



## PERBEDAAN PENGARUH BERMAIN FOOTGOLF TERHADAP PENINGKATAN AKURASI SHORT PASSING PADA SEPAKBOLA

Yuliska Surya Wibowo<sup>1</sup>, Nanang Indardi<sup>2</sup>

Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima April 2014  
Disetujui Mei 2014  
Dipublikasikan Juni 2014

*Keywords:*  
play footgolf;  
increased the accuracy of short passing;  
soccer;

### Abstrak

**Tujuan:** Untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan pengaruh bermain *footgolf* terhadap peningkatan akurasi *short passing* pada sepakbola SSB SKB Pandawa Salatiga. **Metode:** Desain dalam penelitian ini menggunakan *pre-test and post-test one group design* dan bersifat eksperimental. Populasi penelitian ini yaitu pemain sepakbola SSB SKB Pandawa Salatiga ( $N=110$ ,  $n=16$ ), teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampel*. Variabel bebas penelitian ini adalah bermain *footgolf*, variabel terikat adalah akurasi *short passing* pada sepakbola. Teknik pengumpulan datanya menggunakan tes akurasi *short passing* sepakbola Sukatamsi. Instrumen penelitian menggunakan bola sepak, alat ukur, tiang pancang, dan peluit. Teknik analisis data menggunakan analisis uji statistik *t-test*. **Hasil:** *Pre-test* akurasi *short passing* nilai tertingginya 8,00, nilai terendahnya 1,00, nilai totalnya 78,00 dengan rata-rata 4,88 dan hasil dari *post-test* yang diperoleh nilai tertingginya 10,00, nilai terendahnya 4,00, nilai total 117,00 dan rata-ratanya 7,31. Dengan demikian mean tes akhir sebesar 7,31 > dari mean tes awal sebesar 4,88, yang berarti diperoleh selisih perbedaan sebesar 2,44, Pada taraf kesalahan  $\alpha = 5\%$  dengan derajat kebebasan  $db = 16 - 1 = 15$  diperoleh t tabel sebesar 2,131 dan t hitung -7,36. Berdasarkan data yang telah didapatkan dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak, karena  $-2,131 > -7,63$  atau  $7,63 > 2,131$ , jadi  $H_1$  diterima. **Simpulan:** Ada perbedaan pengaruh bermain *footgolf* terhadap peningkatan akurasi *short passing* sepak bola pada SSB SKB Pandawa Salatiga. **Saran:** Permainan *footgolf* dapat digunakan pelatih sepakbola untuk meningkatkan akurasi *short passing* para pemain sepakbola

### Abstract

**Purpose:** To determine whether there is difference in the effect of playing *footgolf* to increased accuracy in the *short passing* football SKB SSB Pandawa Salatiga. **Methods:** This is experimental study, *pre-test and post-test one group design* was used in this study. Population in this study is football player SKB Pandawa Salatiga SSB ( $N=110$ ,  $n=16$ ), the sampling technique used *purposive sampling technique*. The independent variable of this study was to play *footgolf*, the dependent variable is the accuracy of *short passing* on sepakbola. *Short passing accuracy sukatamsi test* had used in data collection. The research instrument used soccer balls, measuring instruments, piling, and whistles. Data were analyzed using statistical test analysis *t-test*. **Results:** *Pre-test* the accuracy of *short passing* its highest value 8.00, its lowest value of 1.00, the total value of 78.00 with an average of 4.88, and the results of the *post-test* which obtained the highest value 10.00, its lowest value of 4.00, the total value of 117.00 and the average is 7.31. Thus mean final test at 7.31 > from the mean initial test of 4.88, which means the difference obtained by the difference of 2.44, At error level  $\alpha = 5\%$  with degrees of freedom  $db = 16 - 1 = 15$  obtained t table of 2.131 and t -7.36. Based on the data that has been obtained we can conclude that  $H_0$  is rejected, because  $-2.131 > -7.63$  or  $7.63 > 2.131$ , so  $H_1$  accepted. **Conclusion:** There are differences in the effect of playing *footgolf* to increase the accuracy of *short-passing* football on SSB SKB Pandawa Salatiga. **Suggestion:** The game of football coach *footgolf* can be used to improve the accuracy of *short-passing* football players.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:  
Gedung F1 Lantai 3 FIK Unnes  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229  
E-mail: Syuliska@yahoo.com

ISSN 2252-6528

## PENDAHULUAN

Sepakbola adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain, dan seorang diantaranya adalah penjaga gawang. Masing-masing regu harus berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukan. Suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut dapat memasukan bola terbanyak ke gawang lawannya, dan apabila skor sama, maka permainan dinyatakan seri (Sucipto, 2000:7). Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi sepakbola adalah penguasaan teknik dasar bermain sepakbola. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik dasar sepakbola tidak akan pernah menjadi pemain yang cakap dalam bermain sepakbola. Pengertian dapat bermain sepakbola belum tentu pandai bermain sepakbola, untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang setinggi-tingginya (Sukatamsi, 1985:11).

Salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang wajib dikuasai adalah menendang bola (*kicking*). Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepakbola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik, akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (*passing*), menembak ke gawang (*shooting at the goal*), dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan (*sweeping*) (Sucipto, 2000:17). Salah satu teknik dasar bermain sepakbola yang wajib di kuasai adalah *passing*. Seorang pemain sepakbola tidak bisa melakukan *passing* maka pemain tersebut tidak akan bisa bermain sebagai pemain sepakbola profesional. *Passing* sendiri dapat membantu seorang pemain yang tidak mempunyai *skill* individual yang baik. Teknik *passing* yang baik dapat berguna untuk meningkatkan kerjasama sebuah tim untuk mencetak gol kegawang lawan.

*Footgolf* adalah gabungan antara dua olahraga yaitu sepakbola dan golf. Tujuan utama dari permainan *footgolf* adalah memasukan bola dari *teeing ground* ke dalam

lubang yang kurang lebih berjarak 50 meter dengan melakukan jumlah tendangan sesedikit mungkin. Bermain *footgolf* sangat membutuhkan konsentrasi dan akurasi yang tinggi dalam menendang bola agar pemain dapat memasukan bola kedalam lubang dengan jumlah tendangan sesedikit mungkin agar memenangi pertandingan (*Footgolf Rulebook*, 2014:6).

Sepakbola dan *footgolf* memiliki kesamaan teknik yang dipakai yaitu menendang bola. Menendang bola sangat membutuhkan akurasi atau ketepatan untuk mengenai target atau sasaran yang akan dituju. Dalam olahraga *footgolf*, menendang bola dengan tingkat akurasi yang tinggi sangat berguna bagi pemain untuk memasukan bola kedalam lubang sasaran dan untuk memenangkan pertandingan. Dalam olahraga sepakbola, menendang bola adalah gerakan yang paling dominan dan paling sering digunakan.

Kurang majunya prestasi sepakbola Indonesia membuat para pecinta sepakbola Indonesia menjadi prihatin. Dengan keinginan untuk ikut serta mengembangkan persepakbolaan di Indonesia khususnya di kota Salatiga, maka didirikanlah sebuah sekolah sepakbola yang bernama SSB SKB Pandawa Salatiga. SSB SKB Pandawa Salatiga berlokasi di jalan Veteran No.45 Salatiga. Lapangan yang digunakan untuk berlatih adalah lapangan sepakbola Kompleks Militer Bataliyon 411 Salatiga. Adapun jadwal latihannya adalah pada hari Rabu dan Jum'at yang dimulai pada pukul 15.00-17.00 WIB, sedangkan pada hari Minggu dimulai pada pukul 07.00-09.00 WIB.

Kemampuan akurasi *short passing* para pemain SSB SKB Pandawa Salatiga cukup bervariasi antara satu dengan yang lain. *Short passing* sendiri adalah teknik dasar yang wajib dikuasai setiap pemain sepakbola. Butuh sentuhan untuk meningkatkan kemampuan akurasi *short passing* para pemain SSB SKB Pandawa Salatiga.

Variasi latihan yang digunakan untuk melatih akurasi *short passing* banyak dan beragam. Maka peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh Bermain Footgolf Terhadap

Peningkatan Akurasi *Short Passing* Pada Sepakbola”.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-test dan post-test one group design* dan penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan pengaruh bermain *footgolf* terhadap peningkatan akurasi *short passing* pada sepakbola SSB SKB Pandawa Salatiga. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB SKB Pandawa pemain yang berjumlah 110, kemudian diambil 16 pemain sebagai sampel. Teknik penarikan sampelnya menggunakan teknik *purposive sampel*. Variabel bebas penelitian ini adalah bermain *footgolf*, variabel terikat adalah akurasi *short passing* pada sepakbola. Teknik pengumpulan datanya menggunakan tes akurasi *short passing* sepakbola. Instrumen penelitian menggunakan bola sepak, alat ukur, tiang pancang, dan peluit. Teknik analisis data menggunakan analisis uji statistik *t-test*.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini berlangsung dari tanggal 16 Mei 2014 s/d 20 Juni 2014. Dari data yang terkumpul, data-data tersebut dianalisis dengan rumus *t-test* dengan pola *one group pre-test post-test design*.

