

**PENGARUH METODE LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN
SMALL SIDED GAMES TERHADAP KETERAMPILAN
PASSING PEMAIN SEPAK BOLA**

TESIS



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar
Magister Pendidikan
Program Studi Ilmu Keolahragaan

**Oleh:
FIRMAN FEBRIANTO KRISTOFER SELAN
NIM 22611251054**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

ABSTRAK

FIRMAN FEBRIANTO KRISTOFER SELAN: Pengaruh Metode Latihan Permainan Rondo dan *Small Sided Games* terhadap Keterampilan *Passing* Pemain Sepak Bola. Tesis. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2024.

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk: (1) mengetahui pengaruh latihan permainan rondo terhadap keterampilan *passing* pemain sepak bola, (2) mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* pemain sepak bola, (3) mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan permainan rondo dan *small sided games* pada keterampilan *passing* pemain sepak bola.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen *two group pretest-posttest design* dengan perlakuan sebanyak 16 kali. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 orang, kemudian 40 populasi tidak semuanya digunakan hanya 24 atlet yang memenuhi kriteria sebagai subjek dalam penelitian ini. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Validitas tes dalam penelitian ini sebesar 0,812 dan reliabilitas sebesar 0,879. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan uji prasyarat meliputi uji normalitas, uji homogenitas, dan uji-t atau *t-test*.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa latihan berbasis metode permainan rondo dan *small sided games* memberikan dampak yang signifikan terhadap ketepatan *passing* dalam permainan sepak bola. Hal ini terbukti dengan hasil analisis data dalam penelitian ini dengan persentase nilai sebesar $0,000 < 0,05$, dengan demikian hipotesis dalam penelitian terbukti memberikan pengaruh pada atlet sepak bola UKM UPG 1945 NTT. Kemudian diperkuat dengan hasil statistik uji mann whitney dengan nilai asymp. sig. (2-tailed) sebesar $0,750 > 0,05$, H_a ditolak dan H_o diterima. Ada perbedaan yang signifikan antara permainan rondo dan *small sided games* dengan hasil $(\text{mean pretest} - \text{mean posttest}/\text{mean pretest}) \times 100$ yang hasil nilai untuk permainan rondo sebesar 48,69 dan *small sided games* sebesar 30,26 yang artinya pengaruh permainan rondo lebih besar daripada latihan *small sided games*. Berlandaskan pada hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

Kata Kunci: permainan rondo, latihan *small sided games*, keterampilan *passing*

ABSTRACT

FIRMAN FEBRIANTO KRISTOFER SELAN: *The Influence of Rondo and Small Sided Games Training Methods on Football Players' Passing Skills. Thesis. Yogyakarta: Faculty of Sports and Health Sciences, Yogyakarta State University, 2024.*

His research aims to: (1) determine the effect of rondo game practice on soccer players' passing skills, (2) determine the effect of small-sided games training on soccer players' passing skills, (3) determine the difference in influence between rondo game practice and small sided games on soccer players' passing skills.

This research is a type of experimental research with a two group design pretest and posttest with 16 treatments. The population in this study was 40 people, then not all of the 40 populations were used, only 24 athletes met the criteria as subjects in this study. The instruments in this research are tests, observations, interviews and documentation. The test validity results in this study were 0.812 and the reliability results were 0.879. The data analysis technique for this research uses prerequisite tests including the normality test, homogeneity test and t test.

*The results of this research prove that training based on the rondo playing method and small sided games has a significant impact on passing accuracy in soccer games. This is proven by the results of data analysis in this research with a percentage value of $0.000 < 0.05$, thus the hypothesis in the research is proven to have an influence on UKM UPG 1945 NTT football athletes. Then it is strengthened by the statistical results of the Mann Whitney test with ASYMP values. sig. (2-tailed) is $0.750 > 0.05$, H_a is rejected and H_o is accepted. However, there is an insignificant difference between rondo games and small sided games where the results are $(\text{mean pretest} - \text{mean posttest}/\text{mean pretest}) * 100$, the resulting score for rondo games is 48.69 and for small sided games is 30.26, which means the influence of the game rondo is a bigger practice than small sided games. Based on the research results, the researchers concluded that there was a significant influence of the rondo and small sided games training methods on improving passing skills.*

Keywords: *rondo game, small sided games practice, passing skills*

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Firman Febrianto Kristofer Selan
Nomer Induk Mahasiswa : 22611251054
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Lembaga Asal : Universitas Negeri Yogyakarta

Menyatakan bahwa Tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah digunakan sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Kupang, 28 Mei 2024



METERAI
TAMPEL
0A50CALX047705696

Firman Febrianto Kristofer Selan

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH METODE LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN *SMALL
SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN PASSING
PEMAIN SEPAK BOLA**

TESIS

FIRMAN FEBRIANTO KRISTOFER SELAN

NIM 22611251054

Telah disetujui untuk dipertahankan di Depan Tim Penguji Tesis
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal; 18 Januari 2024

Koordinator Program Studi



Dr. Sulistiyono S.Pd., M.Pd
NIP 197612122008121001

Dosen Pembimbing



Prof. Dr. Suharjana., M.Kes
NIP 1196108161988031

LEMBAR PENGESAHAN





PENGARUH METODE LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP KETERAMPILAN PASSING PEMAIN SEPAK BOLA

TESIS

FIRMAN FEBRIANTO KRISTOFER SELAN
NIM 22611251054

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 24 Juni 2024

DEWAN PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sigit Nugroho, M.Or. (Ketua Penguji)		20-7-2024
Dr. Widiyanto, M.Kes. (Sekretaris Penguji)		15-7-2024
Prof. Dr. Yustinus Sukarmin, M.S. (Penguji I)		12-7-2024
Prof. Dr. Suharjana, M.Kes. (Penguji II/Pembimbing)		20-7-2024

Yogyakarta, 23 Juli 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or
NIP 197702182008011002

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dengan mengucap rasa syukur kepada Tuhan, tugas akhir tesis ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua, Bapak Yoniel Y. Selan dan Ibu Sri Sulastris Ningrum serta seluruh keluarga yang telah memberikan nasihat, motivasi, serta dukungan dan doa dengan tulus dan ikhlas.
2. Kakak dan adik penulis Deni Satriawan Selan, Stiven Selan, dan Diana Selan yang selalu memberikan motivasi dan dukungan.
3. Teman-teman angkatan 2022 Program Studi Ilmu Keolahragaan yang selalu berkesan di hati selama kebersamaan di dalam dan di luar perkuliahan.
4. Bapak Dr. Carles Nyoman Wali, S.Pd., M.Pd., yang selalu memberikan bantuan kepada penulis dalam menyusun tesis ini.
5. Teman-teman *workout* penulis Ongky Djami, Into Nahak, Mikel Kollo, Ardyanto Nifu, Iknasius Sere, Gerson Pulindaka, Alfred Loe yang selalu membantu dan memotivasi dalam menyusun tesis ini.
6. Almamater tercinta Universitas Negeri Yogyakarta.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan Permainan Rondo dan *Small Sided Games* terhadap Keterampilan *Passing* Pemain Sepak Bola”. Tesis ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Magister Pendidikan Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa tesis ini tidak mungkin dapat diselesaikan tanpa bimbingan dan bantuan serta dukungan dari semua pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini perkenankanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak Prof. Dr. Suharjana, M.Kes., dosen pembimbing yang telah banyak membantu mengarahkan, membimbing, dan memberikan dorongan sampai tesis ini terwujud. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada:

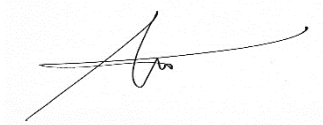
1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto M.Kes., A.I.F.O., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengenyam pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan tesis.
3. Bapak Dr. Sulitiyono, S.Pd., M.Pd., Koordinator Program Studi Magister Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan bekal ilmu yang baik tidak ternilai harganya sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini.
4. Tim penguji tesis yang telah memberikan koreksi dan perbaikan secara komprehensif terhadap tesis ini.

5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu kepada penulis.
6. Rektor dan para dosen Universitas Persatuan Guru 1945 NTT yang telah memberikan izin penelitian.
7. Pembina dan seluruh pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT yang memberikan izin, kesempatan, bantuan, dan kerja sama yang baik kepada penulis, sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
8. Bapak Dr. Carles Nyoman Wali, M.Pd., yang telah banyak membantu dan mengarahkan penulis dalam proses penyusunan tesis ini.

Semoga segala budi baik Bapak, Ibu, dan Saudara sekalian mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Tuhan Yang Maha Pemurah. Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna, oleh sebab itu segala masukan dan kritik yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan lebih lanjut.

Yogyakarta, 28 Mei 2024

Penulis,



Firman Febrianto Kristofer Selan
NIM 22611251054

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
LEMBARAN PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Kajian Teori	11
B. Kajian Penelitian yang Relevan.....	46
C. Kerangka Pikir	47
D. Hipotesis Penelitian	49
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Jenis Penelitian	51
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	53
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	54

D. Variabel Penelitian.....	56
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	56
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	68
G. Teknik Analisis Data	79
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	73
A. Hasil Penelitian.....	73
1. Uji Prasyarat.....	75
2. Uji Hipotesis	77
B. Pembahasan	81
C. Keterbatasan Penelitian	84
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	86
A. Simpulan	86
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	101

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Desain <i>Two Group Pretest-Posttest</i>	53
Tabel 2. Program Latihan Rondo dan <i>SSG</i>	64
Tabel 3. Data <i>Pretest</i> Rondo	73
Tabel 4. Data <i>Posttest</i> Rondo.....	74
Tabel 5. Data <i>Pretest SSG</i>	74
Tabel 6. Data <i>Posttest SSG</i>	75
Tabel 7. Uji Normalitas Rondo	75
Tabel 8. Uji Normalitas <i>SSG</i>	76
Tabel 9. Uji Homogenitas Rondo	76
Table 10. Uji Homogenitas <i>SSG</i>	77
Tabel 11. Uji Statistik Rondo.....	78
Tabel 12. Uji Statistik <i>SSG</i>	79
Tabel 13. Uji Statistik <i>Mann Whitney</i>	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Controlling</i> Sepak Bola	22
Gambar 2. <i>Dribbling</i> Sepak bola	22
Gambar 3. <i>Passing</i> Kaki Bagian Dalam	24
Gambar 4. <i>Passing</i> Kaki Bagian Luar.....	24
Gambar 5. <i>Passing</i> Punggung Kaki	25
Gambar 6. <i>Heading</i> Sepak Bola.....	26
Gambar 7. <i>Shooting</i> Sepak Bola	27
Gambar 8. Lapangan Sepak Bola.....	29
Gambar 9. Bola Sepak Bola	30
Gambar 10. Perlengkapan Pemain Sepak Bola.....	32
Gambar 11. Tes Mengoper Bola Rendah.....	62
Gambar 12. Petunjuk Ketepatan <i>Passing</i> Model 1	62
Gambar 13. Petunjuk Ketepatan <i>Passing</i> Model 2	63
Gambar 14. Petunjuk Ketepatan <i>Passing</i> Model 3	63
Gambar 15. Skenario Permainan Rondo.....	67
Gambar 16. Permainan <i>Small Sided Games</i>	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pelaksanaan Permainan Rondo.....	102
Lampiran 2. Pelaksanaan Latihan <i>SSG</i>	104
Lampiran 3. Pelaksanaan <i>Pretest</i>	106
Lampiran 4. Pelaksanaan <i>Posttest</i>	107
Lampiran 5. Hasil <i>Pretest-Posttet</i> Permainan Rondo	108
Lampiran 6. Hasil <i>Pretest-Posttet</i> Latihan <i>SSG</i>	109
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....	110
Lampiran 8. Surat Izin Validasi	111
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	115

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer diseluruh dunia hampir disetiap daerah terdapat lapangan sepak bola tidak hanya orang dewasa saja yang memainkan sepak bola tua muda, besar kecil, kaya miskin, karyawan, pedagang, petani bahkan wanitapun juga memainkan sepak bola (Knoppers *et al.*, 2022; López-Valenciano *et al.*, 2020). Jutaan orang di zaman ini sangat terpesona dengan permainan sepak bola (Meo *et al.*, 2021). Sepak bola merupakan permainan untuk mencari kemenangan sesuai peraturan dari FIFA (Federasi Sepak bola Dunia) yakni dengan mencetak gol lebih banyak ke gawang lawan dari pada kebobolan (Madsen *et al.*, 2022). Sepak bola merupakan suatu jenis olahraga yang memiliki aturan tegas tentang kontak fisik, menjegal dari belakang, benturan badan dan aspek kekerasan lain seperti dalam permainan sepak bola (Grashow *et al.*, 2019). Apabila dilihat dari jelas tidaknya awal dan akhir gerakan yang mendasari berbagai keterampilan permainan sepak bola, seperti berlari, meloncat, melompat, menendang, dan menembak. Keterampilannya bisa dikategorikan sebagai diskrit (Magistro *et al.*, 2023). Jika dilihat dari pola lingkungan dimana sepak bola dilakukan, sepak bola termaksud permainan yang mengandalkan keterampilan terbuka (*Open Skills*) (Parry *et al.*, 2023).

Tujuan permainan sepak bola merupakan memasukan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki (Pratas *et al.*, 2016). Selain sebelas pemain utama, setiap regu juga diizinkan memiliki pemain cadangan (F. M. Clemente *et al.*, 2016). Selama 90 menit berlangsung, kamu harus berusaha

meraih poin dari gol yang telah dicetak, dengan ketentuan bola harus masuk seluruhnya dengan melewati garis gawang supaya benar-benar dianggap gol yang sah (Pratas *et al.*, 2018). Memasukkan bola dengan bagian tubuh manapun diperbolehkan, namun tidak diperkenankan untuk menggunakan tangan kecuali seorang penjaga gawang (Antequera *et al.*, 2020; Mićović *et al.*, 2023). Tujuan permainan sepak bola yang lainnya merupakan mencegah lawan memasukkan bola ke dalam gawang tim sendiri (Zi & Gao, 2023). Setelah 45 menit pertama selesai dimainkan, pemain akan mendapatkan waktu istirahat selama 15 menit yang disebut sebagai paruh waktu. Babak kedua yang juga berdurasi 45 menit akan dilanjutkan dan wasit akan memberikan waktu tambahan (*injury time*) jika memang dibutuhkan, serta sesuai (Aguado-Méndez *et al.*, 2021). Selain itu juga tujuan dari passing dalam permainan sepak bola yaitu mengoper bola pada teman satu tim untuk menciptakan ruang, sehingga dapat menciptakan gol ke gawang lawan dan dapat mempertahankan daerah pertahanan bagi pemain bertahan. Tujuan dari passing menciptakan sebuah operan yang mengarah ke gawang lawan untuk mencetak goal dan ketika lawan melakukan serangan dapat mempertahankan daerah pertahanan Santos *et al.*, (2017:37). Ketika memiliki passing yang baik akan mengurangi kesalahan saat di lapangan dan permainan sepak bola makin untuk di nikmati oleh para penonton (Buldú *et al.*, 2019). Selain untuk berolahraga, cabang olahraga sepak bola sangat efektif dalam menumbuhkan kembangkan kemampuan pemain dan mengasah keterampilan bermain bola dilapangan (Schulze *et al.*, 2022). Sepak bola merupakan permainan menyepak bola dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan dan memertahankan gawan

sendiri dari kemasukan bola serta pemain dapat menggunakan seluruh anggota badan kecuali bagian lengan (Pratama *et al.*, 2022).

Dalam permainan sepak bola ada beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki oleh pemain sepakbola merupakan menendang (*kicking*), mengontrol (*stoping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*) (Mara *et al.*, 2012). Tujuannya untuk memberikan operan, menembakkan banyak bola ke gawang musuh, untuk mematahkan serangan musuh, tendangan sudut, tendangan gawang, dan tendangan bebas (Goh *et al.*, 2023). Mengontrol bola dalam bermain sepakbola merupakan usaha untuk menghentikan atau mengambil bola untuk selanjutnya dikuasai sepenuhnya. *Throw in* merupakan cara memulai lagi permainan setelah bola out, yakni bola meninggalkan lapangan permainan melalui garis samping (Mićović *et al.*, 2023). Karena dalam permainan sepak bola tidak hanya teknik yang dibutuhkan, akan tetapi dibutuhkan juga kerja sama tim yang biasa disebut dengan taktik. Sehingga sangat dibutuhkan teknik dasar yang baik pada setiap pemain agar dapat menjalankan taktik dengan maksimal. Maka dalam meningkatkan teknik dasar pemain sepak bola ada beberapa bentuk atau metode latihan yang ingin diterapkan pada pemain UKM UPG 1945 NTT yaitu metode latihan permainan rondo dan *small sided games* untuk meningkatkan teknik dasar passing dalam permainan sepak bola.

Ada banyak metode latihan yang sering digunakan yaitu metode passing dan bergerak, passing segitiga, kombinasi passing satu-dua, passing diamond, dll. untuk dapat meningkatkan keterampilan passing pemain sepak bola. Akan tetapi ada dua metode latihan yang dipakai dalam meningkatkan keterampilan passing

pemain yang dimana sudah didukung oleh penelitian-penelitian terlebih dahulu. Metode latihan yang pertama yaitu latihan menggunakan metode permainan rondo dan yang kedua menggunakan metode *small sided games*. Peneliti tertarik memilih kedua metode tersebut karena dalam permainan rondo pemain tidak hanya di tuntut untuk melakukan passing dengan cepat tetapi pemain juga harus selalu bergerak membuka ruang serta harus berpikir cepat karena lapangan yang di modifikasi lebih kecil dari lapangan yang sebenarnya. Sedangkan Latihan *small sided games* juga hampir sama tidak hanya di tuntut untuk melakukan passing tetapi pemain juga harus terus bergerak membuka ruang agar teman tidak sulit dalam memberikan umpan serta pemain juga dituntut untuk berpikir cepat dalam mengambil keputusan karena lapangan yang di modifikasi lebih kecil dari lapangan sebenarnya. Rondo berbeda dengan latihan penguasaan bola lainnya karena para pemain mengambil ruang yang telah ditentukan sebelumnya, namun variasi dari rondo juga melibatkan gerakan diluar ruang rondo yang telah ditentukan (Stóž *et al.*, 2023). Dengan demikian latihan rondo merupakan latihan yang melibatkan 2 kelompok dalam satu tempat permainan yang memiliki tugas berbeda yang dimana ada lebih banyak kelompok penguasa bola dan lebih sedikit kelompok perebut. Tujuan dari latihan rondo yaitu untuk dapat melakukan operan antar pemain atau beberapa keterampilan guna mempertahankan penguasaan bola. Sedangkan latihan *small sided games* merupakan suatu metode latihan yang diterapkan dalam permainan sepak bola yang hampir menyerupai permainan sesungguhnya dengan melakukan perubahan seperti halnya aturan, ukuran lapangan serta orang yang terlibat dalam permainan. mendefinisikan *small sided games* merupakan metode yang memiliki manfaat dalam hal memberikan

peningkatan pada ketepatan passing dengan metode permainan yang memiliki tingkat tekanan yang tinggi dalam hal melakukan passing dikarenakan adanya modifikasi aturan dan ukuran lapangan permainan (Dou *et al.*, 2016). *Small Sided Games* merupakan latihan yang memiliki dampak baik untuk meningkatkan suatu teknik dikarenakan metode ini dapat menciptakan situasi permainan sebenarnya yang dimana metode ini juga menggabungkan beberapa aspek seperti teknik, taktik bahkan fisik (PÉrez *et al.*, 2019). Dengan demikian ketepatan passing dapat dilakukan dengan metode latihan *small sided games*, dikarenakan metode tersebut menuntut pemain seakan-akan pemain sedang dalam permainan sesungguhnya yang dimana seperti menghadapi situasi tekanan yang tinggi serta metode latihan ini pula memberikan variasi latihan (Eniseler *et al.*, 2017). Sedangkan rondo merupakan latihan yang diterapkan dalam sepak bola maupun futsal untuk meningkatkan kemampuan passing yang mengharuskan minimal tiga orang untuk saling mengoper bola (Branquinho *et al.*, 2021).

Passing merupakan seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya (Anwar *et al.*, 2019). Passing merupakan salah satu cara memberikan/mengoper bola kepada teman satu tim dengan kaki bagian luar, punggung kaki, dan bisa juga dengan kaki bagian dalam operan ini banyak sekali dimanfaatkan oleh para pemain apa lagi dengan seorang pemain penyerang atau bisa juga pemain gelandang penyerang (Anwar *et al.*, 2019). Sedangkan Pratama *et al.*, (2022:34), mengartikan passing merupakan salah satu usaha memindahkan bola dari satu ke tempat lain dengan menggunakan kaki bagian dalam. Artinya teknik dasar passing sangat dibutuhkan dalam melakukan permainan sepak bola karena dalam permainan sepak bola sebuah tim mampu menjalankan taktiknya

dengan baik harus didukung juga dengan teknik dasar passing yang baik pula (Asrul *et al.*, 2021). Contoh pemain yang memiliki teknik dasar passing kurang baik yaitu posisi bola tidak dekat, keseimbangan badan pemain yang tidak seimbang dan perkenaan kaki pada bola yang tidak pas maka akan terjadi salah passing atau bola di potong oleh lawan. Sedangkan pemain yang memiliki teknik dasar passing yang baik yaitu seperti posisi kaki tidak jauh dari bola serta kaki tumpuan berada tepat di sebelah bola, keseimbangan badan yang harus terjaga dan perkenaan kaki dengan bola yang tepat di tengah-tengah bola tersebut. Jadi dapat disimpulkan dari uraian di atas passing baik sangat dibutuhkan oleh setiap pemain sepak bola agar dapat melakukan taktik permainan sepak bola.

