

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di dunia, sepak bola selalu berkembang baik dari masa ke masa baik dari segi teknis mau pun non teknis. Demikian juga perkembangan sepak bola di Indonesia yang terus berbenah diri untuk mengembangkan persepakbolaan Indonesia dari segala problema yang ada agar menjadi lebih baik lagi kedepannya.

Berbagai masalah yang ada di antaranya pengembangan anak usia muda, yaitu kurang nya pemantapan teknik dasar sepak bola pada anak usia muda, oleh karena itu sekolah sepak bola diseluruh Indonesia sangat berperan penting dalam melakukan pemantapan teknik dasar sepak bola pada anak usia muda, ini terjadi karena sekolah sepak bola merupakan satu-satunya tempat anak usia muda ini untuk belajar sepak bola.

Passing salah satu teknik dasar dalam bermain sepak bola yang sangat memiliki kontribusi besar dalam cabang sepak bola. Hampir seluruh kondisi yang terjadi dilapangan melibatkan teknik dasar *passing*. Maka dari itu besarnya kontribusi *passing* dalam permainan sepak bola, perlu diajarkan kepada pemain sejak usia muda. Teknik dasar *passing* harus benar-benar sudah dipahami pemain sejak usia muda hingga tercapainya otomatisasi gerakan teknik dasar *passing*. Terutama pada *short*

passing, karena masih banyak ditemukan pada anak usia muda melakukan kesalahan dalam melakukan *shortpassing* saat ini, hal ini akan membuat pemain tersebut terus melakukan kesalahannya jika dibiarkan terus-menerus, ini yang biasa dikenal dengan pengekelan kesalahan. Oleh karena itu, para pelatih anak usia muda agar memberikan metode latihan yang baik dan benar.

Untuk itu maka peneliti tertarik untuk meneliti keterampilan teknik *shortpassing* pada sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun. Dimana keterampilan teknik *shortpassing* sangat berperan penting dalam permainan sepak bola dalam membangun kerja sama tim. Teknik ini harus benar-benar dikuasai sejak anak usia muda.

Melalui penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan penguasaan teknik *shortpassing* yang benar, sehingga dapat mendukung keterampilan teknik bermain sepak bola menjadi lebih baik. Permasalahan diatas dikemukakan atas melatar belakangi judul “ Perbandingan metode latihan demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan, maka ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut.:

1. Apakah *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam kurang dikuasai dan dimengerti pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun?
2. Bagaimana cara meningkatkan hasil latihan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun?
3. Metode apakah yang digunakan pelatih sepakbola dalam meningkatkan hasil latihan terhadap keberhasilan melakukan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam pada sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun?
4. Apakah penggunaan metode demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi dapat meningkatkan hasil latihan terhadap keberhasilan melakukan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun?
5. Metode latihan manakah yang lebih signifikan peningkatannya dan tepat digunakan untuk keberhasilan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun ?
6. Apakah pengaruh yang dihasilkan dengan menggunakan metode demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *shortpassing* menggunakan kaki

bagian dalam pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun?

7. Apakah penerapan kedua metode tersebut dapat merangsang peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun dalam melakukan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam pada waktu latihan?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penelitian hanya dibatasi pada perbandingan metode latihan demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi keberhasilan melakukan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah serta pembatasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah metode latihan demonstrasi bermain dapat meningkatkan keberhasilan peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun dalam melakukan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam?
2. Apakah metode latihan bermain demonstrasi dapat meningkatkan keberhasilan peserta sekolah sepak bola Bekasi

Putra usia 14 tahun dalam melakukan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam?

3. Apakah metode latihan dengan menggunakan metode demonstrasi bermain lebih efektif jika dibandingkan dengan menggunakan metode bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun?

E. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan referensi bagi para pelatih terutama pelatih anak usia muda.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, pengetahuan bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan untuk menyampaikan materi terutama dalam permainan sepak bola
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat member pengetahuan mengenai teknik dasar *shortpassing* menggunakan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola.

BAB II

PENYUSUNAN KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERFIKIR

A. Kerangka Teori

1. Hakikat Metode Latihan

Metode latihan adalah cara pelatih memberikan perlakuan dan bimbingan serta pengalaman berlatih dengan perencanaan yang telah disusun teratur, dan secara sistematis kepada anak didik. Dengan demikian pelatih dan anak didik akan dengan mudah melakukannya. Artinya penyajian bahan pelatihan yang diberikan secara metodis, di atur dimulai dari materi yang mudah (sederhana) kemudian meningkat pada bahan yang sukar (kompleks)¹.

Menurut Tudor O. Bompas dalam buku "*Periodization: Theory and Methodology of Training*" menjelaskan bahwa *Training is primarily a systematic athletic activity of long duration, which is progressively and individual and psychological function are modeled to meet demanding tasks*². Berdasarkan penjelasan tersebut, proses latihan harus dilakukan secara terprogram dengan baik agar latihan yang dilakukan dapat meningkatkan keterampilan dan kondisi fisik seorang atlet secara optimal sehingga dalam

¹Soekatamsi, Permainan Besar 1(sepakbola), Jakarta: Penerbit Universitas Terbuka, Depdikbud, 1992, h. 63

² Tudor O. Bompas, *Periodization: Theory And Methodologi Of Training*(Canada: Human Kinetics York University, 1999) 4th ed. h. 5

melakukan latihan-latihan berikutnya akan semakin mudah pelaksanaannya, dan dalam melakukan latihan tersebut dibutuhkan waktu yang lama, karena gerakan yang diberikan pelatih harus dilakukan secara berulang-ulang agar gerakannya menjadi otomatisasi serta latihan harus terjadi peningkatan yang signifikan agar latihan benar-benar mendapatkan hasil yang baik dan sesuai dengan harapan dari seorang pelatih. .

Nana Sudjana dalam bukunya yang berjudul *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar* menyatakan, “Pendekatan latihan pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari apa yang telah dipelajari”³. Latihan akan mengarahkan anak untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan tertentu.

Selama pertemuan berlangsung peserta latihan menerima materi dan pelaksanaan mengenai: sikap/postur, urutan, pelaksanaan, dan tempat untuk memulai materi yang diberikan pelatihnya. Setelah latihan pelatih memberikan umpan balik kepada seluruh peserta latihan. Inti dari latihan yang diberikan secara penjelasan dan contoh, ataupun contoh dan penjelasan. Dalam pelaksanaannya ada beberapa prinsip-prinsip latihan yang dikemukakan oleh Tudor O. Bompas dalam buku *“Theory And Methodology Of Training: The Key To athletic Performance”*, yaitu:

- a. *The principle of active participation in training*
- b. *Principle of multilateral development*

³Nana Sudjana, Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar (Bandung: Sinar Baru Algensindo 2005), h.86

- c. *Principle of specialization*
- d. *The principle of variety*
- e. *The principle of modeling the training process*
- f. *Prinple of progressive increase of load in training.*⁴

Berdasarkan penjelasan diatas yang dimaksud dengan metode latihan dalam penelitian ini adalah model pelaksanaa latihan yang diterapkan oleh pelatih, dimana pelatih akan mempunyai peluang untuk melakukan gerakan secara mandiri kepada peserta latih dalam jumlah yang banyak dan mencobanya berulang-ulang untuk mencapai otomatisasi, peserta juga mempunyai kesempatan untuk berinteraksi langsung pada pelatih dan juga sesama rekannya.

Sedangkan menurut Harsono dalam bukunya yang berjudul “prinsip-prinsip latihan” menjelaskan bahwa, latihan atau training adalah proses yang sistematis dari berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya.⁵ Berdasarkan penjelasan tersebut latihan merupakan sebuah proses yang disusun secara terprogram dan bertahap dari suatu kegiatan/aktivias fisik yang dilakukan atlet dengan menambahkan beban dan intensitas latihan serta dilakukan secara berulang-ulang hingga tercapainya dengan maksimal.

⁴ Tudor O. Bompa, Theory And Methodologi Of Training: The Key to Athletic Performance, (Toronto, Ontario Canada: Departemen of physical Education York university, 1990) 2th ed. h.h 29-44

⁵ Hasono. Prinsip-Prinsip pelatihan (Bandug:FPOK-IKIP Bandung, 1992), h. 2

2. Hakikat Motor Learning

Sejak usia dini anak harus dilatih mengenai kemampuan dasar sepakbola, karena kemampuan dasar sangat penting dikuasai pemain sepakbola. Terlebih jika sudah diberikan pada anak usia dini sehingga pada saat beranjak dewasa, anak dapat beradaptasi dengan mudah ke tahap latihan yang lebih tinggi. Penguasaan suatu gerak kemampuan dapat diperoleh melalui belajar gerak motorik (motor learning) atau belajar motorik. Belajar gerak motorik dapat dibagi tiga fase yaitu :

- a. Fase kognitif, pemain diberika informasi atau pengetahuan tentang materi yang akan dilakukan dan dipelajari.
- b. Fase asosiasi, selain pemain mengetahui dan mengerti, kemudian memulai dengan rencana gerakan dan langsung dipraktekan agar memantapkan rangkaian dalam sistem materi pembelajaran.
- c. Fase otonom, pemain telah mencapai rangkaian gerakan melalui latihan yang berulang-ulang, tentunya dengan gerakan yang sempurna sehingga menjadi otomatisasi⁶.

Untuk mendapatkan skill yang baik, anak harus belajar secara mendalam. Dengan ketiga fase tersebut diatas setiap orang dalam mempelajari tentang keterampilan gerak maka akan melewati fase kognitif, asosiatif, otomatisasi. Kemudian untuk memepelajari keterampilan sepakbola, ketiga fase tersebut harus dijadikan metode dalam melatih anak usia 12 tahun agar dapat mengatasi situasi yang berubah-ubah dalam sepakbola.

Menurut Sugiyatno kemampuan gerak dasar adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efektif dan efisien. Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas dan kontrol tubuh dalam melakukan gerak. Kemampuan gerak diperoleh melalui proses belajar yaitu dengan cara

⁶ Rusli Lutan, Belajar Motorik Pengantar Teori dan Metode (Jakarta, 1998) h. 305

memahami dan melakukan gerakan berulang-ulang dengan kesadaran pikir akan benar tidaknya gerakan yang telah dilakukan⁷. Kemampuan dribbling sangat penting dimiliki oleh usia 12 tahun untuk melakukan gerakan secara efektif dan efisien serta sebagai dasar skill yang wajib dimiliki dan dikuasai oleh setiap anak. Dengan demikian anak dapat melakukan suatu gerakan dengan benar dan cepat dalam hal pengambilan keputusan tanpa harus melakukan gerakan yang sia-sia.

3. Hakikat Metode Demonstrasi

Metode demonstrasi adalah suatu cara mengajar yang digunakan pelatih atau pengajar untuk suatu proses dari kegiatan-kegiatan tertentu. Metode ini digunakan untuk meningkatkan kemampuan kognitif dan efektif peserta latihan. Dalam metode demonstrasi ini peserta disamping melihat proses kegiatan yang diperlihatkan dan peserta juga harus mendengarkan keterangan pelatih sehingga tujuan demonstrasi tercapai. Peserta atau pelatih memberikan contoh dan memperaktekkan cara dan perkenaan *short passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam tersebut kepada seluruh peserta sekolah sepak bola yang harus memperhatikan dengan fokus.

