



# J2IO

## Jurnal Jendela Ilmu Olahraga



### Perbedaan Pengaruh Latihan *Rondo Soccer* Dan *Passing Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* Sepak Bola Anak Usia 14 – 15 Tahun Di SSB Bhineka

Lindung Manullang<sup>1</sup> & Syahputra Manik<sup>2</sup>

linfamanullang@gmail.com<sup>1</sup>, putramanik@unimed.ac.id<sup>2</sup>

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan *rondo soccer* dan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka. Lokasi penelitian dilakukan di tempat latihan SSB Bhineka Medan Johor Jl. Luku Simp. Gudang Kec. Medan Johor. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 24 orang atlet dengan sampel sebanyak 24 orang atlet yang diambil berdasarkan teknik *Total Sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan *pretest*, *treatment* dan *posttest* sedangkan teknik analisis data menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, uji t. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *rondo soccer* terhadap akurasi *passing* sepak bola Anak Usia 14 – 15 Tahun di SSB Bhineka dengan nilai  $t\text{-hit} = 2,61 > t\text{-tabel} = 2,20$  pada taraf taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan (db) =  $n-1$  (12-1) = 11. (2) Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola Anak Usia 14 – 15 Tahun di SSB Bhineka dengan nilai  $t\text{-hit} = 11,48 > t\text{-tabel} = 2,20$  pada taraf taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan (db) =  $n-1$  (12-1) = 11. (3) Tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *rondo soccer* dan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola Anak Usia 14 – 15 Tahun di SSB Bhineka dengan nilai  $t\text{-hit} = -24,00 > t\text{-tabel} = 2,07$  pada taraf taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan (db) =  $n-1+n2-2$  (12+12-2) = 22. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan *rondo soccer* dan latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka.

**Kata Kunci :** *Rondo Soccer*, *Passing Triangle*, *Akurasi Passing*, Sepak bola

#### Rekomendasi mensitasi :

Manullang, L. & Manik, S. (2025), Perbedaan Pengaruh Latihan *Rondo Soccer* Dan *Passing Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* Sepak Bola Anak Usia 14 – 15 Tahun di SSB Bhineka. *Jurnal Jendela Ilmu Olahraga (J2IO)*, 2 (2): 165-176.

## ***Differences in the Effects of Rondo Soccer and Passing Triangle Training on Soccer Passing Accuracy Children Aged 14 – 15 Years at SSB Bhineka***

**Abstract:** *This study aims to determine the difference in the influence of rondo soccer and triangle passing training on the soccer passing accuracy of children aged 14 - 15 years at SSB Bhineka. The research location was carried out at the SSB Bhineka Medan Johor training ground, Jl. Luku Simp. Gudang Kec. Medan Johor. The population in this study was 24 athletes with a sample of 24 athletes taken based on the Total Sampling technique. This research uses quantitative methods with data collection techniques in this research carried out by pretest, treatment and posttest, while data analysis techniques use normality tests, homogeneity tests, t tests. The results of this research show that (1) There is a significant influence of rondo soccer training on the soccer passing accuracy of children aged 14 - 15 years at SSB Bhineka with a t-hit value = 2.61 > t-table = 2.20 at a significance level of 5% and degrees of freedom (db) = n-1 (12-1) = 11. (2) There is a significant influence of triangle passing training on the soccer passing accuracy of children aged 14 - 15 Year at SSB Bhineka with a t-hit value = 11.48 > t-table = 2.20 at a significance level of 5% and degree of freedom (db) = n-1 (12-1) = 11. (3) There is no significant difference in influence between rondo soccer and triangle passing training on soccer passing accuracy for children aged 14 - 15 years at SSB Bhineka with a t-hit value = -24.00 > t-table = 2.07 at a significance level of 5% and degrees of freedom (db) = n-1+n2-2 (12+12-2) = 22. So it can be concluded that there is a significant influence of rondo soccer training and triangle passing training on the soccer passing accuracy of children aged 14 - 15 years at SSB Bhineka.*