Mahasiswa UPG 1945 NTT sangat aktif dalam bermain sepak bola khususnya mahasiswa PJKR, ada juga tim sepak bola UPG 1945 NTT yang masih aktif dalam melakukan pelatihan. Dalam pelatihan ini mahasiswa dilatih untuk dapat meningkatkan kualitas dalam bermain sepak bola agar dapat bermanfaat bagi Tim – Tim yang ada di Nusa Tenggara Timur Khususnya di tim sepak bola UPG 1945 NTT. Selain itu tim sepak bola UPG 1945 NTT juga berupaya untuk menciptakan pemain – pemain yang berkualitas agar dapat berprestasi khususnya di cabang olahraga sepak bola di tingkat nasional maupun internasional. Tim sepak bola UPG 1945 NTT juga sering ikut berpartisipasi dalam beberapa turnamen sepak bola antar perguruan tinggi yang ada di Kota Kupang, akan tetapi tim sepak bola UPG 1945 NTT selalu gagal meraih prestasi di karenakan masih terdapat masalah yang terjadi pada pemain khususnya masalah teknik dasar passing yang kurang baik, maka dari itu peneliti tertarik untuk memberikan metode latihan yang dapat meningkatkan keterampilan passing yaitu metode latihan permainan rondo dan

small sided games. Masalah dalam penelitian ini ditemukan berdasarkan hasil data yang diperoleh dari observasi tim sepak bola UKM UPG 1945 NTT di pertandingan-pertandingan sebelumnya yang di mana tim selalu gagal dalam suatu pertandingan yang di karenakan pemain masih banyak melakukan kesalahan dalam teknik dasar passing serta latihan dan pada saat melakukan seleksi. Peneliti juga melakukan wawancara dengan pelatih kepala UKM sepak bola UPG 1945 NTT ditemukan bahwa terdapat kesenjangan para pemain sepak bola masih kurang dalam melakukan passing dalam permainan sepak bola. Hal ini menjadi landasan utama peneliti melakukan penelitian secara ilmiah di UKM sepak bola UPG 1945 NTT, untuk mengetahui apa yang menjadi kendala utama para pemain tidak memiliki keterampilan passing yang baik dalam permainan sepak bola, sehingga gagal dalam meraih prestasi dalam berbagai kompetisi baik antar perguruan tinggi maupun kompetisi antar club. Prestasi bagi setiap pemain dikarenakan kualitas keterampilan passing pemain yang masih kurang. Serta didukung dengan beberapa penyampaian pelatih kepada peneliti bahwa program-program latihan yang diterapkan di UKM UPG 1945 NTT masih belum tetap dan masih konvensional sehingga dalam proses pelatihan di UKM UPG 1945 NTT program yang diberikan masih menggunakan program yang tidak lazim serta metode latihan yang diberikan juga belum efektif sehingga terjadi masalah pada kualitas keterampilan passing pada pemain. Dalam suatu tim sepak bola pelatih dituntut dapat memberikan program latihan yang baik sehingga proses pelatihan juga dapat berjalan dengan efektif, akan tetapi pelatih juga mengakui bahwa pengetahuan dalam memberikan program masih terbatas dan belum menemukan metode Latihan yang cocok untuk dapat meningkatkan keterampilan passing.

Tetapi sebagai seorang pelatih harus dapat menyiapkan beberapa metode latihan yang baik dalam meningkatkan keterampilan passing pada pemain sehingga tim dapat bersaing dalam suatu pertandingan bahkan dapat meraih prestasi bagi tim maupun prestasi bagi setiap pemain. Pemain yang mempunyai keterampilan passing yang baik yaitu pemain yang mendapatkan program latihan yang efektif dan teratur serta metode latihan yang didapat juga berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan passing. Sehingga dapat dibuktikan dengan pemain mampu memberikan prestasi untuk tim maupun prestasi untuk pemain tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan permainan rondo dan *small sided games* dengan judul secara keseluruhan merupakan “Pengaruh Metode Latihan Permainan Rondo dan *Small Sided Games* terhadap Keterampilan *Passing* Pemain Sepak Bola”.

B. Identifikasi masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Para atlet sepak bola UKM UPG 1945 NTT masih kurang dalam melakukan teknik dasar *passing* dalam permainan sepakbola.
2. Program latihan yang sering diterapkan tidak efektif terhadap atlet UKM UPG 1945 NTT.
3. Ketersediaan metode latihan yang sangat kurang dalam membina bagi para atlet UKM UPG 1945 NTT.
4. Metode latihan yang diberikan masih konvensional.
5. Belum diketahuinya metode latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *passing* di UKM sepak bola UPG 1945 NTT.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka batasan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Memberikan program latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan passing pada atlet UKM UPG 1945 NTT.
2. Memberikan metode latihan pada atlet UKM UPG 1945 NTT yang berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan *passing*.
3. Memberikan metode latihan yang baru pada atlet UKM sepak bola UPG 1945 NTT.
4. Memperkenalkan metode latihan yang baru pada atlet UKM sepak bola UPG 1945 NTT.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, indentifikasi, dan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut.

1. Adakah pengaruh latihan permainan rondo terhadap keterampilan *passing* pemain sepak bola?
2. Adakah pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* pemain sepak bola?
3. Adakah perbedaan pengaruh antara latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* pemain sepak bola?

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan permainan rondo terhadap keterampilan passing pemain sepak bola?

2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan passing pemain sepak bola?
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap keterampilan passing pemain sepak bola?

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak tertentu sebagai berikut.

1. Teoretis

Secara umum penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan pengetahuan atau pemahaman bagi seluruh pelatih yang ada di NTT terkhususnya yang ada di Kota Kupang dalam memberikan program latihan kepada pemain sepak bola dengan dua metode tersebut yaitu permainan rondo dan *small sided games* untuk meningkatkan keterampilan passing.

2. Praktis

- a. Hasil penelitian ini bermanfaat bagi pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT dalam meningkatkan keterampilan passing dalam permainan Sepak bola.
- b. Sebagai pelatih sepak bola UKM UPG 1945 NTT, hasil penelitian ini semoga dapat membantu meningkatkan kreativitas dalam menemukan inovasi-inovasi baru dalam mengembangkan program.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Sejarah Sepak Bola

Pada zaman sepak bola modern Inggris mulai pesat dalam dunia sepak bola terbukti pada tahun 1863 Inggris memmbentuk organisasi *Englis Foot Ball Association* (EFBA) (Wood, 2019). Perkembangan sepak bola makin pesat kemajuannya, maka terbentuklah organisasi yang mengelola permainan sepak bola secara global sehingga berdirilah *Federation International de Football Association* (FIFA) (Rassool & Slade, 2012). FIFA berdiri di Paris, Prancis pada 21 Mei 1904 (Correia *et al.*, 2020). Sebuah pertemuan yang dihadiri dua tokoh sepak bola, yaitu Hery Delaunay dan Jules Rimet tersebut dihadiri oleh tujuh Negara, yaitu Denmark, Spanyol, Swedia, Swiss, Belgia, dan Belanda (Zoellner *et al.*, 2022). Yang menghadiri tersebut otomatis menjadi anggota. FIFA diketuai oleh Robert Guerin yang berasal dari Prancis (Gorman *et al.*, 2015). Sepak bola pada zaman itu hanya memiliki ruang lingkup kejuaraan seperti Olimpiade, tetapi dari tahun ke tahun keanggotaan FIFA terus bertambah (Lang *et al.*, 2023).

Sejarah sepak bola di Indonesia dimulai dari tahun 1914, pada masa tersebut, Indonesia masih dijajah Belanda. Kompetisi antar kota dilakukan serta hanya dijuarai dua tim, yaitu Soerabaja City serta Batavia City (Brawley, 2012). Sejarah sepak bola dimulai tahun 1930, tepatnya pada 19 April (Achmad *et al.*, 2022). Pada masa tersebut PSSI atau Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia terbentuk (Sanjaya *et al.*, 2018). Persatuan tersebut

terbentuk di Yogyakarta serta diketuai oleh Soeratin Sosrosoegondo. Dapat dikatakan PSSI lahir disebabkan karena kepentingan politik bangsa, menentang penjajahan serta strategi untuk memupuk benih nasionalisme di hati pemuda Indonesia dengan menggunakan olahraga sepak bola. Kemudian, sesudah Soeratin Sosrosoegondo wafat, Tim Nasional Indonesia tidak banyak mencetak prestasi. Hal ini disebabkan karena pembinaan yang tidak beriringan dengan pengembangan organisasi serta kompetisi. Sebelum tahun 1970-an, pemain sepak bola bahkan bersaing dalam kompetisi internasional seperti Ramang, Tan Liong Houw, Ronny Pattinasarany, serta Sucipto Suntoro. Dengan berjalannya waktu, PSSI akhirnya memperluas kompetisi dalam negeri, seperti dengan penyelenggaraan LSI atau Liga Super Indonesia. Kemudian mengadakan sejumlah kompetisi sepak bola kelompok dengan usia tertentu serta kompetisi sepak bola wanita. Sayangnya, sejarah sepak bola Indonesia ini belum bisa mengubah prestasi sepak bola di Indonesia menjadi lebih baik lagi. Tetapi, tidak ada kata terlambat untuk kita sebagai generasi penerus agar dapat menyelamatkan serta meraih tempat di dunia internasional.

2. Hakikat Permainan Sepak Bola

Sepak bola merupakan permainan tim dimana setiap pemain memiliki tugas masing-masing, seperti bek, gelandang, penyerang, dan penjaga gawang (Illahi, 2021). Tugas tercantum serta mendukung dengan menguasai teknik sangat baik (Junaedi *et al.*, 2018). Teknik dasar sepak bola sangat menguasai dan dipahami setiap atlet sepak bola. Teknik gerak sepak bola terdiri dari berbagai macam keterampilan dasar, seperti berlari, menggiring, mengoper, dan menembak, yang disebut juga keterampilan teknis (Bratuša, 2021). Teknik

dasar menjadi hal terpenting dalam sepak bola (Achmad *et al.*, 2022). Perlu diketahui untuk bermain sepak bola perlu mempunyai keterampilan dasar dalam bermain sepak bola (Hallinan & Heenan, 2013).

Sepak bola merupakan permainan yang dimainkan dengan 11 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 110m dan lebar 64m sampai 75m dalam permainan terjadi kontak langsung antar pemain satu kesebelasan dengan pemain kesebelasan lain (Bulatova *et al.*, 2023).

Olahraga prestasi merupakan olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui sebuah kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi (Ioannidis, 2019). Pengucapan sangat begitu mudah, tetapi begitu sulit untuk mencapai sebuah prestasi olahraga (Bell *et al.*, 2019). Untuk sampai kesana diperlukan pembinaan yang baik, terutama meliputi teknik, taktik, fisik dan mental, maka dalam memenuhinya, atlet harus mempunyai semua itu, paling diutamakan teknik karena menjadi gagasan serius pembinaan (Manrique, 2020). Kegiatan olahraga ada beberapa pendukung agar bisa meraih suatu prestasi, seperti: fisik, teknik, taktik, serta mental (Gilchrist & Osborn, 2017). Dalam sepak bola terdapat unsur fisik, teknik, taktik, dan mental sangat diperlukan, namun menjadi pondasi utama merupakan sebuah teknik bagi setiap atlet, sebab dengan kurangnya menguasai teknik bagi atlet, maka tidak akan terciptanya prestasinya

(Lindholm, 2020). Olahraga prestasi merupakan olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui sebuah kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi (E. S. dos Santos *et al.*, 2017). Pengucapan sangat begitu mudah, tetapi begitu sulit untuk mencapai sebuah prestasi olahraga. Untuk sampai kesana diperlukan pembinaan yang baik, terutama meliputi teknik, taktik, fisik dan mental, maka dalam memenuhinya, atlet harus mempunyai semua itu, paling diutamakan teknik karena menjadi gagasan serius pembinaan (Serby, 2016). Kegiatan olahraga ada beberapa pendukung agar bisa meraih suatu prestasi, seperti: fisik, teknik, taktik, serta mental (Panagiotopoulos, 2023). Dalam sepak bola terdapat unsur fisik, teknik, taktik, dan mental sangat diperlukan, namun menjadi pondasi utama merupakan sebuah teknik bagi setiap atlet, sebab dengan kurangnya menguasai teknik bagi atlet, maka tidak akan terciptanya prestasinya (Mirsafian *et al.*, 2022).

3. Hakikat Permainan Rondo

Rondo merupakan bentuk latihan dengan pola lingkaran dengan jumlah pemain di tengah lingkaran. Suatu bentuk latihan dengan pemain berdiri di sekitar lingkaran harus berusaha untuk merebut bola. *El Rondo* berasal dari bahasa asing yang memiliki arti kucing-kucingan. Ada banyak variasi *El Rondo* tetapi konsep dasarnya merupakan bahwa 6–10 orang berdiri dalam lingkaran dan 1–3 pemain yang berdirii tengah lingkaran dan mencoba menangkap, memblokir atau memaksa pemain untuk merebut bola ke luar dari lingkaran.

Dari wawancara TV, Xavi Hernandez mengungkapkan bahawa tiki taka

di kembangkan melalui latihan *El Rondo*, di mana latihan ini merupakan satu atau lebih pemain ditepatkan di tengah lapangan dan mencoba memotong operan pemain lain yang berada di dalam lingkaran. Ini diulang-ulang sehingga punggawa pemain Barcelona sangat mahir dalam umpan-umpan pendek (Sholikhah, 2019). Hal ini secara tidak langsung membuat pemain berlatih *passing* secara akurat dengan ada hambatan atau tantangan dari pihak yang lainnya. *El Rondo* mampu membuat pemain untuk mengambil keputusan secara cepat dan tepat. Dapat disimpulkan *El Rondo* atau kucing-kucingan sangat berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan *passing* dan berpengaruh juga dalam umpan-umpan pendek, agar memiliki *first touch* yang bagus sehingga pemain tersebut akan jauh lebih bagus dan memiliki visi bermain yang bagus juga.

El Rondo juga menjadi factor dalam peningkatan *passing* dalam sepak bola karena pemain kurang menguasai teknik *passing* *El Rondo* ini bisa menjadi sebuah latihan untuk meningkatkan teknik *passing* nya sehingga pemain dapat menguasai *passing* dengan baik dan memiliki visi bermain yang bagus saat bermain sepak bola. Dan dapat di simpulkan *El Rondo* atau kucing-kucingan memiliki peran penting dalam peningkatan *passing*, kemampuan kerja sama, stamina, kecerdasan gerakan, dan kecepatan berpikir atau pengambilan sebuah keputusan. Johan Cruyff dalam buku *our competition is the world*, rondo atau kucing-kucingan merupakan sebuah metode latihan yang memasukan hampir semua aspek dalam permainan sepak bola.

a. Teknik Dasar Permainan Rondo

Rondo berbeda dengan latihan penguasaan bola lainnya karena para pemain mengambil ruang yang telah ditentukan sebelumnya, namun variasi dari rondo juga melibatkan gerakan di luar ruang rondo yang telah ditentukan. Dengan demikian latihan rondo merupakan latihan yang melibatkan dua kelompok dalam satu tempat permainan yang memiliki tugas berbeda dengan ada kelompok yang lebih banyak menguasai bola dan lebih sedikit kelompok yang merebut. Tujuan dari latihan rondo yaitu untuk dapat melakukan operan antarpemain atau beberapa keterampilan guna memper-tahankan penguasaan bola (Permadi *et al.*, 2023). Oleh sebab itu, dalam latihan rondo *passing* merupakan peran penting dalam metode latihan ini.

b. Manfaat Permainan Rondo

El Rondo memiliki manfaat bagi pemain sepak bola, manfaat *El Rondo* ini sendiri membuat pemain agar bisa melakukan passing akurat dan cepat berlari jarak pendek, mengatur stamina, penguasaan bola, kecerdasan keterampilan gerak dan pengambilan keputusan saat menerima bola sehingga hal ini juga dapat melatih kemampuan kerja sama pemain, ketika pemain tidak memegang bola juga akan untuk memberikan reaksi saat tidak menguasai bola, komunikasi antar pemain menjadi bagian yang bisa dilatih sehingga rondo memiliki peran penting secara tidak langsung dapat meningkatkan kreativitas para pemain (Sandi *et al.*, 2022).

4. Hakikat *Small Sided Games*

Latihan *small sided games* merupakan suatu metode latihan yang diterapkan dalam permainan sepak bola yang hampir menyerupai permainan

sesungguhnya dengan melakukan perubahan seperti halnya aturan, ukuran lapangan serta orang yang terlibat dalam permainan. Permainan *small sided games* dapat dilakukan untuk semua kategori umur seperti anak-anak, remaja bahkan orang dewasa dapat melakukan Latihan tersebut. Emery *et al.*, (2016:8), *small sided games* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik. *Small sided games* merupakan proses latihan dengan lapangan skala kecil yang bertujuan untuk meningkatkan teknik dan taktik dalam permainan sepakbola.

Small sided games merupakan metode yang memiliki manfaat dalam hal memberikan peningkatan pada ketepatan passing dengan metode permainan yang memiliki tingkat tekanan yang tinggi dalam hal melakukan passing dikarenakan adanya modifikasi aturan dan ukuran lapangan permainan (Mota *et al.*, 2021). Pernyataan Silva *et al.*, (2014:85), bahwa keuntungan yang didapatkan dalam latihan *small sided games* dibandingkan permainan sebenarnya merupakan pemain lebih banyak dalam menyentuh bola dan banyak melibatkan pemain dalam permainan

5. Hakikat *Passing*

Passing menjadi hal mendasar untuk menunjang seseorang saat bermain sepak bola. Mengumpan atau mengoper kepada rekan sesama tim mempunyai "peran" penting di lapangan. Oleh karena itu, teknik mengoper menjadi salah satu hal penting yang dilakukan bagi pemain dalam sebuah pertandingan sepak bola. Teknik passing selalu dilakukan dengan operan datar yang cepat di

bandingkan operan lainnya. Passing dapat dilakukan dengan menggunakan kaki atau bagian tubuh lainnya kecuali tangan. Namun pada umumnya passing dilakukan menggunakan kaki, lebih khususnya mengoper menggunakan kaki bagian dalam.

Pelaksanaan teknik ini diawali berdiri, bahu menghadap sasaran, dekatkan kaki tumpuan di samping bola, ayunkan kaki menyamping dengan jari diarahkan ke atas, selanjutnya lakukan tendangan dengan memamkai kaki bagian sisi, dan terakhir gerakan tendangan ke arah pandangan yang ada di depan dengan tetap menahan posisi kaki (Fauzi *et al.*, 2022). Di lihat dari pendapat para ahli di atas bahwa passing memiliki aspek penting dalam permainan sepak bola hal itu bisa berhubungan karena passing suatu proses menuju mencetak gol dalam permainan sepak bola (Vassilicos & Erhard, 2022). Dalam teknik passing juga ada beberapa macam-macam passing. Passing suatu yang penting dalam sepak bola hal ini juga menunjukkan beberapa macam - macam passing terdiri dari, passing menggunakan kaki bagian dalam, passing menggunakan kaki bagian luar, passing dengan punggung kaki hal ini sangat di butuhkan pemain agar bisa menggerakkan bola sejauh 5 yard (Sarker, 2023). Dan ini merupakan teknik passing yang dapat dilakukan pemain saat pertandingan sepak bola

6. Hakikat UKM

Secara umum kegiatan kemahasiswaan dapat diartikan sebagai sebuah kegiatan yang tidak memiliki bobot SKS dan dapat dilaksanakan atau diselenggarakan di luar atau di dalam kampus. Kegiatan ini bersifat ekstra kurikuler yang berperan dalam melengkapi kegiatan intra kurikuler. Kegiatan

ini meliputi pengembangan bakat, dan minat dari setiap mahasiswa serta untuk mengasah kemampuan dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan dunia luar.

UPG 1945 NTT memiliki Unit Kegiatan Mahasiswa yang menaungi olahraga tersebut, bernama UKM sepak bola. Salah satu tujuan didirikannya Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) sepak bola Universitas Persatuan Guru 1945 NTT merupakan untuk mengembangkan potensi dan menggali bakat khususnya mahasiswa UPG 1945 NTT dalam cabang olahraga khususnya sepak bola. Selain itu juga untuk menghindari terjerumusnya generasi muda pada pergaulan yang akan merusak masa depan mereka seperti narkoba, pergaulan bebas serta untuk mengangkat nama almamater dan daerah melalui cabang olahraga sepak bola.

Dalam perkembangannya UKM sepak bola UPG 1945 NTT sangat mendapatkan perhatian dan dukungan khususnya dari pimpinan serta jajaran dosen yang ada di UPG 1945 NTT. Masalah lain yang dihadapi oleh para pengurus ukm UKM sepak bola merupakan terkait dengan sarana dan prasarana yang ada di UPG 1945 NTT serta bagaimana cara mengenalkan UKM sepak bola kepada mahasiswa yang baru masuk ataupun mahasiswa yang memiliki bakat sepak bola.

Dampak yang paling terlihat dari permasalahan tersebut merupakan kurang baiknya bagi para pengurus UKM dalam melaksanakan program-program untuk cabang olahraga sepak bola contohnya melakukan pelatihan sepak bola yang tidak berjalan dengan baik dikarenakan lapangan yang tidak memenuhi standar yang berdampak pada kualitas teknik dan taktik atlit UKM tersebut. Dan kurangnya jumlah anggota UKM sepak bola di UPG 1945 NTT,

sehingga dibutuhkan sebuah sistem informasi Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) sepak bola UPG 1945 NTT, untuk mempermudah mahasiswa mendapatkan informasi tentang UKM sepak bola yang ada di Universitas Persatuan Guru 1945 NTT.

7. Teknik Dasar Permainan Sepak Bola

Setiap pemain sepak bola harus bisa menguasai dan memainkan bola dalam sebuah pertandingan, hal tersebut mewajibkan setiap pemain untuk memiliki teknik dasar permainan sepak bola yang mumpuni (Ré *et al.*, 2014). Teknik dasar permainan sepak bola terbagi kedalam dua jenis yaitu teknik dasar bertahan dan teknik dasar menyerang (Raiola & Di Tore, 2016). Teknik dasar bertahan terdiri dari bertahan pro-aktif dengan bodi kontak, intercept, tackling, dan clearing area (Sporiš *et al.*, 2012). Teknik dasar menyerang terdiri dari gerakan tipuan, kontrol, operan, menggiring, shooting, dan menyundul (Setiawan *et al.*, 2022).

