emas Stabat. Tepatnya lokasi berada di Jalan Sei Batang Serangan, Kwala Bingai, Kecamatan Stabat, Kabupaten Langkat, Sumatera Utara. Menurut Novita (2023) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneiti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Novita & Mendrofa, 2023). Populasi adalah sekelompok orang, kejadian atau benda yang memiliki karakteristik tertentu dan dijadikan objek peneitian (Suryani dan Hendryadi 2015: 190-191). Adapun yang menjadi populasi peneitian ini adalah atlet SSB Daun Emas Stabat usia 12-14 tahun berjumlah 10 orang.

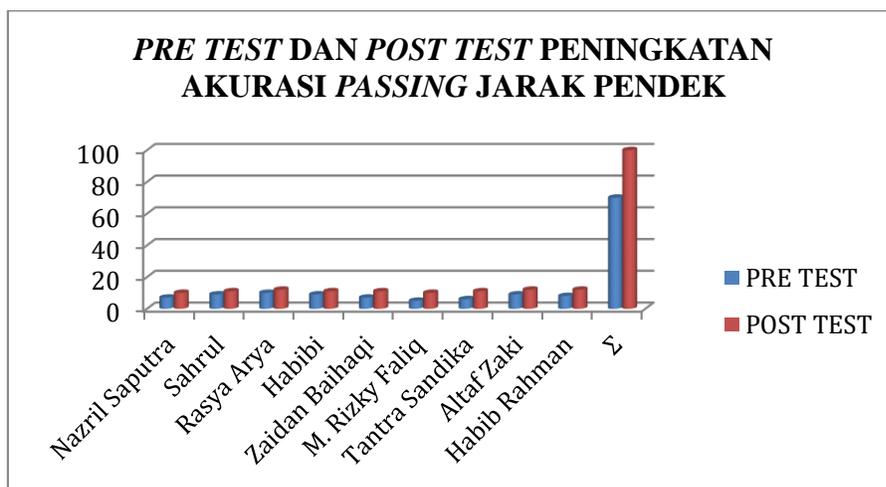
Sampel adalah suatu bagian dari keseluruhan serta karakteristik yang dimiliki oleh sebuah populasi (Sugiyono, 2008). Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diteliti. Teknik sampling yang digunakan dalam peneitian ini adalah *probability sampling*. Dimana *probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang dilaksanakan dengan memberi peluang yang sama dalam populasi untuk terpilih menjadi sampel. Sampel dalam peneitian ini sebanyak 9 atlet yang memenuhi pertimbangan dikarenakan 1 atlet tidak perlu dipertimbangkan karena berada pada kategori baik. Instrumen dalam peneitian ini menggunakan instrumen tes dari buku Ardi Nusri 2018. Data yang telah diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis dengan menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan Uji-t.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah hasil tes *passing* ke sasaran jarak 10 m dari dinding/ papan pantu dalam area bujur sangkar yang berukuran 2 x 2 m dengan papan pantu berukuran lebar 4,5 m dan tinggi 1 meter dibagi atas 5 bagian, masing masing berukuran 90 cm x 1 m. Bagian tengah diberi nilai 3, samping kiri kanannya bernilai 2 dan paling pinggir diberi nilai 1 dan di luar sasaran tersebut diberi nilai 0, yang diperoleh dari subjek penelitian yaitu laki-laki yang berjumlah 9 orang sampe yang diberikan perlakuan latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola. Sebeum diberikan perlakuan, atlet meakukan tes pendahuuan (*pre-test*) untuk mengetahui peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola.