**Keywords:** *Rondo Soccer, Passing Triangle, Passing Accuracy, Soccer*

## **PENDAHULUAN**

Olahraga diharapkan dapat menciptakan masyarakat yang sehat jasmani dan rohani, disamping itu kegiatan olahraga diharapkan membentuk watak dan kepribadian - kepribadian yang baik sehingga terciptanya manusia seutuhnya dalam mengisi pembangunan olahraga perlu ditingkatkan dan disebarluaskan dipelosok tanah air dalam rangka memasyarakatkan olahraga. Rutinitas seseorang dalam melakukan olahraga akan membuat orang tersebut menjadi tetap dalam keadaan prima dan tidak cepat mengalami kemunduran kinerja tubuh (Haryanto & Welis, 2019). Olahraga adalah cara untuk menjaga kesegaran jasmani agar tetap berada dalam kondisi yang terbaik (Yhusril et al., 2022). Salah satu bentuk olahraga yang sangat populer di masyarakat yaitu sepak bola.

Sepak bola adalah permainan yang dimainkan secara beregu yang terdiri dari 11 pemain. Dalam permainan ini dilakukan dengan kaki, namun kadang-kadang juga melibatkan kepala dan dada. Kerjasama tim yang baik sangat penting dalam menciptakan kesempatan gol dan kemampuan mengoper bola dengan baik menjadi kunci untuk mencapai tujuan (Manik & Tarigan, 2022). Sepakbola pada saat ini telah menjadi sebuah fenomena global yang menarik minat ribuan bahkan jutaan penonton di seluruh dunia (Wikarta & Rofik, 2020). Sepakbola merupakan olahraga tim yang membutuhkan kerjasama yang baik dan kemampuan teknis yang tinggi dari setiap pemain. Dengan durasi waktu pertandingan selama 90 menit, setiap detik di lapangan memberikan kesempatan bagi pemain untuk menampilkan kemampuan teknik dan strategi mereka.

Permainan ini tidak hanya sekadar tentang mencetak gol, tetapi juga tentang menjaga gawang sendiri agar tidak kebobolan. Setiap individu dalam tim harus berkontribusi secara optimal, mengeluarkan kemampuan terbaiknya, dan saling mendukung satu sama lain untuk mencapai performa yang baik. Didalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yaitu *passing* (mengumpan), *shooting* (menendang dengan keras kearah gawang), *dribbling* (menggiring bola), *heading* (menyundul bola), *stopping* (menghentikan bola) (Jusran et al., 2022). Salah satu teknik dasar yang paling dominan didalam permainan sepakbola yaitu *passing* (mengumpan).

*Passing* merupakan fondasi dalam membangun serangan dan mencetak gol dalam permainan sepakbola. *Passing* adalah teknik dasar yang dominan digunakan dalam permainan sepakbola (Nuryanta & Wibowo, 2021). Kemampuan untuk mengoper bola dengan tepat dan efektif antar pemain sangat menentukan kelancaran serta efisiensi permainan sebuah tim dengan meningkatkan akurasi *passing*. Akurasi *passing* adalah kemampuan untuk mengirmkan bola secara tepat kepada rekan satu tim (Jusran et al., 2022). Akurasi *passing* menjadi factor penentu

dalam mengatur tempo permainan, membangun serangan dan menciptakan peluang gol. Pemain yang mampu melakukan *passing* dengan tepat dapat mengubah dinamika permainan dan memberikan keuntungan besar bagi timnya. Untuk memperoleh teknik bermain sepakbola yang baik dan benar, para pemain sebaiknya berlatih secara rutin dengan penuh kedisiplinan. Oleh sebab itu, penguasaan teknik dasar dalam permainan sepakbola diharapkan mendapat perhatian serius dari pembina dan pelatih sepakbola sejak dini.

