

# Keterampilan Teknik *Passing* Sepakbola *Studi Empiris* Pada Siswa Kelas IX

Kurnia Puji Ramdani\*, Eko Sudarmanto, Gatot Jariono

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

\* Correspondence: [a810200081@student.ums.ac.id](mailto:a810200081@student.ums.ac.id)

## Abstract

The main problem in this study is the low level of soccer passing skills among ninth-grade students participating in extracurricular activities. This study aims to analyze the level of soccer passing skills and identify the factors that influence them. The research method uses a descriptive quantitative approach with a survey design through skill tests. The research population consisted of all 30 ninth-grade students participating in soccer extracurricular activities, and all of them were used as samples (total sampling). The instrument used was the Johnson Soccer Test to measure passing skills within 39 seconds. Data analysis was performed using descriptive statistics, including mean, standard deviation, median, mode, and frequency distribution. The results showed that the average passing skill of students was in the Moderate category with a score of 35.50. A total of 8 students (26.67%) achieved the Very Good category, 9 students (30.00%) the Good category, 12 students (40.00%) the Moderate category, and 1 student (3.33%) the Very Poor category. Factors supporting passing skills include internal motivation, teacher support, and competition experience, while inhibiting factors include limited training frequency, monotonous methods, and inadequate facilities. The conclusion of this study is that the majority of students' passing skills are in the moderate category, thus requiring more structured training interventions, increased training frequency, and varied methods.

**Keyword:** Passing; soccer; extracurricular activities; technical skills

## Abstrak

Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah rendahnya keterampilan teknik *passing* sepak bola pada siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat keterampilan teknik *passing* sepak bola serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan desain survei melalui tes keterampilan. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler sepak bola yang berjumlah 30 orang, dan seluruhnya dijadikan sampel (*total sampling*). Instrumen yang digunakan adalah Johnson Soccer Test untuk mengukur keterampilan *passing* dalam waktu 39 detik. Analisis data dilakukan secara statistik deskriptif meliputi mean, standar deviasi, median, modus, serta distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan *passing* siswa berada pada kategori Sedang dengan skor 35,50. Sebanyak 8 siswa (26,67%) mencapai kategori Baik Sekali, 9 siswa (30,00%) kategori Baik, 12 siswa (40,00%) kategori Sedang, dan 1 siswa (3,33%) kategori Kurang Sekali. Faktor pendukung keterampilan *passing* meliputi motivasi internal, dukungan guru, dan pengalaman bertanding, sedangkan faktor penghambatnya adalah frekuensi latihan terbatas, metode monoton, fasilitas kurang memadai. Simpulan penelitian ini adalah keterampilan *passing* siswa mayoritas berada pada kategori Sedang sehingga diperlukan intervensi pelatihan yang lebih terstruktur, peningkatan frekuensi latihan, variasi metode

**Kata kunci:** Passing; sepak bola; ekstrakurikuler; keterampilan teknik

Received: 16 Oktober 2025 | Revised: 5, 6 Januari, 18, 20 Februari 2026

Accepted: 26 April 2026 | Published: 5 Maret 2026



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## Pendahuluan

Sepak bola merupakan olahraga beregu yang sangat populer di seluruh dunia. Data menunjukkan bahwa lebih dari 250 juta pemain aktif tersebar di 200 negara, menjadikannya sebagai cabang olahraga dengan jumlah partisipasi terbesar secara global (Aras, 2021; Bojkowski et al., 2022). Popularitas ini tidak hanya terbatas pada tingkat profesional, tetapi juga merambah ke lingkungan pendidikan, termasuk di tingkat sekolah menengah pertama. Sepak bola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari sebelas pemain inti, dengan tujuan utama mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan sekaligus mencegah gawang sendiri kebobolan (Fajrin et al., 2021).

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), sepak bola didefinisikan sebagai permainan beregu di lapangan yang berlangsung selama 2×45 menit, dengan kemenangan ditentukan oleh selisih gol (KBBI, 2016). Permainan sepak bola menuntut penguasaan berbagai teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik dasar tersebut meliputi menendang bola (*kicking*), menghentikan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), merebut bola (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan gerak tipu (*feinting*) (Kenniadi et al., 2021). Teknik-teknik ini diklasifikasikan ke dalam dua kategori utama, yaitu teknik tanpa bola (seperti berlari, melompat, dan posisi bertahan) dan teknik dengan bola (seperti menendang, mengoper, dan mengontrol bola) (Syaukani et al., 2023).