Seteah itu mereka mendapatkan perlakuan latihan yaitu latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola seama 18 kali pertemuan, kemudian dilakukan tes akhir (*post-test*) untuk mengetahui peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola daun emas seteah diberikan perlakuan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola. Hasil tes dan pengukuran menunjukkan grafik data *pre-test* dan *post-test* sebagai berikut :



Gambar 1. Hasil grafik *pre-test* dan *post-test* peningkatan akurasi *passing* jarak pendek Analisis *statistic* dari data yang sudah dilakukan dan sudah dihasilkan untuk membuktikan kebenaran hipotesa yang teah diajukan. Hasil tes pengukuran yang teah diolah mealui rumus *statistic* menunjukkan deskripsi data *pre-test* dan *post-test* sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil *Pre-Test* dan *Post -Test* *passing* jarak pendek

No.	Nama	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>
1	Nazril Saputra	7	10
2	Sahrul	9	11
3	Rasya Arya	10	12
4	Habibi	9	11
5	Zaidan Baihaqi	7	11

6	M. Rizky Faliq	5	10
7	Tantra Sandika	6	11
8	Altaf Zaki	9	12
9	Habib Rahman	8	12
$\Sigma$		70	100
N		9	
Rentang		5 – 10	10 – 12
Nilai rata-rata		7,777	11.111
Simpangan Baku		1,641	0,781
Nilai Maximal		0,126	0,223
Beda rata-rata		3,444	
Simpangan baku beda		1,333	
t-Hitung		7,756	
t-Tabel		1,943	

Berikut merupakan hasil *pre-test* dan *post-test rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat.

Hasil dari *pre-test* berdasarkan analisis deskripsi data penilaian tingkat akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola SSB Daun Emas memperoleh jumlah sebesar 70 dengan nilai rata-rata 7,777, sehingga menghasilkan simpangan baku 1,641 dengan rentang 5 sampai 10. Sedangkan hasil dari *post-test* yang berdasarkan analisis deskripsi data penilaian Akurasi *Passing* Jarak Pendek Pada Permainan Sepak Bola SSB Daun Emas. Setelah mengikuti program latihan *rondo game* dan *cone drill* mengalami perubahan dengan jumlah sebesar 100 dengan nilai rata-rata 11,111. Sehingga menghasilkan simpangan baku 0,781 dengan rentang nilai 10 sampai 12.

**Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk menguji sampe berasal dari popuasi yang normal atau tidak. Uji homogenitas varians popuasi maupun uji normalitas data dalam peneitian ini berada pada taraf signifikansi = 0,05. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data hasil pengujian benar-benar mengikuti distribusi normal atau tidak.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

	Rata-rata / simpanganbaku	L <sub>o</sub>	L <sub>tabel</sub>	A	N	Kesimpulan
<b>Pre-test</b>	$\bar{X} = 7,777$ S = 1,641	0,126	0,271	0,05	9	Normal
<b>Post-test</b>	$\bar{X} = 11,111$ S = 0,781	0,223	0,271	0,05	9	Normal

Lo adalah harga *lillifor* yang diamati, dan Lt adalah harga *lillifor* Tabel. Dari kolom hasil perhitungan *Pre-Test* pada Tabel sebeumnya, uji normalitas data menghasilkan Lo = 0,126 dan L Tabel = 0,271 pada taraf = 0,05. Oleh karena itu, Ho diterima karena Lo = 0,126 < L Tabel=0,271. Kesimpuannya adalah data tersebut berasal dari popuasi yang berdistribusi

normal.  $L_o = 0,223$  ditemukan pada kolom hasil *Post-Test* dan  $L_{Tabel} = 0,271$  ditemukan pada taraf = 0,05. Jadi  $L_o = 0,223 < L_{Tabel} = 0,271$ . Kesimpulannya adalah data tersebut berasal dari popuasi yang berdistribusi normal.

### Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui homogen atau tidaknya beberapa sampe. Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui seberapa mirip varians antara data *pre-test* dan data *post-test*. Tabel 4.3 memberikan penjeasan hasil uji homogenitas data tingkat akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat.

