



PENGARUH METODE LATIHAN BERMAIN SMALL SIDE GAME TERHADAP PENINGKATAN PASSING DI SEKOLAH SEPAK BOLA BINTANG 25 KABUPATEN BEKASI

Ilham Putra Mahesa^{1*}, Yudhaprawira Asrori², ‘Ala Faridatul³, Eko Prabowo⁴

^{1,2,3}Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, ⁴Universitas Negeri Jakarta

*Email Korespondensi : ilham.putra.mahesa.18@mhs.ubharajaya.ac.id¹,
asrori.yudhaprawira@dsn.ubharajaya.ac.id², faridatul@dsn.ubharajaya.ac.id³, ekoprabowo@unj.ac.id⁴

ABSTRAK

Small Sided Games adalah bentuk latihan yang dilakukan dalam bentuk bermain yang mengadopsi permainan sebenarnya sehingga pemain bisa menguasai keterampilan teknik, taktik, dan fisik secara bersamaan. Dengan metode latihan ini, diharapkan nantinya pemain dapat mengambil keputusan dalam memberikan passing dengan cepat dan tepat saat bermain dalam permainan yang sesungguhnya. Ini akan berpengaruh baik untuk individu ataupun tim. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen karena sifat dari penelitian ini, adalah untuk mengungkapkan pengaruh metode latihan bermain *small side games* terhadap peningkatan *passing* dalam bermain sepak bola di Sekolah Sepak Bola (SSB) Bintang 25 Kabupaten Bekasi. Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap perlakuan tes yang dilakukan dalam nilai kelas eksperimen *minimum pretest* 54 dan 72 dan *maksimum nilai posttest* 75 dan 92, nilai tengah dalam hasil *pretest* dan *posttest* $62,75 < 82,15$ maka hasil perhitungan dalam tes berhasil dilakukan.

Kata kunci: *Passing, Small Side Games, Sepak Bola*

ABSTRACT

Small Sided Games (SSG) are a form of training conducted in a playing format that simulates real-game scenarios, enabling players to master technical, tactical, and physical skills simultaneously. Through this training method, it is anticipated that players will be able to make quick and accurate decisions when passing during actual gameplay. This will have a positive impact on both individual players and the team. The research method employed in this study is the experimental method, given the nature of the research, which aims to reveal the influence of small-sided games training methods on the improvement of passing skills in football at the Bintang 25 Football School (SSB) in Kabupaten Bekasi. There is a significant influence on the treatment tests conducted, with the minimum pretest value in the experimental class being 54 and 72, and the maximum posttest value being 75 and 92. The middle values in the pretest and posttest results, $62.75 < 82.15$, indicate that the test calculations were successful.

Keywords: *Passing, Small Side Games, Football*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktifitas yang sangat penting dalam kehidupan manusia sebab apabila seseorang melakukan olahraga dengan teratur akan membawa pengaruh yang baik terhadap perkembangan jasmaninya. Selain dari berguna bagi pertumbuhan kepada perkembangan jasmani manusia, juga memberi pengaruh kepada perkembangan rohaninya, pengaruh tersebut dapat memberikan (Salahudin, 2020). Olahraga adalah aktivitas fisik yang perkembangannya sangat pesat dan di gemari oleh setiap orang di dunia, mulai dari anak-anak hingga orang tua. Olahraga didefinisikan sebagai segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial (Jihad, 2021). Menurut peneliti menyimpulkan bahwasannya olahraga adalah kegiatan yang melibatkan aktivitas fisik dalam melakukannya, selain itu juga olahraga salah satu aspek



penting dalam kehidupan manusia dalam menyehatkan jasmani dan rohani.