Ada beberapa teknik dasar tersebut harus dapat dikuasai oleh seorang pemain untuk menunjang penampilan diatas lapangan sesuai dengan posisi masing-masing. Keterampilan penting yang perlu dipelajari dalam permainan sepak bola antara lain menggiring, mengoper, menembak, merebut bola, menyundul, menggunakan kaki yang tidak dominan dan gerakan spontan (Yulifri, 2019). Menerima, menggiring bola, melewati, menembak, dan menyundul merupakan teknik dasar yang semua pemain harus mengembangkannya dan terus menerus berlatih (Rohman, 2018). Para pemain terbaik selalu memiliki teknik yang kuat. Penguasaan teknik dasar yang baik akan membentuk seorang pemain menjadi handal.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat enam teknik dasar sepak bola yaitu menguasai bola, menggiring, mengoper, menyundul, menembak dan keahlian khusus penjaga gawang. Adapun penjelasan setiap teknik dasar adalah sebagai berikut.

a. Teknik Menguasai Bola (*Controlling*)

Pada permainan sepak bola menahan bola merupakan unsur teknik yang digunakan pemain untuk menyetop atau menahan bola, baik bola menggelinding maupun bola melayang (Ijiri et al., 2017). Dengan kontrol bola yang baik, tempo permainan dapat dipercepat dan diperlambat, untuk teknik menyetop diperlukan dari pemain penguasa bola (*ball feeling*) dan kecepatan gerak fisik (Tao et al., 2020).

Mengontrol bola memerlukan kemampuan khusus yang melibatkan koordinasi berbagai anggota tubuh (Abulwafa et al., 2020). Menguasai bola dapat menggunakan bagian dada, tungkai atas dan kepala apabila bola yang didapat berasal datang dari bola melambung diudara (Tamaru et al., 2021). Tungkai bawah dan kaki dapat digunakan apabila bola datang dari bawah atau di posisi menyentuh tanah (Saleem et al., 2022). Mengontrol bola ada dua bagian, yang pertama menghentikan bola dan yang kedua mengatur posisi bola (Gómez et al., 2013).

Gambar 1. *Controlling Sepak Bola*



b. Teknik Menggiring (*Dribbling*)

Pada permainan sepak bola menggiring merupakan salah satu keterampilan yang harus dikuasai untuk bermain sepak bola (Toha, 2020). Menggiring merupakan gerakan dorongan terhadap bola diikuti dengan perpindahan gerak pemain mengikuti arah bola. Keterampilan menggiring bola yang baik sangat membantu dalam menyerang dan menciptakan gol. Terdapat tiga tujuan melakukan gerakan dribbling, yaitu: (1) gerakan dribbling untuk mengalahkan lawan, (2) gerakan dribbling untuk penguasaan bola, dan (3) gerakan dribbling untuk kecepatan (*dribbling for speed*) (Afonshin *et al.*, 2020).

Gambar 2. *Dribbling Sepak Bola*



c. Teknik Mengoper (*Passing*)

Sepak bola merupakan olahraga tim yang menuntut kerjasama didalam permainan tersebut. Ada sebelas pemain yang secara bersamaan memiliki tujuan yang sama (Saputra *et al.*, 2023). Menyatukan tujuan tim dapat dilakukan dengan teknik operan (Nata *et al.*, 2022). Passing terbagi menjadi dua yaitu passing atas (melambung) dan passing bawah (menyusur tanah) (Prabowo *et al.*, 2023). Pilihan teknik passing tergantung pada situasi dan jarak dimana bola harus diberikan (Pebrima *et al.*, 2021). Kegunaan kedua jenis operan ini tergantung pada jarak antar pemain kawan yang akan dituju (Pujiyanto *et al.*, 2020). Passing bawah digunakan untuk posisi teman berada didekat pemain pembawa bola dan tidak terhalangi oleh pemain lawan. Passing atas digunakan saat pemain terdekat dijaga oleh lawan dan bola harus diberikan pada teman yang berada disisi lapangan yang berjauhan (Ginting *et al.*, 2019). Keberhasilan operan ditentukan antar pemain yang memahami posisi dan pergerakan masing-masing (Li *et al.*, 2021). Dibutuhkan latihan kekompakan dan penerapan taktik sesuai arahan pelatih. Teknik dasar passing juga memiliki beberapa teknik dasar yaitu teknik dasar passing menggunakan kaki bagian dalam, menggunakan kaki bagian luar dan menggunakan Punggung kaki (Bekris *et al.*, 2020).

1) *Passing* kaki bagian dalam

Merupakan kemampuan passing dasar dengan menggunakan permukaan kaki bagian dalam, teknik ini harus di kuasai para pemain sepakbola baik amatir dan profesional (Muslim *et al.*, 2019). Berikut

gambar teknik passing menggunakan kaki bagian dalam.

Gambar 3. Passing kaki bagian dalam



2) *Passing* kaki bagian luar

Merupakan kemampuan passing yang digunakan ketika pemain mengoper bola sambil melakukan *dribbling* bola di barengi kecepatan tinggi, dan mengoper bola secara diagonal kearah kiri dan kanan biasanya passing ini di lakukan saat menggerakkan bola dengan arah jarak pendek atau menengah. Dan ini gambar langkah pelaksanaan bisa di lihat sebagai berikut:

Gambar 4. Passing kaki bagian luar



3) *Passing* punggung kaki

Merupakan teknik passing dengan menggunakan punggung kaki untuk melakukan tendangan jarak jauh dan bisa digunakan saat

melakukan shooting di depan gawang lawan untuk mencetak gol. Di sini juga ada langkah gambar mengoper dengan tempurung kaki sebagai berikut;

Gambar 5. Passing menggunakan punggung kaki



d. Teknik Menyundul (*Heading*)

Sepak bola tidak hanya dimainkan menggunakan kaki tetapi anggota badan yang lain tidak terkecuali kepala (Rodrigues *et al.*, 2016). Teknik memainkan bola dengan kepala dinamakan heading (Snowden *et al.*, 2021). Teknik ini digunakan saat bola berada diudara dan memiliki dua tujuan untuk ofensif maupun defensif. Tendangan gawang, tendangan sudut, tendangan bebas, penerimaan lemparan kedalam, operan sundulan, clearance dapat dimainkan dengan kepala secara langsung (Desai *et al.*, 2019). Tujuan ofensif dilakukan saat tim menyerang berada dikotak penalti lawan, heading dilakukan untuk mencetak gol (Zhou *et al.*, 2021). Posisi heading saat bola berada diudara sulit ditebak oleh penjaga gawang karena terjadi dalam waktu singkat dan jarak yang dekat meskipun tidak sekeras shooting (Rodrigues *et al.*, 2019). Tujuan defensif digunakan saat bola dioper menggunakan operan atas oleh lawan, untuk mengantisipasi bola mendekat ke gawang bola disundul

menjauh (*clearence*). Teknik menyundul dipengaruhi oleh loncatan dan ketepatan bola pada bagian dahi.

Gambar 6. Menyundul atau *Heading* Sepak bola



e. Teknik Menembak (*Shooting*)

Scoring goal tetap menjadi tugas paling sulit dalam sepak bola (Daugela *et al.*, 2018). Karena tujuan dari permainan sepak bola merupakan mencetak gol sebanyak-banyaknya dalam durasi waktu yang ada (AFYON *et al.*, 2018). Teknik yang paling efektif untuk mencetak gol merupakan *shooting* (Gallicchio *et al.*, 2016). *Shooting* merupakan gerakan menendang bola ke arah gawang perkenaan bagian kaki dengan tujuan mencetak gol (Celikel *et al.*, 2012). Laju bola yang keras dan cepat menambah peluang terciptanya gol serta beberapa variasi *shooting* dapat mengecoh pergerakan seorang kiper (Özdalyan *et al.*, 2022). *Shooting* dilakukan dengan kontak antar bola dan kaki yang kuat dan cepat sehingga laju bola juga akan *powerfull* (Greenland & Savage, 2023).

Gambar 7. *Shooting Sepak Bola*



f. Keahlian Penjaga Gawang (*GoalKeeper*)

Selain mencetak gol tujuan dari permainan sepak bola merupakan menjaga gawang dari kebobolan (Rojas., 2012). Tugas seorang kiper menjadi vital dalam meraih salah satu *et al* tujuan permainan ini (Lamas et al., 2018). Berbeda dengan pemain lain kiper diperbolehkan untuk menggunakan seluruh anggota badan untuk bermain termasuk kedua lengan (Eirale *et al.*, 2014). Kemampuan fisik yang dibutuhkan oleh kiper pun sedikit berbeda dengan pemain lain yang harus berlari dengan jarak yang jauh (Szwarc & Oszmaniec, 2020). Penjaga gawang dalam sepak bola membutuhkan sejumlah keterampilan yang berbeda (de Baranda *et al.*, 2019). Selain menyelamatkan dari tembakan tepat sasaran lawan, penjaga gawang juga bertanggung jawab antara lain memutuskan ancaman dalam situasi yang berbahaya, membagikan bola terhadap pemain lain untuk melakukan serangan, dan berkomunikasi dengan pemain belakangnya Santos *et al.*, (2022:11).

8. Peraturan Permainan Sepak bola

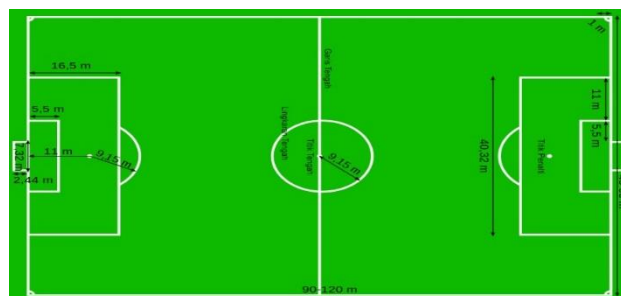
Wasit memegang peran penting dalam sebuah pertandingan (Hosp *et*

al., 2021). Wasit harus bersikap objektif dan tegas (Lamas *et al.*, 2018). Wasit juga dituntut untuk memiliki kemampuan, keterampilan dan pengetahuan serta pemahaman yang lebih terhadap peraturan permainan (Szwarc & Oszmaniec, 2020). Dengan kata lain, memahami merupakan mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi (Higueras-Herbada *et al.*, 2020). Pemahaman merupakan jenjang kemampuan berfikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan dan hafalan. Mikikis *et al.*, (2021:18) pemahaman merupakan tingkatan kemampuan yang mengharapakan seseorang mampu memahami arti atau konsep, situasi serta fakta yang diketahuinya. Peraturan merupakan sesuatu yang harus ditaati sesuai dengan perintah yang telah ditetapkan yang harus dilaksanakan oleh siswa, apabila siswa melakukan pelanggaran akan mendapatkan sanksi (Angulo *et al.*, 2022). Jika tidak terdapat peraturan, siswa atau manusia bisa bertindak sewenang-wenang tanpa kendali dan sulit diatur (Piechota & Majorczyk, 2023). Peraturan dalam olahraga merupakan peraturan yang mendefinisikan bagaimana suatu olahraga dimainkan. Dalam permainan sepak bola terdapat peraturan yang telah diterapkan yang terdapat dalam peraturan permainan (*Laws of The Game*). Di dalam buku ini berisi peraturan-peraturan yang diterapkan untuk panduan peraturan permainan resmi sepak bola di seluruh dunia. Peraturan permainan (*Laws of The Game*) edisi 2014/2015 merupakan sebagai berikut:

a. Peraturan 1 (Lapangan Pertandingan)

Pertandingan dapat dilakukan di lapangan yang permukaannya dilapisi dengan rumput asli atau buatan. Sepanjang ketentuan tentang itu ditetapkan dalam peraturan kompetisi yang berlaku. Warna dari rumput mesti hijau. Apabila lapangan yang permukaannya terbuat dari rumput buatan dipergunakan pada pertandingan kompetisi antar klub internasional, permukaan buatan itu mesti memenuhi persyaratan konsep kualitas Federation Internationale de Football Association (FIFA) dari lempengan tanah yang dilapisi rumput buatan atau memenuhi standar internasional tentang lempengan tanah yang dilapisi rumput buatan, pengecualian dari itu hanya dapat dilakukan atas dispensasi khusus yang diberikan Federation Internationale de Football Association (FIFA). Standar lapangan sepak bola internasional Panjang 90- 120meter dan lebar 45-90 meter, kotak kiper memiliki panjang 18,30meter dan lebar 5,5meter begitu juga dengan kotak pinalti memiliki panjang 40,3meter dan lebar 16,5 meter.

Gambar 8. Lapangan Sepak bola



b. Peraturan 2 (Bola)

Spesifikasi bola menurut *Laws of The Game* (2014/2015):

- 1) Berbentuk bundar/bulat.

- 2) Terbuat dari kulit atau bahan lain yang sesuai.
- 3) Lingkaran tidak lebih dari 70 cm (28 inci) dan tidak kurang dari 68 cm (27inci).
- 4) Berat tidak lebih dari 450 g (16ons) dan tidak kurang dari 410 g (14ons), pada saat dimulainya pertandingan.
- 5) Tekanan udara sama dengan 0,6-1,1 atm (600-1100 gr/cm²) pada permukaan laut (8,5 lbs/sq inci).

Gambar 9. Bola Sepak



c. Peraturan 3 (Jumlah Pemain)

Setiap pertandingan dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim paling banyak terdiri dari 11 pemain dan satu diantaranya menjadi penjaga gawang. Suatu pertandingan tidak boleh dimulai apabila pemain dari salah satu tim kurang dari 7 pemain. Pergantian pemain yang diijinkan dalam suatu pertandingan resmi yang diorganisir sesuai dengan ketentuan Federation Internationale de Football Association (FIFA), konfederasi atau asosiasi anggota, maksimal tiga pemain pengganti. Peraturan kompetisi harus menentukan beberapa orang pemain pengganti yang boleh atau dapat dinominasikan, mulai dari tiga sampai maksimal tujuh orang.

d. Peraturan 4 (Perlengkapan Pemain)

Pemain dilarang menggunakan perlengkapan atau apapun yang dapat membahayakan dirinya atau pemain lainnya (termasuk segala macam perhiasan). Perlengkapan dasar atau utama yang wajib dipakai oleh seorang pemain terdiri dari beberapa item. Baju kaos atau kemeja olahraga yang berlengan jika memakai pakaian dalam, warna dari lengan pakaian dalam itu harus sama dengan warna dari lengan baju atau kaos atau kemeja olahraga yang dipakai. Celana pendek, jika memakai celana di bawah celana pendek warnanya harus sama dengan warna celana pendek utama, kaos kaki, pelindung tulang kering dan sepatu. Pemain tidak boleh menunjukkan pakaian dalam yang berisikan slogan atau iklan. Perlengkapan dasar atau utama tidak boleh berisikan pernyataan politik agama atau pribadi. Pemain yang melepaskan kostumnya untuk menunjukkan slogan atau iklan-iklan dikenakan sanksi oleh panitia pertandingan. Tim atau klub dari pemain yang perlengkapan dasar atau utamanya berisikan pernyataan atau slogan politik, agama atau pribadi akan dikenakan sanksi oleh panitia pertandingan atau oleh 14 Federation Internationale de Football Association (FIFA). Kedua tim harus memakai kostum yang warnanya dapat membedakan mereka satu sama lain dan juga dengan wasit dan asisten wasit.

Gambar 10. Perlengkapan Pemain Sepak bola



e. Peraturan 5 (Wasit)

Setiap pertandingan sepak bola dipimpin oleh seorang wasit yang wewenangnya mutlak dalam menegakkan peraturan permainan pada pertandingan dimana ditugaskan. Keputusan wasit mengenai fakta-fakta yang berkaitan dengan permainan dan hasil suatu pertandingan merupakan final. Wasit hanya dapat merubah keputusannya apabila menyadari bahwa keputusan yang ditetapkan sebelumnya tidak benar, berdasarkan pendapat asisten wasit atau official keempat keputusan tersebut perlu dirubah, asal wasit belum memulai kembali permainan atau belum mengakhiri pertandingan.

f. Peraturan 6 (Asiten Wasit)

Asisten wasit mempunyai tugas membantu mengawasi dan mengamati pertandingan sesuai dengan peraturan permainan. Dalam hal-hal tertentu, asisten wasit dapat masuk lapangan permainan untuk membantu mengontrol jarak 9.15 meter. Jika terdapat campur tangan yang kurang pantas atau perilaku yang tidak tepat/senonoh, wasit akan membebaskan tugas seorang asisten wasit dan membuat laporan

kepada pihak yang berwenang.

g. Peraturan 7 (Lamanya Pertandingan)

Pertandingan berlangsung dua babak yang waktunya sama yaitu 45 menit dan apabila score masih imbang dalam babak Knock Out maka akan berikan perpanjangan waktu dengan 2x15 menit. kecuali ada kesepakatan lain antara wasit dan kedua tim yang akan bertanding. Setiap kesempatan merubah lama (waktu) permainan (contoh mengurangi waktu suatu babak permainan menjadi 40 menit karena penerangan lampu tidak cukup terang) harus dibuat sebelum permainan dimulai dan harus sesuai dengan peraturan pertandingan. Para pemain berhak untuk mendapat waktu istirahat antara kedua babak. Waktu istirahat harus tidak lebih dari 15 menit. Peraturan pertandingan harus menyatakan jangka waktu istirahat. Lama waktu istirahat dapat diubah hanya atas persetujuan wasit. Jika tendangan pinalti harus dilakukan atau diulang, lamanya pertandingan dari setiap babak harus diperpanjang sampai tendangan pinalti selesai dilaksanakan secara sempurna.

h. Peraturan 8 (Memulai dan Memulai kembali Pertandingan)

Untuk memulai sebuah pertandingan diawali dengan pelemparan koin yang dilakukan oleh wasit dan diikuti oleh kedua kapten dari masing-masing tim untuk menentukan tim mana yang akan memilih tempat (gawang) dan tim yang melakukan kick-off untuk babak pertama. Apabila sedang dalam permainan dan ada kejadian pemain

cedera yang memerlukan perawatan, suporter masuk ke dalam area lapangan permainan dan gangguan-gangguan lain yang mungkin terjadi saat pertandingan, wasit diharuskan untuk menghentikan sementara permainan, pertandingan dimulai kembali dengan menjatuhkan bola. Wasit menjatuhkan bola di tempat dimana bola berada pada saat permainan dihentikan, kecuali apabila permainan dihentikan didalam daerah gawang, untuk kejadian ini wasit harus menjatuhkan bola digaris perbatasan daerah gawang yang sejajar dengan garis gawang pada posisi yang terdekat dengan lokasi awal bola pada saat permainan dihentikan. Permainan dimulai kembali setelah bola menyentuh tanah.

i. Peraturan 9 (Bola didalam dan diluar permainan)

Bola di luar permainan apabila, bola sepenuhnya melewati garis gawang atau garis samping apakah di tanah atau di udara dan permainan dihentikan oleh wasit. Sedangkan bola di dalam permainan untuk semua waktu lainnya termasuk ketika bola memantul dari tiang gawang, mistar gawang, atau tiang bendera sudut dan berada dalam lapangan permainan. Bola memantul baik dari tubuh wasit maupun asisten wasit jika mereka berada dalam lapangan permainan.

j. Peraturan 10 (Cara Mencetak Gol)

Gol tercipta apabila bola sepenuhnya melewati garis gawang, di antara kedua tiang gawang dan di bawah mistar gawang, asal sebelum itu tidak terjadi pelanggaran terhadap peraturan permainan yang

dilakukan oleh tim yang memasukkan gol. Tim yang mencetak gol lebih banyak dalam suatu pertandingan merupakan pemenangnya. Jika gol yang dicetak kedua tim sama banyak atau tidak ada gol yang dicetak sama sekali, pertandingan dinyatakan seri. Ketika aturan kompetisi mensyaratkan adanya tim pemenang dari suatu pertandingan atau pertandingan tandang dan kandang yang berakhir seri, hanya prosedur yang disetujui oleh International Football Association Board (IFAB) berikut ini yang boleh dipakai untuk mendapatkan tim pemenang yaitu, aturan perhitungan gol dari hasil pertandingan tandang, waktu tambahan, tendangan dari titik penalti.

k. Peraturan 11 (*Offside*)

Seorang pemain berada pada posisi offside jika pemain tersebut berada lebih dekat dengan garis gawang lawan dari pada bola dan pemain lawan yang kedua terakhir. Dan seorang pemain tidak berada pada posisi offside jika berada pada daerah permainan sendiri, sejajar dengan pemain lawan yang kedua terakhir atau sejajar dengan dua pemain lawan terakhir. Seorang pemain berada pada posisi offside hanya dapat dihukum jika pada saat itu bola menyentuh atau sedang dimainkan. *Laws Of the Game* (2014/2015) seorang pemain terlibat aktif dalam permainan diantaranya:

- 1) Mencampuri jalannya permainan.
- 2) Mengganggu atau menghalangi pemain lawan.
- 3) Memperoleh keuntungan dengan berada dalam posisi diantara

keduanya.

Seorang pemain berada pada posisi offside, tidak melanggar ketentuan offside jika menerima bola langsung dari tendangan gawang, lemparan kedalam dan tendangan sudut.

1. Peraturan 12 (Pelanggaran dan kelakuan tidak sopan)

Menurut *Laws Of the Game* (2014/2015) seorang pemain diberi peringatan dengan menunjukkan kartu kuning, jika melakukan salah satu dari tujuh pelanggaran berikut ini:

- (1) Berkelakuan tidak sportif.
- (2) Menolak dengan perkataan atau tindakan.
- (3) Terus-menerus melanggar peraturan permainan.
- (4) Memperlambat waktu untuk memulai kembali permainan.
- (5) Gagal memenuhi jarak yang ditentukan ketika permainan dimulai kembali dengan tendangan sudut atau tendangan bebas atau lemparan ke dalam.
- (6) Masuk atau masuk kembali ke lapangan permainan tanpa seijin wasit.
- (7) Sengaja meninggalkan lapangan permainan tanpa seijin wasit.