Metode demonstrasi adalah cara penyajian bahan pelajaran dengan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi, atau benda tertentu yang dipelajari, baik sebenarnya atau tiruan, yang sering disertai dengan penjelasan lisan. Dengan metode demonstrasi, proses penerimaan siswa

⁷ <http://digilib.unnes.ac.id/collect/skripsi/index/asso.doc.pdf> / diunduh pada hari senin 25 januari 2016 pukul 11.50 wib

terhadap pelajaran akan lebih berkesan secara mendalam, sehingga membentuk pengertian dengan baik dan sempurna. Juga siswa atau atlet mengamati dan memperhatikan apa yang diperlihatkan selama pelajaran berlangsung.⁸

Gaya metode demonstrasi juga merupakan salah satu gaya yang dipilih para pelatih untuk menyampaikan materi atau pelaksanaan. Dengan maksud mempermudah dan memperlancar proses latihan melalui contoh-contoh nyata.

Metode demonstrasi bisa dikatakan juga dengan suatu metode yang digunakan fasilitator untuk memperagakan suatu proses untuk meningkatkan keterampilan tertentu dengan cara peniruan yang dilakukan oleh seseorang, karena itu demonstrasi dapat dibagi menjadi dua tujuan: demonstrasi proses untuk memahami langkah demi langkah dan demonstrasi untuk memperlihatkan atau memperagakan hasil dari sebuah proses.⁹

Dalam mempraktekkan pelaksanaan tentang *short passing* menggunakan kaki bagian di sekolah sepak bola Bekasi Putra ini, pelatih atau peneliti menggunakan metode demonstrasi. Pelatih memperagakan gerakan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam dan seluruh peserta

⁸ Syaiful Bahri Djamarah & Aswan Zain, Strategi Belajar Mengajar, (Jakarta: Rineka Cipta, 1995), h. 102

⁹ Pengertian Metode Demonstrasi 2005 (http:taru.com)

harus memperhatikan gerakan awal sampai akhir, setelah itu seluruh peserta mengikuti dan mencoba gerakan yang telah di peragakan yang diberikan penjelasan serta pelaksanaan yang baik dan benar. Setelah peserta melakukan gerakannya, lihat dan perhatikan pasti ada peserta yang mengikuti latihan sudah mengerti dengan gerakan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam tersebut, maka peserta tersebut mencontohkan dan mempraktekkan kepada teman-temannya.

Adapun aspek-aspek dalam menggunakan metode demonstrasi adalah:

1. Demonstrasi akan menjadi metode yang tidak wajar apabila alat yang didemonstrasikan tidak bisa diamati dengan seksama oleh peserta. Misalnya penjelasan yang diberikan kurang jelas.
2. Demonstrasi akan menjadi kurang efektif bila tidak diikuti oleh aktivitas dimana peserta sendiri dapat ikut memperhatikan dan menjadi aktivitas mereka sebagai pengalaman yang berharga.
3. Hendaknya dilakukan hal-hal yang bersifat praktis
4. Sebagai pendahuluan, berilah penjelasan dan landasan teori dari apa yang akan di demonstrasikan.¹⁰

Adapun dalam metode demonstrasi ini memiliki kelebihan dan

kekurangan sebagai berikut :

Kelebihan dari metode demonstrasi.

1. Membantu anak didik memahami dengan jelas jalannya suatu proses
2. Memudahkan berbagai jenis penjelasan, sebab penggunaan bahasa dapat mengurangi verbalisme pada anak didik.
3. Kesalahan yang terjadi dari hasil penjelasan dapat diperbaiki melalui pengamatan dan contoh kongkret, dengan menghadirkan objek yang sebenarnya.
4. Proses latihan atau belajar lebih menarik

¹⁰Aspek-Aspek Metode Demonstrasi, 2008, h. 21 (<http://www.worldpress.com>)

5. Siswa dirangsang untuk aktif mengamati, menyesuaikan, antara teori dengan kenyataan, dan mencoba melakukannya sendiri
Kekurangan dari metode demonstrasi.

1. Apabila demonstrasi tidak direncanakan dengan matang, maka bisa terjadi demonstrasi banyak kesulitan, misalnya kekurangan waktu, kesulitan teknis, kurang ada kesempatan bagi anak untuk mengadakan tanya jawab lain sebagainya.
2. Demonstrasi akan menjadi kurang efektif apabila tidak diikuti secara aktif oleh peserta atau siswa untuk mengamati
3. Sukar dimengerti apabila didemonstrasikan oleh pelatih atau guru yang kurang menguasai apa yang akan didemonstrasikan.
4. Demonstrasi memerlukan kesiapan dan perencanaan yang matang disamping memerlukan waktu yang cukup panjang.
5. Metode ini memerlukan kesiapan khusus oleh pelatih atau guru karena tanpa ditunjang dengan hal itu, pelaksanaan demonstrasi kurang efektif.¹¹

4. Hakikat Metode Bagian dan keseluruhan (*Part Whole*)

Metode bagian dan keseluruhan. Untuk memperoleh pengertian mengenai suatu masalah, maka setiap bagian dan komponen harus kita kenal sebelumnya. Demikian pula demikian pula mengenal dan mengerti seseorang dengan baik, maka kita harus kenal dahulu sifatnya, kebiasaannya, kesenangannya, pantangannya, karakteristiknya, dan sebagainya. Setiap gerakanteknik harus di pisah pisah sebelum di berikan contoh keseluruhannya.

¹¹ Soetomo, Dasar-Dasar Interaksi Belajar Mengajar, (Surabaya: Usaha Nasional, 1996), h. 162-163

a. Metode bagian (*part*)

Atlet pada setiap tahapan latihan akan berkonsentrasi pada suatu aspek dan teknik (keterampilan). Berbagai riset menunjukkan bahwa bagian-bagian lebih mudah dan lebih cepat dipelajari, dan atlet akan merasa lebih puas dan percaya diri bila nanti harus melakukan gerak keseluruhan.

b. Metode keseluruhan (*whole*)

Atlet diharapkan untuk berkonsentrasi pada gerakan secara keseluruhan. Kala atlet lebih mudah dan lebih cepat dapat menyesuaikan diri dengan metode keseluruhan ini, maka sebaiknya metode ini diterapkan kepada dia. Hal ini akan dapat menghemat waktu dalam mempelajari keterampilan secara keseluruhan.¹²

5. Hakikat Metode Bermain

Metode bermain adalah suatu cara yang digunakan oleh seorang pelatih, yaitu dengan cara seolah-olah berada dalam suatu situasi untuk memperoleh pemahaman tentang suatu konsep.

Arti bermain ialah setiap anak lebih banyak waktu, untuk menghabiskan waktunya dengan bermain, maka dapat diastikan bermain dalam dunia anak yang tidak bisa dipisahkan. Dalam bermain itulah secara

¹² Drs. Harsono M.Sc, Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching (1998) h.141-142

tidak langsung anak-anak dapat membangun relasi sosial, baik dengan lingkungan maupun antar sesama.¹³

Dalam penelitian ini dimaksudkan metode bermain, peserta akan dibirakan bermain tetapi dengan menggunakan alat atau situasi dengan menggunakan materi yang akan di latih kepada peserta latihan yaitu mengenai teknik dasar sepak bola short passing menggunakan kaki bagian dalam pada anak peserta sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun, dengan cara bermain yang telah dimodifikasi oleh peneliti mengenai sepak bola.

Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa alat yang memberikan kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak. Pengamatan kepada anak bermain secara aktif atau pasif, akan banyak membantu memahami jalan pikiran seorang anak, selain itu juga meningkatkan kemampuan berkomunikasi.

Melalui metode ini dapat dikembangkan keterampilan, mengamati, menarik kesimpulan, menerapkan, dan mengkomunikasikan. Anggapan pada metode bermain ini adalah agar anak peserta latihan mampu mengaplikasikan teknik dasar sepak bola yaitu *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada saat situasi bermain sepak bola.

¹³ Erna iswati, Mendidik Anak Dengan Bermain, (Yogyakarta: Arti Bumi Intara, 2008) h. 1

Dalam metode ini peserta latihan dapat berkesempatan terlibat secara aktif sehingga akan lebih memahami konsep dan lebih mengingat, oleh karena itu dalam metode bermain ini seluruh anak SSB Bekasi Putra usia 14 tahun akan mendapatkan materi yang berkaitan dengan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam dalam permainan sepakbola.

Berdasarkan teori-teori yang di uraikan diatas, dapat disimpulkan bahwa metode bermain adalah suatu metode yang dimana pelatih akan melihat kemampuan anak dalam latihan yang telah diberikan pelatih sebelumnya. Materi yang diberikan ialah mengenai short passing menggunakan kaki bagian dalam. Dibawah ini merupakan kelebihan dan kekurangan dalam metode bermain :

Kelebihan dalam metode bermain:

1. Memberikan kesempatan mengembangkan segi-segi sosial siswa dengan keadaan dan kebiasaan lingkungan
2. Suasana yang cenderung bebas dan informal memberikan kemungkinan kebebasan dalam membuat keputusan.

Kekurangan metode bermain:

1. Terlalu banyak waktu yang terbuang sehingga kurang efisien dalam membina teknik gerakan.

2. Karena bebas dan informal sehingga sering terjadi kehilangan sasaran dan cenderung pada segi hura-hura dari pada keterampilan gerakanya.¹⁴

6. Hakikat *Passing*

Kebanyak pemain lebih menyukai permainan bola pendek atau *short passing*, tetapi jika tidak dalam situasi yang memungkinkan menyebabkan bola terlalu lama berkutik didaerah permainan sendiri. Ada pemain yang mengutamakan umpan jauh dan juga umpan pendek.

Passing sering kita kenal dengan mengoper yaitu memindahkan bola dari kaki pemain ke pemain lain, dengan cara menendangnya. Ketepatan atau akurasi sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu kearah gawang tim lawan menurut Robert Koger.¹⁵

Sedangkan menurut Danny Mielke, *Passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling baik dilakukan baik digunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Sehingga pergerakan lebih cepat dan bisa menciptakan ruang yang lebih

¹⁴ Syaiful fahri djarrah, Guru Dan Anak Didik Dalam Interaksi edukatif, (Jakarta: Rineka cipta, 2000), h. 237-238

¹⁵ Robert Koger, Latihan Dasar Sepakbola Remaja : (PT. Saka Mitra Kompetensi, 2007), h19

besar dan berpeluang mencetak goal. Hal itu harus ditunjang dengan keterampilan *passing* yang baik.¹⁶

Passing merupakan hal yang paling mendasar dalam teknik sepak bola, namun *passing* sangatlah berperan penting dalam permainan sepakbola. Oleh karena itu teknik *passing* harus benar-benar dilatih sejak usia muda agar mendapatkan otomatisasi teknik *passing* yang baik. *Passing* yang baik adalah menggunakan kaki bagian dalam karena perkenaan kaki yang lebih luar dan cenderung rata, ketimbang kaki bagian luar dan punggung kaki.