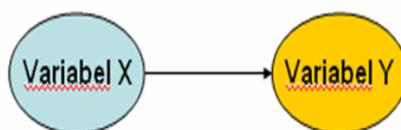
Sepak bola adalah permainan yang dilakukan oleh dua tim, setiap tim terdiri atas 11 orang pemain. Setiap tim yang mencetak lebih banyak gol adalah pemenang. Pemain sepak bola dituntut menguasai teknik, taktik, dan strategi yang benar serta konsisten atas dasar koordinasi kaki untuk tetap menguasai bola untuk mendukung tercapainya tujuan dalam permainan sepak bola. Kemampuan menendang bola akan ikut menentukan suatu tim dalam memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan (Pratama, 2022). Sepakbola merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua kelompok yang berlawanan yang di gemari oleh setiap kalangan masyarakat yang semua unsur kondisi fisik terdapat di dalamnya (Putra, 2020). Permainan sepakbola memiliki tujuan untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan menjaga agar gawang tidak kemasukan bola. Permainan sepakbola memerlukan kerjasama yang baik antar pemain dan harus didukung dengan teknik dan fisik yang baik.

Small Sided Games adalah bentuk latihan yang dilakukan dalam bentuk bermain yang mengadopsi permainan sebenarnya sehingga pemain bisa menguasai keterampilan teknik, taktik, dan fisik secara bersamaan. *Small Side Games* merupakan bentuk pembelajaran yang dilakukan dalam bentuk permainan seperti permainan sebenarnya sehingga diharapkan siswa bisa mengambil keputusan dengan cepat dan tepat (Putra A. N., 2022). *Small sided games* diharapkan mampu membuat pemain semakin cepat dalam bereaksi dan menentukan keputusan, misalnya setelah menerima umpan, pemain diharapkan bisa memberikan atau menyambung umpan kepada rekan satu timnya dengan cepat dan tepat. Karena arena lapangan yang kecil dan pembatasan sentuhan terhadap bola, maka ruang gerak semakin sempit. Hal tersebut akan membuat pemain mau tidak mau harus cepat bereaksi agar bola tidak tertangkap oleh lawan dan diberikan kepada teman satu tim dengan baik. SSB Bintang 25 terbentuk dari kegiatan di lingkungan perumahan Villa Gading Harapan Sempit mengikuti beberapa kompetisi, setelah mengikuti kompetisi semakin marak anggota untuk mengikuti latihan di SSB Bintang 25 dari beberapa kompetisi ini SSB Bintang mengalami beberapa kegagalan di sebabkan kurangnya kepercayaan diri dan mental khususnya dalam teknik dasar, maka dari itu peneliti memberikan suatu metode latihan *Small Side Games* guna memperbaiki kesalahan dalam permainan. SSB Bintang 25 tersebut didirikan oleh bapak Ujang Dirman selaku pembentuk sekolah sepak bola.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen karena sifat dari penelitian ini, adalah untuk mengungkapkan pengaruh metode latihan bermain *small side games* terhadap peningkatan *passing* dalam bermain sepak bola di Sekolah Sepak Bola (SSB) Bintang 25 Kabupaten Bekasi. Pada penelitian ini akan membagi sampel menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dalam menarik sampel yang akan digunakan sebagai objek penelitian, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* untuk melakukannya.

Gambar 3. 1 Variabel X dan Y



Sumber: (Prof.Dr.Sugiyono, 2013)

Keterangan :

X : Latihan Bermain *Small Side Game*

Y : Peningkatan *Passing* Dalam Bermain Sepak bola

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah dimana pada wilayah tersebut terdapat objek dan subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu sesuai dengan ketentuan peneliti dengan tujuan untuk dipelajari,



diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini, populasi yang digunakan adalah para atlet yang berjumlah 40 orang SSB Bintang 25 Kabupaten Bekasi.