Seorang pemain, pemain pengganti atau yang digantikan dikeluarkan dari lapangan permainan, jika ia melakukan salah satu dari tujuh dari pelanggaran berikut ini (*Laws of The Game* 2014/2015):

- a) Bermain sangat kasar.
 - b) Berkelakuan jahat atau kasar.
 - c) Meludahi pemain lawan atau orang lain.
 - d) Menggagalkan gol yang di buat oleh tim lawan atau menggagalkan peluang terciptanya gol dengan sengaja menyentuh bola dengan tangan (hal ini tidak berlaku bagi penjaga gawang dalam daerah penaltinya sendiri).
 - e) Menggagalkan peluang terciptanya gol oleh pemain lawan yang bergerak kedepan ke arah gawang pemain tersebut, melalui suatu pelanggaran yang dapat dihukum dengan tendangan bebas atau tendangan penalti.
 - f) Menggunakan kata-kata atau isyarat yang menghina, melecehkan atau kasar.
 - g) Menerima peringatan kedua dalam pertandingan yang sama.
- Pemain, pemain pengganti atau yang digantikan yang dikeluarkan mesti meninggalkan lapangan permainan dan daerah tenik.

m. Peraturan 13 (Tendangan Bebas)

Tendangan bebas terbagi dua yaitu langsung dan tidak langsung.

1) Tendangan Bebas Langsung

Tendangan bebas langsung Jika bola dalam tendangan bebas langsung ditendang langsung masuk kedalam gawang lawan,

sebuah gol disahkan. Dan jika bola dalam tendangan bebas langsung ditendang langsung masuk kedalam gawang sendiri, tendangan sudut diberikan kepada tim lawan. Menurut Laws Of the Game (2014/2015) sebuah tendangan bebas langsung diberikan kepada tim lawan, jika seorang pemain melakukan salah satu dari tujuh pelanggaran berikut ini dengan tindakan yang dianggap wasit sebagai kelalaian, yaitu:

- a) Menendang atau mencoba menendang lawan.
- b) Menjegal atau mencoba menjegal lawan.
- c) Melompat ke arah lawan.
- d) Menabrak lawan.
- e) Memukul atau mencoba memukul lawan.
- f) Mendorong lawan.
- g) Mentakle atau menyerang lawan.

Sebuah tendangan bebas langsung juga diberikan kepada tim lawan, jika seorang pemain melakukan salah satu dari tiga pelanggaran berikut ini:

- (1) Menahan atau memegang lawan.
- (2) Meludahi lawan.
- (3) Memegang bola dengan sengaja (kecuali bagi penjaga gawang dalam daerah penaltinya sendiri).

Tendangan bebas langsung dilaksanakan dari tempat dimana

pelanggaran terjadi (*Laws of The Game* 2014/2015).

2) Tendangan bebas tidak langsung

Wasit memberikan isyarat tendangan bebas tidak langsung dengan mengangkat tangannya. Ia mempertahankan tangannya dalam posisi tersebut sampai tendangan dilakukan dan bola telah menyentuh pemain lain atau bola keluar dari permainan. Sebuah gol dari tendangan tidak langsung disahkan apabila bola disentuh oleh pemain lain sebelum bola tersebut masuk ke gawang. Jika bola pada tendangan bebas tidak langsung ditendang langsung masuk ke gawang lawan, tendangan gawang diberikan. Dan jika bola pada tendangan bebas tidak langsung ditendang langsung masuk ke dalam gawang sendiri, tendangan sudut diberikan kepada tim lawan.

Laws Of the Game (2014/2015) tendangan bebas tidak langsung diberikan kepada tim lawan jika penjaga gawang, di daerah penaltinya sendiri, melakukan salah satu dari empat kesalahan berikut:

- a) Mengontrol bola dengan tangannya lebih dari 6 enam detik sebelum melepaskannya dari penguasaannya.
- b) Menyentuh bola kembali dengan tangannya, setelah dilepaskan dari penguasaannya dan sebelum bola itu menyentuh pemain lain
- c) Menyentuh bola yang sengaja ditendang kepadanya oleh teman satu tim dengan tangan.

d) Menyentuh bola lemparan ke dalam yang diberikan secara langsung oleh teman satu timnya dengan tangan.

Tendangan bebas tidak langsung juga diberikan kepada tim lawan, jika salah seorang pemain menurut pandangan wasit:

- a) Bermain dengan cara yang berbahaya.
- b) Menghalangi pergerakan lawan.
- c) Menghalangi penjaga gawang untuk melepaskan bola dari tangannya.

Tendangan bebas tidak langsung dilaksanakan dari tempat dimana pelanggaran terjadi (*Laws of the Game* 2014/2015).

n. Peraturan 14 (Tendangan Pinalti)

Sebuah tendangan pinalti dijatuhkan terhadap tim yang melakukan salah satu dari sepuluh pelanggaran yang dihukum dengan tendangan bebas langsung, pada saat bola masih dalam permainan. Gol dapat langsung tercipta dari sebuah tendangan pinalti. Waktu tambahan dapat diberikan untuk tendangan pinalti yang dilaksanakan pada akhir tiap-tiap babak atau pada akhir babak perpanjangan waktu.

o. Peraturan 15 (Lemparan Ke dalam)

Lemparan ke dalam merupakan suatu cara untuk memulai kembali permainan. Lemparan ke dalam diberikan kepada lawan dari pemain yang terakhir menyentuh bola ketika seluruh bagian bola melewati garis samping, baik menggelinding di tanah maupun

melayang di udara. Apabila terjadi kesalahan pada saat lemparan ke dalam, maka lemparan ke dalam diulang dengan dilakukan oleh tim lawan.

p. Peraturan 16 (Tendangan Gawang)

Tendangan gawang merupakan suatu cara untuk memulai kembali permainan. Tendangan gawang ketika seluruh bagian bola melewati garis gawang, baik menggelinding di tanah maupun melayang di udara, setelah terakhir kali menyentuh pemain dari tim yang menyerang, dan sesuai dengan peraturan 10 tidak terjadi gol. Sebuah gol yang tercipta dari tendangan gawang langsung ke gawang lawan dinyatakan sah.

q. Peraturan 17 (Tendangan Sudut)

Tendangan sudut merupakan suatu cara untuk memulai kembali permainan. Tendangan sudut diberikan ketika seluruh bagian bola melewati garis gawang, baik menggelinding di tanah maupun melayang di udara, setelah terakhir kali bola menyentuh dari pemain tim yang bertahan, dan sesuai peraturan 10 tidak gol. Sebuah gol yang tercipta dari tendangan sudut langsung ke gawang lawan dinyatakan sah.

9. Latihan

Beberapa terminologi tentang latihan dalam bahasa Inggris sering disebut dengan training, exercise, workout, dan practice. latihan (*training*) olahraga sebagai berikut: (1) Latihan merupakan suatu proses

penyempurnaan berolahraga melalui pendekatan ilmiah, khususnya prinsip-prinsip pendidikan, secara teratur dan terencana sehingga mempertinggi kemampuan dan kesiapan olahragawan. (2) Latihan merupakan program pengembangan atlet untuk bertanding, berupa peningkatan keterampilan dan kapasitas energi, (3) Latihan merupakan sebuah proses yang sistematis dalam meningkatkan kebugaran atlet sesuai cabang olahraga masing – masing. Hal ini senada dengan Suharjana yang menyatakan bahwa latihan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan dengan benar serta terprogram, sehingga akan memberikan suatu perubahan pada sistem tubuh pada seseorang, baik itu sistem metabolisme, sistem syaraf dan otot, maupun sistem hormonal Mira Sandra Dewi, (2018:89). Lebih jelas lagi latihan merupakan suatu aktivitas yang berpusatkan pada fisik yang teratur, sistematis, dan berkesinambungan sedemikian rupa sehingga dapat meningkatkan kemampuan kerja fisik secara maksimal (Nurjaman & Rohmat, 2018). Latihan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk menghasilkan suatu perubahan yang terjadi pada seseorang dan sering disebut dengan istilah respons (Nugraha & Bulqini, 2019). Dan perubahan akibat suatu periode latihan disebut adaptasi (Wahyudi & others, 2021). Dalam olahraga dikenal dua istilah penting, yaitu “*exercise*” dan “*training*” (Pepadu *et al.*, 2023).

Dari beberapa pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa latihan merupakan suatu proses penyempurnaan dalam berolahraga untuk meningkatkan struktur dalam melakukan aktivitas latihan secara baik,

maka dikaitkan dengan pengaruh latihan teknik dasar passing melalui permainan rondo dan *small sided games* yang memiliki tujuan yang ingin dicapai yaitu meningkatkan ketrampilan teknik dasar passing, dan metode permainan yang disusun secara sistematis dan terprogram.

a. Ciri-Ciri Latihan

Ciri – ciri dari latihan, merupakan adanya beban latihan, adanya proses, adanya peningkatan kualitas fisik, psikis, sikap, dan sosial olahragawan. Sukadiyanto mengelompokkan ciri –ciri latihan menjadi lima bagian sebagai berikut;

- 1) Suatu proses yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang maksimal.
- 2) Sebuah proses latihan harus teratur dan bersifat progresif.
- 3) Memiliki tujuan dan sasaran dalam latihan.
- 4) Memiliki materi yang berisikan teori dan praktek.
- 5) Memiliki metode tertentu dan metode latihan yang digunakan saat latihan harus efektif dan efisien pada saat latihan.

b. Prinsip dan Intensitas Latihan

1) Prinsip Latihan

Prinsip latihan merupakan hal yang harus ditaati, dilakukan atau dihindari agar tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Prinsip-prinsip latihan memiliki peranan penting terhadap aspek fisiologis dan psikologis bagi olahragawan.

Memahami prinsip-prinsip latihan akan meningkatkan kualitas suatu latihan. Selain itu, akan dapat menghindarkan olahragawan dari rasa sakit atau timbulnya cedera selama dalam proses latihan. (Nurjaman & Rohmat, 2018) mengatakan bahwa prinsip latihan hal-hal yang harus ditaati dilakukan atau dihindari agar tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan”. Sedangkan dalam pemberian beban latihan harus memahami prinsip- prinsip latihan yang sesuai dengan tujuan beban latihan.

2) Intensitas Latihan

Intensitas latihan merupakan ukuran yang menunjukkan pada kualitas suatu rangsang yang diberikan selama latihan berlangsung (stimulus berupa aktivitas gerak). Instensitas latihan dapat dikategorikan, intensitas tinggi, sedang, dan rendah. Intensitas latihan memiliki dua belas komponen yang sangat penting bagi atlet saat melakukan aktivitas dalam olahraga: 1. Intensitas, 2. Volume, 3. *Recovery*, 4. Interval, 5. Repetisi, 6. Set, 7. Seri/Sirkuit, 8. Durasi, 9. Densitas, 10. Irama, 11. Frekuensi, 12. Sesi atau Unit dalam intensitas latihan sering menggabungkan latihan aerobik dan anaerobic (Perissiou *et al.*, 2018). Intensitas latihan dapat diartikan juga sebagai sebuah usaha untuk menunjukkan kualitas berat ringannya latihan yang dilakukan Goršič *et al.*, (2017:93). Dan besarnya intensitas bergantung pada jenis dan tujuan latihan yang dilakukan. Intensitas latihan

memiliki aspek perbedaan sesuai dengan iklim sebuah negara dan faktor biologis pada seseorang seperti jenis kelamin, berat badan dan lain sebagainya dan intensitas latihan memiliki efek yang sangat baik bagi atlet dalam meningkatkan performa secara bertahap, sesuai dengan intensitas yang digunakan saat melakukan latihan (Marutani et al., 2022). Ketika seseorang melakukan aktivitas dengan intensitas yang konsisten dalam latihan, maka memungkinkan individu akan tetap aktif secara fisik dalam menjalankan setiap program-program yang direncanakan dengan intensitas yang telah ditentukan sesuai dengan kemampuannya (Samendinger *et al.*, 2019).

c. Tujuan Latihan

Tujuan latihan secara umum, untuk membantu para pembina, pelatih, maupun guru olahraga dapat menerapkan setiap keterampilan dan kemampuan yang dimilikinya untuk ditransformasikan kepada atlet – atlet masa depan bangsa atau negara dalam berprestasi, sedangkan sasaran latihan secara umum diartikan sebagai upaya yang dilakukan oleh seorang pembina dan pelatih untuk meningkatkan kemampuan dan kesiapan olahragawan untuk mencapai prestasi secara maksimal, baik jangka panjang maupun jangka menengah.

d. Bentuk latihan

Bentuk latihan dalam penelitian ini, peneliti memberikan sebuah metode latihan teknik dasar passing pada permainan sepak bola, hal

ini peneliti memberikan metode latihan sesuai dengan kebutuhan pemain, sehingga menjadi patokan bagi pelatih dalam mendesain bentuk latihan. Bentuk – bentuk latihan dalam olahraga sepak bola meliputi tiga unsur yaitu pemanasan, latihan dasar dan latihan inti. Ke tiga unsur tersebut terdapat dalam permainan sepak bola yang dijadikan dalam meningkatkan teknik dasar permainan sepak bola.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu yaitu:

1. Dalam *Journal of Sport and Exercise Science*, Vol 5, No 2, 2022 (50-58).

Dengan judul Pengaruh latihan *small sided games* dan latihan rondo terhadap ketepatan passing pada pemain klub futsal aldifa Banjarmasin, oleh Zanzabil Adwa Fitriani¹, Boyke Adam Hatena Manopo, Eko Juli Fitrianto. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* (SSG) dan latihan Rondo terhadap ketepatan passing. Design two group pretest dan posttest. Uji hipotesis kelompok SSG diperoleh bahwa nilai ($6.678 > 2.262$), sedangkan uji hipotesis kelompok rondo diperoleh ($2.372 > 2.262$). Hasil uji t diperoleh ($1.310 < 2.101$), tidak ada perbedaan. Namun melihat dari angka selisih rata-rata posttest kelompok yang dimana SSG sebesar 6.80 sedangkan Rondo 5.90 sehingga memiliki selisih 0.900 lebih tinggi kelompok SSG.

2. Dalam *Journal International Journal of Physical Education, Sport and Health*. Dengan judul *Effect of method small sided games and the rondo*

games against accuracy passing player Joko Ribowo football academy age 15 years. Universitas Negeri Yogyakarta oleh Ahmad Badawi and Ahmad Nassruloh, Dalam penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh Latihan small sided games dan rondo terhadap akurasi passing. Subyek penelitian yaitu siswa akademi sepak bola Joko Ribowo. Hasil analisis data nilai *small sided games* sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh dan nilai rondo sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh. Sehingga hipotesis menyatakan bahwa adanya pengaruh latihan small sided games dan rondo terhadap akurasi passing.

3. Dalam Indonesia *Jorurnal of Sport Science and Coaching* dengan judul Pengaruh latihan *small sided game* terhadap akurasi passing pada siswa ekstrakurikuler futsal smp negeri 1 muaro jambi. Oleh Ahmad Muzaffar, Adhe Saputra, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Jambi, Jambi Indonesia. Jenis penelitian eksperimen dengan tujuan mencari pengaruh variable pada sampel yang diteliti. Hasil analisis data menyatakan bahwa latihan *small sided games* memberikan pengaruh terhadap ketepatan passing, diperkuat dengan hasil pretest 5,05 dan posttest 7,65 dengan selisih kenaikan sebesar 7,56. Hasil uji t sebesar $3,492 > t \text{ table}$.

C. Kerangka Pikir

Berbicara tentang sepak bola biasa dikatakan menjadi suatu bidang pembangunan nasional yang sangat melekat dari cabang olahraga yaitu sepak bola, sepak bola cabang yang begitu paling digemari. Permainan sepak bola lebih dominan dengan menggunakan kaki dimainkan oleh masyarakat dari

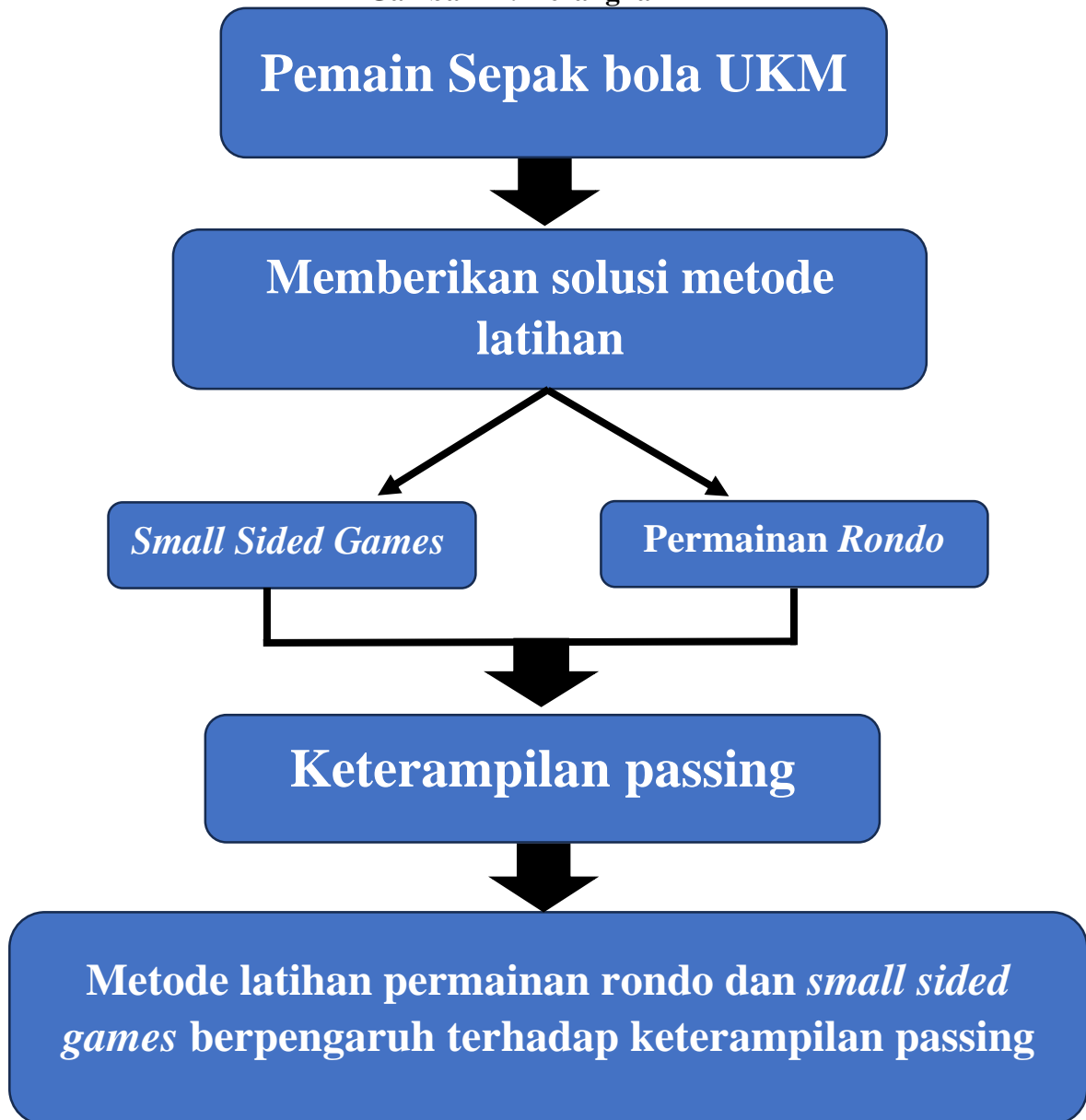
berbagai kalangan sosial. Kegiatan olahraga ada beberapa pendukung agar bisa meraih suatu prestasi seperti: fisik, teknik, taktik, serta mental. Dalam sepak bola terdapat unsur fisik, teknik, taktik, dan mental sangat diperlukan, namun menjadi pondasi utama merupakan sebuah teknik bagi setiap atlet, sebab dengan kurangnya menguasai teknik bagi atlet, maka tidak akan terciptanya prestasinya. Permainan yang bagus membutuhkan menguasai teknik sepak bola, dikarekan teknik menjadi sebuah pendukung dan sebuah pondasi utama seseorang dalam bermain sepak bola. Maka untuk memperbaiki dan peneningkatan keterampilan didalam permainan suatu menuju prestasi, permasalahan dalam teknik menjadi penentu permainan sepak bola.

Maka seorang pelatih mencari solusi dari masalah itu melalui penerapan latihan yang menjadikan atlet lebih baik dalam melakukan teknik dasar. Dalam permainan sepak bola ada berbagai metode latihan yang dapat meningkatkan keterampilan passing. Ada suatu bentuk latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar passing dalam permainan sepak bola. Dalam hal ini dengan menggunakan permainan rondo dan *small sided games* yang dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar passing. Pelatih bertugas membimbing dan mengarahkan pemain. Dengan demikian pelatih dapat memberikan pengaruh terhadap keterampilan teknik dasar pemain.

Bentuk latihan permainan rondo dan *small sided games* di pilih dapat untuk meningkatkan keterampilan passing pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT karena berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya terbukti bahwa bentuk latihan permainan rondo dan *small sided games* dapat memberikan

pengaruh terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar passing dalam permainan sepak bola.

Gambar 11. Kerangka Pikir



D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan kerangka berpikir di atas dan

sekaligus untuk menjawab permasalahan dalam penelitian ini, peneliti menyusun hipotesis penelitian sebagai jawaban sementara dari pencapaian penelitian ini.

1. Adanya pengaruh metode latihan permainan rondo terhadap keterampilan passing pemain sepak bola.
2. Adanya pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan passing pemain sepak bola.
3. Adanya perbedaan pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap keterampilan passing.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen *two group desain pretest* dan *posttest* dengan perlakuan sebanyak 16 kali. (Rudd *et al.*, 2019) Penelitian eksperimental merupakan suatu cara untuk mencari suatu hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti untuk mengetahui suatu perlakuan César Zákha Marani *et al.*, (2018:26). Desain yang digunakan dalam penelitian ini merupakan desain *pretest* dan *posttest*. Dimana dalam penelitian ini diuji dua kali yaitu *pretest* sebelum diberikan perlakuan dan *posttest* setelah diberikan perlakuan (Soederajat *et al.*, 2022). Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap keterampilan *passing*. Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel independen dan satu variabel dependen. Variabel penelitian merupakan sesuatu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga dapat memperoleh informasi mengenai permasalahan dan kemudian menarik kesimpulan (Sanusi *et al.*, 2020).