Penguasaan teknik dasar yang baik akan menentukan efektivitas pemain dalam menjalankan taktik dan strategi selama pertandingan (Utomo & Indarto, 2021). Di antara berbagai teknik dasar tersebut, *passing* atau mengoper bola menempati posisi yang sangat strategis. *Passing* adalah keterampilan memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain dalam satu tim, baik dalam jarak pendek maupun jarak jauh (Wicaksono 2021). *Passing* berfungsi sebagai alat utama dalam membangun serangan, mempertahankan penguasaan bola, serta menciptakan peluang mencetak gol. (Samudra et al., 2024) menegaskan bahwa keterampilan mengoper dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelas pemain ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik daripada bagian-bagiannya.

Dengan kata lain, kualitas *passing* sangat menentukan kohesivitas dan efektivitas permainan tim. Namun demikian, penguasaan teknik *passing* tidak dapat diperoleh secara instan. Diperlukan latihan yang sistematis, berkelanjutan, dan terarah sejak usia dini (Nopizal et al., 2024). Faktor-faktor seperti kondisi fisik, teknik, taktik, dan mentalitas turut berkontribusi terhadap pencapaian keterampilan yang optimal (Nurhidayat et al., 2024). Dalam konteks anak-anak dan remaja, dukungan orang tua juga memegang peranan penting dalam membangun motivasi dan konsistensi berlatih (Fatoni et al., 2022). Selain itu, peran guru atau pelatih dalam menyajikan metode pembelajaran yang inovatif, menarik, dan terencana sangat menentukan tingkat partisipasi aktif serta minat belajar siswa (Jariono & Subekti, 2020).

Motivasi belajar menjadi faktor psikologis yang tidak kalah penting. Menurut (Asrori, 2020:48) menjelaskan bahwa motivasi memiliki tiga fungsi utama dalam pembelajaran, yaitu sebagai pendorong aktivitas, sebagai pengarah tujuan, dan sebagai penyeleksi tindakan. Siswa yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih tekun dalam berlatih, lebih cepat menguasai keterampilan, dan lebih mampu mengatasi hambatan selama proses pembelajaran. Menurut

(Asrori, 2020:54) menambahkan bahwa motivasi juga berfungsi untuk membimbing dan mendukung perilaku manusia dalam mencapai tujuan tertentu. Oleh karena itu, upaya meningkatkan keterampilan *passing* tidak dapat dilepaskan dari upaya membangun motivasi belajar siswa.

Meskipun teknik *passing* telah diajarkan dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di berbagai sekolah, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua siswa mampu menguasainya dengan baik. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada bulan September 2024 di SMP Negeri 1 Jatipuro, ditemukan permasalahan signifikan terkait keterampilan *passing* siswa kelas IX yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola. Dalam sesi latihan yang diamati, sebagian besar siswa menunjukkan kesulitan dalam mengarahkan bola ke target yang dituju. Operan sering kali melenceng, terlalu keras atau terlalu lemah, sehingga mudah dipotong oleh lawan. Bahkan dalam uji coba pertandingan internal, tim kesulitan membangun serangan dari lini belakang karena akurasi *passing* yang rendah.

Akibatnya, bola cepat dikuasai lawan dan peluang mencetak gol menjadi sangat terbatas. Kondisi ini tentu menjadi hambatan dalam pencapaian prestasi tim, terutama saat mengikuti turnamen antar sekolah atau even resmi lainnya. Lebih dari itu, rendahnya keterampilan *passing* juga mencerminkan lemahnya penguasaan teknik dasar yang seharusnya menjadi fondasi utama dalam bermain sepak bola. Jika dibiarkan terus-menerus, maka kualitas permainan siswa tidak akan berkembang secara optimal, dan potensi mereka untuk berprestasi di tingkat yang lebih tinggi akan terhambat. Beberapa faktor diduga menjadi penyebab rendahnya keterampilan *passing* tersebut.