SBB Bhineka adalah sekolah sepak bola yang berlokasi di Medan Johor memiliki sejarah yang cukup panjang dalam mengembangkan bakat-bakat sepak bola di daerah tersebut. Dalam upaya mencetak pemain – pemain berkualitas, SSB Bhineka memiliki empat pelatih dengan fokus pada berbagai kelompok usia dan posisi di lapangan. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan bersama pelatih SSB Bhineka, telah diperoleh keterangan bahwa kelompok usia 14 – 15 tahun masih memiliki kekurangan pada pemain seperti teknik *passing*nya.

Dalam hal teknik *passing* tentu yang bermasalah adalah akurasi *passing*. Pada saat latihan *passing*, pelatih cenderung hanya melakukan latihan *passing* biasa tidak mendalami latihan akurasi *passing* yang bervariasi dan pada saat *game* pemain melakukan *passing* bola lebih sering tidak terarah kepada pemain satu team. Maka dari itu pemain tersebut sering kali kehilangan bola disaat mereka menguasai bola maupun dalam membangun serangan. Dari hasil observasi di atas, ternyata yang diduga peneliti sesuai dengan kenyataan, yaitu para pemain belum menguasai sepenuhnya teknik melakukan *passing* yang baik dan benar.

Dengan demikian pokok permasalahan adalah akurasi *passing* pemain masih butuh peningkatan. Untuk mempertegas hal tersebut peneliti melakukan tes pendahuluan berupa tes *passing* terhadap siswa Usia 14-15 tahun sekolah sepakbola (SSB) Bhineka. Dari hasil tes pendahuluan *passing* pada tiap-tiap atlet yang berjumlah 24 orang, seluruhnya mendapatkan hasil tes dibawah rata-rata dan tidak sesuai dengan yang di harapkan peneliti. Hal ini di karenakan peneliti merasa adanya kesenjangan pada kemampuan atlet sekolah sepakbola (SSB) Bhineka Usia 14-15 tahun. Dari hasil tes pendahuluan tersebut dapat di simpulkan bahwa *passing* bola pada atlet sekolah sepakbola (SSB) Bhineka usia 14-15 tahun masih perlu di tingkatkan lagi agar hasilnya menjadi lebih baik.

Untuk meningkatkan akurasi *passing*, peneliti harus menemukan latihan akurasi *passing* yang akan diterapkan dalam latihan. Penggunaan latihan yang baru menjadi unsur yang penting untuk meningkatkan efektifitas latihan. Untuk itu peneliti perlu mengadakan penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan akurasi *passing* di SSB Bhineka. Dalam upaya meningkatkan

akurasi *passing*, berbagai metode latihan telah dikembangkan, di antaranya adalah latihan *rondo soccer* dan *passing triangle*.

Meskipun kedua metode latihan ini bertujuan untuk meningkatkan akurasi *passing*, namun terdapat perbedaan dalam pendekatan dan fokusnya. Latihan *rondo soccer* lebih menekankan pada pengembangan kemampuan individual dalam mengontrol dan mengalirkan bola dalam situasi yang lebih mirip dengan kondisi sebenarnya dalam pertandingan. Sementara itu, *passing triangle* lebih menekankan pada pola *passing* dan kerjasama antar pemain dalam situasi yang lebih terstruktur.

Dalam penelitian ini judul yang di pilih adalah : ”*Perbedaan pengaruh latihan rondo soccer dan passing triangle terhadap akurasi passing sepakbola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka*”. Dengan harapan meningkatkan akurasi *passing* yang berkategori baik. Dan untuk itu harapan peneliti dan pelatih, atlet usia 14 – 15 tahun SSB Bhineka dapat mencapai target nilai dengan kategori baik dari tes yang berdasarkan buku panduan yang ada.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode eksperiment, dengan design rancangan penelitian “*One-Group Pretest-posttest design*”. yaitu kegiatan penelitian yang memberikan test awal (*pretest*) sebelum di berikan perlakuan dan setelah perlakuan di berikan tes akhir (*posttest*) perlakuan dapat di ketahui lebih akurat dengan membandingkan ke adaan sebelum dan sesudah seberikan perlakuan (Arikunto, 2014). Penelitian ini dilaksanakan di tempat latihan SSB Bhineka yang berada di Medan Johor, tepatnya di Jl. Luku Simp.Gudang Kec. Medan Johor.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan rondo soccer dan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian (Arikunto, 2006). Menurut Sugiyono (2006) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek penelitian yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sehingga populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah sepakbola SSB Bhineka, Kecamatan Medan Johor, Kota Medan.