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas

Uji Homegenitas	Fhitung	FTabel	A	df pembilang (n1) df penyebut (n2)	Keterangan
Varians <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	2,10	5,14	0,05	(n1) = k-1 = 3-1 = 2 (n2) = n-k = 9-3 = 6	Homogen

Pengujian homogenitas pada setiap perlakuan dilengkapi dengan Uji Perubahan pada taraf kepentingan  $\alpha = 0,05$ . Antara data *pre-test* dan *post-test*, dihitung Fhitung = 2,10 untuk uji homogenitas data keseimbangan statis tingkat akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat. FTabel = 5,14 diperoleh pada taraf = 0,05 df pembilang (n1) = k-1 = 3-1 = 2 dan df penyebut (n2) = n-k = 9-3 = 6. Dengan demikian, Fhitung dan FTabel dapat ditarik kesimpulan bahwa data berasal dari varians yang homogen jika Fhitung lebih kecil dari FTabel.

### Pengujian Hipotesis Uji- t

Digunakan untuk mengetahui apakah *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat . Syarat analisis uji-t tea terpenuhi dengan data peneitian normal dan homogen.

Pengujian hipotesis didasarkan pada:

H1 : Terdapat pengaruh yang signifikan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat .

Ho : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat .

Tabel 4. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji-T

	<b>Pre-test</b>	<b>Post-test</b>	<b>Beda</b>	<b>df = n-k</b>	<b>T<sub>hitung</sub></b>	<b>T<sub>Tabel</sub> (<math>\alpha = 0,05</math>)</b>
N	9	9	9	6	7,756	1,943
$\Sigma$	70	100	31			
$\bar{X}$	7,777	11,111	3,444			
S	1,641	0,781	1,333			

Keterangan :

N = Nilai Jumlah sampe

$\Sigma$  = Nilai jumlah data

X = Nilai Rata-rata

S = Simpangan Baku

Df = Derajat kebebasan

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka di peroleh hipotesis thitung = 7,756. Lalu nilai tersebut dibandingkan dengan nilai tTabel dengan df=(9-3 = 6) pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  adalah 1,943. Maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat .

## **Pembahasan**

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang dimainkan secara tim dimana setiap tim berjumlah 11 orang dengan 1 penjaga gawang. Tujuan permainan sepak bola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawang nya agar tidak kebobolan (Irwansyah siregar 2015). Menurut (Muhajir, 2007:22) sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa sepak bola menuntut kondisi fisik yang prima karena dimainkan selama 2 x 45 menit dengan pemain 11 orang termasuk satu penjaga gawang. Tujuan permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri dari kemasukan bola, tim yang memasukkan bola lebih banyak maka dinyatakan sebagai pemenang.

Untuk memperoleh hasil yang maksimal maka seorang pemain sepak bola harus mempunyai keterampilan bermain sepak bola yang baik, dengan kereampilan yang baik dapat mendukung penguasaan teknik dasar sepak bola. Untuk mendapatkan keterampilan sepak bola yang baik dibutuhkan metode latihan yang baik dan efektif. (Amansyah & Sinaga 2015:24-34) Dalam permainan sepak bola teknik merupakan salah satu faktor pendukung yang sangat penting, kemampuan seseorang dalam bermain sepak bola sangat di pengaruhi oleh teknik yang dimilikinya. Apabila seorang pemain mempunyai kondisi fisik yang sangat baik dan mempunyai mental yang kuat tetapi tidak memiliki teknik yang baik maka hal tersebut akan sia-sia. Tetapi

<https://doi.org/xx.xxx>

E-ISSN : 3030-8240

menguasai teknik juga belum cukup tanpa di tunjang dengan kondisi fisik pemain tersebut, misalnya kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan. (Rizfan & Wiyaka 2020: 1-8).

Olahraga tidak hanya sebagai sarana untuk menyehatkan jiwa dan raga tetapi mengajarkan bagaimana harus berlaku sportif. Olahraga juga mengajarkan pentingnya kerja sama. (Dewi & pakpahan 2018: 1-6). Sepak bola merupakan olahraga yang sangat banyak di gemari di seluruh dunia bukan hanya anak muda, orang tua pun sangat mengidolakan olahraga sepak bola. Salah satu olahraga yang murah meriah dan sangat merakyat di dunia ini. Menurut (Putra & Siregar 2021) olahraga mengajarkan akan kedisiplinan, jiwa sportivitas, tidak mudah menyerah, mempunyai jiwa kompetitif yang tinggi, semangat bekerja sama, mengerti akan adanya aturan, dan berani mengambil keputusan.