Yaitu terdiri dari 12 atlet berumur 17 Tahun, 6 atlet berusia 16 tahun, dan 2 atlet berusia 15 tahun

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dianggap bisa mewakili populasi, dengan karakteristik yang sama, atau dapat juga dikatakan bahwasampel merupakan kelompok kecil dari sebuah populasi yang dianggap dapat mewakili populasi yang diteliti oleh peneliti sehingga peneliti tidak perlu meneliti keseluruhan populasi karena karakteristik yang sama. Pada penelitian ini akan membagi sampel menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dalam menarik sampel yang akan digunakan sebagai objek penelitian, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* untuk melakukannya. Teknik ini dipilih dengan pertimbangan melihat bahwa populasi yang homogen. Penentuan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dilakukan dengan teknik diundi yang disaksikan oleh pelatih dari SSB Bintang 25 Kabupaten Bekasi Sampel penelitian berjumlah 40 orang anak, yang artinya akan dibagi menjadi 2 kelompok dengan satu kelompok berjumlah 20 orang atlet.

Berikut adalah data sampel yang di ambil dalam penelitian ini, peneliti menyajikan dalam bentuk tabel :

Tabel 3. 1 Data Penelitian

No	Nama Lengkap	Tempat Tanggal Lahir	Usia
1	Muhammad Muzakkir	02 Maret 2006	17
2	Apriansyah	23 Oktober 2006	17
3	Muhamad Iqbal Romadhon	06 Juni 2006	17
4	Choirul Amsor Sanusi	11 February 2006	17
5	Farhantha Muhammad Nabil	13 April 2006	17
6	Ringga Maulana	31 Maret 2006	17
7	Burhanudin	06 Agustus 2008	15
8	Galang Ramadhan Putra	13 September 2007	16
9	Muhamad Fatih Zidan	2 November 2006	17
10	Ibrahimovik	22 April 2007	16
11	Arif Kurniawan	20 September 2007	16
12	Ferdiansyah	7 November 2006	17
13	Putra Kurnia	9 Mei 2007	16
14	Muhammad Nugraha	15 Maret 2006	17
15	Mohammad Yusuf Firdaus	Jakarta 4 Febuari 2006	17
16	Muhammad Ilham Pratama	14 Maret 2007	16
17	Ristiano Renata	15 April 2006	17
18	Fadil Aryanto	24 Maret 2008	15
19	Putra Permana	1 Maret 2007	16
20	Fadli Pardiansyah	Bekasi 18 Maret 2006	17

3. Definisi operasional variabel

Peneliti dalam melakukan penelitian memakai 2 Variabel bebas dan terikat dalam penelitian ini adalah latihan model latihan *small side game* dalam meningkatkan *passing* pada olahraga sepak bola. Variabel terikat (*dependent variable*) yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (*independent variable*). Variabel terikat pada penelitian ini adalah peningkatan kemampuan *passing* menggunakan model latihan *small side games*. Dalam penelitian ini pengukuran dilakukan dengan instrument tes ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola terhadap subjek penelitian yang dilakukan melalui tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*postest*).

**Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian merupakan suatu alat pengukur yang dapat digunakan untuk mengukur berbagai hal, diantaranya yaitu mengukur fenomena alam dan sosial yang diamati (Sugiyono, 2017). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berbentuk tes berikut adalah norma tes dalam keberhasilan melakukan tes atau tidaknya :

Tabel 3. 2 Norma Tes Penilaian *Passing*

Kategori	Skala
Baik Sekali	≥ 80
Baik	79 – 75
Cukup	74 – 70
Sedang	69 – 65
Kurang	64 – 60
Kurang Sekali	≤ 50

Sumber : (Nurhasan, 2001)

Tes Sepak Bola dan Tahan Bola

Tujuan : untuk mengukur keterampilan dan gerak kaki dalam menendang dan menahan bola

Alat yang di gunakan :

1. Bola 2 buah
2. *Stopwatch*
3. Bangku 4 buah (papan ukuran 3m x 60cm sebanyak 2 buah)
4. Pita
5. *Marker* dan *Cones*

Pelaksanaan tes :