Intensitas latihan yang masih minim, kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Jatipuro hanya dilaksanakan satu hingga dua kali dalam seminggu dengan durasi terbatas. Metode latihan yang digunakan cenderung monoton dan kurang variatif, sehingga siswa cepat merasa bosan dan kurang termotivasi untuk meningkatkan kemampuannya. Kurangnya evaluasi dan umpan balik yang diberikan secara individual kepada siswa, sehingga mereka tidak mengetahui secara pasti kelemahan yang perlu diperbaiki. Faktor eksternal seperti dukungan orang tua dan lingkungan sekitar yang belum sepenuhnya mendukung siswa untuk berlatih secara serius.

Mengingat pentingnya penguasaan teknik *passing* dalam sepak bola serta adanya permasalahan yang ditemukan di lapangan, diperlukan suatu kajian empiris yang dapat menggambarkan secara objektif tingkat keterampilan *passing* siswa. Kajian ini penting dilakukan sebagai dasar untuk merancang program latihan yang lebih tepat sasaran, sekaligus sebagai bahan evaluasi bagi guru dan pelatih dalam meningkatkan kualitas pembinaan sepak bola di sekolah. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam konteks pendidikan jasmani di tingkat sekolah menengah pertama.

Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Jatipuro. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat keterampilan teknik *passing* sepak bola pada siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Jatipuro serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan tersebut. Secara lebih rinci, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan distribusi tingkat keterampilan *passing* siswa berdasarkan kategori tertentu, menganalisis perbedaan

keterampilan *passing* antar individu, dan mengidentifikasi faktor-faktor internal dan eksternal yang berkontribusi terhadap keterampilan *passing* siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan metode latihan yang lebih efektif dan sesuai dengan karakteristik siswa.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif. Desain ini dipilih karena tujuan utama penelitian adalah untuk menggambarkan secara sistematis dan objektif tingkat keterampilan teknik *passing* sepak bola pada siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Jatipuro. Pendekatan yang digunakan adalah metode survei melalui tes keterampilan, di mana data dikumpulkan dengan melakukan pengukuran langsung terhadap kemampuan *passing* siswa tanpa memberikan perlakuan atau intervensi tertentu (Sugiyono, 2021:37). Dengan demikian, penelitian ini bersifat *ex-post facto*, yaitu mengungkap fakta berdasarkan kejadian yang telah berlangsung tanpa ada manipulasi variabel.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Jatipuro yang berjumlah 30 orang. Mengingat jumlah populasi yang relatif kecil, maka seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* atau *sampling jenuh*, di mana semua anggota populasi dilibatkan sebagai subjek penelitian (Sugiyono, 2021:52). Hal ini dilakukan agar data yang diperoleh dapat menggambarkan kondisi secara menyeluruh dan akurat. Penelitian ini merupakan penelitian variabel tunggal, yaitu tingkat keterampilan teknik *passing* sepak bola. Variabel ini didefinisikan sebagai kemampuan siswa dalam melakukan operan bola dengan akurat dan cepat menggunakan kaki bagian dalam, sesuai dengan prosedur tes yang telah ditetapkan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Johnson Soccer Test yang dirancang khusus untuk mengukur keterampilan *passing* dalam sepak bola. Tes ini telah banyak digunakan dalam penelitian-penelitian sebelumnya dan memiliki validitas serta reliabilitas yang teruji. Menurut (Nurhasan, 2008:52), tes ini memiliki koefisien validitas sebesar 0,85 dan reliabilitas sebesar 0,89, sehingga layak digunakan sebagai alat ukur keterampilan *passing*.

Tabel 1. Kategori penilaian tes *passing* sepak bola

| No | Rentang Skor | Kategori      |
|----|--------------|---------------|
| 1  | >42          | Baik Sekali   |
| 2  | 37 – 41      | Baik          |
| 3  | 31 – 36      | Sedang        |
| 4  | 25 – 30      | Kurang        |
| 5  | <24          | Kurang Sekali |

Siswa dikumpulkan dan diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur tes, serta teknis pelaksanaannya. Untuk menghindari cedera, siswa terlebih dahulu melakukan pemanasan selama 10-15 menit yang dipandu oleh peneliti. Pelaksanaan tes dilakukan secara bergilir. Setiap siswa dipanggil satu per satu untuk melakukan tes, sementara siswa lainnya

menunggu di area yang telah disediakan. Dua orang asisten peneliti bertugas sebagai pencatat skor dan pengawas jalannya tes. Pengawasan ketat dilakukan untuk memastikan siswa tidak menginjak atau melewati garis batas saat melakukan *passing*. Seluruh proses tes didokumentasikan melalui catatan tertulis dan foto untuk keperluan verifikasi data.