Tes akurasi *short passing* pada pemain sepakbola SSB SKB Pandawa Salatiga yang sampelnya berjumlah 16 orang dengan hasil yang didapat pada saat *pre-test* yang dilakukan pada 16 Mei 2014 diperoleh, nilai tertingginya 8,00, nilai terendahnya 1,00, nilai totalnya 78,00 dengan rata-rata 4,88 dan hasil dari *post-test* yang dilakukan pada 20 Juni 2014 diperoleh nilai tertingginya 10,00, nilai terendahnya 4,00, nilai total 117,00 dan rata-ratanya 7,31.

Berdasarkan data pada tabel diperoleh gambaran bahwa rata-rata skor kemampuan akurasi *short passing* pemain SSB SKB Pandawa Salatiga sebelum mendapatkan *treatment* atau perlakuan adalah 4,88 sedangkan setelah mendapatkan perlakuan atau *treatment*, rata-rata kemampuan akurasi *short passing* pemain SSB

SKB Pandawa Salatiga meningkat menjadi 7,31. Dilihat dari perolehan rata-rata kemampuan akurasi *short passing* antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan atau *treatment* tersebut menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan atau *treatment* yang berupa latihan bermain *footgolf*, dari *sample* peningkatan nilai sebesar 2,44.

Berdasarkan hasil penelitian dari pengaruh bermain *footgolf* terhadap peningkatan akurasi *short passing* pada sepakbola yang sudah dilakukan, menunjukkan nilai *t* hitung sebesar -7,63. Uji keberartian *t-test* tersebut dilakukan dengan cara mengkonsultasikan harga *t* hitung dengan *t* tabel. Pada taraf kesalahan  $\alpha = 5\%$  dengan derajat kebebasan  $db = 16 - 1 = 15$  diperoleh *t* tabel sebesar 2,131 dan *t* hitung -7,63. Berdasarkan data yang telah didapatkan dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak, karena  $-2,131 > -7,63$  atau  $7,63 > 2,131$ , jadi  $H_1$  diterima. Maka ada perbedaan pengaruh bermain *footgolf* terhadap peningkatan akurasi *short passing* sepak bola pada SSB SKB Pandawa Salatiga.

Tujuan utama dari permainan *footgolf* adalah memasukan bola dari *teeing ground* ke dalam lubang yang kurang lebih berjarak 50 meter dengan melakukan jumlah tendangan sesedikit mungkin. Bermain *footgolf* sangat membutuhkan konsentrasi dan akurasi yang tinggi dalam menendang bola agar pemain dapat memasukan bola kedalam lubang dengan jumlah tendangan sesedikit mungkin agar memenangi pertandingan.

Teknik menendang bola pada permainan *footgolf* dalam pelaksanaannya mempunyai kesamaan dengan teknik menendang bola pada permainan sepakbola, yaitu mempunyai persamaan urutan bagian gerak seperti, posisi siap, gerakan awalan, gerakan menendang, dan gerakan lanjutan sehingga menjadi suatu rangkaian gerakan menendang bola secara utuh.

Menendang bola merupakan salah satu bentuk teknik dasar dalam permainan sepakbola dan *footgolf*. Dengan memahami dan memiliki pengetahuan serta terampil melaksanakan dasar-dasar sepakbola bertujuan untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang

setinggi-tingginya. Untuk dapat bermain sepakbola, penguasaan teknik merupakan suatu keharusan. Untuk menguasai teknik yang tinggi memerlukan latihan yang sungguh-sungguh dan terencana dengan baik. Teknik dasar adalah suatu pondasi dari seseorang untuk dapat bermain sepakbola. Dalam usaha untuk meningkatkan mutu permainan kearah prestasi, maka masalah teknik merupakan salah satu yang ikut menentukan (Sukatamsi, 1985:11)

Untuk dapat melakukan *short passing* dengan baik, seorang pemain harus mengetahui tempat perkenaan bola (*impact*) dan posisi kaki tumpu yang tepat, yaitu kaki tumpu diletakkan disamping bola, kaki tendang diayun dari belakang, perkenaan kaki (daerah batas antara kaki depan dan kaki bagian belakang), tangan direntangkan untuk keseimbangan dan pandangan mata terarah pada bola, setelah menendang diteruskan gerakan kaki mengikuti gerakan tendang (*follow trough*).