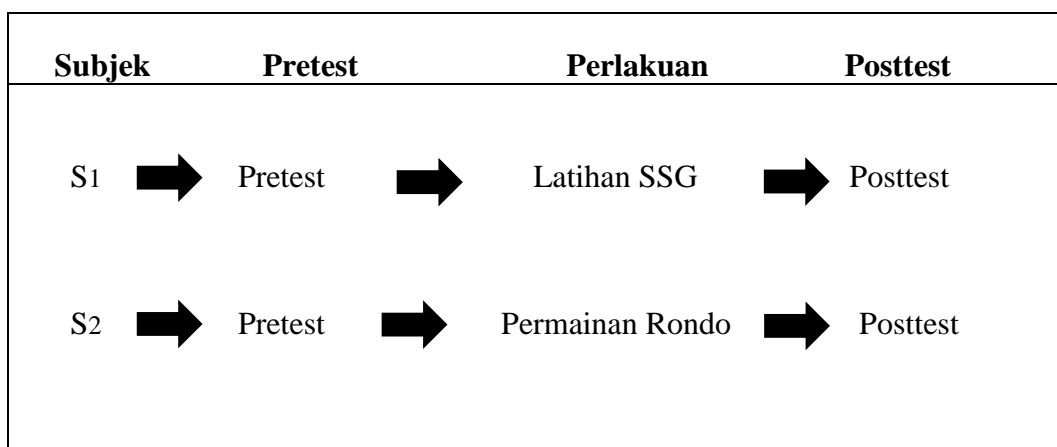
Metode penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel ini diambil menurut kriteria-kriteria tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditentukan (Rahman, 2016). Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positifisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian,

analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan (England, 2022). Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dikarenakan data yang akan diolah merupakan data rasio dan yang menjadi fokus dari penelitian ini merupakan untuk mengetahui besarnya pengaruh antar variabel yang diteliti (Zyphur & Pierides, 2020).

Berdasarkan pemaparan masalah dan teori yang sudah dijelaskan, maka peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, yang dianalisis menggunakan presentase yang berguna untuk mengetahui keberhasilan tindakan yang telah diberikan. Berdasarkan rumusan masalahnya peneliti juga menggunakan jenis penelitian eksperimen. Dalam penelitian ini desain penelitian yang dipilih peneliti merupakan *Quasi Eksperimen Design* atau yang biasa disebut eksperimen semu. Dengan tujuan untuk mencari pengaruh tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan. Selain itu dengan eksperimen semu peneliti juga dapat mengontrol semua variabel yang mempengaruhi jalannya eksperimen.

Penelitian eksperimental bertujuan untuk mendiskripsikan apa yang akan terjadi bila variabel-variabel tertentu dikontrol atau dimanipulasi secara tertentu. Fokus perhatiannya pada hubungan-hubungan antar variabel, dalam hubungan ini kesengajaan melakukan manipulasi terhadap suatu variabel merupakan bagian yang tak terpisahkan dari suatu metode eksperimental. Selain itu tujuan-tujuan utama penelitian eksperimen merupakan untuk menguji dampak suatu treatment terhadap hasil penelitian, yang dikontrol oleh faktor - faktor yang dimungkinkan juga mempengaruhi hasil tersebut. Hal – hal atau pendekatan yang perlu diperhatikan di dalam penelitian eksperimental, antara lain:

- a. Mengidentifikasi sampel dan populasi
- b. Teknik sampling mana yang digunakan
- c. Variabel apa yang dicobakan
- d. Desain penelitian mana yang dipilih
- e. Teknik analisi mana yang sesuai



Tabel 1. *Desain two group pretest-posttest*

Keterangan:

S1 : Kelompok A

S2 : Kelompok B

B. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Tempat penelitian dilakukan di Stadion Merdeka Kota Kupang Nusa Tenggara Timur.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian yang digunakan pada penelitian ini merupakan kurang lebih selama dua bulan. Peneliti akan melakukan penelitian dari bulan Februari sampai dengan bulan April.

C. Populasi dan Sample Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 orang yang di mana berupa pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT. Peneliti memilih populasi tersebut dikarenakan UKM tersebut masih aktif dalam melakukan pelatihan. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas Obyek/Subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas Obyek atau Subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi bukan hanya manusia tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain.

2. Sample

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Jadi, sampel yang diambil harus dapat mewakili keseluruhan dari populasi. Jadi pada penelitian ini sampel yang akan diambil berjumlah 24 orang dari populasi yang ada berjumlah 40 orang. Peneliti mengambil sampel ini berdasarkan kriteria pemain yang memiliki keterampilan passing kurang baik berdasarkan hasil observasi peneliti pada pertandingan-pertandingan yang di ikuti tim UKM sepak

bola UPG 1945 NTT serta pada saat latihan dan seleksi tim UKM sepak bola UPG 1945 NTT.

3. *Sampling*

Sampling merupakan teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel. Di dalam teknik *sampling* ada dua macam yaitu *probability* sampling dan non *probability* sampling. *Probability* sampling merupakan teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Sedangkan yang di maksud dengan non *probability* sampling merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Teknik purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Teknik purposive sampling memilih sekelompok subyek berdasarkan karakteristik tertentu yang dinilai memiliki keterkaitan dengan ciri-ciri atau karakteristik dari populasi yang akan diteliti. Teknik pengambilan sampel atau biasa disebut dengan sampling merupakan proses menyeleksi sejumlah elemen dari populasi yang diteliti untuk dijadikan sampel, dan memahami berbagai sifat atau karakter dari subyek yang dijadikan sampel, yang nantinya dapat dilakukan generalisasi dari elemen populasi. Jadi dalam penelitian ini cara yang digunakan peneliti untuk menentukan sample yaitu menggunakan teknik pengampilan sampling

non *probability* yang artinya tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi seluruh populasi. Sampel tersebut di pilih berdasarkan kriteria, di mana pemain yang masih memiliki keterampilan teknik dasar passing kurang baik yang di buktikan pada hasil pengamatan peneliti di pertandingan, latihan dan seleksi.

D. Variabel Penelitian

1. Variabel

Variabel penelitian merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, Obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu dua variabel bebas (*independen*) dan satu variabel terikat (*dependen*). Variabel tersebut merupakan:

- a. Variabel bebas (*Independent*) dalam penelitian ini yaitu metode permainan rondo dan *small sided games* pada pemain sepak bola UPG 1945 NTT.
- b. Variabel Terikat (*Dependen*) dalam penelitian ini yaitu keterampilan *passing* pada pemain sepak bola UPG 1945 NTT.

E. Teknik dan Intstrumen Pengumpulan Data

1. Teknik pengumpulan data

- a. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih

mendalam. tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut. Teknik wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara interview pada satu orang atau beberapa orang yang bersangkutan. Metode wawancara merupakan metode pengumpulan data yang mengedepankan cara komunikasi langsung antara penyelidik dengan subyek atau responden.

2. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain. Observasi juga tidak terbatas pada orang, tetapi juga obyek-obyek alam yang lain. Teknik pengumpulan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik observasi langsung dimana saat tim UKM sepak bola UPG 1945 NTT melakukan pertandingan maupun pelatihan.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian. Dalam hal ini dokumentasi yang dilakukan peneliti yaitu berupa foto dokumen tim UKM sepak bola UPG 1945 NTT pada saat melakukan pertandingan maupun pelatihan.

4. Tes

Berdasarkan desain penelitian, maka teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan teknik tes. Teknik tes digunakan peneliti dengan cara membuat suatu program tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) dengan tujuan untuk mengetahui hasil metode latihan yang diberikan. *Pretest* digunakan untuk mengetahui pengetahuan awal atlet sebelum diberikan *treatment* atau perlakuan. *Posttest* digunakan oleh peneliti kepada kedua kelompok untuk mengetahui hasil dari metode latihan yang diberikan setelah atlet melakukan perlakuan atau *treatment*.

Data dalam proses penelitian ini diperoleh dari hasil pengaruh bentuk permainan rondo dan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* terhadap atlet UPG 1945 NTT diantaranya:

- 1) Hasil tes awal, sebelum atlet diberikan perlakuan.
- 2) Hasil tes akhir, sesudah atlet diberikan perlakuan.

Setelah dilakukan test akhir akan diperoleh data hasil pengaruh bentuk permainan rondo dan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* atlet UPG 1945 NTT setelah diberikan perlakuan lalu kemudian dilakukan analisis data.

1) Data *Pretest*

Data hasil tes awal keterampilan ketepatan *passing* pada pemain UKM sepak bola UPG 1945 NTT. Prosedur pelaksanaan tes dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan dan keterampilan peserta tes dalam melakukan *passing* secara tepat. Tes awal dilakukan satu hari sebelum sampel diberikan

perlakuan permainan rondo dan *small sided games* selama 6 minggu.

2) Perlakuan permainan rondo dan *small sided games*

Pada tahap ini, sampel diberikan perlakuan permainan rondo dan *small sided games* selama 6 minggu dengan dua kali perlakuan dalam seminggu. Peserta dibagi menjadi dua kelompok yang di mana kelompok satu melakukan permainan rondo dan kelompok dua melakukan metode *small sided game*. Cara membagi 2 kelompok ini menggunakan angket yang berupa pertanyaan peneliti kepada sampel yang di mana bunyi pertanyaan tersebut yaitu sampel memilih antara permainan rondo dan *small sided games*, maka dapat di katakan pembagian kelompok ini berdasarkan minat dari masing-masing sampel tersebut. Cara melakukan permainan rondo dengan total pemain berjumlah 12 orang dan 2 diantaranya menjadi lawan dengan tugasnya untuk menghadang atau memotong bola yang dimainkan oleh pemain lain tersebut. Sedangkan metode *small sided games* dengan total pemain berjumlah 12 orang kemudian dibagi menjadi dua kelompok sehingga berjumlah kelompok satu 6 pemain dan kelompok dua 6 pemain dengan cara saling berlawanan antara kedua kelompok dengan tugas masing-masing kelompok satu berusaha untuk menguasai bola selama mungkin dan kelompok dua bertugas untuk merebut bola yang dikuasai kelompok satu,

kedua kelompok bermain di lapangan yang sudah dimodifikasikan.

3) Data *Posttest*

Setelah sampel melakukan latihan dengan bentuk permainan rondo dan *small sided games* untuk dapat meningkatkan keterampilan ketepatan *passing* pada pemain UKM sepak bola UPG 1945 NTT selama 6 minggu, maka selanjutnya peneliti melakukan tes akhir untuk dapat mengetahui keterampilan ketepatan *passing* pemain UKM sepak bola UPG 1945 NTT. Tes akhir dilakukan 1 (satu) hari setelah sampel menyelesaikan program latihannya.

2. Instrumen Penelitian

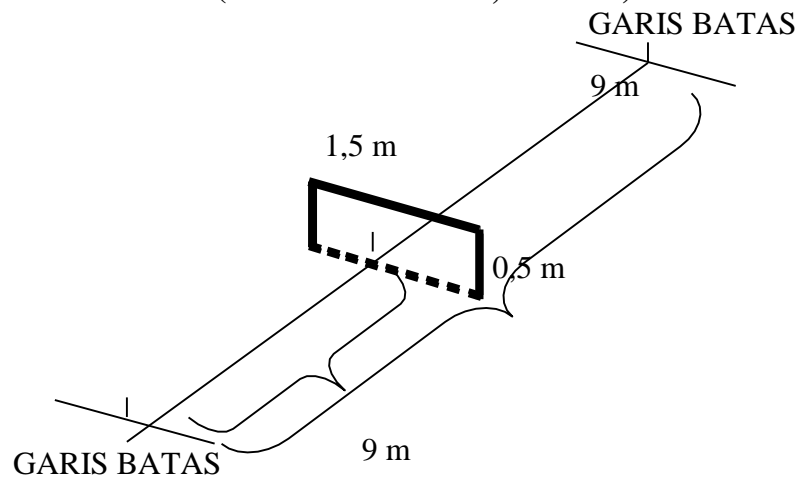
Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes ketepatan *passing* rendah. Tes yang dilakukan untuk mengukur kemampuan ketepatan *passing* pemain sepak bola.

Instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan seorang peneliti dalam mengumpulkan data dalam sebuah penelitian dan memberikan kemudahan bagi seorang peneliti untuk mendapatkan hasil yang valid dan terpercaya (Johnson, 2023). Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan tes pengukuran yang digunakan untuk pengukuran awal (*pretest*) maupun pengukuran akhir (*posttest*). Instrumen yang akan digunakan dalam tes keterampilan bermain sepakbola adalah teori Matos *et al.*, (2023) melakukan *passing* rendah menuju sasaran”, yaitu gawang kecil yang berbentuk bidang yang

menjadi sasaran dengan ukuran lebar 1,5 m dan tinggi pancang 0,5 m dengan jarak penendang dari gawang 9 m dan garis di belakang gawang juga 9 m dan garis batas sah 1,5 m. Validitas tes tersebut adalah 0,812 dan reliabilitas sebesar 0,879. *Passing* dikatakan tepat apabila masuk pada sasaran yang telah ditentukan melewati garis sah yang telah ditentukan.

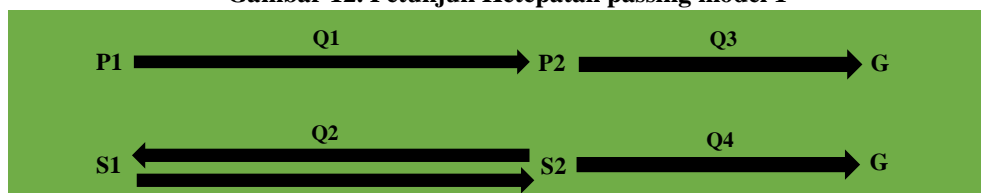
Tes ini dimaksudkan untuk mengukur ketepatan *passing* bawah. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. Alat yang digunakan adalah gawang kecil dengan ukuran lebar 1,5 m dan tinggi 0,5 m dengan jarak penendang dari gawang 9 m, garis di belakang gawang juga 9 m, dan garis sah panjangnya 1,5 m. Tendangan sah dan dianggap masuk apabila masuk pada bidang sasaran, mengenai batas atas dan atau mengenai pancang, dan kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas belakang gawang (jarak 9 m). Penilaian adalah jumlah tendangan yang masuk sah dari sepuluh kali tendangan, dengan standar norma yang diberikan nilai 5-7 di kategorikan kurang, 7-10 di kategorikan baik dan 10-14 dikategorikan baik sekali.

Gambar 11. Tes Mengoper Bola Rendah
(Sumber: Svike *et al*, 2019: 20)



1). Petunjuk Pelaksanaan Tes

Gambar 12. Petunjuk Ketepatan passing model 1



Keterangan:

(P1) Melakukan *passing* ke S1 dan S1 Melakukan *passing* ke G

(S2) Melakukan *passing* ke S1 dan S2 melakukan *passing* ke S2 dan S2

Melakukan *passing* ke G

(P1 dan P2) Pemain yang melakukan *passing*

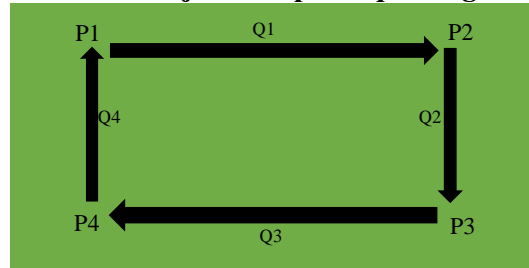
(S1 dan S2) Pemain yang melakukan *passing*

(Q1 dan Q2) Jarak antar pemain yang melakukan *passing*

(Q3 dan Q4) Jarak antara pemain dan gawang sasaran

(G) Gawang sasaran

Gambar 13. Petunjuk ketepatan *passing* model 2



Keterangan:

(P1) Melakukan *passing* ke P2

(P2) Melakukan *passing* ke P3

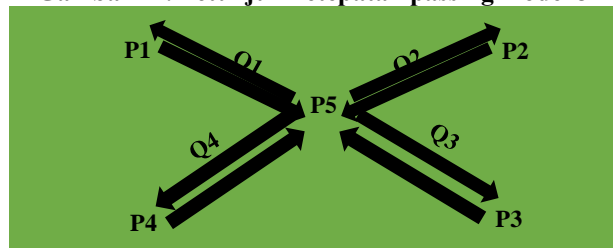
(P3) melakukan *passing* ke P4

(P4) Melakukan *passing* ke P1

(P1, P2, P3, P4) Pemain yang melakukan *passing*

(Q1, Q2, Q3, Q4) Jarak antara pemain yang melakukan *passing*

Gambar 14. Petunjuk ketepatan *passing* model 3



Keterangan:

(P1) Melakukan *passing* ke P5 dan P5 melakukan *passing* ke P1

(P2) Melakukan *passing* ke P5 dan P5 melakukan *passing* ke P2

(P3) Melakukan *passing* ke P5 dan P5 melakukan *passing* ke P3

(P4) Melakukan *passing* ke P5 dan P5 melakukan *passing* ke P4

(P1, P2, P3, P4) Pemain yang berdiri diluar yang melakukan *passing*

(P5) Pemain yang melakukan *passing* yang berdiri di dalam

(Q1, Q2, Q3, Q4) Jarak antara pemain yang berdiri di luar dan di dalam

2). Program Latihan

Pelaksanaan program latihan ini dilakukan selama 6 minggu. Pertemuan dalam seminggu sebanyak 2 kali yaitu pada hari kamis dan sabtu. *Pretest* dilakukan pada hari pertama minggu pertama satu hari sebelum program latihan dilaksanakan, sedangkan *posttest* dilakukan pada hari ketiga minggu keenam satu hari setelah program Latihan dilaksanakan.

Tabel 2. Program latihan permainan rondo dan *small sided games*

Minggu	Topik Latihan	Materi Latihan	Durasi/Menit
1	Hari ke 1 <i>Pretest</i> (Ketepatan <i>Passing</i>)	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) Joging (10 Menit) Melakukan tes ketepatan <i>passing</i> (30 menit) Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 Menit) 	65 Menit
	Hari ke 2 dan 3 Rondo dan <i>Small Sided Games</i>	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) Joging (10 Menit) Peserta dibagi menjadi dua kelompok (Rondo dan <i>Small Sided Games</i>) (5 menit) Melakukan permainan Rondo dan <i>Small Sided Games</i> (30 menit) Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 menit) 	70 Menit
2	Hari ke 1, 2 dan 3 Rondo dan <i>Small Sided Games</i>	<ul style="list-style-type: none"> Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) Joging (10 Menit) Peserta dibagi menjadi dua kelompok (Rondo dan <i>Small Sided Games</i>) (5 menit) Melakukan permainan Rondo dan <i>Small Sided Games</i> (30 menit) Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 menit) 	70 Menit

3	Hari ke 1, 2 dan 3 Rondo dan <i>Small Sided Games</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) • Joging (10 Menit) • Peserta dibagi menjadi dua kelompok (Rondo dan <i>Small Sided Games</i>) (5 menit) • Melakukan permainan Rondo dan <i>Small Sided Games</i> (30 menit) • Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 menit) 	70 Menit
4	Hari ke 1, 2 dan 3 Rondo dan <i>Small Sided Games</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) • Joging (10 Menit) • Peserta dibagi menjadi dua kelompok (Rondo dan <i>Small Sided Games</i>) (5 menit) • Melakukan permainan Rondo dan <i>Small Sided Games</i> (30 menit) • Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 menit) 	70 Menit
5	Hari ke 1, 2 dan 3 Rondo dan <i>Small Sided Games</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) • Joging (10 Menit) • Peserta dibagi menjadi dua kelompok (Rondo dan <i>Small Sided Games</i>) (5 menit) • Melakukan permainan Rondo dan <i>Small Sided Games</i> (30 menit) • Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 menit) 	70 Menit
6	Hari ke 1 dan 2 Rondo dan <i>Small Sided Games</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) • Joging (10 Menit) • Peserta dibagi menjadi dua kelompok (Rondo dan <i>Small Sided Games</i>) (5 menit) • Melakukan permainan Rondo dan <i>Small Sided Games</i> (30 menit) • Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 menit) 	70 Menit
	Hari ke 3 <i>Posttest</i> (Ketepatan <i>Psssing</i>)	<ul style="list-style-type: none"> • Berdoa, Penjelasan, Pemanasan statis dan dinamis (15 menit) • Joging (10 Menit) • Melakukan tes ketepatan <i>passing</i> (30 menit) • Cooling down/pendinginan, evaluasi, berdoa (10 Menit) 	65 Menit

c. Pelaksanaan permainan rondo

Keterangan:

- 1) Buat lingkaran di sekitar pemain tengah di mana pemain berada di luar sekitar 2-3meter dari satu sama lain. Kedua pemain depan memegang bola masing- masing.
- 2) Pemain yang berada di tengah lingkaran bertugas untuk merebut bola yg di passing oleh pemain yg berada di sekitar lingkaran.
- 3) Pemain yang berada di sekitar lingkaran melakukan passing sebanyak-bayaknya kepada teman lainnya dan berusaha supaya passing yang dilakukan tidak direbut oleh pemain yang berada di tengah lingkaran.
- 4) Ketika melakukan *passing* dan bola berhasil direbut oleh pemain yg berada di tengah lingkaran maka pemain tersebut menggantikan posisi pemain yg merebut bola tersebut.
- 5) Latihan dimulai ketika pemain yang berada di tengah lingkaran melakukan passing kepada pemain yang berada di sekitar lingkaran.
- 6) Selama latihan berlangsung pemain yang berada di sekitar lingkaran diusahakan untuk melakukan passing sebanyak-banyaknya dan berusaha agar *passing* yang dilakukan tidak direbut oleh pemain yang berada di tengah lingkaran.