Teknik analisis data yang diperoleh dari hasil tes dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Langkah-langkah analisis data adalah Statistik Deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan data dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, nilai rata-rata (*mean*), nilai tengah (*median*), nilai yang sering muncul (*modus*), standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum. Rumus yang digunakan untuk menghitung persentase adalah

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

- P = Angka persentase
- F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya
- N = Jumlah responden

Uji prasyarat analisis sebelum dilakukan analisis lebih lanjut, data diuji normalitasnya menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel kurang dari 50. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Taraf signifikansi yang digunakan adalah  $\alpha = 0,05$ . Jika nilai signifikansi  $> 0,05$ , maka data dinyatakan berdistribusi normal. Statistik inferensial untuk mengetahui perbedaan keterampilan *passing* antar kelompok (misalnya berdasarkan posisi bermain atau pengalaman latihan), digunakan uji *One-Way ANOVA* jika data berdistribusi normal dan homogen. Jika data tidak berdistribusi normal, digunakan uji alternatif non-parametrik *Kruskal-Wallis*. Selain itu, untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan *passing*, dilakukan uji korelasi *pearson* atau *spearman* tergantung pada distribusi data. Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik SPSS versi 26 untuk memastikan akurasi dan kemudahan interpretasi hasil.

## Hasil

Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan *passing* menggunakan Johnson Soccer Test, yaitu siswa melakukan *passing* ke tembok sebanyak-banyaknya dalam waktu 39 detik. Hasil tes menunjukkan variasi kemampuan yang cukup lebar antar siswa, sebagaimana tersaji pada tabel 2.

Tabel 2. Statistik deskriptif hasil tes *passing* sepak bola

| Statistik                 | Nilai |
|---------------------------|-------|
| Jumlah Sampel (N)         | 30    |
| Nilai Minimum             | 17    |
| Nilai Maksimum            | 50    |
| Rata-rata ( <i>Mean</i> ) | 35,50 |
| Standar Deviasi           | 8,23  |
| Median                    | 36,50 |



Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa rata-rata skor *passing* siswa adalah 35,50 dengan standar deviasi 8,23. Nilai minimum sebesar 17 dan maksimum 50 menunjukkan rentang skor yang lebar (33 poin), mengindikasikan adanya perbedaan tingkat penguasaan teknik *passing* yang signifikan di antara peserta ekstrakurikuler. Median sebesar 36,50 yang lebih tinggi dari mean menunjukkan bahwa distribusi data cenderung menjulur ke kiri (*negatively skewed*), artinya lebih banyak siswa yang memiliki skor di atas rata-rata. Modus 35 sebagai nilai yang paling sering muncul mengonfirmasi bahwa kelompok terbesar siswa berada pada kategori Sedang. Standar deviasi yang besar (8,23) mencerminkan tingginya variabilitas kemampuan antar siswa.

Jika data berdistribusi normal, maka sekitar 68% siswa memiliki skor dalam rentang 27,27 hingga 43,73, yang mencakup tiga kategori penilaian (Kurang, Sedang, Baik). Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor individual seperti bakat, pengalaman latihan, motivasi, dan dukungan lingkungan berperan penting dalam menentukan keterampilan *passing* siswa. Untuk memudahkan interpretasi, skor hasil tes dikonversikan ke dalam lima kategori berdasarkan norma penilaian Johnson Soccer Test. Distribusi frekuensi dan persentase siswa dalam setiap kategori disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi kategori keterampilan *passing* siswa

| No     | Kategori      | Rentang Skor | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|--------|---------------|--------------|---------------|----------------|
| 1      | Baik Sekali   | >42          | 8             | 26,67          |
| 2      | Baik          | 37 – 41      | 9             | 30,00          |
| 3      | Sedang        | 31 – 36      | 12            | 40,00          |
| 4      | Kurang        | 25 – 30      | 0             | 0,00           |
| 5      | Kurang Sekali | <24          | 1             | 3,33           |
| Jumlah |               |              | 30            | 100            |

