**RINGKASAN**

**ABDUL HALIM**, **Meningkatkan Teknik *Long Passing High Ball* Melalui Metode Latihan Sepakbola Kepada Anggota Klub Sepakbola Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2014. Skripsi : Jakarta : Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Olahraga Prestasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Januari 2015.**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik *long passing high ball* melalui metode latihan sepakbola kepada anggota Klub Sepakbola Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2014.

Pengambilan data dilaksanakan di Stadion Pulo Mas (lapangan Don bosco) Jakarta Timur pada tanggal 16 – 29 Desember 2014. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan (*Action Research*), yaitu dengan memberikan perlakuan khusus kepada atlet untuk meningkatkan teknik *long passing high ball* kepada Anggota Klub Sepakbola Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2014. Instrumen penelitian yang digunakan berupa blangko, dengan indikator: gerakan persiapan, pelaksanaan, dan gerakan lanjutan, serta akurasi *long passing high ball.*

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diperoleh kesimpulan yaitu dengan penelitian *Action Research* melalui metode latihan sepakbola yaitu latihan teknik, latihan skill, latihan *small sided games* dan 11v11 dapat meningkatkan teknik *long passing high ball* kepada anggota Klub Sepakbola Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2014, dengan satu siklus penelitian tindakan. Dari 20 atlet yang mengikuti tes awal dengan hasil rata-rata 7,7, setelah diberi tindakan melalui metode latihan sepakbola mendapatkan hasil tes akhir dengan nilai rata-rata 9, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode ini dapat meningkatkan keterampilan *long passing* anggota Klub Sepakbola Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2014.