Cara melakukan *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam menurut Josep A. Luxbacher:

- a. Tahap persiapan
 - Berdiri menhadap target
 - Letakkan kaki yang menahan keseimbangan disamping bola
 - Arah kaki ketarget
 - Bahu dan pinggul lurus dengan target
 - Tekukkan kaki sedikit
 - Ayunkan kaki yang akan menendang bola
 - Tempatkan kaki dalam posisi menyamping
 - Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan.
 - Kepala tidak bergerak
 - Fokuskan perhatian bola
- b. Tahap pelaksanaan
 - Tubuh berada diatas bola

¹⁶ Danny Mielke, Dasar-Dasar Sepakbola, (Estern Oregon University, 2003) h. 19

- Ayunkan kaki yang akan menendang kedepan
- Jaga kaki agar tetap lurus
- Tending bagian tengah bola dengan bagian dalam kaki

c. *Follow through*

- Pindahkan berat badan kedepan
- Lanjutkan gerakan searah dengan bola
- Gerakan akhir dengan mulus.¹⁷



Gambar 1 : Tahapan Passing Kaki Bagian Dalam

Dengan demikian *short passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam berdasarkan kegunaannya dan situasi yang ada lebih baik untuk penguasaan bola dan membangun serangan, namun situasi permainan dapat berubah sewaktu-waktu dan harus cepat dan tepat melakukan teknik *passing* yang sesuai dengan keadaan permainan yang berubah, karena dalam sepakbola sangat sering terjadi situasi yang berubah-ubah.

¹⁷ Josep A. Luxbacher, Sepakbola: (PT. Raja Grafindo Persada Edisi Kedua, 1998), h. 12

7. Hakikat usia 14 tahun

Elizabeth B. Hurlock dalam bukunya perkembangan anak mengemukakan bahwa anak usi 14 tahun adalah masa *pubertas* yang berasal dari kata latin yaitu *pubertas* yang artinya adalah usia kedewasaan.¹⁸ Beda dengan pendapat umum bahwa masa remaja berlangsung dengan cepat. Ternyata perubahan pada usia 14 tahun ini berlangsung kurang lebih 3-4 tahun. Kira-kira setengah dari usia remaja ini masih tumpang tindih dengan usia terakhir masa kanak-kanak dan setengah lagi tumpang tindih dengan masa remaja. Kedua tahapan ini sering kali dinamakan tahap sebelum remaja atau remaja muda.

Pertumbuhan adalah peningkatan ukuran tubuh. Pertumbuhan merupakan hasil dari proses penyempurnaan bagian-bagian tubuh. Misalnya pertumbuhan tinggi badan, panjang kaki, lebar bahu, lebar panggul, dan sebagainya. Sedangkan perkembangan adalah peningkatan kapasitas fungsi atau kemampuan kerja organ-organ tubuh. Peningkatan bisa berbentuk daya fisik, koordinasi, dan kontrol tubuh. Misalnya peningkatan fungsi-fungsi otot, otak, syaraf, jantung, paru-paru, dan sebagainya.¹⁹

¹⁸ Elizabeth B. Hurlock, Perkembangan Anak, (Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama, 1978), h .127

¹⁹Sugiyanto, Pertumbuhan Dan Perkembangan Gerak, (Jakarta, KONI Pusat Pendidikan dan Penataran) h.3

Perkembangan anak atau individu mencakup berbagai aspek dalam dirinya. Perkembangan yang terjadi pada diri individu itu dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik sifat internal maupun eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada di dalam diri seseorang yang merupakan faktor keturunan atau bakat, sedangkan faktor eksternal adalah faktor-faktor yang ada dari luar diri seseorang, yaitu berupa pengaruh kondisi lingkungan.²⁰

Sedangkan teori yang dikemukakan oleh Dadang Masnun adalah perkembangan dimana pada usia 14 tahun mengalami peningkatan kapasitas fungsi kemampuan kerja organ-organ tubuh. Peningkatan bisa berbentuk daya fisik, koordinasi, kontrol tubuh, misalnya peningkatan fungsi-fungsi otot, otak, syaraf, jantung, paru-paru dan sebagainya.²¹

8. Hakikat Bekasi Putra

Berawal dari persatuan sepak bola Bekasi Putra (PS Bekasi Putra) yang di gawangi Bapak Suwardi Simon, yaitu klub yang menampung anak usia muda di kota Bekasi. Pada pertengahan dekade 80an diprakarsai oleh para Pembina dan pemerhati sepak bola di Bekasi, atas dasar kebersamaan didirikanlah yayasan sepak bola tunas Bekasi Putra dengan Akta no. 11 tanggal 25 mei 1985 dibuat oleh notaries Syaiful Bachri, SH. Dengan

²⁰Ibid. h.4

²¹Dadang Masnun, *Pertumbuhan dan Perkembangan Gerak*, (Koni Pusat dan Pusat Pendidikandan Penataran, 1993), h. 3

kegiatan antara lain sekolah sepak bola Bekasi Putra yang bersekretariat di Jl.Veteran No. 54 Bekasi Selatan kota Bekasi.

Sekolah sepak bola Bekasi Putra berpedoman pada pelatihan yang terencana dan berwawasan hingga tercapai pemain yang berkualitas dan pemain yang bermutu untuk pemain itu sendiri bahkan untuk kejayaan sepak bola nasional. Banyak sekali jebolan sekolah sepak bola Bekasi putra yang mampu bermain di tim nasional seperti, Nuralim Firmansyah dan masih banyak lagi.²²

B. Kerangka Berpikir

1. Metode latihan demonstrasi bermain dapat meningkatkan keberhasilan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

Metode demonstrasi bermain adalah suatu cara mengajar yang dimana seorang pelatih terlebih dahulu memberikan contoh gerakan dengan tahapan bagian-bagian, kemudian peserta atau anak didik melakukan gerakan yang di contohkan oleh pelatih. Setelah melakukan tahapan bagian pelatih memberikan gerakan secara menyeluruh tanpa memperagakan hanya menjelaskan cara kerja gerakan teknik yang akan di berikan, pelatih melakukan evaluasi setelah gerakan dilakukan. Teknik yang akan

²² Arsip Tunas Yayasan Tunas Bekasi Putra

diterapkan adalah teknik dasar *short passing* menggunakan kaki bagian dalam.

Dengan metode latihan demonstrasi bermain maka pada metode ini biasanya bagian-bagian teknik dapat lebih mudah dikuasai dan lebih cepat dipelajari sehingga atlet akan merasa lebih puas dan percaya diri ketika melakukan gerakan keseluruhan. Oleh karena itu, metode latihan demonstrasi bermain dapat meningkatkan keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

2. Metode latihan bermain demonstrasi dapat meningkatkan keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

Metode bermain demonstrasi adalah suatu cara mengajar yang dimana seorang pelatih memberikan materi kepada pemain secara menyeluruh tanpa memberikan contoh gerakannya, setelah pemain melakukan gerakan nantinya pelatih akan mengevaluasi gerakannya, kemudian pelatih akan memberikan gerakan dengan taha bagian-bagian, namun pelatih akan memperagakan terlebih dahulu gerakannya perbagian-bagian.

Metode latihan demonstrasi bermain adalah suatu metode yang digunakan untuk mengajarkan atau melatih anak untuk mencapai suatu

keterampilan tertentu yang berupa rangkaian gerakan dengan mengajarkannya secara keseluruhan dan kemudian juga anak disuruh untuk mempraktekkannya secara bagian.

3. Metode latihan yang lebih berpengaruh untuk meningkatkan keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

Dari kedua metode latihan demonstrasi bermain dan metode latihan bermain demonstrasi, metode latihan demonstrasi bermain lebih cepat diserap oleh siswa sehingga memungkinkan adanya perbaikan gerakan selanjutnya dan menghindari kesalahan gerakan yang bersifat permanen, serta siswa dapat lebih cepat dan lebih mudah mempelajari teknik yang diberikan. Oleh karena itu, metode latihan demonstrasi bermain lebih efektif dibandingkan dengan metode latihan bermain demonstrasi untuk meningkatkan keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka teori dan kerangka berpikir, maka dapat ditarik kesimpulan sementara bahwa:

1. Metode latihan demonstrasi bermain diduga dapat meningkatkan keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

2. Metode latihan bermain demonstrasi diduga dapat meningkatkan keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.
3. Metode latihan demonstrasi bermain diduga lebih efektif dibanding metode latihan bermain demonstrasi untuk meningkatkan keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

D. Hipotesis Statistik

Untuk keperluan pengujian hipotesis nol (H_0) maka dirumuskan hipotesis statistik sebagai berikut :

$$1) H_0 : \mu A = 0$$

$$H_1 : \mu A \neq 0$$

$$2) H_0 : \mu B = 0$$

$$H_1 : \mu B \neq 0$$

$$3) H_0 : \mu A = \mu B$$

$$H_1 : \mu A > \mu B$$

Keterangan :

μA : adalah rata-rata hasil latihan dari kelompok metode demonstrasi bermain.

μB : adalah rata-rata hasil latihan dari kelompok metode bermain demonstrasi.

$H_0 : (\mu A = 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode demonstrasi bermain langsung sama dengan nol

$H_0 : (\mu_B = 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode bermain demonstrasi sama dengan nol

$H_0 : (\mu_A = \mu_B)$ Kedua rata-rata populasi adalah identik (rata-rata waktu kelompok metode demonstrasi bermain dan kelompok metode bermain demonstrasi adalah sama

$H_1 : (\mu_A \neq 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode demonstrasi bermain tidak sama dengan nol

$H_1 : (\mu_B \neq 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode bermain demonstrasi tidak sama dengan nol

$H_1 : (\mu_A > \mu_B)$ Kedua rata-rata populasi adalah tidak identik (rata-rata waktu kelompok metode demonstrasi bermain dan kelompok metode bermain demonstrasi).

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Ada pun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui :

1. Peningkatan yang berarti dari metode latihan demonstrasi bermain terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.
2. Peningkatan yang berarti dari metode latihan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.
3. Perbandingan antara latihan demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SSB Bekasi Putra di Jl Pengairan Bekasi Selatan, kota Bekasi.

2. Waktu penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan November - Desember atau (sebanyak 16 kali pertemuan), setiap kali latihan atau pertemuan berlangsung 120 menit. Jadwal latihan dilaksanakan pada hari Selasa, Kamis dan Minggu.

C. Metode Penelitian

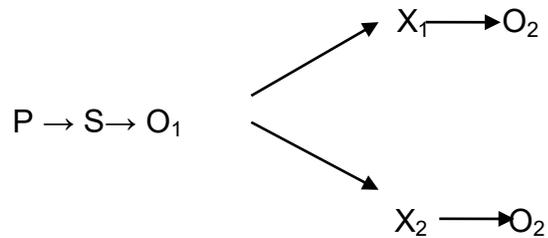
Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen yaitu perlakuan atau metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi terkendali. Penelitian eksperimen merupakan suatu penyelidikan yang dirancang sedemikian rupa.²³

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan menggunakan *pre and post test design*. Dalam penelitian ini atlet diberikan tes sebelum dan sesudah perlakuan terhadap masing-masing kelompok. Dengan tes awal ini diharapkan memperoleh data tentang kemampuan awal dari pemain sebelum diberikan perlakuan, sedangkan tes akhir dilakukan untuk mengetahui hasil akhir dari perlakuan yang telah diberikan.

Dalam hal ini peneliti menggunakan dua kelompok eksperimen X_1 sebagai kelompok yang coba diberikan metode demonstrasi bermain dengan eksperimen X_2 sebagai kelompok bermain demonstrasi.

²³Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif (ALFABETA, 2010) h. 72

Pola desain penelitiannya sebagai berikut :



Keterangan :

P = Populasi X₁ = Demonstrasi bermain

S = Sampel X₂ = Bermain demonstrasi

O₁ = Tes Awal O₂ = Tes Akhir

D. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang

dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu.²⁴

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah atlet sekolah sepak bola Bekasi Putra usia 14 tahun dengan jumlah populasi 39 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.

Teknik pengambilan sampel memakai teknik *Purposive Sampling* adalah pengambilan sampel secara bertujuan yang mana mengambil sebagian dari jumlah populasi yang teknik dan kriteria ditentukan oleh peneliti.