Menurut Amin et al. (2023) Sampel adalah sebagian dari populasi untuk mewakili seluruh populasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak yang berusia 14 – 15 tahun sebanyak 24 orang, yang diambil berdasarkan teknik Total sampling merupakan suatu metode pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi yang ada Usia 14 – 15 tahun yang berjumlah 24 orang. Data penelitian ini diperoleh dengan melakukan tes *akurasi*

*passing* melalui tes (Nusri, 2018). Teknik analisis data adalah suatu metode atau cara untuk mengolah sebuah data menjadi informasi sehingga karakteristik data tersebut menjadi mudah untuk di pahami dan juga bermanfaat untuk menemukan solusi permasalahan, yang terutama adalah masalah yang tentang sebuah penelitian (Abdullah et al., 2022).

Data yang diperoleh adalah skor individu dari hasil tes *passing* bola. Selanjutnya data diolah dengan menggunakan uji T dengan bantuan microsoft excel untuk membuktikan apakah hipotesis telah di ajukan dalam penelitian ini dapat diterima atau ditolak. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat, untuk membantu analisis data penelitian menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan dilakukan uji prasyarat diantaranya uji normalitas dan uji homogenitas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan akurasi *passing* sepak bola sesuai dengan hipotesis yang telah diajukan sebelumnya. Berdasarkan hasil tes dan pengukuran yang telah diolah menggunakan rumus statistik menunjukkan deskripsi data yaitu:

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok *Rondo Soccer*

No	<i>Rondo Soccer</i>		
	Nama	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
1	Brian	14	17
2	Sisko	12	12
3	Anjar	12	11
4	Farel.S	11	13
5	Raffa	11	10
6	Demian	10	13
7	Valentine	10	12
8	Ariel	9	13
9	Farel.T	9	11
10	Icon	9	14
11	Randi	9	15
12	Samuel	8	13
	$\Sigma$	10,33	12,83
	S	1,72	1,90
	Selisih Rata-rata	2,50	

Berdasarkan tabel diatas, maka diperoleh rata-rata *pretest rondo soccer* sebesar 10,33 dengan standart deviasi 1,72 dan untuk rata-rata hasil *posttest* 12,83 dengan standart deviasi 1,90. Setelah diperoleh skor *pretest* dan *posttest* maka diketahui nilai rata-rata peningkatan untuk kelompok latihan *rondo soccer* yaitu sebesar 2,50.

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok *Passing Triangle*

No	<i>Passing Triangel</i>		
	Nama	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
1	Diki	13	16
2	Reno	12	14
3	Alam	12	14
4	Boni.S	11	15
5	Zidan	11	16
6	Chandra	11	15
7	Baros	10	13
8	Alif	10	15
9	Aldy	9	14
10	Rifky	9	12
11	Rio	8	11
12	Rangga	8	12
Σ		10,33	13,92
S		1,61	1,62
Selisih Rata-rata		3,58	

Berdasarkan tabel diatas, maka diperoleh rata-rata *pretest* kelompok *passing triangle* sebesar 10,33 dengan standart deviasi 1,61 dan untuk rata-rata hasil *posttest* kelompok *passing triangle* 13,92 dengan standart deviasi 1,62. Setelah diperoleh skor *pretest* dan *posttest* maka diketahui nilai rata-rata peningkatan untuk kelompok latihan *rondo soccer* yaitu sebesar 3,58.

**Pengujian Prasyarat Analisis**

Pengujian prasyarat analisis adalah konsep dasar untuk menentukan statistik uji mana yang diperlukan. Pengujian prasyarat merupakan langkah yang harus diambil sebelum menguji hipotesis. Uji prasyarat analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes normalitas dan tes homogenitas.