Gambar 15. Skenario permainan rondo
Sumber: Husen (2015)

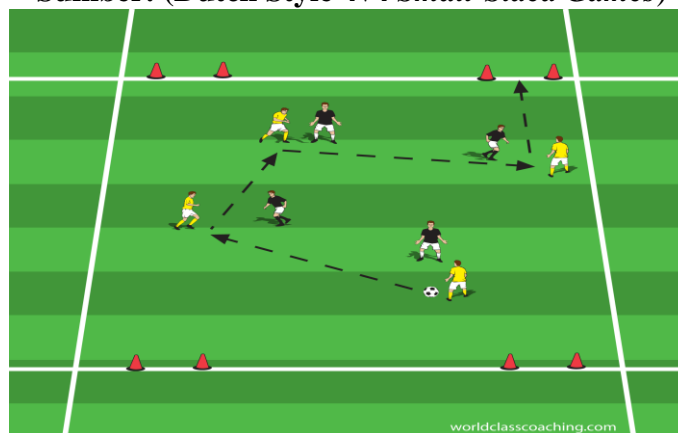


d. Pelaksanaan latihan *small sided games*

Keterangan:

Cara melakukan metode latihan *small sided games* yaitu pemain dibagi menjadi dua kelompok dengan masing-masing kelompok jumlahnya sama banyak yang saling berlawanan. Setiap kelompok yang menguasai bola berusaha memainkan dan memasukan bola ke gawang yang sudah ditentukan dan pemain yang tidak menguasai bola berusaha untuk merebut atau menghadang bola yang dimainkan oleh kelompok yang menguasai bola.

Gambar 16. Metode Latihan *Small Sided Games*
Sumber: (Dutch Style 4v4 *Small-Sided Games*)



F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Validitas sudah menjadi bagian penting yang harus dilewati untuk mendapatkan skala yang valid. Validitas berbicara tentang kualitas prima yang ditunjukkan dengan sejauh mana suatu instrumen benar-benar mengukur atribut psikologis yang akan diukur. Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Alat ukur dalam penelitian ini yaitu tes ketepatan passing dengan menggunakan gawang kecil yang dimodifikasi dengan *Cones*.

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti keabsahan atau kebenaran. Validitas mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur mampu melakukan fungsi ukurnya. Selain validitas, alat ukur yang baik juga harus reliabel. Reliabilitas diterjemahkan dari kata *reliability* yang berarti hal yang dapat dipercaya (tahan uji). Instrumen yang akan digunakan yaitu tes “melakukan *passing* rendah menuju sasaran”, yaitu gawang kecil yang berbentuk bidang yang menjadi sasaran dengan ukuran lebar 1,5 m dan tinggi pancang 0,5 m dengan jarak penendang dari gawang 9 m dan garis di belakang gawang juga 9 m dan garis batas sah 1,5 m. Validitas tes tersebut adalah 0,812

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Hal ini menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama. Alat ukur dikatakan reliabel jika menghasilkan hasil yang sama meskipun dilakukan pengukuran berkali-kali. Sebuah tes dikatakan mempunyai reliabilitas yang tinggi jika tes tersebut memberikan data dengan hasil yang (tetap) walaupun diberikan pada waktu yang berbeda kepada responden yang sama. Oleh karena itu, alat ukur yang baik merupakan alat ukur yang valid dan reliabel. Reliabilitas tes ini adalah 0,879.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan analisis kuantitatif dan kualitatif. Teknik deskriptif kualitatif dengan persentase merupakan data kualitatif yang ada akan dikuantitatifkan, diangkakan sekedar untuk mempermudah dua atau lebih data variabel kemudian setelah dapat hasil akhir lalu dikualitatifkan kembali, kemudian data yang sudah didapatkan maka akan dianalisis dengan analisis diskriptif kuantitatif dengan presentase untuk hasil akhir penelitian.

Setelah semua data terkumpul, maka yang dilakukan selanjutnya merupakan menganalisis data. Data yang telah terkumpul dari hasil pengumpulan data harus segera diolah dan dimaknai sehingga segera dapat diketahui apakah tujuan penelitian sudah tercapai atau tidak. Analisis data merupakan pekerjaan yang sangat kritis dalam proses penelitian.

Penggunaan teknik analisis data dalam penelitian hendaknya disesuaikan dengan rancangan penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kualitatif dan analisis kuantitatif.

1. Analisis deskriptif Kualitatif dan Kuantitatif

Analisis deskriptif kualitatif analisis data kualitatif bersifat induktif dan berkelanjutan. Tujuan akhir analisis data kualitatif adalah memperoleh makna, menghasilkan pengertian-pengertian, konsep-konsep dan pengembangan hipotesis atau teori baru. Analisis data kualitatif adalah proses mencari serta menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lainnya sehingga mudah dipahami agar dapat diinformasikan kepada orang lain. (Miles & Huberman) (1984) dalam Sugiyono (2013: 337) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penyimpulan data.

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan mengetahui apakah data hasil penelitian berasal dari distribusi normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan uji Shapiro-Wilk dengan ketentuan jika $\text{sig.} > 0,05$ maka data berdistribusi normal. Dalam penganalisan penelitian ini maka peneliti menggunakan bantuan SPSS 29.0 for windows.

- 1) Jika signifikansi di bawah 0,05 berarti data yang akan diuji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal
- 2) Jika signifikansi di atas 0,05 maka berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan diuji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal.

b. Uji Homogenitas

Telah melakukan uji normalitas dan data-data tersebut dinyatakan valid, maka peneliti melakukan uji data selanjutnya yaitu uji homogenitas. Uji homogenitas terhadap data-data dalam penelitian ini bertujuan mengetahui apakah varians kedua sampel penelitian homogen atau tidak. Dalam menguji data-data pada tahap uji kedua peneliti menggunakan perangkat yang sama yaitu SPSS 29.0 for Windows dengan ketentuan jika $\text{sig.} > 0,05$ maka data tersebut homogen. Apabila data-data dalam penelitian ini berkategori homogenitas, maka peneliti melakukan tahap analisa lanjutan.

c. Uji hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian dilakukan berdasarkan hasil analisis data dan interpretasi analisis uji paired samples t test. Uji paired t test dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 29. for Windows dengan taraf signifikansi yang dipakai adalah sebesar 5%. Apabila nilai signifikan $< 0,05$ maka H_0 ditolak, namun jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_a diterima. Hipotesis statistik yang diuji sebagai berikut:

1) Uji hipotesis 1

- a) Ho: Tidak ada pengaruh metode latihan permainan rondo terhadap peningkatan keterampilan *passing*.
- b) Ha: Ada pengaruh metode latihan permainan rondo terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

2) Uji hipotesis 2

- a) Ho: Tidak ada pengaruh metode latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.
- b) Ha: Ada pengaruh metode latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

3) Uji hipotesis 3

- a) Ho: Tidak ada perbedaan pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.
- b) Ha: Ada perbedaan pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama 2 bulan di UKM sepak bola UPG 1945 NTT dengan melibatkan 24 pemain, penelitian ini dilakukan di stadion Merdeka Kota Kupang. Penelitian ini dilaksanakan selama 16 kali pertemuan yang dimana dilakukan 2 kali pertemuan dalam seminggu yaitu setiap hari kamis dan sabtu. Pengambilan data *pretest* atau tes awal pada tanggal 15 februari dan *posttest* atau tes akhir pada tanggal 12 april. Sedangkan proses latihan dilaksanakan pada tanggal 16 februari hingga tanggal 10 april. Sebanyak 14 kali perlakuan.

Berdasarkan hasil penelitian, Sebagian besar beberapa pemain mengalami peningkatan dalam melakukan tes ketepatan *passing*. Hal ini diyakinkan dengan sebagian besar pemain memiliki selisih skor yang besar antara data *pretest-posttest*.

Hasil deskripsi data *pretest-posttest* permainan rondo ketepatan *passing* pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Data *Pretest* permainan rondo

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	DT	2	2	3	7
2	PH	2	1	2	5
3	RO	3	2	2	7
4	AL	2	2	2	6
5	HE	3	1	2	6
6	AL	2	2	1	5
7	MI	1	2	3	6
8	NI	2	2	3	7
9	NO	3	2	1	6

10	EM	3	2	2	7
11	FG	2	2	3	7
12	AD	2	3	2	7

Tabel 4. Data *Posttes* permainan rondo

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	DT	5	5	4	14
2	PH	4	4	5	13
3	RO	4	5	4	13
4	AL	3	4	5	12
5	HE	4	5	4	13
6	AL	4	4	5	13
7	MI	4	5	4	13
8	NI	4	3	5	12
9	NO	4	5	4	13
10	EM	4	4	5	13
11	FG	4	5	5	14
12	AD	4	5	4	13

Hasil deskripsi *pretest-posttest* latihan *small sided games* ketepatan *passing* pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT disajikan pada tabel berikut:

Tabel 5. Data *Pretes* *small sided games*

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	JDJ	2	2	3	7
2	HDK	1	3	2	6
3	FT	2	2	3	7
4	AEM	2	2	1	5
5	LAM	2	2	2	6
6	ADW	2	3	2	7
7	AS	2	3	2	7
8	PT	1	1	3	5
9	YP	2	2	3	7
10	AA	1	2	3	6
11	CP	2	2	2	6
12	RP	1	3	3	7

Tabel 6. Data *Posttest small sided games*

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	JDJ	4	5	5	14
2	HDK	4	5	4	13
3	FT	4	5	5	14
4	AEM	4	4	5	13
5	LAM	4	4	4	12
6	ADW	3	4	5	12
7	AS	4	5	5	14
8	PT	5	4	4	13
9	YP	4	5	4	13
10	AA	5	4	4	13
11	CP	5	4	5	14
12	RP	3	4	5	12

Setelah peneliti mendapatkan hasil data pretest dan *posttest* pada metode latihan permainan rondo dan latihan *small sided games* maka langkah selanjutnya peneliti melakukan uji prasyarat untuk mencari hasil data berdistribusi normal atau tidak serta homogen atau tidak. analisis data dengan menggunakan program SPSS 29.0 for Windows.

1. Uji Prasyarat

a. Uji normalitas data

Tabel 7. Uji Normality data Rondo

<i>Tests of Normality</i>							
	Rondo	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Rondo	1	.304	12	.003	.777	12	.005
	Posttest	.364	12	.000	.753	12	.003

Berdasarkan analisis statistik uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk pada tabel 7 diatas,

menunjukkan bahwa data *posttest* pada permainan rondo dengan nilai signifikansi $0,005 < 0,05$, yang berarti data tidak berdistribusi normal.

Table 8. Uji Normalitas SSG
Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest	1	.304	12	.003	.777	12	.005
	Posttest	.209	12	.153	.824	12	.018

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan analisis statistik uji normalitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk pada tabel 8 diatas, menunjukkan bahwa data *posttest* pada latihan *small sided games* dengan nilai signifikansi $0,018 < 0,05$, yang berarti data tidak berdistribusi normal.

b. Uji homogenitas

Table 9. Uji Homogeneity Rondo
Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest	Based on Mean	3.667	1	22	.069
	Based on Median	3.385	1	22	.079
	Based on Median and with adjusted df	3.385	1	20.888	.080
	Based on trimmed mean	3.652	1	22	.069

Berdasarkan analisis statistik uji homogenitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji deskriptif pada tabel 9 diatas, menunjukkan bahwa data pada permainan rondo dengan nilai signifikansi $0,069 < 0,05$, yang berarti data tidak homogen.

Table 10. Uji Homogeneity SSG
Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil	Based on Mean	.108	1	22	.745
	Based on Median	.200	1	22	.659
	Based on Median and with adjusted df	.200	1	20.477	.659
	Based on trimmed mean	.097	1	22	.758

Berdasarkan analisis statistik uji homogenitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji deskriptif pada tabel 10 diatas, menunjukkan bahwa data pada latihan *small sided games* dengan nilai signifikansi $0,745 > 0,05$, yang berarti data homogen.

2. Uji Hipotesis

Berdasarkan data di atas terdapat data yang tidak normal dan tidak homogen sehingga di lakukan dengan Uji statistik *mann whitney* non parametrik untuk mengola data penelitian. Uji statistik *mann whitney* non parametrik digunakan untuk mengetahui pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pada atlit UKM Sepakbola UPG 1945 NTT.

a. Uji hipotesis 1

H₀: Tidak ada pengaruh antara metode latihan permainan rondo terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

H_a: Ada pengaruh antara metode latihan permainan rondo terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

Uji statistik *mann whitney* non parametrik adalah output yang digunakan untuk menguji ada tidaknya pengaruh metode latihan permainan rondo terhadap peningkatan keterampilan *passing*. Hasil analisis dikatakan ada pengaruh, apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Uji statistik *mann whitney* non parametrik pada kelompok latihan permainan rondo disajikan pada tabel berikut;

Table 11. Metode latihan permainan Rondo

<i>Test Statistics^a</i>	
	hasil tes
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	78.000
Z	-4.282
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 ^b

a. Grouping Variable: rondo

b. Not corrected for ties.

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 11 diatas, diketahui bahwa nilai asymp sig. (2-tailed) yang diperoleh variabel adalah $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode latihan permainan rondo terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

b. Uji hipotesis 2

H_0 : Tidak ada pengaruh antara metode latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

H_a : Ada pengaruh antara metode latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

Uji statistik *mann whitney* non parametrik adalah output yang digunakan untuk menguji ada tidaknya pengaruh metode latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*. Hasil analisis dikatakan ada pengaruh, apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Uji statistic mann whitney non parametrik pada kelompok latihan *small sided games* disajikan pada tabel berikut;

Table 12. Latihan *Small Sided Games*

Test Statistics^a

	hasil tes
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	78.000
Z	-4.231
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.000 ^b

a. Grouping Variable: SSG

b. Not corrected for ties.

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 12 diatas, diketahui bahwa nilai asymp sig. (2-tailed) yang diperoleh variabel adalah $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

c. Uji Hipotesis 3

H_0 : Tidak ada perbedaan pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

H_a: Ada perbedaan pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

Berdasarkan data di atas yang menyatakan tidak normal dan tidak homogen maka peneliti melakukan uji man whitney non parametrik. Uji *mann whitney* non parametrik digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang tidak berpasangan. Hasil analisis dikatakan ada pengaruh, apabila nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Output Uji *mann whitney* non parametrik pada kelompok latihan permainan rondo dan *small sided games* target disajikan pada tabel berikut;

Table 13. Uji statistik *mann whitney*
Test Statistics^a

	hasil tes
Mann-Whitney U	67.000
Wilcoxon W	145.000
Z	-.319
Asymp. Sig. (2-tailed)	.750
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.799 ^b

a. Grouping Variable: *passing*

b. Not corrected for ties.

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 13 diatas, diketahui bahwa nilai Asymp sig. (2-tailed) yang diperoleh variabel adalah 0,750 > 0,05 sehingga H₀ diterima dan H_a ditolak. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa metode latihan permainan rondo dan *small sided*

games sama-sama memberikan pengaruh. Namun peneliti menyimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang tidak signifikan antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan passing yang di lihat dari hasil $(\text{mean } \textit{posttest} - \text{mean } \textit{pretest}) / \text{mean } \textit{pretest} * 100$ yang di mana presentase hasil nilai untuk permainan rondo sebesar 48,69 dan *small sided games* sebesar 30,26, yang artinya pengaruh permainan rondo lebih besar dari pada latihan *small sided games*.

B. Pembahasan

Hasil analisis data ini dilakukan pembahasan teoritis yang bersandarkan pada teori-teori dan kerangka yang mendasari penelitian ini.

Penelitian dilakukan selama 1,5 bulan di stadion Merdeka dengan melibatkan 24 atlit UKM sepak bola UPG 1945 NTT. Para pemain diberikan metode latihan permainan rondo dan *small sided game*, metode tersebut merupakan metode latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *passing* untuk pemain sepak bola (F. Clemente *et al.*, 2012; Jorge Rodrigues *et al.*, 2022). Dapat dibuktikan dari hasil statistik yang dimana 24 atlit dapat melakukan teknik dasar passing dengan lebih baik, dibandingkan dengan hasil *pretest*. *Small sided games* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik. disimpulkan bahwa *small sided games* merupakan proses latihan dengan lapangan skala kecil yang bertujuan untuk meningkatkan teknik dan taktik dalam permainan sepakbola (Bonney *et al.*, 2020; Jara *et al.*, 2019). Rondo

dikenal dengan istilah kucing-kucingan merupakan latihan yang diterapkan dalam sepak bola maupun futsal untuk meningkatkan kemampuan *passing* yang mengharuskan minimal tiga orang untuk saling mengoper bola (Badawi & Nasrulloh, 2023; Nugroho, 2022).

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan peneliti, disajikan pada tabel diatas bahwa data hasil pada metode latihan permainan rondo dan *small sided games* tidak berdistribusi normal dengan nilai sebesar 0,005 untuk permainan rondo dan 0,018 untuk *small sided games*. Berdasarkan hasil pada table diatas menyatakan bahwa nilai data pada permainan rondo sebesar 0,069 dan *small sided games* 0,745 yang berarti data tidak homogen dan homogen. setelah data dinyatakan tidak normal dan tidak homogen maka selanjutnya dilakukan uji t test menggunakan uji *mann whitney* non parametrik yang dimana hasil nilai pada metode latihan permainan rondo sebesar 0,000 dan pada latihan *small sided games* sebesar 0,000, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Setelah itu peneliti mencari perbedaan pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* dengan hasil *posttest* antara kedua kelompok di kurangi *pretest*. Pada table uji *mann whitney* di atas menunjukan nilai asymp. Sig. (2-tailed) $0,750 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa metode latihan permainan rondo dan *small sided games* sama-sama memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola. Namun peneliti menyimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang tidak signifikan antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing* yang di lihat dari hasil $(\text{mean posttest} - \text{mean pretest}) / \text{mean pretest} * 100$ yang

di mana presentase hasil nilai untuk permainan rondo sebesar 48,69 dan *small sided games* sebesar 30,26, yang artinya pengaruh permainan rondo lebih besar dari pada latihan *small sided games*.

Hasil uji hipotesis (1) ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh metode permainan rondo terhadap keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola yang diperkuat dengan hasil analisis data sebesar 0,000 yang artinya lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Uji hipotesis (2) menunjukkan bahwa adanya pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola yang diperkuat dengan hasil analisis data sebesar 0,000 yang artinya lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Uji hipotesis (3) menunjukan bahwa tidak adanya perbedaan pengaruh antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing* yang dimana diketahui ada pengaruh, apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 ($p < 0,05$), akan tetapi hasil pada tabel diatas dengan nilai sebesar $0,775 > 0,05$, sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Maka dapat disimpulkan penelitian yang peneliti lakukan ini menemukan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan ketepatan passing pemain sepak bola dan tidak adanya perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* pemain mengalami peningkatan dalam tes ketepatan *passing*. Hal ini terjadi karena pada saat tes awal (*pretest*)

pemain masih mengandalkan keterampilan awal yang dimiliki tiap pemain. Dimana pemain tersebut akan mengetahui keterampilan yang diperoleh berdasarkan skor dan nilai saat *pretest* itu sendiri. Sehingga menunjukkan bahwa masih perlunya perbaikan dalam bentuk pengetahuan baik latihan maupun materi. Untuk mengatasi permasalahan yang dialami pemain maka peneliti memberikan perlakuan. Perlakuan yang akan diberikan peneliti pada pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT dalam bentuk latihan permainan rondo dan *small sided games* dengan harapan dapat meningkatkan keterampilan *passing*. Kemudian peneliti memberikan tes akhir *posttest* pada pemain untuk diketahui kemampuan ketepatan *passing* akhir setelah diberikannya perlakuan. Sehingga tes akhir *posttest* menunjukkan skor dan nilai akhir yang diperoleh mengalami peningkatan dari tes awal (*pretest*). Peningkatan ini di mungkinkan karena pendekatan metode latihan yang digunakan sangat mendukung kondisi pemain yang masing kurang baik dalam melakukan teknik dasar *passing*.

C. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pada pengalaman yang dialami langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada terdapat beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor yang dapat untuk lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti yang akan datang agar dapat lebih menyempurnakan penelitiannya karna penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian tersebut, antara lain:

- a. Kondisi sarana dan prasaran yang terbatas di UKM sepak bola UPG 1945 NTT yang membuat peneliti sulit dalam melakukan penelitian,
- b. Padatnya kegiatan yang harus dijalani pemain sepak bola UKM UPG 1945 NTT di luar waktu latihan seperti kegiatan di rumah, di kampus maupun di masyarakat dapat mempengaruhi program latihan yang dijalankan.
- c. Terbatasnya waktu, dan jumlah pemain yang aktif latihan dan sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian masih tergolong kecil.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh peneliti maka dapat disimpulkan adanya pengaruh yang signifikan pada metode latihan permainan rondo dan latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*. Akan tetapi metode latihan permainan rondo dan *small sided games* memiliki perbedaan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan *passing* yang mana hasil analisis data pada permainan rondo.

Berdasarkan hasil uji hipotesis diatas membuktikan bahwa:

1. Adanya pengaruh yang signifikan pada metode latihan permainan rondo terhadap peningkatan keterampilan *passing*.
2. Adanya pengaruh yang signifikan pada latihan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.
3. Adanya perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* terhadap peningkatan keterampilan *passing*.

Maka dapat dikatakan bahwa antara metode latihan permainan rondo dan *small sided games* sama-sama memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola.