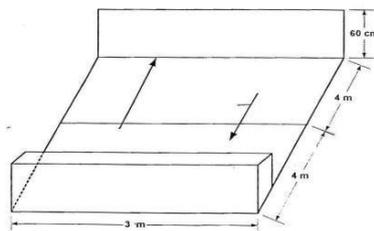
1. *Tester* berdiri di belakang bola yang di letakan pada sebuah titik berjarak 16,5 meter berpasangan
2. *Aba-aba* dari *tester*
3. Pada saat kaki *tester* mulai menendang bola, maka *stopwatch* di jalankan dan berhenti saat bola mengenai atau kena sasaran
4. *Testee* di beri 3 (tiga) kali kesempatan

Petunjuk Pelaksanaan :

1. *testee* berdiri di belakang garis tembak yang berjarak 4 meter dari sasaran dan papan dengan posisi kaki kanan atau kiri siap menembak dengan kebiasaan pemain.
2. Pada aba-aba “ya” *testee* memulai menyepak bola ke sasaran, pantulanya di tahan kembali dengan kaki di belakang garis tembak.
3. selanjutnya dengan kaki yang berbeda bola disepak kearah berlawanan dengan sepakan pertama. Apabila bola keluar dari daerah sepak bola. maka *testee* menggunakan bola cadangan yang telah disediakan.
4. Penilaian : jumlah menendang bola dan menahan bola yang sah, selama 30detik, hitungan satu, diperoleh dari satu kali kegiatan menendang bola.

Gagal Apabila :

Bola ditahan dan ditendang didepan garis tendang yang akanmenendang bola hanya menahan dan menendang bola dengan satu kaki

Gambar 3. 2 Tes Sepak Tahan Bola (*Passing dan Stopping*)

Sumber: (Nurhasan dan Cholil, 2007, hlm. 209)

Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data tersebut dengan menggunakan uji t. sebelumnya dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov Test*, dan uji homogenitas dengan uji t menggunakan SPSS 25.

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas bertujuan untuk melihat apakah data tentang fleksibilitas atlet anggota SSB Bintang 25 sebelum dan setelah diberikan perlakuan berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas sebaran data akan menggunakan *Kolmogorov Smirnov*. Pada penelitian ini menggunakan taraf signifikan 5% atau 0,05 dengan syarat :

- 1) Jika P value $\geq 0,05$ maka dikatakan berdistribusi normal
- 2) Jika P value $< 0,05$ maka dikatakan berdistribusi tidak normal

b. Uji Homogenitas

Jika data berdistribusi normal, maka dilanjut dengan uji homogenitas. Pengujian homogenitas antara nilai pretest dan nilai posttest dilakukan untuk mengetahui apakah varians kedua nilai sama atau berbeda. Adapun hipotesis yang akan diuji adalah sebagai berikut.

- 1) $H_0 : \sigma_1^2 = \sigma_2^2$ (tidak terdapat perbedaan variansi antara nilai *pretest* dan nilai *posttest*).
- 2) $H_a : \sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$ (terdapat perbedaan variansi antara nilai *pretest* dan nilai *posttest*)

Kriteria pengujian dengan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) adalah H_0 diterima apabila $\text{Sig} > 0,05$ dan H_0 ditolak apabila $\text{Sig} \leq 0,05$.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis memakai uji-t dibantu oleh program SPSS 25, yakni dengan melakukan perbandingan diantara nilai mean diantara pretest serta *post-test*. Jika nilai t hitung lebih kecil dari pada t tabel, akibatnya H_a akan ditolak, apabila t hitung lebih besar daripada t tabel akibatnya H_a akan diterima. Dalam Uji hipotesis dibantu oleh program SPSS 25.

$$T\text{-value} = \frac{\text{mean1} - \text{mean2}}{\frac{(n1-1) \times \text{var1} + (n2-1) \times \text{var2}}{n1+n2-2}} \times \sqrt{\frac{1}{n1} + \frac{1}{n2}}$$

Maka dengan adanya uji t dapat membantu menguji penelitian ini apakah hasilnya signifikan atau tidak dan dapat membuktikan hasil dengan valid. Maka digunakan rumus sebagai berikut:

Keterangan :

