

**PENGARUH *FEEDBACK* DAN MOTIVASI LATIHAN TERHADAP
KETERAMPILAN *PASSING CONTROL* SEPAK BOLA**



RACHMAT RAMADHAN MAULANA
7216168359

Tesis Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Untuk Memperoleh Gelar Magister

PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2020

EFFECT OF FEEDBACK AND EXERCISE MOTIVATION ON SKILL PASSENGER CONTROL SKILLS SOCCER

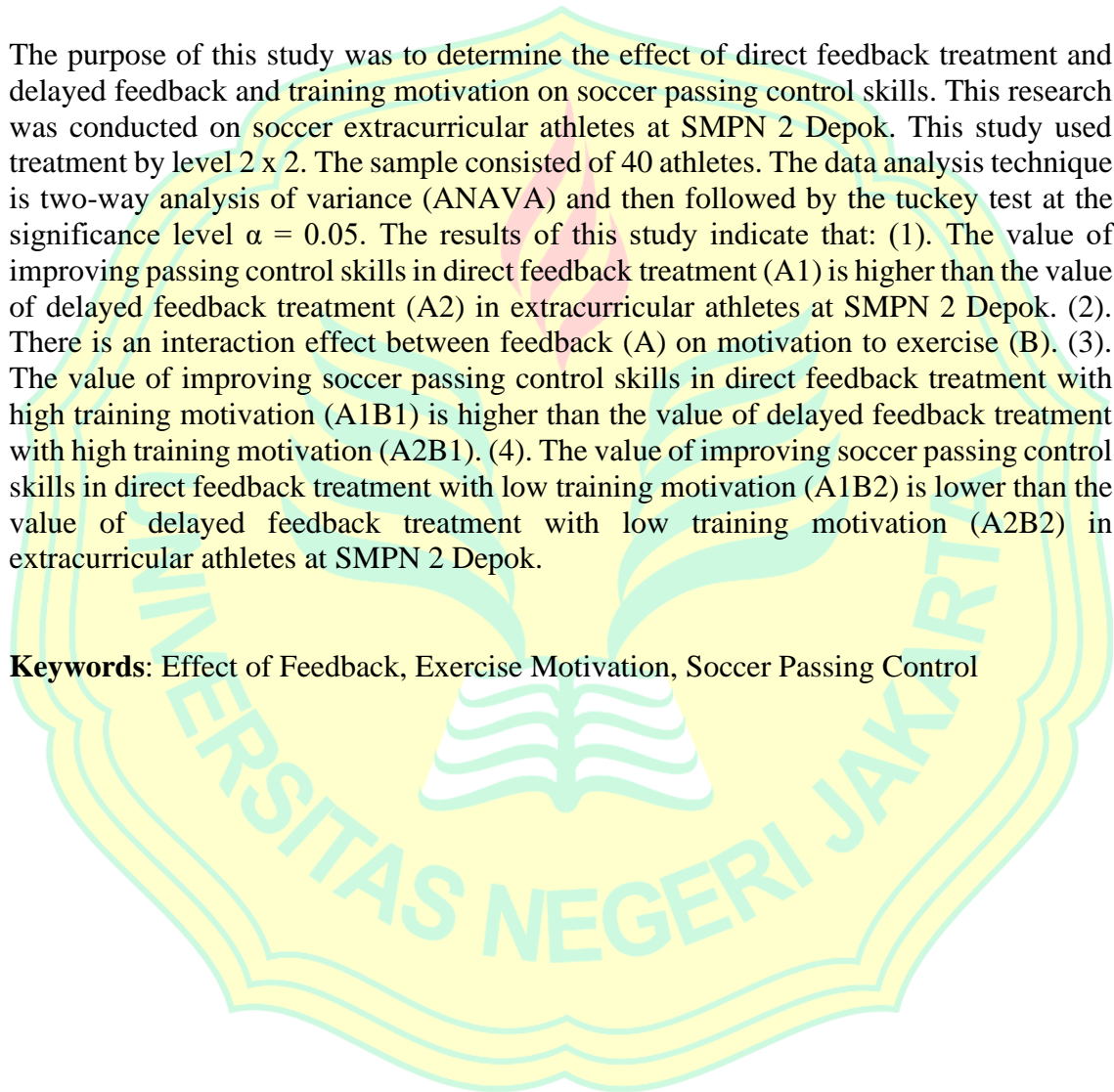
Rachmat Ramadhan Maulana

rachmatramadhan427@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of direct feedback treatment and delayed feedback and training motivation on soccer passing control skills. This research was conducted on soccer extracurricular athletes at SMPN 2 Depok. This study used treatment by level 2 x 2. The sample consisted of 40 athletes. The data analysis technique is two-way analysis of variance (ANAVA) and then followed by the tuckey test at the significance level $\alpha = 0.05$. The results of this study indicate that: (1). The value of improving passing control skills in direct feedback treatment (A1) is higher than the value of delayed feedback treatment (A2) in extracurricular athletes at SMPN 2 Depok. (2). There is an interaction effect between feedback (A) on motivation to exercise (B). (3). The value of improving soccer passing control skills in direct feedback treatment with high training motivation (A1B1) is higher than the value of delayed feedback treatment with high training motivation (A2B1). (4). The value of improving soccer passing control skills in direct feedback treatment with low training motivation (A1B2) is lower than the value of delayed feedback treatment with low training motivation (A2B2) in extracurricular athletes at SMPN 2 Depok.

Keywords: Effect of Feedback, Exercise Motivation, Soccer Passing Control



PENGARUH *FEEDBACK* DAN MOTIVASI LATIHAN TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING CONTROL* SEPAK BOLA

Rachmat Ramadhan Maulana

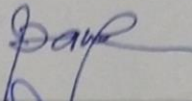
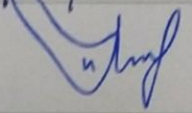
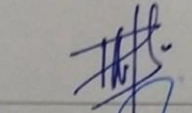