B. Saran

Berdasarkan keterbatasan penelitian di atas, peneliti memberikan saran kepada peneliti-peneliti berikutnya sebagai berikut:

1. Peneliti menyarankan kepada guru atau pelatih bahwa pada penelitian ini bisa dapat digunakan sebagai refleksi dan sumber referensi saat memberikan program latihan di suatu tim sepak bola sehingga dalam pelaksanaan pelatihan, khususnya pelatihan teknik dasar dalam permainan sepak bola dapat berjalan dengan baik dan efektif.
2. Peneliti menyarankan kepada lembaga bahwa dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya.
3. Peneliti meyarankan kepada pembaca bahwa penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi dan sumber informasi sehingga dapat memberikan gambaran mengenai cara meningkatkan keterampilan *passing* dalam permainan sepak bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Abulwafa, A. E., Saleh, A. I., Ali, H. A., & Saraya, M. S. (2020). A fog based ball tracking (FB2T) system using intelligent ball bees. *Journal of Ambient Intelligence and Humanized Computing*. <https://doi.org/10.1007/s12652-020-01948-6>
- Achmad, B. F., Alim, S., Kusumawati, H. I., Fitriawan, A. S., Kurniawan, D., & Kafil, R. F. (2022). Cardiovascular disease risk profiles in Indonesian athletes. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9648>
- Afonshin, V., Drandrov, G., Burtsev, V., & Polevchikov, M. (2020). Teaching football-players the techniques of dribbling and stroke using digital technologies in terms of interactive training complex. *BIO Web of Conferences*. <https://doi.org/10.1051/bioconf/20202600044>
- AFYON, Y. A., BOYACI, A., & MÜLAZIMOĞLU, O. (2018). Farklı Kategorideki Amatör Futbol Maçlarında Atılan Gollerin Taktik Analizi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.460470>
- Aguado-Méndez, R. D., González-Jurado, J. A., Reina-Gómez, Á., & Otero-Saborido, F. M. (2021). Perceptions of Football Analysts Goal-Scoring Opportunity Predictions: A Qualitative Case Study. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.735167>
- Angulo, E., Romero, F. P., & López-Gómez, J. A. (2022). A comparison of different soft-computing techniques for the evaluation of handball goalkeepers. *Soft Computing*. <https://doi.org/10.1007/s00500-021-06440-7>
- Antequera, D. R., Garrido, D., Echegoyen, I., del Campo, R. L., Serra, R. R., & Buldú, J. M. (2020). Asymmetries in football: The pass-goal paradox. *Symmetry*. <https://doi.org/10.3390/SYM12061052>
- Anwar, A., Widiastuti, W., & Setiakarnawijaya, Y. (2019). Football Passing and Control Skills Exercise Model Based on Small Side Games For Ages 12-14 Years. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*. <https://doi.org/10.33258/birle.v2i3.420>
- Asrul, M., Nugraha, T., & Kasih, I. (2021). Differences in the Effect of Small Sided Game and Drill Training Methods on Passing Accuracy and V02Max in Football Games in High School Students. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*. <https://doi.org/10.33258/birci.v4i1.1627>
- Azman, N., Mohamed, N. G., Aziz, A. R., Farah, N., & Muhamed, A. M. C.

- (2018). The effectiveness of futsal as a game-simulated exercise for promoting weight loss and metabolic health in overweight/obese men. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*.
- Badawi, A., & Nasrulloh, A. (2023). Effect of method small, sided games and the rondo games against accuracy passing player Joko Ribowo football academy age 15 years. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2023.v10.i1e.2794>
- Bekris, E., Kounalakis, S., Ispirlidis, I., & Katis, A. (2020). Evaluation of ball passing and space detection skill in soccer: implementation of two new soccer tests. *Research in Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1080/15438627.2020.1789133>
- Bell, J. M., Master, C. L., & Lionbarger, M. R. (2019). The Clinical Implications of Youth Sports Concussion Laws: A Review. In *American Journal of Lifestyle Medicine*. <https://doi.org/10.1177/1559827616688883>
- Bonney, N., Berry, J., Ball, K., & Larkin, P. (2020). Validity and reliability of an Australian football small-sided game to assess kicking proficiency. *Journal of Sports Sciences*. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1681864>
- Branquinho, L., Ferraz, R., Travassos, B., Marinho, D. A., & Marques, M. C. (2021). Effects of Different Recovery Times on Internal and External Load During Small-Sided Games in Soccer. *Sports Health*. <https://doi.org/10.1177/1941738121995469>
- Bratuša, Z. (2021). The Decade Of Serbian Water Polo. / La Década De Polo Acuático SerbiO. *Physical Culture / Fizicka Kultura*.
- Brawley, S. (2012). Second rate Java Jaunters: Soccer football, the imaginary grandstand, cultural diplomacy and Australia's Asian context. *Sport in Society*. <https://doi.org/10.1080/17430437.2012.672235>
- Bulatova, M., Ermolova, V., & Braniste, G. (2023). *Floristics in Olympic history*. <https://doi.org/10.52449/soh22.80>
- Buldú, J. M., Busquets, J., Echegoyen, I., & Seirullo, F. (2019). *Defining a historic football team: Using Network Science to analyze Guardiola's F.C. Barcelona*. *Scientific Reports*. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-49969-2>
- Celikel, A., Balci, Y., Uner, B., & Bal, C. (2012). *The Effect of Barrel Length on Pellet Dispersion*. *Turkish Journal of Forensic Medicine*. <https://doi.org/10.5505/adlitip.2012.84803>
- César Zákchia Marani, S., de Brito, M. J., de Souza, G. C., & Brito, V. da G. P. (2018). *Meanings in research on corruption*. *Revista de Administracao*

Publica. <https://doi.org/10.1590/0034-7612175197>

- Clemente, F., Couceiro, M. S., Martins, F. M. L., & Mendes, R. (2012). *The usefulness of small-sided games on soccer training*. In *Journal of Physical Education and Sport*.
- Clemente, F. M., Martins, F. M. L., & Mendes, R. S. (2016). *Analysis of scored and conceded goals by a football team throughout a season: A network analysis*. *Kinesiology*. <https://doi.org/10.26582/k.48.1.5>
- Correia, J. M., da Silva Freitas, G., Knuth, A. G., & Rigo, L. C. (2020). A emergência e a disseminação do futebol na cidade de Rio Grande/RS: uma análise a partir do jornal Echodo Sul (1900-1916). *Revista Brasileira de Ciencias Do Esporte*. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.07.008>
- Daugela, I., Visockiene, J. S., & Aksamitauskas, V. C. (2018). Erratum to: RPAS and GIS for landfill analysis E3S Web of Conferences (2018) 44, 00025 DOI 10.1051/e3sconf/20184400025. In *E3S Web of Conferences*. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/201844000203>
- de Baranda, P. S., Adán, L., García-Angulo, A., Gómez-López, M., Nikolic, B., & Ortega-Toro, E. (2019). *Differences in the offensive and defensive actions of the goalkeepers at women's FIFA world cup 2011*. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00223>
- Desai, S. V., Balasubramanian, V. N., Fukatsu, T., Ninomiya, S., & Guo, W. (2019). Automatic estimation of heading date of paddy rice using deep learning. *Plant Methods*. <https://doi.org/10.1186/s13007-019-0457-1>
- dos Santos, E. S., Juchem, L., & Maduro, L. A. R. (2017). Performance sport, tax waiver and Sports Incentive Law. *Journal of Physical Education (Maringa)*. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2834>
- Dou, F., Soriano, J., Tabien, R. E., & Chen, K. (2016). Soil Texture and Cultivar Effects on Rice (*Oryza sativa*, L.) Grain Yield, Yield Components and Water Productivity in Three Water Regimes. *PLoS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0150549>
- Eirale, C., Tol, J. L., Whiteley, R., Chalabi, H., & Hölmich, P. (2014). Different injury pattern in goalkeepers compared to field players: A three-year epidemiological study of professional football. *Journal of Science and Medicine in Sport*. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2013.05.004>
- Emery, J., Driscoll, H. F., Barnes, A., & James, D. M. (2016). A Method for Characterizing High Acceleration Movements in Small-sided Football. *Procedia Engineering*. <https://doi.org/10.1016/j.proeng.2016.06.256>

- Emral, E., & A.P. Tangkudung, J. (2015). Development Of Dribbling Basic Technique Skill Of Students Of Psts Tabing Padang Football School. *Jipes - Journal Of Indonesian Physical Education And Sport*. <https://doi.org/10.21009/jipes.011.02>
- England, A. (2022). Quantitative and qualitative research methods. In *Research for Medical Imaging and Radiation Sciences*. https://doi.org/10.1007/978-3-030-79956-4_5
- Eniseler, N., Şahan, Ç., Özcan, I., & Dinler, K. (2017). High-Intensity Small-Sided Games versus Repeated Sprint Training in Junior Soccer Players. *Journal of Human Kinetics*. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0104>
- Fauzi, M., Amelia, V., Islami, Q., & Syam, E. (2022). Ecosophy Advice In Tunjuk Ajar Melayu: A Critical Ecolinguistic Study. *The 3rd Annual International Conferences on Language, Literature, and Media*. <https://doi.org/10.18860/aicollim.v4i1.1923>
- Gallicchio, G., Finkenzeller, T., Sattlecker, G., Lindinger, S., & Hoedlmoser, K. (2016). Shooting under cardiovascular load: Electroencephalographic activity in preparation for biathlon shooting. *International Journal of Psychophysiology*. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2016.09.004>
- Gilchrist, P., & Osborn, G. (2017). Risk and benefits in lifestyle sports: parkour, law and social value. *International Journal of Sport Policy*. <https://doi.org/10.1080/19406940.2016.1272619>
- Ginting, S. S., Syafrial, S., & Defliyanto, D. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Control, Heading Dan Passing Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 13 Kota Bengkulu. *Kinestetik*. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i1.8820>
- Goh, A. M., Drinkwater, E. J., Harms, C. A., Scanlan, M., Newton, R. U., & Ma'ayah, F. (2023). Characteristics of goals scored in open play at the 2017 and 2018 Australian national cerebral palsy football championship. *International Journal of Sports Science and Coaching*. <https://doi.org/10.1177/17479541221095941>
- Gómez, M. A., Prieto, M., Pérez, J., & Sampaio, J. (2013). Ball possession effectiveness in men's elite floorball according to quality of opposition and game period. *Journal of Human Kinetics*. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0062>
- Gorman, S., Judd, B., Reeves, K., Osmond, G., Klugman, M., & McCarthy, G. (2015). Aboriginal Rules: The Black History of Australian Football. *International Journal of the History of Sport*. <https://doi.org/10.1080/09523367.2015.1124861>

- Goršič, M., Cikajlo, I., & Novak, D. (2017). Competitive and cooperative arm rehabilitation games played by a patient and unimpaired person: effects on motivation and exercise intensity. *Journal of NeuroEngineering and Rehabilitation*. <https://doi.org/10.1186/s12984-017-0231-4>
- Grashow, R. G., Roberts, A. L., Zafonte, R., Pascual-Leone, A., Taylor, H., Baggish, A., Nadler, L., Courtney, T. K., Connor, A., & Weisskopf, M. G. (2019). Defining Exposures in Professional Football: Professional American-Style Football Players as an Occupational Cohort. In *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1177/2325967119829212>
- Greenland, A., & Savage, D. A. (2023). Shooting the Economy in the Foot: The Economic Effects of School Shootings in America. *Defence and Peace Economics*. <https://doi.org/10.1080/10242694.2021.2023845>
- Hallinan, C., & Heenan, T. (2013). Australia, Asia and the new football opportunity. *Soccer and Society*. <https://doi.org/10.1080/14660970.2013.792479>
- Higueras-Herbada, A., Lopes, J. E., Travieso, D., Ibáñez-Gijón, J., Araújo, D., & Jacobs, D. M. (2020). Height After Side: Goalkeepers Detect the Vertical Direction of Association-Football Penalty Kicks From the Ball Trajectory. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00311>
- Hosp, B. W., Schultz, F., Honer, O., & Kasneci, E. (2021). Soccer goalkeeper expertise identification based on eye movements. *PLoS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251070>
- Ijiri, T., Nakamura, A., Hirabayashi, A., Sakai, W., Miyazaki, T., & Himeno, R. (2017). Automatic spin measurements for pitched Baseballs via consumer-grade high-speed cameras. *Signal, Image and Video Processing*. <https://doi.org/10.1007/s11760-017-1075-x>
- Illahi, N. P. F. (2021). Merek Rokok Dalam Sejarah Perjalanan Sponsor Liga Sepak Bola Indonesia (1994 – 2012). *Historiography*. <https://doi.org/10.17977/um081v1i12021p82-89>
- Ioannidis, G. (2019). Football intermediaries and self-regulation: the need for greater transparency through disciplinary law, sanctioning and qualifying criteria. *International Sports Law Journal*. <https://doi.org/10.1007/s40318-019-00159-2>
- Jara, D., Ortega, E., Gómez-Ruano, M. Á., Weigelt, M., Nikolic, B., & de Baranda, P. S. (2019). Physical and tactical demands of the goalkeeper in football in different small-sided games. *Sensors (Switzerland)*. <https://doi.org/10.3390/s19163605>

- Johnson, L. C. (2023). Research Instruments. In *The Co-Workplace*. <https://doi.org/10.59962/9780774850438-012>
- Jorge Rodrigues, M. C., Figueiredo, L. S., Barbosa de Lira, C. A., Laporta, L., & Teixeira Costa, G. D. C. (2022). Cognitive processes in small-sided games. *Retos*. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.90369>
- Junaedi, F., Nugroho, H., & Wahyono, S. B. (2018). Komodifikasi Bonek dalam Jejaring Konglomerasi Jawa Pos. *Jurnal ASPIKOM*. <https://doi.org/10.24329/aspikom.v3i5.303>
- Knoppers, A., de Haan, D., Norman, L., & LaVoi, N. (2022). Elite women coaches negotiating and resisting power in football. *Gender, Work and Organization*. <https://doi.org/10.1111/gwao.12790>
- Lamas, L., Drezner, R., Otranto, G., & Barrera, J. (2018). Analytic method for evaluating players' decisions in team sports: Applications to the soccer goalkeeper. *PLoS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191431>
- Lang, B., Kerr, Z. Y., Chandran, A., Walton, S. R., Mannix, R., Lempke, L. B., DeFreese, J. D., Echemendia, R. J., Guskiewicz, K. M., Meehan III, W. P., McCrea, M. A., & Brett, B. L. (2023). The Longitudinal Relationship Between Concussion History, Years of American Football Participation, and Alcohol Use Among Former National Football League Players: an NFL-LONG Study. *Archives of Clinical Neuropsychology*. <https://doi.org/10.1093/arclin/acad059>
- Latipah, E. D. P., & Afriansyah, E. A. (2018). Analisis Kemampuan Koneksi Matematis Siswa Menggunakan Pendekatan Pembelajaran CTL dan RME. *Matematika*. <https://doi.org/10.29313/jmtm.v17i1.3691>
- Li, F., Knjaz, D., & Rupčić, T. (2021). Influence of fatigue on some kinematic parameters of basketball passing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 1–10. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020700>
- Lindholm, J. (2020). What's Global Sports Law? The View from the Twittersphere. *Journal of Digital Social Research*. <https://doi.org/10.33621/jdsr.v2i2.47>
- López-Valenciano, A., Ruiz-Pérez, I., Garcia-Gómez, A., Vera-Garcia, F. J., De Ste Croix, M., Myer, G. D., & Ayala, F. (2020). Epidemiology of injuries in professional football: A systematic review and meta-analysis. In *British Journal of Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2018-099577>
- Madsen, E. E., Hansen, T., Thomsen, S. D., Panduro, J., Ermidis, G., Krstrup, P., Randers, M. B., Larsen, C. H., Elbe, A. M., & Wikman, J. (2022). Can

psychological characteristics, football experience, and player status predict state anxiety before important matches in Danish elite-level female football players? *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*. <https://doi.org/10.1111/sms.13881>

Magistro, D., Cooper, S. B., Boat, R., Carlevaro, F., Magno, F., Castagno, C., Simon, M., & Musella, G. (2023). An After-School Football Session Transiently Improves Cognitive Function in Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010164>

Manrique, J. I. T. (2020). Towards the deportivization of contemporary sports law. Pending agenda and interdisciplinary perspectives. *Law of Justice Journal*. <https://doi.org/10.5335/rjd.v34i3.12301>

Mara, J. K., Wheeler, K. W., & Lyons, K. (2012). Attacking strategies that lead to goal scoring opportunities in high level women's football. *International Journal of Sports Science and Coaching*. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.7.3.565>

Marutani, Y., Konda, S., Ogasawara, I., Yamasaki, K., Yokoyama, T., Maeshima, E., & Nakata, K. (2022). An Experimental Feasibility Study Evaluating the Adequacy of a Sportswear-Type Wearable for Recording Exercise Intensity. *Sensors*. <https://doi.org/10.3390/s22072577>

Matos, R., Moreira, C., Alves, E., Teixeira, J. E., Rodrigues, F., Monteiro, D., Antunes, R., & Forte, P. (2023). Tactical Knowledge by Decision Making and Motor Efficiency of Young Football Players in Different Playing Positions during a Three-a-Side Small-Sided Game. *Behavioral Sciences*. <https://doi.org/10.3390/bs13040310>

Meo, S. A., Abukhalaf, A. A., Alomar, A. A., Alessa, O. M., Sumaya, O. Y., & Meo, A. S. (2021). Prevalence of prediabetes and type 2 diabetes mellitus in football players: A novel multi football clubs cross sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041763>

Mićović, B., Leontijević, B., Dopsaj, M., Janković, A., Milanović, Z., & Garcia Ramos, A. (2023). The Qatar 2022 World Cup warm-up: Football goal-scoring evolution in the last 14 FIFA World Cups (1966–2018). *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.954876>

Mikikis, D., Michailidis, Y., Mandroukas, A., Mavrommatis, G., & Metaxas, T. (2021). Goalkeeper performance: Analysis of goalkeepers' contribution to their team's build-up under the opponent's pressure in the 2018 World Cup. In *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*. <https://doi.org/10.18276/CEJ.2021.2-07>

- Mira Sandra Dewi. (2018). Profil Vo2 Max, Imt, Dan Persentase Lemak Tubuh Sebelum Members Menentukan Program Latihan Fat Loss Dan Body Shaping Di Fitness Center Gor UNY. *Ilmu Keolahragaan*.
- Mirsafian, H., Mirsoleimani, M., Afshari, M., & Akhavan, E. (2022). Effect of Educational Intervention on Sports Law Concepts on the Attitude, Knowledge, and Behavior of Coaches. *Physical Culture and Sport, Studies and Research*. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2022-0021>
- Mota, T., Afonso, J., Sá, M., & Clemente, F. M. (2021). An Agility Training Continuum for Team Sports. *Strength & Conditioning Journal*.
- Muslim, E., Tetelepta, Y. W., Asyrof, D. D., & Shabrina, G. (2019). Biomechanics analysis with optimal combination by using foot and distance when the futsal player passing the ball against the accuracy of the target. *AIP Conference Proceedings*. <https://doi.org/10.1063/1.5096703>
- Nata, F. A., Fikri, A., & Syafutra, W. (2022). Analisis Teknik Dasar Dribbling Peserta Sepakbola Klub Putra FC Mardiharjo Kecamatan Purwodadi Kabupaten Musi Rawas. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v6i1.4423>
- Nugraha, M. Y., & Bulqini, A. (2019). Tingkat Kondisi Fisik Pemain Tim Futsal Sma Negeri 9 Surabaya Dan Sma Muhammadiyah 4 Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Nugroho, C. (2022). Perbandingan Latihan Small Sided Games Dan Rondo Dalam Meningkatkan Kemampuan Passing Dan Control Pada Permainan Sepak Bola Di SSS Semarang. *Seminar Nasional Ke-Indonesia VII*.
- Nurjaman, Z., & Rohmat, D. (2018). Perbandingan Metode Latihan Tcsm Dan Plyometric Terhadap Peningkatan Power Tungkat Atlet Pencak Silat. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*.
- Özdalyan, F., Mancı, E., Gençoğlu, C., Gümüş, H., & Kosova, S. (2022). Comparison of the Shooting Angles and Shooting Accuracy in Wheelchair Basketball and Basketball Players. *European Journal of Human Movement*. <https://doi.org/10.21134/eurjhm.2022.48.4>
- Panagiotopoulos, D. P. (2023). Implementation of Lex Specialis in Sports Jurisdiction. *Kutafin Law Review*. <https://doi.org/10.17803/2713-0533.2023.2.24.239-255>
- Parry, K. D., Clarkson, B. G., Bowes, A., Grubb, L., & Rowe, D. (2023). Media Framing of Women's Football During the COVID-19 Pandemic. *Communication and Sport*. <https://doi.org/10.1177/21674795211041024>

- Pebrima, D., Suhdy, M., & Remora, H. (2021). Pengaruh Latihan Ball Feeling terhadap Kemampuan Dribbling pada Atlet Sekolah Sepakbola (SSB). *E-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*. <https://doi.org/10.31539/e-sport.v1i2.2400>
- Pepadu, J., Murtiadi, S., Agustawijaya, D. S., Akmaluddin, A., Ngudiyono, N., & Kencanawati, N. N. (2023). Pelatihan Rekayasa Bangunan Dan Jalur Evakuasi Menghadapi Bahaya Kebakaran Untuk Praktisi Muda Di Kota Mataram. *Jurnal Pepadu*. <https://doi.org/10.29303/pepadu.v4i2.2291>
- Pérez, S., Rodríguez, A., Sánchez, A., De Mena, J. M., Fuentes, J. M., Castaño, R., & Martín, N. (2019). Effect of small-sided games on football players. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de La Actividad Fisica y Del Deporte*. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2019.74.012>
- Perissiou, M., Bailey, T. G., Windsor, M., Nam, M. C. Y., Greaves, K., Leicht, A. S., Golledge, J., & Askew, C. D. (2018). Effects of exercise intensity and cardiorespiratory fitness on the acute response of arterial stiffness to exercise in older adults. *European Journal of Applied Physiology*. <https://doi.org/10.1007/s00421-018-3900-5>
- Permadi, A. A., Muhamad, I., & Kurniawati, A. (2023). Latihan El Rondo dengan Pendekatan Game Situasi dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing pada Cabang Olahraga Sepak Bola. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i2.6825>
- Piechota, K., & Majorczyk, E. (2023). Decision-Making Time and Neuromuscular Coordination in Youth and Senior Soccer Goalkeepers. *Sensors*. <https://doi.org/10.3390/s23094483>
- Prabowo, R. A., Hita, I. P. A. D., Lubis, F. M., Patimah, S., Eskawida, E., & Siska, S. (2023). Pengaruh Motivasi Terhadap Hasil Belajar Dribbling Permainan Bola Basket. *Journal on Education*. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2253>
- Pratama, R., Welis, W., Fajri, H. P., & Badri, H. (2022). Pengaruh Latihan Sepakbola Empat Gawang Terhadap Keterampilan Passing Dan Dribbling. *Jurnal Stamina*.
- Pratas, J. M., Volossovitch, A., & Carita, A. I. (2016). The effect of performance indicators on the time the first goal is scored in football matches. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. <https://doi.org/10.1080/24748668.2016.11868891>
- Pratas, J. M., Volossovitch, A., & Carita, A. I. (2018). Goal scoring in elite male football: A systematic review. *Journal of Human Sport and Exercise*.