1. Mean1 dan Mean2 : Nilai rata-rata masing-masing dari setiap kumpulan data sampel
2. Var1 dan Var2 : Varian dari masing-masing set data sampel
3. n1 dan n2 : Jumlah *record* pada tiap kumpulan data sampel

Analisis data untuk uji-t, hipotesis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. H_0 : Tidak adanya pengaruh yang signifikan dari pemberian latihan *Passing* menggunakan metode latihan *small side game* terhadap atlet SSB Bintang 25
2. H_a : Ada pengaruh yang signifikan latihan bermain *small side game* peningkatan *passing* bermain di Sekolah Sepak Bola (SSB) Bintang 25 kabupaten Bekasi

**HASIL dan PEMBAHASAN**

Berikut ini merupakan perolehan hasil uji t. Adapun hasil penilaian tes *pretest* dan *posttest* setelah adanya dan sebelum perlakuan (*treatment*) di sajikan dalam tabel dan diagram berikut :

a. Hasil pretest kelas kontrol dan eksperimen

Tabel 4. 1 Hasil *Pretest* Kelas Kontrol

No	Nama	Nilai pretest kelas kontrol	Kategori
1	Muhammad Muzakkir	50	Kurang sekali
2	Apriansyah	51	Kurang sekali
3	Muhamad Iqbal Romadhon	67	Sedang
4	Choirul amsor sanusi	53	Kurang sekali
5	farhantha Muhammad nabil	52	Kurang sekali
6	Ringga Maulana	54	Kurang sekali
7	Burhanudin	58	Kurang
8	Galang ramadhan putra	59	Kurang
9	Muhamad fatih Zidan	57	Kurang sekali
10	Ibrahimovik	52	Kurang sekali
11	Arif Kurniawan	56	Kurang sekali
12	Ferdiansyah	57	Kurang sekali
13	Putra kurnia	58	Kurang
14	Muhammad nugraha	53	Kurang
15	Mohammad Yusuf Firdaus	52	Kurang sekali
16	Muhammad Ilham Pratama	58	Kurang
17	ristiano renata	66	Sedang
18	Fadil aryanto	61	Kurang
19	Putra permana	62	Kurang
20	Fadli pardiansyah	65	Sedang

Sumber : Data yang diolah

Tabel 4. 2 Hasil *Pretest* Kelas Kontrol

No	Nama	Nilai pretest kelas eksperimen	Kategori
1	Muhammad Muzakkir	60	Kurang
2	Apriansyah	65	Kurang
3	Muhamad Iqbal Romadhon	67	Sedang
4	Choirul amsor sanusi	70	Cukup
5	farhantha Muhammad nabil	58	Kurang
6	Ringga Maulana	54	Kurang
7	Burhanudin	68	Sedang
8	Galang ramadhan putra	72	Cukup
9	Muhamad fatih Zidan	61	Kurang
10	Ibrahimovik	72	Cukup
11	Arif Kurniawan	71	Cukup
12	Ferdiansyah	69	Sedang
13	Putra kurnia	59	Kurang
14	Muhammad nugraha	57	Kurang
15	Mohammad Yusuf Firdaus	60	Kurang
16	Muhammad Ilham Pratama	61	Kurang
17	ristiano renata	55	Kurang sekali
18	Fadil aryanto	60	Kurang
19	Putra permana	62	Kurang
20	Fadli pardiansyah	54	Kurang sekali

Sumber : Data yang diolah

b. Hasil *Posttest* Kelas Kontrol Dan EksperimenTabel 4. 3 Hasil *Posttest* Kelas Kontrol