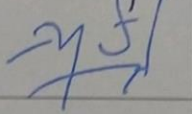
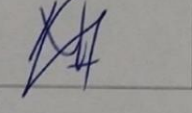
rachmatramadhan427@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari perlakuan *feedback* langsung dan *feedback* tertunda serta motivasi latihan terhadap keterampilan *passing control* sepak bola. Penelitian ini dilakukan pada atlet ekstrakurikuler sepak bola SMPN 2 Depok. Penelitian ini menggunakan treatment by level 2 x 2. Sampel terdiri dari 40 atlet. Teknis analisis data adalah analisis varians dua jalur (ANOVA) dan selanjutnya dilanjutkan dengan uji *tuckey* pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : (1). Nilai peningkatan keterampilan *passing control* pada perlakuan *feedback* langsung (A_1) lebih tinggi dari nilai perlakuan *feedback* tertunda (A_2) pada atlet ekstrakurikuler SMPN 2 Depok. (2). Terdapat pengaruh interaksi antara *feedback* (A) terhadap motivasi Latihan (B). (3). Nilai peningkatan keterampilan *passing control* sepak bola pada perlakuan *feedback* langsung dengan motivasi latihan tinggi (A_1B_1) lebih tinggi dari nilai perlakuan *feedback* tertunda dengan motivasi latihan tinggi (A_2B_1). (4). Nilai peningkatan keterampilan *passing control* sepak bola pada perlakuan *feedback* langsung dengan motivasi latihan rendah (A_1B_2) lebih rendah dari nilai perlakuan *feedback* tertunda dengan motivasi latihan rendah (A_2B_2) pada atlet ekstrakurikuler SMPN 2 Depok.

Kata kunci: Pengaruh *Feedback* , Motivasi Latihan, *Passing Control* Sepak Bola

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN
ATAS HASIL PERBAIKAN UJIAN TESIS**

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or (Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga)		18/2020. /8
2	Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd (Pembimbing I)		16-8-2020
3	Dr. Taufik Rihatno (Pembimbing II)		17-8-2020
4	Dr. Yasep Setiakamawijaya, M.Kes (Penguji)		13-8-2020
5	Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd (Penguji)		13-8-2020
Nama : Rachmat Ramadhan Maulana			
No. Registrasi : 7216168359			
Angkatan : 2016/2017			

PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER

Pembimbing I



Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd

Tanggal : 16-8-2020

Pembimbing II



Dr. Taufik Rihatno

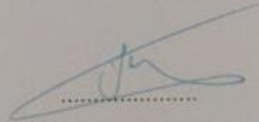
Tanggal : 17-8-2020

Nama

Tanda Tangan

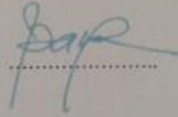
Tanggal

Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd
(Ketua)¹



19-8-2020

Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or
(Sekretaris)²



18/8 2020

Nama : Rachmat Ramadhan Maulana
No. Registrasi : 7216168359
Tahun Lulus :

1. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Prodi Pendidikan Olahraga S2 Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister dari Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Jakarta, 19 Agustus 2020



Rachmat Ramadhan Maulana



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rachmat Ramadhan Maulana
NIM : 721 616 8359
Fakultas/Prodi : Pendidikan Olahraga
Alamat email : rachmatramadhan427@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Feedback dan Motivasi Latihan Terhadap Keterampilan Passing Control Sepak Bola

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 2 September 2020

Penulis

(Rachmat Ramadhan, M)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul **“Pengaruh Feedback Dan Motivasi Latihan Terhadap Hasil Keterampilan *Passing Control* Sepak Bola.”** Shalawat serta salam semoga selalu terlimpah kepada junjungan kaum muslim Rasulullah SAW. Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program Magister Pendidikan Olahraga di Universitas Negeri Jakarta.

Terselesaikannya proposal tesis ini tidak terlepas dari dukungan moril maupun materiil dari berbagai pihak. Oleh karena itu ucapan terima kasih disampaikan kepada : yang pertama Prof. Dr. Nadiroh M.Pd selaku Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah memeberikan ijin untuk melakukan penelitian ini, Kepada Dr. Ramdan Pelana S.Or. M.Or, selaku ketua program studi dan Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan dan masukan yang bermanfaat demi perbaikan tesis ini, kepada Dr. Taufik Rihatno, selaku pembimbing II yang telah memberikan saran-saran dan arahan dalam penyusunan tesis ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan tesis ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk dijadikan acuan pada penelitian di masa yang akan datang. Penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya. Amien.

Jakarta, 19 Agustus 2020

Penulis,

Rachmat Ramadhan Maulana
7216168359

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Kegunaan Penelitian	11

BAB II KAJIAN TEORITIK

A. Deskripsi Konseptual.....	12
1. Latihan <i>passing control</i> sepakbola	12
a) Latihan	12
b) Prinsip – prinsip latihan	19
c) Variabel – Variabel Latihan.....	21
d) Keterampilan.....	24
2. Tehnik dasar <i>Passing</i> Sepakbola	26
3. Tehnik dasar <i>Control</i> sepakbola	29
4. Feedback (Umpan Balik).....	31
5. Motivasi Latihan.....	38
B. Hasil Penelitian Yang Relevan.....	45
C. Kerangka Teoritik.....	47
1. Perbedaan <i>Feedback</i> Langsung dan <i>feedback</i> tertunda terhadap hasil keterampilan <i>passing control</i> dalam sepakbola secara keseluruhan.....	47
2. Terdapat interaksi antara <i>feedback</i> dan motivasi latihan terhadap hasil keterampilan <i>passing control</i>	49
3. Terdapat perbedaan antara <i>feedback</i> langsung dan <i>feedback</i> tertunda terhadap hasil keterampilan <i>passing control</i> bagi atlet yang mempunyai motivasi latihan tinggi.....	50
4. Terdapat Perbedaan antara <i>feedback</i> langsung dengan <i>feedback</i> tertunda terhadap hasil keterampilan <i>passing control</i> bagi siswa yang mempunyai motivasi latihan rendah	51
D. Hipotesis Penelitian	52

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian.....	54
B. Tempat dan Waktu Penelitian	54
C. Metode Penelitian	55
1. Validitas Internal	57
2. Validitas Eksternal.....	57
D. Populasi dan Sampel.....	57
1. Populasi Penelitian	57
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	58
E. Teknik Pengumpulan Data	60
1. Tes keterampilan <i>Passing control</i>	60
2. Test Motivasi Latihan.....	64
F. Teknik Analisis data	68
G. Hipotesis Statistik.....	68

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	70
B. Pengujian Persyaratan Analisis	84
1. Uji Normalitas	84
2. Uji Homogenitas.....	86
C. Pengujian Hipotesis	87
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	91

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	96
B. Implikasi	96
C. Saran	99