Sampel penelitian ini berjumlah 30 dari 39 populasi dengan teknik *Purposive Sampling* dengan membagi 2 kelompok dari hasil tes awal. Kriteria yang dipilih peneliti adalah sebagai berikut :

1. Kehadiran
2. Tidak sakit

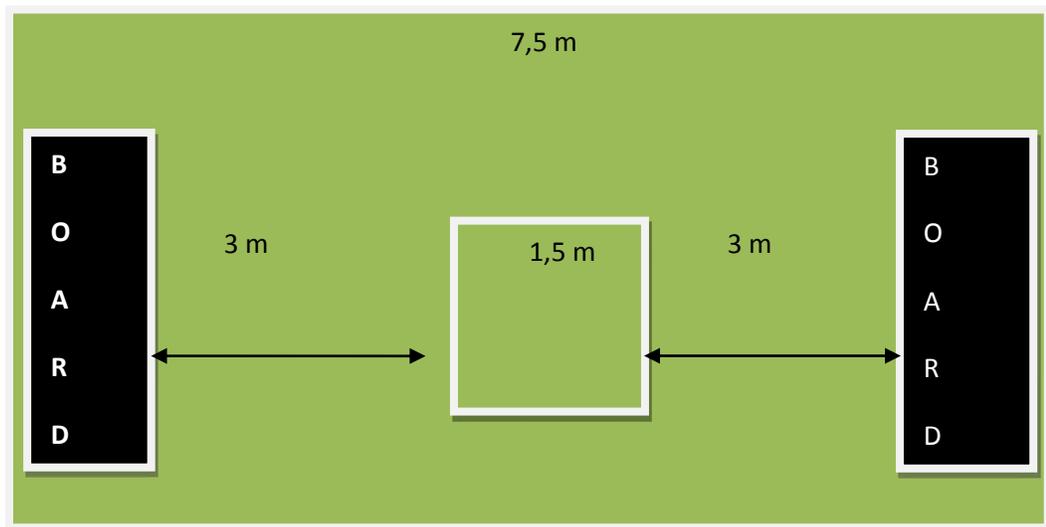
²⁴Ibid, hal 80

3. Berusia 14 tahun.

E .Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang sesuai, penulis menggunakan instrument tes. Tujuan tes ini adalah untuk mengukur kemampuan pemain melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam. Tes yang dilakukan adalah tes awal yang dilaksanakan sebelum pemain mendapatkan perlakuan berupa metode latihan demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *short passing*, dan tes akhir yaitu setelah pemain mendapatkan perlakuan metode latihan. Instrumen tes yang digunakan adalah Tes *short passing* menggunakan kaki bagian dalam.

1. Tes *Short Passing* menggunakan kaki bagian dalam



Gambar 2. Bentuk Tes *Short Passing*
Sumber: AFC lisensi C *Log Book*

A. Cara pelaksanaan

- 2 papan diletakkan di 7,5 m
- Kotak 1,5 di buat 3 m dari 2 papan untuk tempat melakukan *passing*
- Pemain akan memulai tendangan bola dari kotak 1,5 m
- Perintah tes adalah seorang pemain melakukan *short passing* kepapan dengan cepat
- Pemain menerima bola kembali dan berputar untuk *passing* bola kearah papan yang berlawanan
- Passing yang dihitung adalah saat bola diterima kembali di area *passing*
- Pemain melakukan tes ini dalam 30 detik
- Setiap pemain mendapatkan 2 kali kesempatan

B. Metode Penilaian

- Skor yang dicatat adalah ketika bola diterima dari hasil pantulan
- Skor tidak dihitung jika tidak menggunakan kaki bagian dalam
- Skor yang dicatat adalah skor terbanyak dalam dua kali kesempatan

C. Alat dan pengukuran :

- ✓ Lapangan sepakbola
- ✓ *Cone*
- ✓ *Bola*

- ✓ *Pluit*
- ✓ *Alattulis*
- ✓ *Stopwatch*
- ✓ Papan
- ✓ Meteran

Tabel 1. Tabel Penilaian

NO.	NAMA PESERTA	HASIL TES
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		

14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		

F. Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini diperoleh data tes awal diantaranya :

1. Hasil tes awal, sebelum atlet tersebut diberi perlakuan
2. Hasil tes akhir, setelah atlet diberikan perlakuan

Pengambilan sampel dilakukan dengan tahapan-tahapan sebagai berikut:

- a) Mencatat nama-nama pemain SSB Bekasi Putra
- b) Melakukan tes awal
- c) Mengurutkan nama-nama pemain dari nilai tertinggi-terendah
- d) Membagi sampel dalam dua kelompok berdasarkan nomor ganjil dan genap.
- e) Melakukan pembagian kelompok demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi.
- f) Setelah melakukan pengundian diberikan perlakuan dengan latihan metode demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik statistic uji-t perhitungan data untuk membandingkan tes awal dan tes akhir metode demonstrasi bermain dan bermain demonstrasi dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Mencari nilai rata-rata (\bar{X}) dari setiap kelompok data dengan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

Keterangan :

\bar{X} = nilai rata – rata yang dicari

X = skor mentah

n = jumlah sampel

\sum = jumlah dari

2. Mencari Uji-t Dependent kedua metode dan simpangan baku dari setiap kelompok data dengan menggunakan rumus :

$$\text{drata} = \frac{\sum d_i}{n}$$

$$\text{simpangan baku}(S) = \sqrt{\frac{n \sum d^2 - (\sum d)^2}{n(n-1)}}$$

S = simpangan baku yang dicari

\sum = jumlah dari

d = nilai data mentah

n = jumlah sampel

3. Uji signifikan (Uji-t Independent) perbedaan dua rata-rata satu pihak.

Rumus uji-t :

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{Sp \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$S_2 = \frac{(n_1 - 1)S_a^2 + (n_2 - 1)S_b^2}{n_a + n_b - 2}$$

Keterangan :

\bar{X}_1 = rata-rata kelompok metode demonstrasi bermain

\bar{X}_2 = rata-rata kelompok metode bermain demonstrasi

S_p = standar deviasi gabungan

S_a = standar deviasi kelompok metode demonstrasi bermain

S_b = standar deviasi kelompok metode bermain demonstrasi

N_a = banyaknya jumlah sampel kelompok metode demonstrasi bermain

N_b = banyaknya jumlah sampel kelompok metode bermain demonstrasi

$DF = n_a + n_b - 2$

H. Hipotesis Statistik

Untuk keperluan pengujian hipotesis nol (H_0) maka dirumuskan hipotesis statistik sebagai berikut :

4) $H_0 : \mu A = 0$

$H_1 : \mu A \neq 0$

5) $H_0 : \mu B = 0$

$H_1 : \mu B \neq 0$

6) $H_0 : \mu A = \mu B$

$H_1 : \mu A > \mu B$

Keterangan :

μA : adalah rata-rata hasil latihan dari kelompok metode demonstrasi bermain.

μB : adalah rata-rata hasil latihan dari kelompok metode bermain demonstrasi.

$H_0 : (\mu A = 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode demonstrasi bermain langsung sama dengan nol

$H_0 : (\mu B = 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode bermain demonstrasi sama dengan nol

$H_0 : (\mu A = \mu B)$ Kedua rata-rata populasi adalah identik (rata-rata waktu kelompok metode demonstrasi bermain dan kelompok metode bermain demonstrasi adalah sama

$H_1 : (\mu A \neq 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode demonstrasi bermain tidak sama dengan nol

$H_1 : (\mu B \neq 0)$ Rata-rata hasil latihan dari kelompok metode bermain demonstrasi tidak sama dengan nol

$H_1 : (\mu A > \mu B)$ Kedua rata-rata populasi adalah tidak identik (rata-rata waktu kelompok metode demonstrasi bermain dan kelompok metode bermain demonstrasi).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

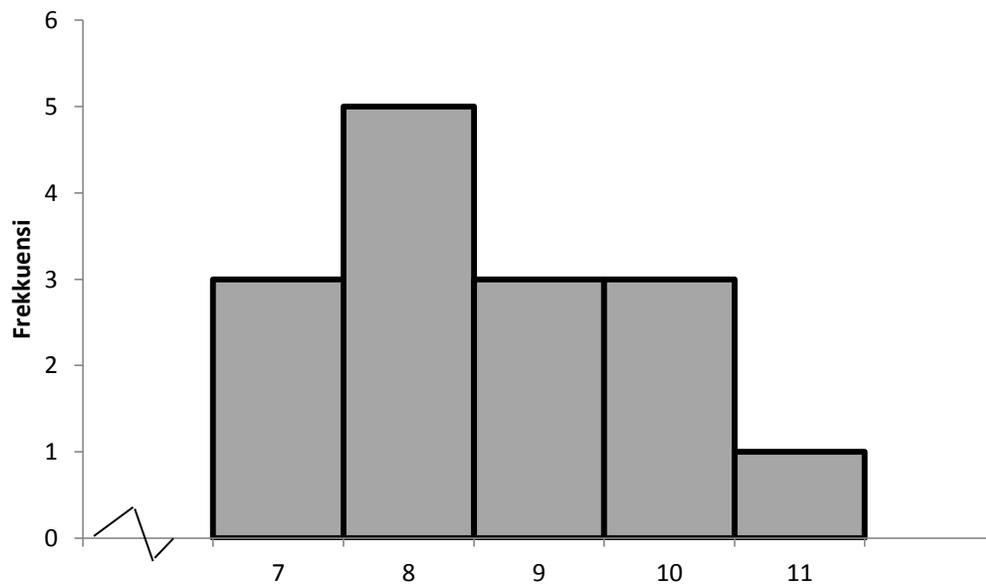
A. Deskripsi Data

1. Data Awal Kelompok Metode Latihan Demonstrasi Bermain

Hasil data awal kelompok Metode latihan demonstrasi bermain diperoleh nilai terendah yaitu 7 dan nilai tertinggi 11. Nilai rata-rata perhitungan data awal Metode latihan demonstrasi bermain yaitu 8,60. Nilai standar deviasi dari difference 1,242 nilai varians sebesar 1,543. Untuk Lebih menggambarkan keadaan data awal Metode latihan demonstrasi bermain dapat dilihat pada table sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Awal Metode Latihan Demonstrasi Bermain

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	7	7	3	20.0
2	8	8	5	33.3
3	9	9	3	20.0
4	10	10	3	20.0
5	11	11	1	6.7
	Total		15	100



Gambar 3. Diagram Batang Data Awal Kelompok Metode Latihan Demonstrasi Bermain

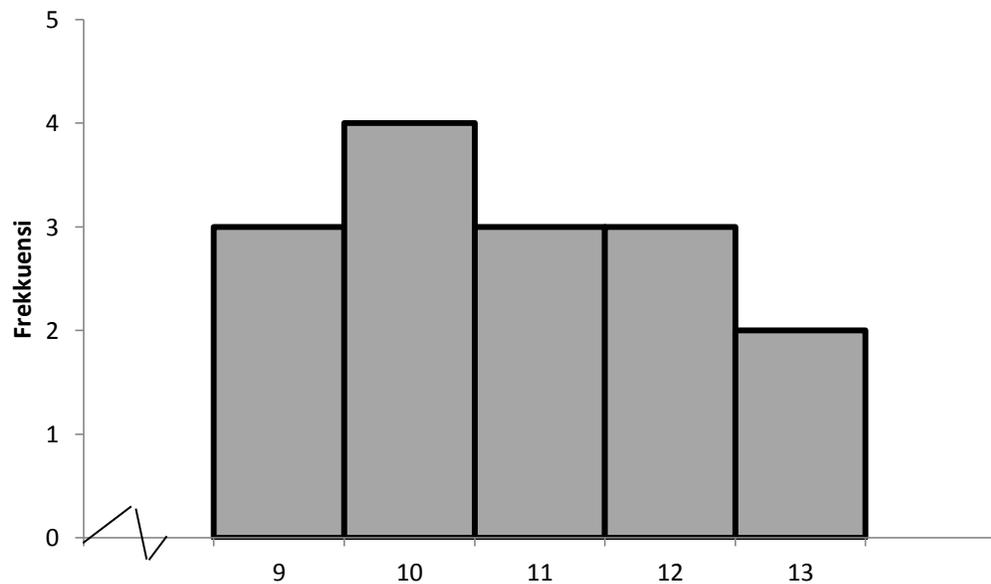
Berdasarkan hasil distribusi frekuensi diperoleh frekuensi terbesar pada nilai titik tengah 8 sebanyak 5 orang, dan nilai terendah berada pada nilai titik tengah 11 sebanyak 1 orang.