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori Sedang, yaitu sebanyak 12 orang (40,00%). Kategori Baik ditempati oleh 9 siswa (30,00%), sedangkan kategori Baik Sekali dicapai oleh 8 siswa (26,67%). Tidak terdapat siswa pada kategori Kurang, namun masih ada 1 siswa (3,33%) yang berada pada kategori Kurang Sekali. Dengan demikian, 26 dari 30 siswa (86,67%) telah mencapai kategori Sedang ke atas, yang mengindikasikan bahwa secara umum keterampilan *passing* siswa cukup baik, meskipun masih memerlukan peningkatan terutama bagi mereka yang berada di kategori Sedang. Jika dibandingkan dengan penelitian (Utomo & Indarto, 2021) di SMP Negeri 3 Sukoharjo yang menemukan rata-rata skor *passing* 33,20, maka rata-rata skor di SMP Negeri 1 Jatipuro (35,50) sedikit lebih tinggi. Namun, jika dibandingkan dengan penelitian (Kenniadi et al., 2021) di SMA Negeri 8 Malinau yang melaporkan 60% siswa berada pada kategori Kurang, kondisi di SMP Negeri 1 Jatipuro relatif lebih baik karena mayoritas siswa telah mencapai kategori Sedang ke atas. Meskipun demikian, penelitian (Wicaksono, 2021) menekankan bahwa penguasaan teknik *passing* yang optimal memerlukan latihan rutin minimal tiga kali per minggu, sementara frekuensi latihan di SMP Negeri 1 Jatipuro baru mencapai satu hingga dua kali per minggu. Hal ini dapat menjadi salah satu penjelasan mengapa sebagian besar siswa masih berada pada kategori Sedang, belum mencapai

Baik atau Baik Sekali secara merata. Untuk memperjelas gambaran distribusi data, berikut disajikan histogram frekuensi skor *passing* siswa.