**Hasil Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk mengkaji kenormalan variabel yang diteliti apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Analisis statistik dalam uji normalitas menggunakan *Liliefors* dengan menggunakan bantuan Program Excel. Adapun hasil uji normalitas *rondo soccer* dan *passing triangle* adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas *Pre Test* dan *Post Test* Kedua Kelompok

Kelompok	N	$L_h$	$L_t$	Keterangan
<i>Pre test</i> Kelompok <i>Rondo Soccer</i>	12	0,197	0,242	Normal
<i>Post Test</i> Kelompok <i>Rondo Soccer</i>	12	0,215	0,242	Normal
<i>Pre test</i> Kelompok <i>Passing Triangle</i>	12	0,129	0,242	Normal
<i>Post Test</i> Kelompok <i>Passing Triangle</i>	12	0,131	0,242	Normal

Tabel diatas menunjukkan bahwa hasil data *pretest* kelompok latihan *rondo soccer* diperoleh  $L_{hitung} = 0,197$  dengan  $L_{tabel} 0,242$ . Dan untuk hasil data *posttest* diperoleh  $L_{hitung} 0,215$  dengan  $L_{tabel} 0,242$  dan  $n = 12$  taraf  $\alpha = 0,05$ . Oleh karena  $L_{hitung} < L_{tabel}$  dapat disimpulkan hasil data *pretest* dan *posttest* kelompok latihan *rondo soccer* berdistribusi normal karena.

Data *pretest* kelompok latihan *passing triangle* diperoleh  $L_{hitung} = 0,129$  dengan  $L_{tabel} = 0,242$ . Dan untuk hasil data *posttest* diperoleh  $L_{hitung} = 0,131$  dengan  $L_{tabel} = 0,242$  dan  $n = 12$  taraf  $\alpha = 0,05$ . Karena  $L_{hitung} < L_{tabel}$  dapat disimpulkan data *pretest* dan *posttest passing triangle* berdistribusi normal karena.

**Hasil Uji Homogenitas**

Tabel 4. Uji Homogenitas

No	Kelompok	F <sub>hitung</sub>	F <sub>tabel</sub>	A	N	Keterangan
1.	Pre Test dan Post test Kelompok Rondo Soccer	1,21	2,82	0,05	12	Homogen
2.	Pre Test dan Post test Kelompok Passing Triangle	1,001	2,82	0,05	12	Homogen
3	Post Test Kelompok Rondo Soccer dan Passing Triangle	1,37	2,82	0,05	12	Homogen

Berdasarkan tabel 4 diperoleh  $F_{hitung}$  dari *Rondo Soccer* sebesar 1,21 dengan derajat kebebasan (dk) untuk kedua data adalah  $12-1 = 11$  sehingga didapat  $F_{tabel} = 2,82$ . Karena  $F_{hitung} < F_{tabel}$  yaitu  $1,21 < 2,82$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa data *rondo soccer* adalah homogen. Kelompok *passing triangle* diperoleh  $F_{hitung}$  sebesar 1,001 dengan derajat kebebasan(dk) untuk kedua adalah  $12-1 = 11$  sehingga  $F_{tabel} = 2,82$ . Karena  $F_{hitung} 1,11 < F_{tabel} 2,82$  maka dapat kesimpulan bahwa data *passing triangle* adalah homogen.

Uji homogenitas untuk data *post test* kelompok *rondo soccer* dan *passing triangle* diperoleh  $F_{hitung}$  sebesar 1,37 dengan derajat kebebasan(dk) untuk kedua adalah  $12-1 = 11$  sehingga  $F_{tabel} = 2,82$ . Karena  $F_{hitung} 1,37 < F_{tabel} 2,82$  maka dapat kesimpulan bahwa kedua data homogen.