Dalam permainan sepakbola banyak hal yang perlu diperhatikan dan dipelajari guna mendukung kemampuan suatu gerakan yang diharapkan, misalnya *short passing*, untuk mencapai tujuan yang diinginkan kaitannya gerakan keterampilan dibutuhkan tiga faktor yang mempengaruhi, yaitu: 1) konsentrasi, 2) *timing*, 3) gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang (banyak latihan).

Konsentrasi adalah keseriusan tentang sesuatu yang akan dilakukan dengan sadar dan mempunyai tujuan yang ingin dicapai. Konsentrasi yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB SKB Pandawa Salatiga dituntut untuk serius dalam melatih akurasi *short passing* agar dapat mengenai sasaran yang dituju.

*Timing* adalah ketepatan seseorang melakukan gerakan antara kesempatan yang ada dan kapan harus melakukannya. Dalam penelitian ini dimaksudkan pemain sepakbola SSB SKB Pandawa Salatiga dituntut untuk melakukan gerakan *short passing* kearah sasaran yang akan dituju dengan waktu yang tepat yang artinya tidak mendahului dan tidak terlambat dalam melakukan *short passing* kearah sasaran yang dituju.

Gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang (banyak latihan) adalah suatu gerakan yang sering diulang-ulang maka dengan sendirinya akan menjadi suatu gerakan yang otomatis. Dalam penelitian ini dimaksudkan agar pemain sepakbola SSB SKB Pandawa Salatiga agar giat berlatih teknik *short passing* agar dengan seringnya berlatih maka akan menjadikan teknik yang dilatih menjadi gerak otomatis.

Mutu permainan suatu kesebelasan ditentukan oleh penguasaan teknik dasar. Semakin terampil seseorang pemain dengan bola dan semakin mudah pemain tersebut meloloskan diri dari suatu situasi tanpa kehilangan bola, semakin baik pula jalanya permainan tim tersebut. Titik tolak tetap bahwa keterampilan tersebut adalah demi kepentingan tim.

Bermain sepakbola yang baik harus dibekali dengan penguasaan teknik dasar yang baik pula, sehingga seorang pemain sepakbola yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.

## SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh latihan bermain footgolf terhadap peningkatan akurasi *short passing* pada sepakbola SSB SKB Pandawa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rohim. 2008. Bermain Sepak Bola. CV Aneka Ilmu, Semarang.
- Ahmad Atiq. 2013. "Pendekatan Skill Time Tehnik Dasar Passing Sepakbola pada Kelas 1 SD Islamiyah Pontianak". Jurnal Media Ilmu Olahraga. Vol 3/1: 47.
- Christian Collet. 2012. "The Possession Game? A Comparative Analysis of Ball Retention And Team Success in European and International Football". Journal of Sports Sciences. Vol 1/14.
- Clive Gifford. 2007. Keterampilan Sepak Bola. PT Intan Sejati, Klaten.
- Danny Mielke. 2007. Dasar-Dasar Sepakbola. Human Kinetics, United States.
- Federation International FootGolf. 2014. Footgolf Rule Book.

- Gill Harvey. 2004. Teknik Mengoper dan Menembak. Penerjemah. Tim GMS. PT Gapuramitra Sejati.
- Hendri Taufiqurriza. 2012. "Tingkat Kemampuan Dasar Permainan Sepakbola Pada Siswa Sekolah Dasar". *Jurnal of Physical Education, Sport, Health And Recreation* vol 1./7: 22.
- Joseph A. Luxbacher. 2004. Sepakbola. PT.Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Mihri Baris Karaveloğlu Metin Kaya. 2013. "An Investigation On The Effect Of Collaborative Teaching Methods And The Command Method On Learning Football Skills". *International Journal of Studies Sport*. Vol 3/8.
- R Soeyono. 2005. Buku Ajar Keterampilan Sepakbola I. UNNES, Semarang.
- Sucipto. 2000. Sepak Bola. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta.
- Suharsimi Arikunto. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Sukatamsi. 1985. Teknik Dasar Bermain Sepak Bola. Tiga Serangkai, Surakarta .
- Sutrisno Hadi. 2009. Statistik. Andi Offset, Yogyakarta.
- Timo Scheunemann. 2004. Dasar Sepakbola Modern. Dioma, Malang.