2. Data Akhir Kelompok Metode latihan Demonstrasi Bermain

Hasil data akhir kelompok Metode latihan demonstrasi bermain diperoleh nilai terendah yaitu 9 dan nilai tertinggi 14. Nilai rata-rata data akhir Metode latihan demonstrasi bermain yaitu 10,80. Nilai standar deviasi dari difference 1,373 nilai varians 1,886. Untuk lebih menggambarkan keadaan data akhir Metode latihan demonstrasi bermain dapat dilihat pada table sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Akhir Metode Latihan Demonstrasi Bermain

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	9	9	3	20.0
2	10	10	4	26.7
3	11	11	3	20.0
4	12	12	3	20.0
5	13	13	2	13.3



Gambar 4. Diagram Batang Data Akhir Kelompok Metode Latihan Demonstrasi Bermain

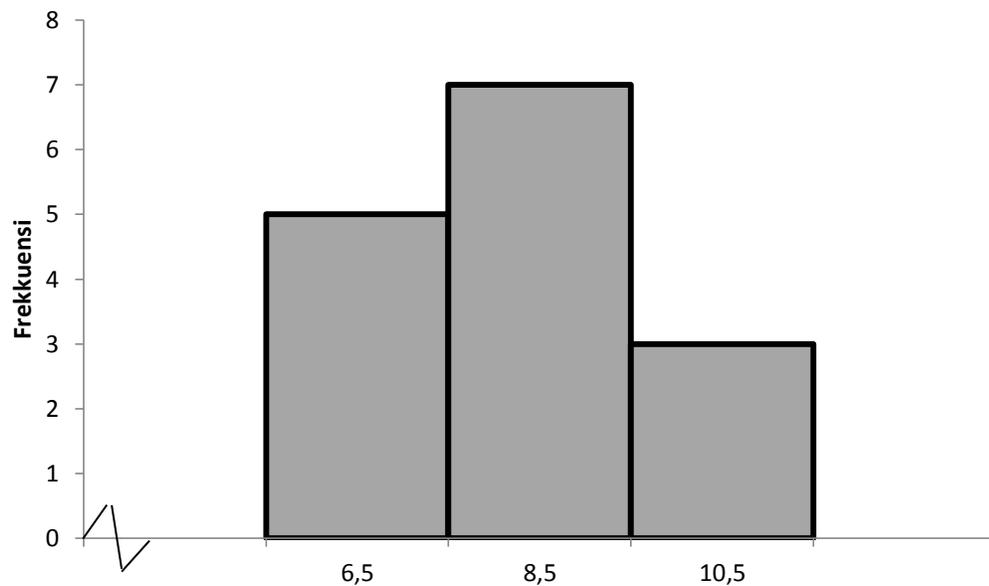
Berdasarkan hasil distribusi frekuensi diperoleh frekuensiter besar pada nilai titik tengah 10 sebanyak 4 orang, dan nilai terendah berada pada nilai titik tengah 13 sebanyak 2 orang.

3. Data Awal Kelompok Metode latihan Bermain Demonstrasi

Hasil data awal kelompok Metode latihan bermain demonstrasi diperoleh nilai terendah yaitu 6 dan nilai tertinggi 11. Nilai rata-rata perhitungan data awal Metode latihan bermain demonstrasi yaitu 8,33. Nilai standar deviasi dari difference 1,397 nilai variansi 1,952. Untuk Lebih menggambarkan keadaan data awal Metode latihan bermain demonstrasi dapat dilihat pada table sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Awal Metode latihan Bermain Demonstrasi

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	6 – 7	6,5	5	33.3
2	8 – 9	8,5	7	46.7
3	10 – 11	10,5	3	20.0
	Total		15	100



Gambar 5. Diagram Batang Data Awal Kelompok Metode latihan Bermain Demonstrasi

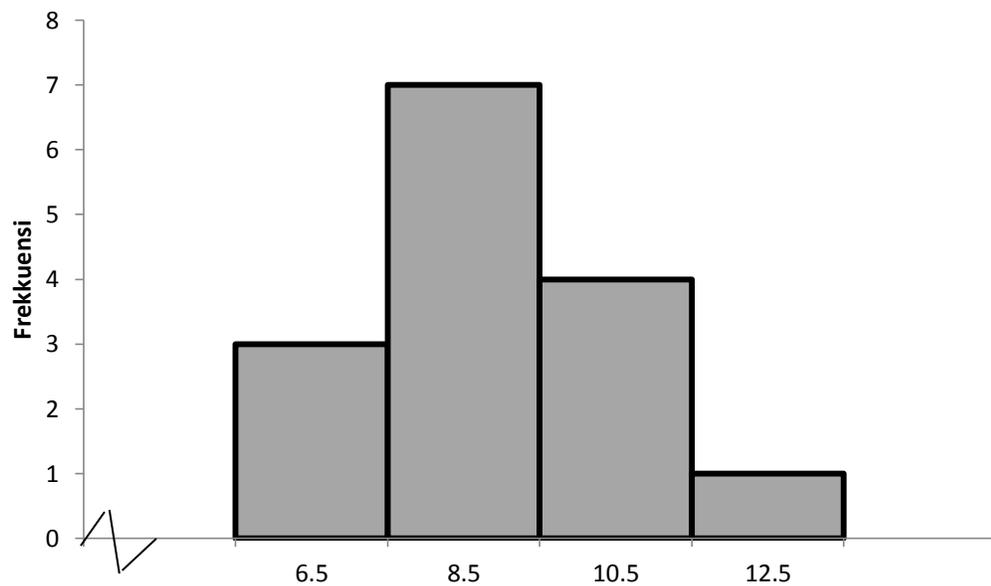
Berdasarkan hasil distribusi frekuensi diperoleh frekuensi terbesar pada nilai titik tengah 8,5 sebanyak 7 orang, dan nilai terendah berada pada nilai titik tengah 10,5 sebanyak 3 orang.

4. Data Akhir Kelompok Metode latihan Bermain Demonstrasi

Hasil data akhir kelompok Metode latihan bermain demonstrasi diperoleh nilai terendah yaitu 6 dan nilai tertinggi 11. Nilai rata-rata data akhir Metode latihan bermain demonstrasi yaitu 8,87. Nilai standar deviasi dari difference 1,598 nilai varians sebesar 2,552. Untuk lebih menggambarkan keadaan data akhir Metode latihan bermain demonstrasi dapat dilihat pada table sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Akhir Metode Latihan Bermain Demonstrasi

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	6 – 7	6.5	3	20.0
2	8 – 9	8.5	7	46.7
3	10 – 11	10.5	4	26.7
4	12 – 13	12.5	1	6.7
	Total		15	100



Gambar 6. Diagram Batang Data Akhir Kelompok Metode Latihan Bermain Demonstrasi

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi diperoleh frekuensi terbesar pada nilai titik tengah 8,5 sebanyak 7 orang, dan nilai terendah berada pada nilai titik tengah 12,5 sebanyak 1 orang.

B. Pengujian Hipotesis

1. Perbandingan Data Awal dan Data Akhir Metode Latihan Demonstrasi Bermain

Dari hasil tes Metode latihan demonstrasi bermain rata-rata data awal sebesar 8,60 dan simpangan baku sebesar 1,242 dan rata-rata data akhir sebesar 10,80 dan simpangan baku 1,373. Dari hasil rata-rata tersebut diperoleh hasil perbandingan data awal dan data akhir yang berupa t_{hitung} sebesar 7,059, sedangkan t_{tabel} dengan taraf signifikan 0,05 dengan $df (n-1) = 14$ adalah 1,76, maka $t_{hitung} (7,059) > (1,76)$, berarti H_0 ditolak yaitu terdapat peningkatan yang signifikan pada Metode latihan demonstrasi bermain terhadap keberhasilan melakukan short passing menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

2. Perbandingan Data Awal dan Data Akhir Metode Latihan Bermain Demonstrasi.

Dari hasil tes Metode latihan bermain demonstrasi rata-rata data awal sebesar 8,33 dan simpangan baku sebesar 1,397 dan rata-rata data akhir sebesar 8,87 dan simpangan baku 1,598. Dari hasil rata-rata tersebut diperoleh hasil perbandingan data awal dan data akhir yang berupa t_{hitung} sebesar 2,552, sedangkan t_{tabel} dengan taraf signifikan 0,05 dengan $df (n-1) = 14$ adalah 1,76, maka $t_{hitung} (2,552) > (1,76)$, berarti H_0 ditolak yaitu terdapat peningkatan yang signifikan pada Metode latihan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

3. Perbandingan Antara Metode Latihan Demonstrasi Bermain dan Metode Latihan Bermain Demonstrasi Terhadap Keberhasilan Melakukan *Short Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

Dari hasil tes kedua kelompok metode latihan yaitu kelompok metode latihan demonstrasi bermain dan kelompok metode latihan bermain demonstrasi diperoleh nilai rata-rata data akhir sebesar 10,80 dan 8,87 dan simpangan baku sebesar 5,344 dan 3,878. Berdasarkan hasil rata-rata diperoleh data tertinggi pada kelompok Metode latihan demonstrasi bermain dibandingkan kelompok metode latihan bermain demonstrasi.