DAFTAR PUSTAKA	100
-----------------------------	------------

LAMPIRAN.....	104
----------------------	------------

RIWAYAT HIDUP	181
----------------------------	------------

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	Desain Penelitian Rancangan <i>Treatatment</i> By Level 2 x 2	55
Tabel 3.2.	Pengelompokan Sampel Eksperimen.....	58
Tabel 3.3	Kisi-Kisi Motivasi Latihan	64
Tabel 4.1.	Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola Ekstrakurikuler Sepak Bola Smp Negeri 2 Depok Kelompok <i>Feedback</i> Langsung	71
Tabel 4.2.	Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola Ekstrakurikuler Sepak Bola Smp Negeri 2 Depok Kelompok <i>Feedback</i> Tertunda	71
Tabel 4.3.	Kelompok Perlakuan <i>Feedback</i> Langsung Motivasi Tinggi	72
Tabel 4.4.	Kelompok Perlakuan <i>Feedback</i> Langsung Motivasi Rendah	72
Tabel 4.5.	Kelompok Perlakuan <i>Feedback</i> Tertunda Motivasi Tinggi	72
Tabel 4.6.	Kelompok Perlakuan <i>Feedback</i> Tertunda Rendah	73
Tabel 4.7.	Rangkuman Data Hasil Penelitian	74
Tabel 4.8.	Distribusi frekuensi skor Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola pada Kelompok <i>Feedback</i> Langsung (A ₁)	74
Tabel 4.9.	Distribusi frekuensi skor Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola pada Kelompok <i>Feedback</i> Tertunda (A ₂).....	75
Tabel 4.10.	Distribusi frekuensi skor keterampilan Motivasi Latihan pada Kelompok <i>Feedback</i> Langsung (B ₁)	76
Tabel 4.11.	Distribusi frekuensi skor Motivasi Latihan pada Kelompok <i>Feedback</i> Tertunda (B ₂).....	78
Tabel 4.12.	Distribusi frekuensi skor Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola pada Kelompok <i>Feedback</i> Langsung yang memiliki Motivasi Latihan Tinggi (A ₁ B ₁)	79
Tabel 4.13.	Distribusi frekuensi skor Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola pada Kelompok <i>Feedback</i> Tertunda yang memiliki Motivasi Latihan Tinggi (A ₂ B ₁).....	80
Tabel 4.14.	Distribusi frekuensi skor Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola pada Kelompok <i>Feedback</i> Langsung yang memiliki Motivasi Latihan Rendah (A ₁ B ₂).....	82
Tabel 4.15.	Distribusi frekuensi skor Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola pada Kelompok <i>Feedback</i> Tertunda yang memiliki Motivasi Latihan Rendah (A ₂ B ₂)	83
Tabel 4.16.	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Sampel.....	85
Tabel 4.17.	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Varians Keempat Kelompok Rancangan Penelitian.....	86

Tabel 4.18.	Ringkasan hasil perhitungan Anava skor Keterampilan <i>Passing Control</i> Sepak Bola pada taraf $\alpha = 0,05$	87
Tabel 4.19.	Rangkuman hasil uji lanjut Tuckey keterampilan <i>passing control</i> sepakbola pada taraf $\alpha = 0,05$	88
Tabel 4.20.	Perbandingan keterampilan <i>Passing Control</i> Sepakbola antara <i>Feedback</i> Langsung dan <i>Feedback</i> Tertunda pada Kelompok yang memiliki Motivasi Tinggi	89
Tabel 4.21.	Perbandingan keterampilan <i>Passing Control</i> Sepakbola antara <i>Feedback</i> Langsung dan <i>Feedback</i> Tertunda pada Kelompok yang memiliki Motivasi Rendah.....	90



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Cara passing menggunakan kaki bagian dalam.....	28
Gambar 2.2 cara menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam	29
Gambar 2.3 Cara menghentikan bola menggunakan kaki bagian luar.....	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tahapan Kegiatan Penelitian	104
Lampiran 2 Surat Keterangan Validasi Ahli	105
Lampiran 3 Program Latihan Mikro (eksperimen)	111
Lampiran 4 Angket motivasi Latihan setelah ujicoba.....	132
Lampiran 5 Foto – foto penelitian	170
Lampiran 10 Surat-Surat Penelitian	179