Bagi seorang pemain sepakbola harus menguasai beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola diantaranya yaitu: menendang bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola dan merebut bola. Untuk mengetahui bakat atau kemampuan anak dalam permainan sepak bola tentu saja harus di bina sejak usia dini, sehingga perlu diketahui kemampuan teknik dasar keterampilan bermain sepakbola.

Menurut Mielke (2003: 19) *passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari dari satu pemain ke pemain yang lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Pemain bisa menggerakkan bola dengan lebih cepat lagi sehingga dapat menciptakan ruang terbuka yang lebih besar dan berpeluang melakukan *shooting* dan ketepatan yang tinggi. *Passing* membutuhkan banyak teknik yang sangat penting agar dapat tetap menguasai bola. Dengan *passing* yang baik, pemain akan dapat berlari ke ruang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan.

Menurut Dinata (2004: 29-30) menjelaskan bahwa mengoper bola berarti memberikan bola kepada teman. Mengoper bola dapat dilakukan dengan bola melambung atau bola mendarat. Kemudian Dinata melanjutkan bahwa dalam permainan sepakbola, seringkali bola harus dihentikan atau kita tahan. Oleh karena itu kita harus mengerti dan menguasai cara menghentikan bola, baik bola yang jatuh ke tanah atau bola yang masih diudara sekalipun.

Bedasarkan hasil penelitian ada pengaruh *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat. Hal ini disebabkan karena *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola. Merupakan suatu bentuk latihan untuk melatih akurasi *passing* sehingga memerlukan konsentrasi dan kefokuskan pada teknik *passing* agar pada saat mengoper bola tidak melakukan kesalahan seperti bola yang terlalu jauh atau kencang, bola yang tidak tepat kearah teman dan juga bola yang tidak terlalu pelan.

Dari hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa ada pengaruh *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat. Latihan ini bertujuan untuk melatih teknik *passing* dengan tingkat akurasi yang baik maka diperlukannya latihan teknik *passing* sepakbola demi meningkatkan akurasi *passing*. Dengan demikian latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola dapat meningkatkan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat.

Hasil pengujian ini sejalan dengan hasil dari pengujian penelitian terdahulu yang juga berpengaruh yang signifikan dari latihan *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola yakni penelitian yang dilakukan Andre Ramdhan hidayat dkk “Pengaruh Permainan *el rondo* terhadap kemampuan *passing* sepakbola”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan *el rondo* terhadap kemampuan *passing* sepak bola. Subjek penelitian yang digunakan adalah pemain usia 15 tahun dari klub sepak bola Indoras FC. Subjek penelitian dituntut untuk melakukan permainan *el-rondo* selama 10 menit dalam setiap latihan dan dilakukan selama 4 minggu. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang bagus ( $p < 0.05$ ) terhadap kemampuan *passing* sebelum dan setelah dilakukannya latihan permainan *el-rondo*. Kesimpulan penelitian ini adalah permainan *el rondo* mampu untuk meningkatkan kemampuan *passing* pemain sepakbola sehingga permainan ini bisa menjadi salah satu bentuk alternatif latihan bagi pelatih.

Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Mufit dkk (2022) jurnal “Pengaruh Latihan Cone Drill Terhadap Kecepatan Tendangan Belakang Pada Siswa PSHT Rayon Bukit Bungkul”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan *cone drill* terhadap kecepatan tendangan belakang pada siswa PSHT Rayon Bukit Bungkul. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, dalam penelitian ini terdapat satu kelompok eksperimen yang sengaja diberikan perlakuan. Adapun rancangan penelitian ini menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel yaitu keseluruhan populasi menjadi sampel (total sampling). Adapun sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 orang. Berdasarkan analisis data diperoleh nilai t hitung untuk data tes awal dan tes akhir adalah t hitung lebih besar dari pada t tabel. Ini berarti terdapat pengaruh latihan *cone drill* terhadap kecepatan tendangan belakang pada siswa PSHT Rayon Bukit Bungkul. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *cone drill* terhadap kecepatan tendangan belakang pada siswa PSHT Rayon Bukit Bungkul.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini maka dapat disimpulkan bahwasanya *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola memberikan sumbangan terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat. sebesar 0,42%. Maka terdapat pengaruh *rondo game* dan *cone drill* menggunakan bola terhadap peningkatan akurasi *passing* jarak pendek pada permainan sepak bola siswa usia 12-14 tahun SSB Daun Emas Kecamatan Stabat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amansyah. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Passing Melalui Variasi Latihan Berbalik Dan Mengoper Bola Pada Atlet Sepak Bola Usia 13-15 Tahun Di SSB Sinar Pagi. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(1).
- Ardi Nusri (2018). *Buku Panduan Tes Keterampilan Sepakbola Untuk SSB*. Semarang: Cipta Prima Nusantara.
- Ariefki Agusta, & Apri Agus. (2020). Pengaruh Metode Latihan El Rondo Terhadap Keterampilan Short Passing Pemain Sepakbola Ippkm. *Jurnal Stamina*, 3(1), 31–39.
- Basyaruddin Daulay, & Bewis Darman Zebua. (2023). Pengaruh Variasi Latihan Passing Simulasi Game Terhadap Hasil Passing Sepak Bola Pada Atlet Putra Usia 12-14 Tahun. *Jurnal Jendela Ilmu olahraga (J2IO)*, 1(1).
- Danny Mielke. (2003). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya. Hal 19
- Dinata Marta. (2004). *Dasar-Dasar Mengajar Sepak bola*. Cerdas Jaya. Bandar Lampung.
- Hendrayadi Suryani, (2015). *Metode Riset Kuantitatif, Teori, Dan Aplikasi Pada Penelitian Bidang Manajemen Dan Ekonomi Islam*, Jakarta: Prenada Media.
- Ibrahim Wiyaka, & Muhammad Rizfan. (2020). Perbedaan Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Bending dan Menendang Menggunakan Karet Terhadap Power Otot Tungkai dan Long Passing Sepakbola Pada Usia 13-14 Tahun Sekolah Sepakbola Klumpang Putra. *Jurnal Prestasi*, 4(1).
- John Arwandi, & Eddy Ardianda. (2018). Latihan Zig-Zag Rundan Latihan Shuttle Run Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Perfoma olahraga*, 3(1), 32.
- Mesnan, M., Supriadi, A., & Siregar, I. (2019). Pengembangan Log Book Pembelajaran Sepak Bola Dengan Pendekatan Taktis. *Jurnal Prestasi*, 3(6), 68. <https://doi.org/10.24114/jp.v3i6.15895>
- Mielke, & Danny. (2007). *Soccer Fundamentals. Human Kinetics*.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Yudhistira.
- Naldi, I. Y., & Irawan, R. (2020). Kontribusi Kemampuan Motorik Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pada Atlet Ssb (Sekolah Sepakbola) Balai Baru Kota Padang. *Jurnal Performa olahraga*, 5(1), 6–11. <https://doi.org/10.24036/jp0133019>
- Novita Novita, & Julnifa Mendrofa. (2023). Perbedaan Pengaruh Latihan Push Up dan Latihan Bench Dip Menggunakan Alat Swiss Ball Terhadap Kemampuan Handstand Pada Atlet Senam Lantai PERSANI Medan. *Jurnal Prestasi*, 7(2).
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : ALFABETA
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Valianto, B., Dewi, R., Hamka Abdi Negara, & Siahaan. (2020). Pengaruh Gaya Mengajar Dan Minat Terhadap Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Sepak Bola. *Jurnal Pedagogik olahraga*, 06(02).