**Pengujian Hipotesis**

Setelah melakukan uji normalitas dan homogenitas maka berikutnya dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis ini dilakukan untuk menentukan apakah hipotesis yang dibuat dapat diterima atau ditolak. Uji T sampel berpasangan (paired sample T test) dengan signifikan 5%  $\alpha = 0,05$ . Adapun untuk penarikan kesimpulan hipotesis sebagai berikut :

$H_0$  diterima jika nilai  $T_{hitung} < T_{tabel}$  dan  $H_a$  ditolak

$H_a$  diterima jika nilai  $T_{hitung} > T_{tabel}$  dan  $H_0$  ditolak

**Uji Hipotesis 1**

Penelitian ini memiliki uji hipotesis yaitu “terdapat pengaruh latihan *rondo soccer* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka”. Uji hipotesis 1 ini dilakukan dengan menggunakan uji T berpasangan dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 5. Hasil Uji T Kelompok *Rondo Soccer*

Kelompok	Rata-Rata	Hasil analisis		Keterangan
		T <sub>hitung</sub>	T <sub>tabel</sub>	
Pre Test	10,33	2,61	2,20	Signifikan
Post Test	12,83			

Pada tabel 4.5 diatas dengan hasil uji *paired sampel T-Test* diperoleh nilai  $t_{hitung} = 2,61$  dan  $t_{tabel} = 2,20$ . Berdasarkan tabel daftar distribusi t dengan  $dk = n-1$  ( $12-1 = 11$ ) pada taraf nyata  $\alpha = 0,05 = 2,20$  yang berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $2,61 > 2,20$ ) dengan demikian  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa latihan *rondo soccer* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14-15 tahun di SSB Bhineka.

**Uji Hipotesis 2**

Uji hipotesis ke dua adalah terdapat pengaruh latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka. Uji T sampel berpasangan (*paired sample T test*) dengan signifikan 5%  $\alpha = 0,05$ . Adapun untuk penarikan kesimpulan hipotesis sebagai berikut :

$H_o$  diterima jika nilai  $T_{hitung} < T_{tabel}$  dan  $H_a$  ditolak

$H_a$  diterima jika nilai  $T_{hitung} > T_{tabel}$  dan  $H_o$  ditolak

Tabel 6. Hasil Uji T Kelompok Latihan *Passing Triangle*

Kelompok	Rata-Rata	Hasil analisis		Keterangan
		$T_{hitung}$	$T_{tabel}$	
<i>Pre Test</i>	10,33	11,48	2,20	Signifikan
<i>Post Test</i>	13,92			

Pada tabel 6. diatas dengan hasil uji *paired sampel T-Test* diperoleh nilai  $t_{hitung} = 11,48$  dan  $t_{tabel} = 2,20$ . Berdasarkan tabel daftar distribusi t dengan  $dk = n-1$  ( $12-1 = 11$ ) pada taraf nyata  $\alpha = 0,05 = 2,20$  yang berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $11,48 > 2,20$ ) dengan demikian  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa latihan *passing triangle* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14-15 tahun di SSB Bhineka.

**Hipotesis 3**

Uji *independent sample t test* digunakan untuk menguji hipotesis ketiga yang berbunyi latihan *rondo soccer* lebih berpengaruh daripada latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepakbola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka, melalui *posttest* antara kelompok latihan *rondo soccer* dengan kelompok latihan *passing triangle*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh data pada tabel di bawah:

Tabel 7. Hasil Uji *Independent Sample t test* Kedua Kelompok

Kelompok Latihan	Rata-Rata	Hasil analisis		Keterangan
		$T_{hitung}$	$T_{tabel}$	
<i>Post Test</i> Kelompok <i>Rondo Soccer</i>	12,83	-24,00	2,07	Tidak Signifikan
<i>Post Test</i> Kelompok <i>Passing Triangle</i>	13,92			

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa nilai  $t$ -hitung =  $-24,00 < t$ -tabel  $2,07$  pada taraf signifikansi  $\alpha$  5% dengan  $dk = 22$  maka  $H_o$  diterima. Hal ini berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan hasil *post-test* dari kelompok eksperimen *rondo soccer* dan kelompok eksperimen *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14-15 tahun di SSB Bhineka.

Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa latihan *rondo soccer* tidak lebih berpengaruh daripada latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepakbola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka.