- <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.131.19>
- Pujianto, D., Sutisyana, A., Arwin, A., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman. *Journal Coaching Education Sports*. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.81>
- Raharja, A. W. (2020). Analisis Bentuk Musik dan Teknik Permainan Cello pada Sonatine for Cello & Piano karya Budhi Ngurah. *Repertoar*.
- Rahman, M. S. (2016). The Advantages and Disadvantages of Using Qualitative and Quantitative Approaches and Methods in Language “Testing and Assessment” Research: A Literature Review. *Journal of Education and Learning*. <https://doi.org/10.5539/jel.v6n1p102>
- Raiola, G., & Di Tore, P. A. (2016). The Use Of Video Analysis In Futsal As A Tool In Physical Education And Sport Teaching Method. *Acta Kinesiologica*.
- Rassool, C., & Slade, V. (2012). “Fields of Play”: The District Six Museum and the history of football in Cape Town. *Soccer and Society*. <https://doi.org/10.1080/14660970.2012.640501>
- Ré, A. H. N., Cattuzzo, M. T., Santos, F. M. C., & Monteiro, C. B. M. (2014). Anthropometric characteristics, field test scores and match-related technical performance in youth indoor soccer players with different playing status. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. <https://doi.org/10.1080/24748668.2014.11868737>
- Rodrigues, A. C., Lasmar, R. P., & Caramelli, P. (2016). Effects of soccer heading on brain structure and function. In *Frontiers in Neurology*. <https://doi.org/10.3389/fneur.2016.00038>
- Rodrigues, A. C., Lima, M. D. M., de Souza, L. C., Furtado, C., Marques, C. E., Gonçalves, L., Lima, M. V., Lasmar, R. P., & Caramelli, P. (2019). No Evidence of Association Between Soccer Heading and Cognitive Performance in Professional Soccer Players: Cross-Sectional Results. *Frontiers in Neurology*. <https://doi.org/10.3389/fneur.2019.00209>
- Rohman, U. (2018). Profil Kompetensi Pelatih Sepakbola Usia Dini. *JOURNAL SPORT AREA*. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(2\).2161](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2161)
- Rojas, F. J., Gutiérrez-Davila, M., Ortega, M., Campos, J., & Párraga, J. (2012). Biomechanical analysis of anticipation of elite and inexperienced goalkeepers to distance shots in handball. *Journal of Human Kinetics*. <https://doi.org/10.2478/v10078-012-0062-0>
- Rudd, M., Catapano, R., & Aaker, J. (2019). Making Time Matter: A Review of Research on Time and Meaning. In *Journal of Consumer Psychology*. <https://doi.org/10.1002/jcpy.1087>

- Saleem, M. K., Rahman Shahid, M. L. U., Nouman, A., Zaki, H., & Rehman Tariq, M. A. U. (2022). Design and implementation of adaptive neuro-fuzzy inference system for the control of an uncertain ball and beam apparatus. *Mehran University Research Journal of Engineering and Technology*. <https://doi.org/10.22581/muet1982.2202.17>
- Samendinger, S., Hill, C. R., Kerr, N. L., Winn, B., Ede, A., Pivarnik, J. M., Ploutz-Snyder, L., & Feltz, D. L. (2019). Group dynamics motivation to increase exercise intensity with a virtual partner. *Journal of Sport and Health Science*. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2018.08.003>
- Sandi, M. R., Sitorus, E. R., & Susantina, S. (2022). Sonata for Piano no. 1 op. 22 Bagian IV oleh Alberto Ginastera dalam Kajian Musikologi. *DESKOVI: Art and Design Journal*. <https://doi.org/10.51804/deskovi.v5i1.1767>
- Sanjaya, A., SD, H. A., Buwono, A. B. C., & Sari, N. N. R. (2018). Tata Kelola Olah Raga dengan Figur Politik dari Militer: Studi Kasus Pemerintah Indonesia dalam Konteks Sepak Bola. *ARISTO*. <https://doi.org/10.24269/ars.v6i2.1030>
- Santos, D. S., Mansur, K. L., Gonçalves, J. B., Arruda, E. R., & Manosso, F. C. (2017). Quantitative assessment of geodiversity and urban growth impacts in Armação dos Búzios, Rio de Janeiro, Brazil. *Applied Geography*. <https://doi.org/10.1016/j.apgeog.2017.03.009>
- Santos, J., Sousa, P. M., Pinheiro, V., & Santos, F. J. (2022). Analysis of offensive and defensive actions of young soccer goalkeepers. *Human Movement*. <https://doi.org/10.5114/hm.2021.104183>
- Sanusi, A. M., Septian, A., & Inayah, S. (2020). Kemampuan Berpikir Kreatif Matematis dengan Menggunakan Education Game Berbantuan Android pada Barisan dan Deret. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*. <https://doi.org/10.31980/mosharafa.v9i3.866>
- Saputra, E., Suryadi, D., Samodra, Y. T. J., Dewintha, R., Suganda, M. A., Syam, A., Mashud, & Wati, I. D. P. (2023). Eye-hand coordination with basketball dribbling skills: Does it have a relationship? *Physical Culture, Recreation and Rehabilitation*. <https://doi.org/10.15561/physcult.2023.0102>
- Sarker, T. (2023). Protracted Rohingya Crisis in Bangladesh: Are National and Regional Security at Stake? *Asian Research Journal of Arts & Social Sciences*. <https://doi.org/10.9734/arjass/2023/v20i2446>
- Schulze, E., Julian, R., & Meyer, T. (2022). Exploring Factors Related to Goal Scoring Opportunities in Professional Football. *Science and Medicine in Football*. <https://doi.org/10.1080/24733938.2021.1931421>

- Serby, T. (2016). The state of EU sports law: lessons from UEFA's 'Financial Fair Play' regulations. *International Sports Law Journal*. <https://doi.org/10.1007/s40318-016-0091-2>
- Setiawan, D. E., Fatih, M., & Susilo, A. E. (2022). Pengembangan latihan triangle in pair with soccer goals pada U-12. *Sepakbola*. <https://doi.org/10.33292/sepakbola.v2i1.147>
- Sholikhah, J. N. (2019). Concerto in C Minor for Viola Karya Henri Casadesus dalam Tinjauan Bentuk Musik dan Teknik Permainan. *Virtuoso: Jurnal Pengkajian Dan Penciptaan Musik*. <https://doi.org/10.26740/vt.v2n1.p15-27>
- Silva, P., Travassos, B., Vilar, L., Aguiar, P., Davids, K., Araújo, D., & Garganta, J. (2014). Numerical relations and skill level constrain co-adaptive behaviors of agents in sports teams. *PLoS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0107112>
- Snowden, T., Reid, H., Kennedy, S., Kenny, R., McQuarrie, A., Stuart-Hill, L., Garcia-Barrera, M. A., Gawryluk, J., & Christie, B. R. (2021). Heading in the Right Direction: A Critical Review of Studies Examining the Effects of Heading in Soccer Players. In *Journal of Neurotrauma*. <https://doi.org/10.1089/neu.2020.7130>
- Soederajat, S., Mahardhika, D. B., & Aminudin, R. (2022). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Dasar Chest Pass Bola Basket Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sukatani. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*. <https://doi.org/10.35706/jurnalspeed.v5i2.7116>
- Sporiš, G., Šamija, K., Vlahović, T., Milanović, Z., Barišić, V., Bonacin, D., & Talović, M. (2012). The latent structure of soccer in the phases of attack and defense. *Collegium Antropologicum*.
- Stój, A., Czernecki, T., & Domagała, D. (2023). Authentication of Polish Red Wines Produced from Zweigelt and Rondo Grape Varieties Based on Volatile Compounds Analysis in Combination with Machine Learning Algorithms: Hotrienol as a Marker of the Zweigelt Variety. *Molecules*. <https://doi.org/10.3390/molecules28041961>
- Szwarc, A., & Oszmaniec, M. (2020). A model of the efficiency of goalkeepers' actions in futsal. *Human Movement*. <https://doi.org/10.5114/hm.2020.95990>
- Tamaru, T., Hiratsuka, M., & Ito, S. (2021). Serve ball trajectory characteristics of different volleyballs and their causes. *Applied Sciences (Switzerland)*. <https://doi.org/10.3390/app11199269>
- Tao, J., Lin, Z., Ma, C., Ye, J., Zhu, Z., Li, Y., & Mao, W. (2020). An Experimental and Numerical Study of Regulating Performance and Flow Loss in a V-Port Ball Valve. *Journal of Fluids Engineering, Transactions of*

- the ASME*. <https://doi.org/10.1115/1.4044986>
- Toha, M. (2020). Analisis Keterampilan Dribbling Permainan Futsal Pada Remaja Putus Sekolah Di Desa Suka Maju Bengkulu Utara. *Educative Sportive*. <https://doi.org/10.33258/edusport.v1i01.1062>
- Vassilicos, B., & Erhard, C. (2022). Guest editors' introduction. In *The New Yearbook for Phenomenology and Phenomenological Philosophy: Volume 19, Reinach and Contemporary Philosophy*. <https://doi.org/10.4324/b23065-2>
- Wahyudi, A. R., & others. (2021). Vo2Max Atlet Pencak Silat Usia 14-17 Tahun Di Golden Silat Club. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Wood, D. (2019). The History of Football and Literature in Brazil (1908-1938). *Estudos Históricos (Rio de Janeiro)*. <https://doi.org/10.1590/s2178-149420190003000010>
- Yulifri, Y. (2019). Pengaruh Metode Rangkaian Bermain Dan Rangkaian Latihan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola. *Sporta Saintika*. <https://doi.org/10.24036/sporta.v4i2.105>
- Zhou, S., Zhu, S., Cui, S., Hou, H., Wu, H., Hao, B., Cai, L., Xu, Z., Liu, L., Jiang, L., Wang, H., & Wan, J. (2021). Transcriptional and post-transcriptional regulation of heading date in rice. In *New Phytologist*. <https://doi.org/10.1111/nph.17158>
- Zi, M., & Gao, D. (2023). A study of football goal trajectories of trained players through a kinetic model. *The Journal of Engineering*. <https://doi.org/10.1049/tje2.12264>
- Zoellner, A., Whatman, C., Sheerin, K., & Read, P. (2022). Prevalence of sport specialisation and association with injury history in youth football. *Physical Therapy in Sport*. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2022.10.013>
- Zyphur, M. J., & Pierides, D. C. (2020). Statistics and Probability Have Always Been Value-Laden: An Historical Ontology of Quantitative Research Methods. *Journal of Business Ethics*. <https://doi.org/10.1007/s10551-019-04187-8>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Pelaksanaan Permainan Rondo

PELAKSANAAN PERMAINAN RONDO

Latihan permainan rondo dilakukan dengan tujuan agar pemain dapat meningkatkan keterampilan ketepatan passing dalam permainan sepak bola.

Indikator: Pemain dapat melakukan passing dengan baik dan tepat sasaran.

Sarana dan Prasarana:

1. Lapangan
2. Bola
3. Cones
4. Tombak
5. Cones
6. Peluit
7. Alat tulis

Pelaksanaan:

1. Pemain berjumlah 8 orang dibagi menjadi 2 kelompok yang dimana kelompok 1 berjumlah 6 orang dan kelompok 2 berjumlah 2 orang dengan tugas pemain kelompok 1 yang berdiri diluar memainkan bola atau menguasai bola selama mungkin dan kelompok 2 pemain yang berada di dalam berusaha untuk merebut atau merampas bola yang dimainkan pemain yang di luar.
2. Lapangan dimodifikasi berbentuk persegi dengan ukuran kurang lebih 7-10 meter.

3. Saat ada aba-aba mulai maka pemain yang berdiri diluar segera memainkan bola dengan posisi tidak berdiri sampai keluar batas yang sudah ditentukan.
4. Apabila pemain melakukan salah passing sehingga bola keluar atau berhasil direbut oleh pemain yang di dalam maka akan pemain tersebut akan menggantikan posisi pemain yang berada di dalam.

Lampiran 2. Pelaksanaan Latihan *Small Sided Games*

PELAKSANAAN LATIHAN *SMALL SIDED GAMES*

Latihan permainan *Small Sided Games* dilakukan dengan tujuan agar pemain dapat meningkatkan keterampilan ketepatan passing dalam permainan sepak bola.

Indikator: Pemain dapat melakukan passing dengan baik dan tepat sasaran.

Sarana dan Prasarana:

1. Lapangan
2. Bola
3. Cones
4. Tombak
5. Cones
6. Peluit
7. Alat tulis

Pelaksanaan:

1. Pemain berjumlah 10 orang dan dibagi menjadi 2 kelompok yang dimana kelompok 1 dan 2 bermain saling berlawanan dengan berusaha menguasai atau memainkan bola selama mungkin serta berusaha memasukan bola ke gawang target yang sudah ditentukan kepada masing-masing kelompok.
2. Lapangan dimodifikasi berbentuk persegi panjang dengan ukuran kurang lebih lebar 10-13meter dan panjang 15-17 meter.
3. Saat ada aba-aba mulai maka pemain masing-masing kelompok bermain saling bellawanan dengan tugas kelompok satu menguasai

atau memainkan bola dan kelompok dua bertugas untuk merebut bola yang dimainkan.

4. Apabila pemain dari kelompok 1 melakukan salah passing sehingga bola keluar maka bola akan diberikan kepada pemain kelompok 2 untuk dimainkan.

Lampiran 3. Pelaksanaan *Pretest*

PELAKSANAAN *PRETEST*

Nama Tim : UKM sepak bola UPG 1945 NTT
Hari Sabtu Tanggal : 15 Februari 2024
Alokasi Waktu : 80 menit
Materi : Tes ketepatan passing

No	Kegiatan	Waktu	Ket
1	Pendahuluan: 1. Berdoa 2. Penjelasan 3. Pemanasan	15 Menit	
2	Kegiatan Inti: i. Melakukan Pretest ii. Peraturan tes Pemain melakukan passing dengan memasukkan bola ke gawang target. Bola yang berhasil masuk ke gawang target dan bola melenceng atau keluar dari target maka akan diberikan nilai sesuai dengan ketentuan yang diberikan.	50 Menit	
3	Penutup: a. Pendinginan b. Evaluasi c. Berdoa	15 Menit	

Kupang, 15 Februari 2024
Mahasiswa



Firman Febrianto Kristofer Selan
NIM 22611251054

Lampiran 4. Pelaksanaan *Posttest*

PELAKSANAAN *POSTTEST*

Nama Tim : UKM sepak bola UPG 1945 NTT
Hari Sabtu Tanggal : 12 April 2024
Alokasi Waktu : 80 menit
Materi : Tes ketepatan passing

No	Kegiatan	Waktu	Ket
1	Pendahuluan: a. Berdoa b. Penjelasan c. Pemanasan	15 Menit	
2	Kegiatan Inti: a. Melakukan Posttes b. Peraturan Tes Pemain melakukan passing dengan memasukkan bola ke gawang target. Bola yang berhasil masuk ke gawang target dan bola melenceng atau keluar dari target maka akan diberikan nilai sesuai dengan ketentuan yang diberikan.	50 Menit	
3	Penutup: d. Pendinginan e. Evaluasi f. Berdoa	15 Menit	

Kupang, 12 April 2024
Mahasiswa



Firman Febrianto Kristofer Selan
NIM 22611251054

Lampiran 5. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Permainan Rondo**LEMBAR HASIL DATA PERMAINAN RONDO**

Nama Tim : UKM sepak bola UPG 1945 NTT

Hari Sabtu Tanggal : 15 Februari 2024

Data : *Pretest* dan *Posttest*

Pretest

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	DT	2	2	3	7
2	PH	2	1	2	5
3	RO	3	2	2	7
4	AL	2	2	2	6
5	HE	3	1	2	6
6	AL	2	2	1	5
7	MI	1	2	3	6
8	NI	2	2	3	7
9	NO	3	2	1	6
10	EM	3	2	2	7
11	FG	2	2	3	7
12	AD	2	3	2	7

Posttest

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	DT	5	5	4	14
2	PH	4	4	5	13
3	RO	4	5	4	13
4	AL	3	4	5	12
5	HE	4	5	4	13
6	AL	4	4	5	13
7	MI	4	5	4	13
8	NI	4	3	5	12
9	NO	4	5	4	13
10	EM	4	4	5	13
11	FG	4	5	5	14
12	AD	4	5	4	13

Lampiran 6. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Latihan *Small Sided Games***LEMBAR HASIL DATA LATIHAN SSG**

Nama Tim : UKM sepak bola UPG 1945 NTT

Hari Sabtu Tanggal : 12 April 2024

Data : *Pretest* dan *Posttest*

Pretest

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	JDJ	2	2	3	7
2	HDK	1	3	2	6
3	FT	2	2	3	7
4	AEM	2	2	1	5
5	LAM	2	2	2	6
6	ADW	2	3	2	7
7	AS	2	3	2	7
8	PT	1	1	3	5
9	YP	2	2	3	7
10	AA	1	2	3	6
11	CP	2	2	2	6
12	RP	1	3	3	7

Posttest

NO	NAMA	SKOR			HASIL AKHIR
		KESEMPATAN			
		PERTAMA	KEDUA	KETIGA	
1	JDJ	4	5	5	14
2	HDK	4	5	4	13
3	FT	4	5	5	14
4	AEM	4	4	5	13
5	LAM	4	4	4	12
6	ADW	3	4	5	12
7	AS	4	5	5	14
8	PT	5	4	4	13
9	YP	4	5	4	13
10	AA	5	4	4	13
11	CP	5	4	5	14
12	RP	3	4	5	12

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian

Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/95/UN34.16/PT.01.04/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

4 April 2024

Yth . 1. Rektor Universitas Persatuan Guru 1945 NTT
2. Wakil Rektor III Universitas Persatuan Guru 1945 NTT
3. Pembina UKM Sepak Bola Universitas Persatuan Guru 1945 NTT
Alamat. Jln. P. A. Manafe No.7 Kelurahan Kayu Putih, Kecamatan Oebobo, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Firman Febrianto Kristofer Selan
NIM : 22611251054
Program Studi : Ilmu Keolahragaan - S2
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tesis
Judul Tugas Akhir : PENGARUH MODEL LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP KETRAMPILAN PASSING PEMAIN SEPAK BOLA DITINJAU DARI KOORDINASI
Waktu Penelitian : 12 Februari - 12 April 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.





Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 8. Surat Permohonan Validasi

Surat Izin Validasi

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN <small>Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092 Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id</small>
<hr/>	
Nomor : 053/UN34.16/Val /2024	16 April 2024
Lamp. : -	
Hal : Permohonan Validasi	
 Yth. Bapak/Ibu/Sdr: Dr. Widiyanto, M.Kes di tempat	
 Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:	
Nama	: Firman Febrianto Kristofer Selan
NIM	: 22611251054
Prodi	: ILMU KEOLAHRAGAAN S2
Pembimbing 1	: Prof. Dr. Suharjana, M.Kes
Pembimbing 2	: -
Judul	:
PENGARUH MODEL LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP TERHADAP KETRAMPILAN PASSING PEMAIN SEPAK BOLA	
 Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat 2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.	
  Dekan Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or. NIP. 19830626 200812 1 002	



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Widiyanto, M.Kes
Jabatan/Pekerjaan : Dosen
Instansi Asal : Universitas Negeri Yogyakarta

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

PENGARUH MODEL LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN SMALL SIDED GAMES
TERHADAP TERHADAP KETRAMPILAN PASSING PEMAIN SEPAK BOLA

dari mahasiswa:

Nama : Firman Febrianto Kristofer Selan
NIM : 22611251054
Prodi : ILMU KEOLAHRAGAAN S2

(sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Instrumen bisa disesuaikan dengan variabel yang akan diukur
2. Dosis latihan bisa disesuaikan antara ke dua perlakuan
3. Gunakan prinsip dasar latihan dalam menyusun program latihan

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, April 2024
Validator,

Dr. Widiyanto, M.Kes
NIP 19820605 200501 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id

Nomor : 053/UN34.16/Val/2024
Lamp. : -
Hal : Permohonan Validasi

16 April 2024

Yth. Bapak/Ibu/Sdr:
Dr. Carles Nyoman Wali, M.Pd.
di tempat

Dengan hormat, kami mohon Bapak/Ibu/Sdr bersedia menjadi Validator bagi mahasiswa:

Nama : Firman Febrianto Kristofer Selan

NIM : 22611251054

Prodi : ILMU KEOLAHRAGAAN S2

Pembimbing 1 : Prof. Dr. Suharjana, M.Kes

Pembimbing 2 : -

Judul :

**PENGARUH MODEL LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN SMALL SIDED
GAMES TERHADAP TERHADAP KETRAMPILAN PASSING PEMAIN SEPAK
BOLA**

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu/Sdr dapat mengembalikan hasil validasi paling lambat
2 (dua) minggu. Atas perkenan dan kerja samanya kami ucapkan terimakasih.



Dekan

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.
NIP. 19830626 200812 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 513092, 586168 Fax. (0274) 513092
Laman: fikk.uny.ac.id Email: humas_fikk@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dr. Carles Nyoman Wali, M.Pd.
Jabatan/Pekerjaan : Dosen
Instansi Asal : Universitas Persatuan Guru 1945 NTT

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

PENGARUH MODEL LATIHAN PERMAINAN RONDO DAN SMALL SIDED GAMES
TERHADAP TERHADAP KETRAMPILAN PASSING PEMAIN SEPAK BOLA

dari mahasiswa:

Nama : Firman Febrianto Kristofer Selan
NIM : 22611251054
Prodi : ILMU KEOLAHRAHAAN S2

(sudah siap/belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran
sebagai berikut:

1. Jika bisa mengambil sampel dari UNIV lain.
2. Petunjuk metode latihan harus memenuhi SOPK.
3. Tambahkan jumlah sampel 10-22/40
4. Wawancara jika bisa libatkan pimpinan Instansi.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 23 April 2024
Validator,

Dr. Carles Nyoman Wali, M.Pd.
NIDN 1511039401

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian

Gambar 1. *Pretest Ketepatan Passing*



Gambar 2. *Pretest Ketepatan Passing*



Gambar 3. Latihan Permainan Rondo



Gambar 4. Latihan Permainan Rondo



Gambar 5. Latihan *Small Sided Games*



Gambar 6. Latihan *Small Sided Games*



Gambar 7. *Posttest Ketepatan Passing*



Gambar . *Posttest Ketepatan Passing*