No	Nama	Nilai <i>posttest</i> kelas kontrol	Kategori
1	Muhammad Muzakkir	70	Cukup
2	Apriansyah	75	Baik
3	Muhamad Iqbal Romadhon	76	Baik
4	Choirul amsor sanusi	74	Cukup
5	farhantha Muhammad nabil	76	Baik
6	Ringga Maulana	76	Baik
7	Burhanudin	75	Baik
8	Galang ramadhan putra	79	Baik
9	Muhamad fatih Zidan	82	Baik sekali
10	Ibrahimovik	80	Baik sekali
11	Arif Kurniawan	82	Baik sekali
12	Ferdiansyah	80	Baik sekali
13	Putra kurnia	77	Baik
14	Muhammad nugraha	83	Baik sekali
15	Mohammad Yusuf Firdaus	80	Baik sekali
16	Muhammad Ilham Pratama	81	Baik sekali
17	ristiano renata	82	Baik sekali
18	Fadil aryanto	85	Baik sekali
19	Putra permana	86	Baik sekali
20	Fadli pardiansyah	88	Baik sekali

Sumber : Data yang diolah

Tabel 4. 4 Hasil *Posttest* Kelas Eksperimen

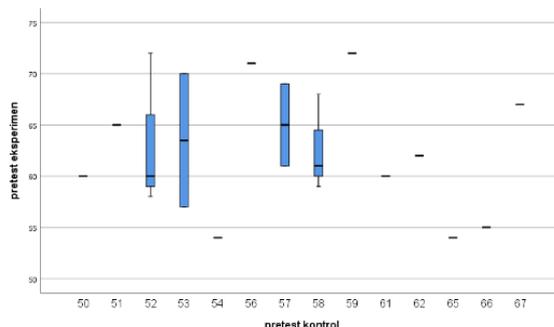
No	Nama	Nilai <i>posttest</i> kelas eksperimen	Kategori
1	Muhammad Muzakkir	81	Baik sekali
2	Apriansyah	83	Baik sekali
3	Muhamad Iqbal Romadhon	89	Baik sekali
4	Choirul amsor sanusi	92	Baik sekali
5	farhantha Muhammad nabil	82	Baik sekali
6	Ringga Maulana	76	Baik
7	Burhanudin	80	Baik sekali
8	Galang ramadhan putra	86	Baik sekali
9	Muhamad fatih Zidan	78	Baik
10	Ibrahimovik	90	Baik sekali
11	Arif Kurniawan	88	Baik sekali
12	Ferdiansyah	85	Baik sekali
13	Putra kurnia	77	Baik
14	Muhammad nugraha	79	Baik
15	Mohammad Yusuf Firdaus	83	Baik sekali
16	Muhammad Ilham Pratama	78	Baik
17	ristiano renata	75	Baik
18	Fadil aryanto	82	Baik sekali
19	Putra permana	79	Baik
20	Fadli pardiansyah	80	Baik sekali

Sumber : Data yang diolah



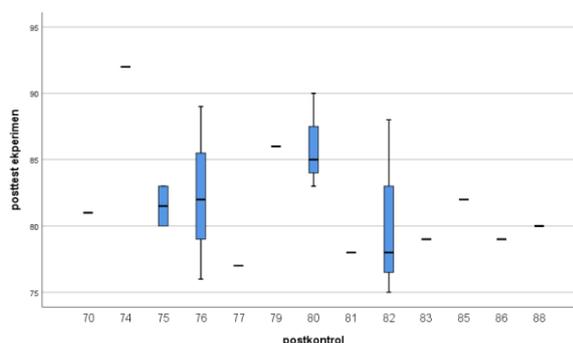
Berikut adalah diagram grafik yang dihasilkan oleh penilaian hasil perhitungan pretest dan posttest kelas eksperimen dan kontrol :

Grafik 4. 1 Pretest Kelas Eksperimen Dan Kontrol



Sumber : Data Yang Diolah

Grafik 4. 2 Posttest Kelas Eksperimen dan Kontrol



Sumber : Data Yang Diolah

Dari penjelasan data tabel dan grafik diatas, peneliti menjelaskan bahwasannya sampel pada kelas kontrol penelitian ini berhasil. Dikarenakan adanya perubahan dalam grafik yang dijelaskan, yaitu nilai *pretest* adanya tingkatan sesudah diberikan perlakuan dan berpengaruh pada tes akhir yaitu *posttest*.