### **Pembahasan**

Dalam permainan sepak bola, penguasaan terhadap teknik dasar sepak bola seperti *passing*, *control* dan *shooting* sangat diperlukan untuk hasil permainan yang baik. Akurasi *passing* merupakan kemampuan untuk mengirimkan bola kepala rekan-rekan satu tim. Dalam melakukan akurasi *passing* tentunya dibutuhkan latihan teknik *passing* terhadap seorang atlet sepak bola. Adapun latihan yang dapat meningkatkan akurasi *passing* yaitu latihan *rondo soccer* dan latihan *passing triangle*.

### **Terdapat Pengaruh Latihan *Rondo Soccer* Terhadap Akurasi *Passing* Sepak Bola Anak Usia 14-15 Tahun di SSB Bhineka.**

Berdasarkan pengujian hipotesis pertama yang menyatakan terdapat pengaruh latihan *rondo soccer* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14-15 tahun di SSB Bhineke. Pada kelompok latihan *rondo soccer* terdapat peningkatan hasil *passing* sepak bola. Latihan *Rondo Soccer* dikenal dengan istilah kucing-kucingan merupakan sebuah metode latihan dalam meningkatkan *passing* dengan skema lingkaran diisi beberapa pemain dan menempatkan satu atau dua pemain ditengah lingkaran.

Hasil penelitian yang telah dilakukan di SSB Bhineka dengan *rondo soccer* hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam akurasi *passing* sepak bola pada anak usia 14-15 tahun. Latihan *rondo soccer* dirancang untuk meningkatkan kemampuan *passing*, *control* bola dan pemahaman posisi antar pemain. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*, terjadi peningkatan rata-rata skor dari 10,33 menjadi 12,83 dengan peningkatan rata-rata sebesar 2,50. Uji hipotesis menunjukkan bahwa  $T_{hitung} (2,61) > T_{tabel} (2,20)$ , sehingga dapat disimplkan bahwa latihan *rondo soccer* memberikan pengaruh signifikan terhadap akurasi *passing*.

Latihan *rondo soccer* merupakan salah satu model latihan sepakbola yang memiliki konsep lingkaran, dimainkan oleh sekelompok pemain yang bertujuan untuk menjaga penguasaan bola dengan saling mengoper bola, serta beberapa pemain lain di dalam lingkaran yang bertugas merebut bola. Segala aspek dalam permainan sepakbola kecuali *shooting*, dapat dilakukan dalam *rondo* (Bernardo, 2014). Artinya, *rondo soccer* memuat aspek *passing*. Untuk itu, *rondo soccer* dalam penelitian ini dijadikan pedoman sebagai salah satu cara untuk menghasilkan temuan baru apakah *rondo soccer* berpengaruh dalam meningkatkan akurasi *passing* sepakbola.

Latihan *rondo soccer* membantu para pemain untuk lebih cepat dalam membuat keputusan saat berada dalam situasi tekanan. Dalam *rondo soccer*, pemain dilatih untuk berfikir cepat, menggoper bola dengan akurat, dan menjaga ketenangan ketika dikepung oleh lawan. Peningkatan signifikan ini menunjukkan bahwa metode latihan ini efektif meningkatkan kemampuan *passing*, terutama dalam situasi yang menuntut pengambilan keputusan cepat.

### **Terdapat Pengaruh Latihan *Passing Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* Sepak Bola Anak Usia 14-15 Tahun di SSB Bhineka.**

Berdasarkan pengujian hipotesis pertama yang menyatakan terdapat pengaruh latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14-15 tahun di SSB Bhineke. Pada kelompok latihan *passing triangle* terdapat peningkatan hasil *passing* sepak bola. Latihan *passing triangle* merupakan metode dalam bentuk latihan dengan menggunakan pola dasar dalam bentuk segitiga dengan jarak lintasan yang berbeda antara sudutnya.