Untuk mengetahui adanya perbedaan antara kelompok Metode latihan demonstrasi bermain dan kelompok Metode latihan bermain demonstrasi ditentukan dengan menggunakan uji t yaitu t_{hitung} sebesar 3,554 dan t_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 dan $df (n-2) = 28$ adalah 2,16. Maka $t_{hitung} (3,554) > t_{tabel} (2,16)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara metode latihan demonstrasi bermain dan metode latihan bermain demonstrasi pada nilai rata-rata 10,80 dan 8,87

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat peningkatan yang signifikan dengan menggunakan metode latihan demonstrasi bermain terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun
2. Terdapat peningkatan yang signifikan dengan menggunakan metode latihan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.
3. Metode latihan demonstrasi bermain lebih efektif dibandingkan metode latihan bermain demonstrasi untuk meningkatkan keberhasilan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra usia 14 tahun.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka pada kesempatan ini peneliti ingin memberikan hasil dan saran sebagai berikut :

1. Bagi pelatih agar dalam melatih anak usia 14 tahun harus memberikan pemahaman yang jelas dan juga tegas, karena untuk mengatur usia pubertas sulit.
2. Bagi pelatih, guru olahraga dapat memberikan pedoman dan wawasan lebih jauh kepada guru dan pelatih sepakbola dalam meningkatkan kualitas hasil latihan sepakbola dengan kedua metode tersebut.
3. Bagi atlet dan siswa dapat meningkatkan pengetahuan dan teknik *short passing* menggunakan kaki bagian dalam, dengan kedua metode tersebut.
4. Bagi masyarakat dan Pembina olahraga berguna untuk memandu bakat, minat dan kemampuan dalam permainan sepakbola dengan kedua metode tersebut.
5. Sebagai bahan evaluasi pelatih untuk meningkatkan teknik *short passing* menggunakan kaki bagian dalam Untuk dijadikan parameter bagi pelatih untuk menyusun program latihan teknik *short passing* menggunakan kaki bagian dalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsip Tunas Yayasan Tunas Bekasi Putra
- Bompa Tudor O, *Periodization; Theory And Methodologi Of Training* (Canada: *Human Kinetics York University*, 1999)
- Bompa Tudor O, *Theory And Methodologi Of Training: The Key to Athletic Performance*, (Toronto, Ontario Canada: Departemen of physical Education York university, 1990)
- Mielke Danny, *Dasar-Dasar Sepakbola* (Estern Oregon University, 2003)
- Dadang Masnun, *Pertumbuhan dan Perkembangan Gerak*, (Koni Pusat dan Pusat Pendidikandan Penataran, 1993)
- Harsono, *Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching* (1998)
- Hurlock Elizabeth B, *Perkembangan Anak* ,(Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama, 1978)
- Erna iswati, *Mendidik Anak Dengan Bermain*, (Yogyakarta: Arti Bumi Intara, 2008)
- Hurlock Elizabeth B, *Perkembangan Anak* ,(Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama, 1978)
- Gifford klive, *Keterampilan Sepakbola* : (PT. Citra Aji Parama, 2007)
- Hasono. *Prinsip-Prinsip pelatihan* (Bandug:FPOK-IKIP Bandung, 1992)
- Luxbacher Josep A, *Sepakbola*: (PT. Raja Grapindo Persada Edisi Kedua, 1998)
- Nana Sudjana, *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*(Bandung: Sinar Baru 2005)
- Koger Robert, *Latihan Dasar Sepakbola Remaja* : (PT. Saka Mitra Kompetensi, 2007),
- Rusli Lutan, *Belajar Motorik Pengantar Teori dan Metode* (Jakarta, 1998)

Soekatamsi, Permainan Besar 1 (sepakbola), Jakarta: Penerbit Universitas Terbuka Depdikbud, 1992

Soetomo, Dasar-Dasar Interaksi Belajar Mengajar, (Surabaya: Usaha Nasional, 1996)

Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif (ALFABETA, 2010)

Syaiful Bahri Djamarah & Aswan Zain, Strategi Belajar Mengajar, (Jakarta: Rineka Cipta, 1995)

Syaiful Bahri Djamarah, Guru Dan Anak Didik Dalam Interaksi Eduktif, (Jakarta: Rineka Cipta, 2000)

<http://www.wordpress.com> Aspek-Aspek Metode Demonstrasi, 2008

<http://taru.com> Pengertian Metode Demonstrasi 2005.

<http://digilib.unnes.ac.id/collect/skripsi/index/asso.doc.pdf> / diunduh pada hari senin 25 januari 2016 pukul 11.50 wib

Lampiran1

Data Awal *Short Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam

Table 6 : Data Awal short passing menggunakan kaki bagian dalam

No.	Nama Peserta	Hasil Tes
1	Kaka Surya	10
2	Putra	6
3	Daffa	7
4	Wildan	11
5	Wahyu	9
6	Syahrin	7
7	Irpani	8
8	Noval	9
9	Muhammad Reiza	10
10	Pragusda	9
11	DaffaDzakwanAthallah	10
12	Aditya Putra	8
13	YahyaYanuari	10
14	Farris GalehPratama	9
15	Nugraha	9
16	RaffiAryaPratama	8
17	Tholib	7
18	Andika	7
19	Thorik	7
20	Irpani	8
21	Muhammad Hamin	7

22	Bima Putra	8
23	Fazrial	8
24	Muhammad Akbar	8
25	Fandi	8
26	Alif	9
27	HarisMahruzar	8
28	David	8
29	FahriAldino	10
30	Yazid	11

Tabel 7. Data Awal *Short Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam Setelah Diurutkan Dari Skor Tertinggi Sampai Skor Terendah

No.	Nama Peserta	Hasil Tes
1	Wildan	11
2	Yazid	11
3	Fahri Aldino	10
4	Kaka Surya	10
5	Daffa Dzakwan Athallah	10
6	Muhammad Reiza	10
7	Yahya Yanuari	10
8	Farris Galeh Pratama	9
9	Nugraha	9
10	Alif	9
11	Noval	9
12	Pragusda	9

13	Ryan Yudistira	9
14	Wahyu	9
15	Raffi Arya Pratama	8
16	Aditya Putra	8
17	Haris Mahruzar	8
18	David	8
19	Fazrial	8
20	Fandi	8
21	Bima Putra	8
22	Irpani	8
23	Muhammad Akbar	8
24	Muhammad Hamin	7
25	Andika	7
26	Thorik	7
27	Syahrin	7
28	Thalib	7
29	Daffa	7
30	Putra	6

Table 8 : Data Awal Kelompok Demonstrasi Bermain

No.	NamaPeserta X_1	TesAwal
1	Wildan	11
2	FahriAldino	10
3	Daffadzakwanathallah	10
4	Yahyayanuari	10
5	Nugraha	9

6	Noval	9
7	Ryan Yusdistira	9
8	RaffiAryaPratama	8
9	Harris Mahruzar	8
10	Fazrial	8
11	Bima Putra	8
12	Muhammad Akbar	8
13	Andika	7
14	Syahrin	7
15	Daffa	7

Table 9 : Data AwalKelompokBermainDemonstrasi

No.	NamaPeserta X₂	TesAwal
1	Yazid	11
2	Kaka surya	10
3	Muhammad Reiza	10
4	Farris GalehPratama	9
5	Alif	9
6	Pragusda	9
7	Wahyu	9
8	Aditya Putra	8
9	David	8
10	Fandi	8
11	Irpani	8
12	Muhammad Hamin	7

13	Thorik	7
14	Thalib	7
15	Putra	6

Lampiran2

Data Awal dan Data Akhir Kelompok Metode Demonstrasi Bermain dan Kelompok Metode Latihan Bermain Demonstrasi

Tabel 10. Data Awal Dan Akhir Kelompok Demonstrasi Bermain

No.	Nama Peserta X ₁	Tes Awal	Tes Akhir
1	Wildan	11	13
2	Fahri Aldino	10	10
3	Daffa dzakwan athallah	10	11
4	Yahya yanuari	10	12
5	Nugraha	9	8
6	Noval	9	11
7	Ryan Yusdistira	9	10
8	Raffi Arya Pratama	8	8
9	Harris Mahruzar	8	10
10	Fazrial	8	8
11	Bima Putra	8	9
12	Muhammad Akbar	8	8
13	Andika	7	9
14	Syahrin	7	9
15	Daffa	7	8

Tabel 11. Data Awal Dan Akhir Kelompok Bermain Demonstrasi

No.	Nama Peserta X₂	Tes Awal	Tes Akhir
1	Yazid	11	12
2	Kaka surya	10	9
3	Muhammad Reiza	10	11
4	Farris Galeh Pratama	9	10
5	Alif	9	8
6	Pragusda	9	9
7	Wahyu	9	10
8	Aditya Putra	8	7
9	David	8	9
10	Fandi	8	8
11	Irpani	8	10
12	Muhammad Hamin	7	9
13	Thorik	7	6
14	Thalib	7	7
15	Putra	6	8

Lampiran3

Perhitungan Data Awaldan Data Akhir Kelompok Metode Latihan
Demonstrasi Bermain

Table12. Perhitungan Data AwalKelompokDemonstrasiBermain

No.	X	X ²
1	11	121
2	10	100
3	10	100
4	10	100
5	9	81
6	9	81
7	9	81
8	8	64
9	8	64
10	8	64
11	8	64
12	8	64
13	7	49
14	7	49
15	7	49
Total	129	1131

Rata-rata

$$\begin{aligned}\bar{X} &= \frac{\Sigma X}{n} \\ &= \frac{129}{15} = 8,60\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}S^2 &= \frac{n \cdot \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2}{n \cdot (n-1)} & S &= \sqrt{S^2} \\ &= \frac{15 \cdot 1131 - (129)^2}{15 \cdot (15-1)} & &= \sqrt{1,543} \\ &= \frac{16965 - 16641}{210} & &= 1,242 \\ &= 1,543\end{aligned}$$

Menentukan rentang (R)

$$\begin{aligned}R &= \text{Max} - \text{Min} \\ &= 11 - 7 \\ &= 4\end{aligned}$$

Menentukan Banyaknya kelas (K)

$$\begin{aligned}K &= 1 + 3,3 (\log n) \\ &= 1 + 3,3 (\log 15) \\ &= 1 + 3,88 \\ &= 4,88 \approx 5\end{aligned}$$

Panjang kelas (P)

$$P = \frac{R}{K} = \frac{4}{5} = 0,800$$

Table 13. Distribusi Frekuensi Perhitungan Data Awal Kelompok Demonstrasi Bermain

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	7	7	3	20.0
2	8	8	5	33.3
3	9	9	3	20.0
4	10	10	3	20.0
5	11	11	1	6.7
	Total		15	100

Table 14. Perhitungan Data Akhir Kelompok Demonstrasi Bermain

No.	X	X ²
1	13	169
2	10	100
3	11	121
4	12	144
5	13	169
6	11	121
7	10	100
8	12	144
9	10	100
10	11	121
11	9	81
12	12	144
13	10	100
14	9	81
15	9	81
Total	162	1776

Rata-rata

$$\begin{aligned}\bar{X} &= \frac{\Sigma X}{n} \\ &= \frac{162}{15} = 10,80\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}S^2 &= \frac{n \cdot \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2}{n \cdot (n-1)} & S &= \sqrt{S^2} \\ &= \frac{15 \cdot 1776 - (162)^2}{15 \cdot (15-1)} & &= \sqrt{1,886} \\ &= \frac{26640 - 26244}{210} & &= 1,373 \\ &= 1,886\end{aligned}$$

Menentukan Rentang (R)

$$\begin{aligned}R &= \text{Max} - \text{Min} \\ &= 13 - 9 \\ &= 4\end{aligned}$$

Menentukan Banyaknya kelas (K)

$$\begin{aligned}K &= 1 + 3,3 (\log n) \\ &= 1 + 3,3 (\log 15) \\ &= 1 + 3,88 \\ &= 4,88 \approx 5\end{aligned}$$

Panjang kelas (P)

$$P = \frac{R}{K} = \frac{4}{5} = 0,80$$

Table 15. Distribusi Frekuensi Perhitungan Data Akhir Kelompok Demonstrasi Bermain

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	9	9	3	20.0
2	10	10	4	26.7
3	11	11	3	20.0
4	12	12	3	20.0
5	13	13	2	13.3
	Total		15	100

Lampiran 4

Perhitungan Data Awal dan Data Akhir Kelompok Metode Latihan Bermain Demonstrasi

Table16. Perhitungan Data Awal Kelompok Bermain Demonstrasi

No.	Y	Y ²
1	11	121
2	10	100
3	10	100
4	9	81
5	9	81
6	9	81
7	9	81
8	8	64
9	8	64
10	7	49
11	8	64
12	7	49
13	7	49
14	7	49
15	6	36
Total	125	1069