Adapun penjelasan peneliti tentang hasil perhitungan kelas eksperimen yang didapat dari hasil nilai *pretest* dan *posttest* berikut dibawah ini :

a. analisis deskriptif

pada analisis deskriptif menunjukkan Dari sumber data yang di olah menurut tabel perhitungan di atas terdapat pengaruh yang signifikan terhadap perlakuan tes yang dilakukan dalam nilai kelas eksperimen *mininum pretest* 54 dan *maksimum nilai posttest* 72, sedangkan pada kelas kontrol nilai minimum adalah 50 dan maksimal 67. terdapat peningkatan yang signifikan dari hasil tes tahan bola dan sepak bola. Pemberian perlakuan berupa program latihan peningkatan *passing* futsal dalam model latihan *small side games* sebelum dan setelah latihan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada atlet Sekolah sepak bola bintang 25 kabupaten Bekasi.

b. Uji normalitas

Uji normalitas diujikan pada masing-masing data penelitian yaitu sepak bola dan tahan bola dan diperoleh dari kelompok perlakuan kelas eksperimen dan kelas kontrol saat *pretest* dan *post test*. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji kolmogorov Smirnov Tes dengan bantuan SPSS versi 25 untuk mengolah data tersebut. Data berdistribusi normal apabila nilai sig yang diperoleh dari perhitungan $>0,05$. Berikut hasil uji normalitas data yang diperoleh.

c. Uji homogenitas

Berikut penjelasan tentang uji homogenitas setelah sumber data yang di olah dalam spss 25 melalui analisis *Levene Statistic* penilaian yang dilakukan sebelum melakukan perlakuan nilai *pretest* nilai signifikansi (Sig) *based of mean* adalah sebesar $0,521 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil data yang diperoleh menunjukkan **HOMOGEN**

d. Uji hipotesis

Jika nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil kelas eksperimen dan kelas kontrol.



Jika nilai Sig. (2-tailed) $> 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol.

$0,00 < 0,05$ maka terdapat pengaruh variabel terhadap X terhadap Variabel Y. Maka dari itu H1 di terima sedangkan H0 ditolak.

dari penjelasan perhitungan tabel diatas peneliti menyimpulkan bahwa hasil dari Uji *T paired sample test* terdapat hasil yang signifikan dan data berdistribusi normal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Hasil analisis statistik antara *pretest* dan *posttest* metode latihan *small side game* pada peningkatan *passing* siswa sekolah sepak bola bintang 25 kabupaten bekasi menunjukkan ada pengaruh yang signifikan. Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Hasil analisis statistik antara *pretest* dan *posttest* metode latihan *small side game* pada peningkatan *passing* siswa sekolah sepak bola bintang 25 kabupaten bekasi menunjukkan adanya pengaruh variabel X terhadap Y dengan dibuktikan dari hasil analisis data. H1 diterima sedangkan H0 ditolak. Dari penjelasan penyelesaian diatas peneliti menyimpulkan bahwa uji *T pair sample test* terdapat hasil yang signifikan dan data berdistribusi normal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode bermain *small side game* terhadap peningkatan *passing* siswa sebelum diberikan latihan, memberikan latihan sebanyak 14 kali pertemuan dengan model latihan bermain dalam bentuk *small side games*, kemudian setelah memberikan latihan, dilakukan *posttest* untuk mengetahui peningkatan *passing* siswa latihan dilaksanakan di lapangan Bintang Sport center 25 di perumahan Villa Gading Harapan.