Latihan *passing triangle* berfokus pada pola gerakan dan *passing* tiga sisi, yang membantu pemain meningkatkan koordinasi antar anggota tim, memahami pergerakan tanpa bola, dan menciptakan peluang *passing* yang lebih baik. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata dari 10,33 menjadi 13,92, dengan peningkatan rata-rata sebesar 3,58. Uji hipotesis kedua juga menunjukkan hasil yang signifikan dengan  $T_{hitung} (11,48) > T_{tabel} (2,20)$ .

Peningkatan pada latihan *passing triangle* ini menunjukkan bahwa latihan ini memberikan dampak yang kuat pada pemahaman taktis dan kemampuan *passing* secara keseluruhan. Pola gerakan segitiga memungkinkan pemain untuk berlatih pengalihan bola dengan cara yang lebih terstruktur, yang mempermudah mereka untuk menemukan ruang dan menggoper bola secara efektif selama pertandingan.

*Passing triangle* adalah latihan yang menekankan pada pola *passing* antara tiga pemain dalam membentuk segitiga, dengan tujuan meningkatkan kecepatan dan ketepatan melakukan *passing*. Dalam bentuk latihan ini pemain dituntut untuk bergerak keruang yang kosong, saat pemain menggoper bola maka pemain tersebut harus memberikan umpan ke sudut yang kosong dan pemain yang tidak membawa bola juga harus berlari menempatkan ke sudut yang kosong supaya pemain yang membawa bola bisa memberikan umpan ke pemain yang tidak membawa bola (Jovanic, 2011).

### **Tidak Terdapat Perbedaan Pengaruh Latihan *Rondo Soccer* Dengan Latihan *Passing Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* Sepak Bola Anak Usia 14-15 Tahun di SSB Bhineka.**

Berdasarkan pengujian hipotesis ke tiga yang menyatakan tidak terdapat perbedaan pengaruh latihan *rondo soccer* dengan latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usis 14-15 tahun di SSB Bhineka. Dari rata-rata peningkatan hasil *passing* pada kedua kelompok latihan menunjukkan bahwa kedua kelompok meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa latihan *rondo soccer* dan *passing triangle* sama-sama berpengaruh dan baik digunakan kepada kelompok anak usia 14-15 tahun di SSB Bhineka . dalam peningkatkan akurasi *passing* sepak bola.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dapat diambil kesimpulan:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *rondo soccer* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepak bola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka.
3. Latihan *rondo soccer* tidak lebih berpengaruh daripada latihan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* sepakbola anak usia 14 – 15 tahun di SSB Bhineka.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Haryanto, J., & Welis, W. (2019). *Exercising Interest in the Middle Age Group*. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(02), 214–223. <https://doi.org/10.24036/jp0131019>
- Jusran, S., Badaru, B., Hasruddin, & Hasniah. (2022). *Bahan Ajar Sepakbola*. Banten: YPSIM.
- Manik, S. & Tarigan, R. P. (2012), Perbedaan Pengaruh Latihan Diamond Passing Dengan Triangle Passing Terhadap Akurasi Passing Pada Pemain Sepakbola SSB Porkam Deli Serdang Usia 10-15 Tahun. *Jurnal Prestasi* 6(1): 16–20. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpsi/index>.
- Nuryanta, H., & Wibowo, A. T. (2021). Penerapan Metode Pasing Kaki Bagian Dalam melalui Permainan Gawang Segitiga untuk Meningkatkan Kualitas Passing Ekstrakurikuler Sepakbola MTSN 6 Sleman. *Jurnal Olympia*, 3(1), 37–43. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v3i1.1439>
- Nusri, A. (2018). *Buku Panduan Tes Keterampilan Sepakbola Untuk SSB*. Semarang: Cipta Prima Nusantara.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung:Alfabeta.
- Wikarta, B. A., & Rofik, M. (2020). Latihan Small Sided Games Dalam Ketepatan Passing Pada Ekstrakurikuler Sepak Bola. *SPORTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi*, 5(2), 17-20.
- Yhusril, A. M. (2022). Pengaruh Latihan Model Rondo Terhadap Akurasi Ground Passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 WAJO. 1(2): 2829–7784. doi:10.5281/zenodo.7124799.