Rata-rata

$$\begin{aligned}\bar{Y} &= \frac{\Sigma Y}{n} \\ &= \frac{125}{15} = 8,33\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}S^2 &= \frac{n \cdot \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2}{n \cdot (n-1)} & S &= \sqrt{S^2} \\ &= \frac{15 \cdot 1069 - (125)^2}{15 \cdot (15-1)} & &= \sqrt{1,952} \\ &= \frac{16035 - 15625}{210} & &= 1,397 \\ &= 1,952\end{aligned}$$

Menentukan Rentang (R)

$$\begin{aligned}R &= \text{Max} - \text{Min} \\ &= 11 - 6 \\ &= 5\end{aligned}$$

Menentukan Banyaknya kelas (K)

$$\begin{aligned}K &= 1 + 3,3 (\log n) \\ &= 1 + 3,3 (\log 15) \\ &= 1 + 3,88 \\ &= 4,88 \approx 5\end{aligned}$$

Panjang Kelas (P)

$$P = \frac{R}{K} = \frac{5}{5} = 1$$

Table 17. Distribusi Frekuensi Perhitungan Data Awal Kelompok Bermain Demonstrasi

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	6 – 7	6,5	5	33.3
2	8 – 9	8,5	7	46.7
3	10 – 11	10,5	3	20.0
	Total		15	100

Table18. Perhitungan Data Awal Kelompok Bermain Demonstrasi

No.	Y	Y ²
1	12	144
2	9	81
3	11	121
4	10	100
5	8	64
6	9	81
7	10	100
8	7	49
9	9	81
10	8	64
11	10	100
12	9	81
13	6	36
14	7	49
15	8	64
Total	133	1215

Rata-rata

$$\begin{aligned}\bar{Y} &= \frac{\Sigma Y}{n} \\ &= \frac{133}{15} = 8,87\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}S^2 &= \frac{n \cdot \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2}{n \cdot (n-1)} & S &= \sqrt{S^2} \\ &= \frac{15 \cdot 1215 - (133)^2}{15 \cdot (15-1)} & &= \sqrt{2,552} \\ &= \frac{18225 - 17689}{210} & &= 1,598 \\ &= 2,552\end{aligned}$$

Menentukan Rentang (R)

$$\begin{aligned}R &= \text{Max} - \text{Min} \\ &= 12 - 6 \\ &= 6\end{aligned}$$

Menentukan Banyaknya kelas (K)

$$\begin{aligned}K &= 1 + 3,3 (\log n) \\ &= 1 + 3,3 (\log 15) \\ &= 1 + 3,88 \\ &= 4,88 \approx 5\end{aligned}$$

Panjangkelas (P)

$$P = \frac{R}{K} = \frac{6}{5} = 1,2$$

Tabel 19. Distribusi Frekuensi Perhitungan Data Awal Kelompok Bermain Demonstrasi

No.	Interval	Titik Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	6 – 7	6.5	3	20.0
2	8 – 9	8.5	7	46.7
3	10 – 11	10.5	4	26.7
4	12 – 13	12.5	1	6.7
	Total		15	100

Lampiran 5

Perhitungan Uji-t Paired Metode Latihan Demonstrasi Bermain dan Metode Latihan Bermain Demonstrasi

Tabel 20. Perhitungan Uji-t Paired (Metode Latihan Demonstrasi Bermain)

No. Resp.	Awal (X_1)	Akhir (X_2)	D ($X_2 - X_1$)	D^2
1	11	13	2	4
2	10	10	0	0
3	10	11	1	1
4	10	12	2	4
5	9	13	4	16
6	9	11	2	4
7	9	10	1	1
8	8	12	4	16
9	8	10	2	4
10	8	11	3	9
11	8	9	1	1
12	8	12	4	16
13	7	10	3	9
14	7	9	2	4

15	7	9	2	4
Jumlah	129	162	33	93

Diketahui :

$$\Sigma D = 33$$

$$\Sigma D^2 = 93$$

Dicari

$$M_D = \frac{\Sigma D}{n} = \frac{33}{15} = 2,200$$

$$\begin{aligned} Sd_D &= \sqrt{\frac{\Sigma D^2}{n} - \left(\frac{\Sigma D}{n}\right)^2} \\ &= \sqrt{\frac{93}{15} - \left(\frac{33}{15}\right)^2} \\ &= \sqrt{6,2 - 2,2^2} = \sqrt{1,36} = 1,166 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} SE_{MD} &= \frac{SD_D}{\sqrt{n-1}} \\ &= \frac{1,166}{\sqrt{15-1}} \\ &= \frac{1,166}{3,742} \\ &= 0,312 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}t_0 &= \frac{M_D}{SE_{MD}} \\ &= \frac{2,2}{0,312} \\ &= 7,059\end{aligned}$$

Mencari t_{tabel} :

$$\begin{aligned}&= (\alpha ; n-1) \\ &= (0,05 ; 14) \\ &= 1,76\end{aligned}$$

Dari data tersebut diperoleh t_{hitung} sebesar 7,059 t_{tabel} dengan uji satu sisi pada taraf signifikan 0,05 dengan $n-1 = 14$ adalah 1,76, maka t_{hitung} (7,059) $>$ t_{tabel} (1,76), berarti terjadi peningkatan yang signifikan antara latihan *short passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam pada treatment demonstrasi bermain di SSB Bekasi Putra.

Tabel 21. Perhitungan Uji-t Paired (Metode Latihan Bermain Demonstrasi)

No. Resp.	Awal (Y₁)	Akhir (Y₂)	D (Y₂ - Y₁)	D²
1	11	12	1	1
2	10	9	-1	1
3	10	11	1	1
4	9	10	1	1
5	9	8	-1	1
6	9	9	0	0
7	9	10	1	1
8	8	7	-1	1
9	8	9	1	1
10	7	8	1	1
11	8	10	2	4
12	7	9	2	4
13	7	6	-1	1
14	7	7	0	0
15	6	8	2	4
Jumlah	125	133	8	22

Diketahui :

$$\Sigma D = 8$$

$$\Sigma D^2 = 22$$

Dicari

$$M_D = \frac{\Sigma D}{n} = \frac{8}{15} = 0,533$$

$$\begin{aligned} Sd_D &= \sqrt{\frac{\Sigma D^2}{n} - \left(\frac{\Sigma D}{n}\right)^2} \\ &= \sqrt{\frac{22}{15} - \left(\frac{8}{15}\right)^2} \\ &= \sqrt{1,467 - 0,533^2} = \sqrt{1,182} = 1,087 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} SE_{MD} &= \frac{SD_D}{\sqrt{n-1}} \\ &= \frac{1,087}{\sqrt{15-1}} \\ &= \frac{1,087}{3,742} \\ &= 0,291 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} t_0 &= \frac{M_D}{SE_{MD}} \\ &= \frac{0,533}{0,291} \\ &= 1,835 \end{aligned}$$

Mencari t_{tabel} :

$$= (\alpha ; n-1)$$

$$= (0,05 ; 14)$$

$$= 1,76$$

Dari data tersebut diperoleh t_{hitung} sebesar 1,835 t_{tabel} dengan uji satu sisi pada taraf signifikan 0,05 dengan $n-1 = 14$ adalah 1,76, maka $t_{hitung}(1,83) < t_{tabel} (1,76)$, berarti tidak terjadi peningkatan yang signifikan antara latihan *short passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam pada treatment bermain demonstrasi di SSB Bekasi Putra.

Lampiran6

Perhitungan Uji-t Independent Perbandingan Metode Latihan

Demonstrasi Bermain dengan Metode Latihan Bermain Demonstrasi

Tabel 22. Perhitungan Uji-t Independent (Perbandingan Metode Latihan Demonstrasi Bermain dengan Metode Latihan Bermain Demonstrasi)

No. Resp.	X	Y	X ²	Y ²
1	13	12	169	144
2	10	9	100	81
3	11	11	121	121
4	12	10	144	100
5	13	8	169	64
6	11	9	121	81
7	10	10	100	100
8	12	7	144	49
9	10	9	100	81
10	11	8	121	64
11	9	10	81	100
12	12	9	144	81
13	10	6	100	36
14	9	7	81	49
15	9	8	81	64
Jumlah	162	133	1776	1215

Diketahui

$$n_x = 15$$

$$n_y = 15$$

$$\Sigma X = 162$$

$$\Sigma Y = 133$$

Dicari :

$$\begin{aligned}\bar{X} &= \frac{\Sigma X}{n} \\ &= \frac{162}{15} = 1,08\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}S_x^2 &= \frac{n \cdot \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2}{n \cdot (n-1)} \\ &= \frac{15 \cdot 1776 - (162)^2}{15 \cdot (15-1)} \\ &= \frac{26640 - 26244}{210} \\ &= 1,886\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}\bar{Y} &= \frac{\Sigma Y}{n} \\ &= \frac{133}{15} = 8,87\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}S_y^2 &= \frac{n \cdot \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2}{n \cdot (n-1)} \\ &= \frac{15 \cdot 1215 - (133)^2}{15 \cdot (15-1)}\end{aligned}$$

$$= \frac{18225 - 17689}{210}$$

$$= 2,552$$

Varians Gabungan

$$S^2_{\text{gab}} = \frac{(n_X - 1)S_X^2 + (n_Y - 1)S_Y^2}{n_X + n_Y - 2}$$

$$= \frac{(15 - 1)1,886 + (15 - 1)2,552}{15 + 15 - 2}$$

$$= \frac{24,40 + 35,73}{28}$$

$$= 2,22$$

$$S = \sqrt{2,22}$$

$$= 1,49$$

$$t_0 = \frac{\bar{X} - \bar{Y}}{s \sqrt{\frac{1}{n_X} + \frac{1}{n_Y}}}$$

$$= \frac{10,80 - 8,87}{1,49 \sqrt{\frac{1}{15} + \frac{1}{15}}}$$

$$= \frac{1,93}{1,49 \times 0,36}$$

$$= \frac{1,93}{0,54}$$

$$= 3,554$$

Mencari t_{tabel} :

$$= (\frac{1}{2} \alpha ; n-2)$$

$$= (0,025 ; 13)$$

$$= 2,16$$

Dari data tersebut diperoleh t_{hitung} sebesar 3,554 t_{tabel} dengan taraf signifikan 0,05 dengan df $(n-2) = 28$ adalah 2,16, maka $t_{\text{hitung}} (3,554) > t_{\text{tabel}} (2,16)$, berarti terdapat perbandingan metode latihan demonstrasi bermain dan metode latihan bermain demonstrasi terhadap keberhasilan melakukan *short passing* menggunakan kaki bagian dalam pada peserta SSB Bekasi Putra Usia 14 Tahun.

Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian



Gambar 7. Foto Tes Awal *Short Passing*
Sumber : Dokumentasi Penelitian



Gambar 8. Foto Tes Akhir *Short Passing*
Sumber : Dokumentasi Penelitian



Gambar 9. Foto Treatment Demonstrasi Bermain
Sumber : Dokumentasi Penelitian



Gambar 10. Foto Treatment Bermain Demonstrasi
Sumber : Dokumentasi Penelitian



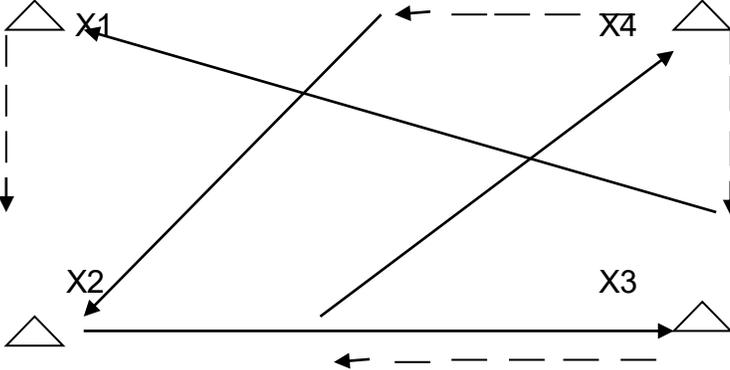
Gambar 11. Foto Dokumentasi Penelitian
Sumber : Dokumentasi Penelitian

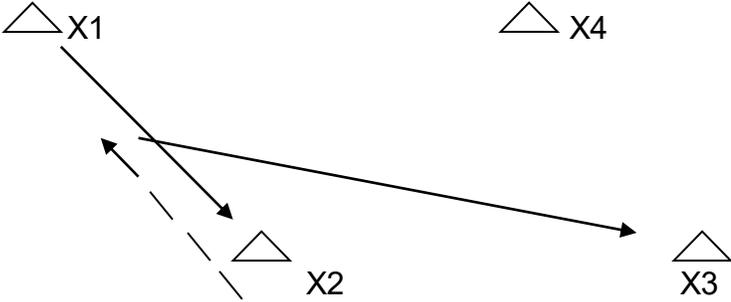


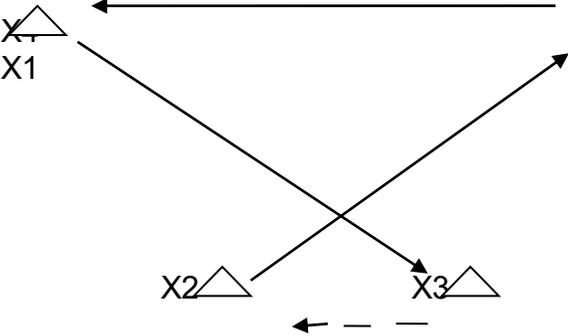
Gambar 12 Foto Bersama Pelatih / Pengurus SSB Bekasi Putra
Sumber : Dokumentasi Penelitian

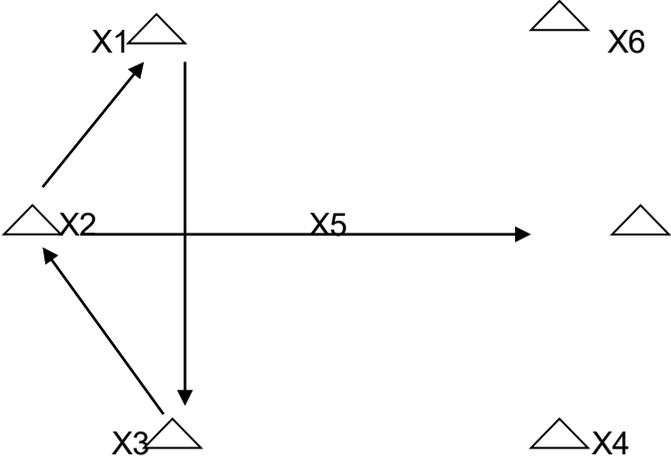
Lampiran 8

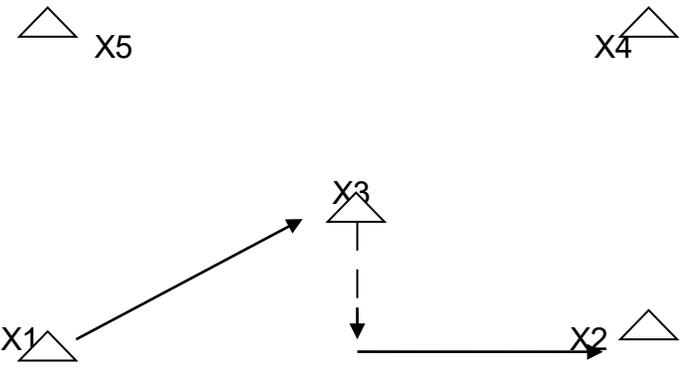
Program Latihan Kelompok Demonstrasi Bermain dan Bermain Demonstrasi

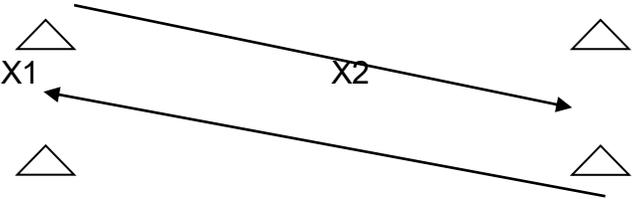
PELAKSANAAN	KETERANGAN
<ul style="list-style-type: none"> • PEMBUKA <ul style="list-style-type: none"> - Doa - Warming up • INTI <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan drill passing support • PENUTUP <ul style="list-style-type: none"> - Cooling down - Doa 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemain melakukan warming up dengan jogging 10 menit dan sretching • Exsercise <p>X1 passing dan supportke X2, X2 back pass ke X1 lalu support ke X3 dan X1 passing ke X3, X3 back pass ke X2 lalu support ke X4, X2 passing ke X4</p> <ul style="list-style-type: none"> • Equipment <ul style="list-style-type: none"> - Cone 4 buah - Bola 1 buah - Lebar lapangan 10x5 meter <p>→ = passing - - - = backpass △ = marker</p> <p>Catatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diberikan contoh gerakan part- part (bagian-bagian) - Kemudian diberikan contoh langsung bermain atau keseluruhan

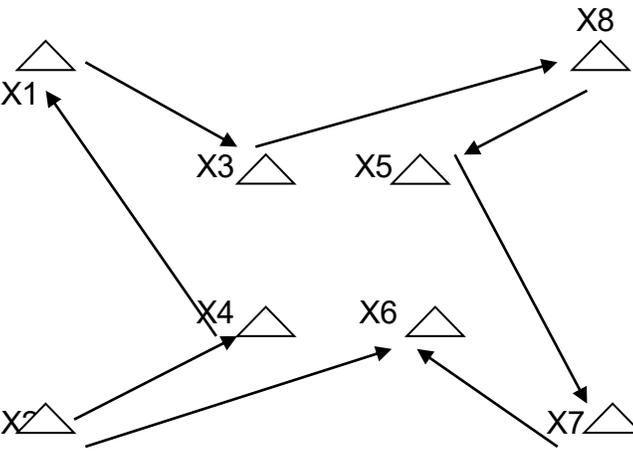
PELAKSANAAN	KETERANGAN
<ul style="list-style-type: none"> • PEMBUKA <ul style="list-style-type: none"> - Doa - Warming up • INTI <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan drill passing & back pass • PENUTUP <ul style="list-style-type: none"> - Cooling down - Doa 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemain melakukan warming up dengan jogging 10 menit dan stretching • Exercise <p>X1 passing ke X2, X2 Backpass ke X1, X1 passing ke X3, dan begitu seterusnya</p> • Equipment <ul style="list-style-type: none"> - Cone 4 buah - Bola 1 buah → = passing - - = backpass △ marker Catatan : <ul style="list-style-type: none"> - Diberikan contoh gerakan part- part (bagian-bagian) - Kemudian diberikan contoh langsung bermain atau keseluruhan

PELAKSANAAN	KETERANGAN
<ul style="list-style-type: none"> • PEMBUKA <ul style="list-style-type: none"> - Doa - Warming up • INTI <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan drill passing , back pass& support • PENUTUP <ul style="list-style-type: none"> - Cooling down - Doa 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemain melakukan warming up dengan permainan 10 menit dan sretching • Exsercise <p>X1 passing ke X3, X3 back pass ke X2, X2 passing ke X4, X4 passing ke X1</p> • Equipment <ul style="list-style-type: none"> - Cone 4 buah - Bola 1buah → = passing - - - = backpass △ marker Catatan : <ul style="list-style-type: none"> - Diberikan contoh gerakan part- part (bagian-bagian) - Kemudian diberikan contoh langsung bermain atau keseluruhan

PELAKSANAAN	KETERANGAN
<ul style="list-style-type: none"> • PEMBUKA <ul style="list-style-type: none"> - Doa - Warming up • INTI <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan drill wall pass • PENUTUP <ul style="list-style-type: none"> - Cooling down - Doa 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemain melakukan warming up dengan jogging 10 menit dan sretching • Exsercise <p>X2 passing ke X1, X1 passing ke X3, X3 passing ke X2 lalu X2 passing ke X5, dan X5, X4,X6 melakukan sebaliknya.</p> • Equiptment <ul style="list-style-type: none"> - Cone 6 buah - Bola 2 buah → = passing △ marker Catatan : <ul style="list-style-type: none"> - Diberikan contoh gerakan part- part (bagian-bagian) - Kemudian diberikan contoh langsung bermain atau keseluruhan

PELAKSANAAN	KETERANGAN
<ul style="list-style-type: none"> • PEMBUKA <ul style="list-style-type: none"> - Doa - Warming up • INTI <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan drill wall pass & support • PENUTUP <ul style="list-style-type: none"> - Cooling down - Doa 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemain melakukan warming up dengan jogging 10 menit dan sretching • Exsercise <p>X1 passing ke X3, X3 backpass diantara , kemudian X1 support dan passing ke X2, selanjutnya melakukan gerakan yang sama</p> <ul style="list-style-type: none"> • Equipment <ul style="list-style-type: none"> - Cone buah - Bola 1buah <p>→ = passing</p> <p>- - - = backpass</p> <p> marker</p> <p>Catatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diberikan contoh gerakan part- part (bagian-bagian) - Kemudian diberikan contoh langsung bermain atau keseluruhan

PELAKSANAAN	KETERANGAN
<ul style="list-style-type: none"> • PEMBUKA <ul style="list-style-type: none"> - Doa - Warming up • INTI <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan drill accuracy passing • PENUTUP <ul style="list-style-type: none"> - Cooling down - Doa 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemain melakukan warming up dengan jogging 10 menit dan sretching • Exsercise <p>X1 passing diantara marker, X2 terima bola dibelakang marker kemudian kontrol bola kesamping marker dan passing kembali ke X1 diantara marke</p> <ul style="list-style-type: none"> • Equipment <ul style="list-style-type: none"> - Cone 5 buah - Bola 1 buah <p>→ = passing</p> <p>△ marker</p> <p>Catatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diberikan contoh gerakan part- part (bagian-bagian) - Kemudian diberikan contoh langsung bermain atau keseluruhan

PELAKSANAAN	KETERANGAN
<ul style="list-style-type: none"> • PEMBUKA <ul style="list-style-type: none"> - Doa - Warming up • INTI <div style="text-align: center;">  <pre> graph TD X1 --> X3 X3 --> X8 X8 --> X5 X5 --> X7 X7 --> X6 X6 --> X4 X4 --> X2 X2 --> X1 </pre> </div> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan drill passing & pandangan pemain • PENUTUP <ul style="list-style-type: none"> - Cooling down - Doa 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemain melakukan warming up dengan jogging 10 menit dan sretching • Exsercise <p>X1 passing ke X3 kemudian X3 passing ke X8, pemain yang lain mengikuti gerakan yang sama secara serentak</p> <ul style="list-style-type: none"> • Equipment <ul style="list-style-type: none"> - Cone 8buah - Bola 4buah <p>→ = passing</p> <p>△ marker</p> <p>Catatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diberikan contoh gerakan part- part (bagian-bagian) - Kemudian diberikan contoh langsung bermain atau keseluruhan