Jika siswa berlatih dengan model latihan *small side games* ini serta dengan intensitas yang tepat, akan sangat memungkinkan atlet mampu memiliki kemampuan *passing* dengan kategori sempurna. Adapun penjelasan peneliti tentang hasil perhitungan kelas eksperimen yang didapat dari hasil nilai *pretest* dan *posttest* berikut dibawah ini :

a. Analisis Deskriptif

Pada analisis deskriptif menunjukkan Dari sumber data yang di olah menurut tabel perhitungan di atas terdapat pengaruh yang signifikan terhadap perlakuan tes yang dilakukan dalam nilai kelas eksperimen *mininum pretest* 54 dan *maksimum nilai posttest* 72, sedangkan pada kelas kontrol nilai minimum adalah 50 dan maksimal 67. terdapat peningkatan yang signifikan dari hasil tes tahan bola dan sepak bola. Pemberian perlakuan berupa program latihan peningkatan *passing* futsal dalam model latihan *small side games* sebelum dan setelah latihan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada atlet Sekolah sepak bola bintang 25 kabupaten Bekasi.

b. Uji Normalitas

Uji normalitas diujikan pada masing-masing data penelitian yaitu sepak bola dan tahan bola dan diperoleh dari kelompok perlakuan kelas eksperimen dan kelas kontrol saat *pretest dan post test*. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji kolmogorov Smirnov Tes dengan bantuan SPSS versi 25 untuk mengolah data tersebut. Data berdistribusi normal apabila nilai sig yang diperoleh dari perhitungan $> 0,05$. Berikut hasil uji normalitas data yang diperoleh.

c. Uji homogenitas

Berikut penjelasan tentang uji homogenitas setelah sumber data yang di olah dalam spss 25 melalui analisis *Levene Statistic* penilaian yang dilakukan sebelum melakukan perlakuan nilai *pretest* nilai signifikansi (Sig) *based of mean* adalah sebesar $0,521 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil data yang diperoleh menunjukkan **HOMOGEN**

d. Uji hipotesis

Jika nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Jika nilai Sig. (2-tailed) $> 0,05$, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol.

$0,00 < 0,05$ maka terdapat pengaruh variabel terhadap X terhadap Variabel Y. Maka dari itu H1 di terima sedangkan H0 ditolak.



Dari penjelasan perhitungan tabel diatas peneliti menyimpulkan bahwa hasil dari Uji *T paired sample test* terdapat hasil yang signifikan dan data berdistribusi normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, B. F. (2020). Indeks Masa Tubuh Juara Kejuaran renang pelajar bulanan provinsi dki jakarta tahun 2018. *Ilmiah Sport Coaching and Education*, 4-6.
- Danuri, P. P., Maisaroh, S., & Prosa, P. G. S. D. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan*.
- Febrianto. (2020). Pengaruh Penggunaan Hand Paddle Dan Fins Swimming Terhadap Kecepatan Renang Gaya Bebas Pada Atlet Renang Club Tirta Bima Majalengka. *Respecs*, 1-3.
- Mahfud, I. (2020). model latihan dribling sepakbola untuk pemula. *SPORT SCIENCE AND EDUCATION*, 9-11.
- Maryana, D. (2020). Analisis Teknik Komunikasi Informatif BPJS Kesehatan dalam Memberikan Pelayanan Pada Penggunaan Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) di RSUD.A.W. Sjahranie Samarinda. *Ilmu Komunikasi*, 1-4.
- Pratama, R. A. (2022). pengaruh metode latihan random practice terhadap keterampilan shooting dalam permainan sepakbola (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola MTs Negeri 4 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021. *siliwangi*, 1-4.
- Putra, A. N. (2022). EfektivitasLatihanSmall Side GamesTerhadap KeterampilanShootingSiswaSSBUusia12Tahun. *SPORTA SAINTIKA*, 7.
- Putra, A. T. (2020). kontribusi kelentukan dan daya ledak otot tungkai Terhadap heading sepakbola. *patriot*, 2.
- Raibowo, S. (2022). Pengembanganmodel offensedan defensetraining bolabasket putra berbasis modifikasi permainan tradisional gobak sodor di smpnegeri 5 Kota Bengkulu. *ilmiah pendidikan jasmani*, 3.
- Tahapary, J. M. (2020).latihan tehnik dasar dapat menghasilkan renang gaya bebas .*Science of Sport and Health*, 31-40.