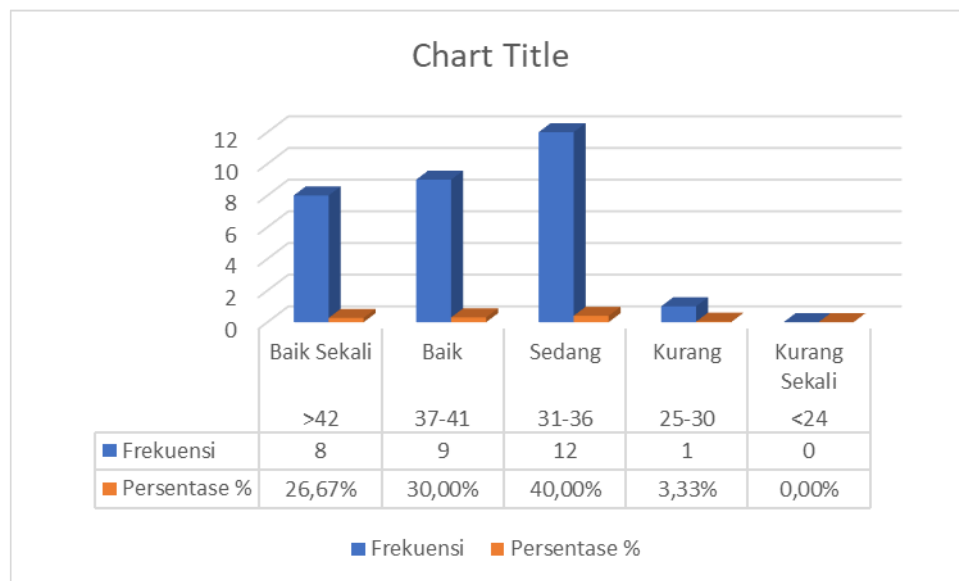


Diagram 1. Histogram distribusi skor *passing* siswa

Histogram di atas menunjukkan sebaran skor *passing* siswa yang cenderung menjulur ke kanan (*positively skewed*), artinya sebagian besar siswa memiliki skor di bawah nilai maksimum. Puncak frekuensi tertinggi berada pada rentang skor 34-38, yang merupakan kategori Sedang hingga Baik. Hal ini mengonfirmasi temuan dalam tabel 3 bahwa mayoritas siswa terkonsentrasi pada kategori tersebut. Beberapa siswa berhasil mencapai skor di atas 45 (kategori Baik Sekali), namun terdapat pula beberapa siswa dengan skor di bawah 25 yang memerlukan perhatian khusus. Bentuk distribusi ini memiliki beberapa makna penting. Konsentrasi siswa pada rentang 34-38 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah menguasai teknik dasar *passing* dengan cukup baik, namun masih membutuhkan latihan untuk mencapai konsistensi dan akurasi yang lebih tinggi.

Keberadaan siswa dengan skor sangat tinggi ( $> 45$ ) membuktikan bahwa potensi untuk mencapai tingkat keterampilan yang unggul sebenarnya ada, sehingga dapat menjadi model atau tutor sebaya bagi siswa lain. Adanya siswa dengan skor sangat rendah ( $< 25$ ) menandakan perlunya intervensi khusus, karena siswa ini berisiko tertinggal jauh jika program latihan hanya dirancang untuk siswa rata-rata. Bentuk distribusi yang tidak simetris sempurna menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang ada belum sepenuhnya berhasil menciptakan pemerataan kemampuan. Untuk melengkapi data kuantitatif, peneliti melakukan observasi selama proses latihan dan wawancara singkat dengan guru pembimbing serta beberapa siswa. Sebagai prasyarat untuk analisis statistik lebih lanjut, dilakukan uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel kurang dari 50. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 3.

Tabel 4. Hasil uji normalitas data *passing* siswa

| Variabel            | Shapiro-Wilk | df | Sig.  | Keterangan |
|---------------------|--------------|----|-------|------------|
| Skor <i>Passing</i> | 0,962        | 30 | 0,342 | Normal     |

Berdasarkan tabel 4, nilai signifikansi (Sig.) sebesar  $0,342 > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data skor *passing* berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas, maka data layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan statistik parametrik jika diperlukan. Secara ringkas, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Rata-rata keterampilan *passing* siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Jatipuro berada pada kategori Sedang dengan skor rata-rata 35,50. Distribusi keterampilan *passing* siswa adalah Baik Sekali (26,67%), Baik (30,00%), Sedang (40,00%), Kurang Sekali (3,33%), dan tidak ada siswa pada kategori Kurang. Perbandingan dengan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa rata-rata skor di SMP Negeri 1 Jatipuro sedikit lebih tinggi dibandingkan penelitian (Utomo & Indarto, 2021) di Sukoharjo (33,20) dan relatif lebih baik dibandingkan penelitian Kenniadi et al. (2021) di Malinau yang melaporkan 60% siswa kategori Kurang.

Faktor pendukung utama adalah motivasi internal siswa, dukungan guru, lingkungan latihan yang kondusif, dan pengalaman bertanding. Faktor penghambat meliputi frekuensi latihan terbatas, metode latihan monoton, keterbatasan fasilitas, dan dukungan orang tua yang belum merata. Data berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat untuk analisis statistik lanjutan. Temuan-temuan ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang kondisi objektif keterampilan *passing* siswa serta faktor-faktor yang melingkupinya, sehingga dapat menjadi dasar yang kuat untuk merumuskan rekomendasi perbaikan program latihan di masa mendatang.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan *passing* siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Jatipuro berada pada kategori Sedang dengan skor rata-rata 35,50. Sebanyak 26,67% siswa mencapai kategori Baik Sekali, 30,00% pada kategori Baik, 40,00% pada kategori Sedang, dan 3,33% pada kategori Kurang Sekali. Temuan ini memunculkan pertanyaan kritis: mengapa hanya seperempat siswa yang mencapai kategori Baik Sekali, sementara sebagian besar masih berada di kategori Sedang? Motivasi merupakan determinan utama dalam keberhasilan penguasaan keterampilan gerak. Menurut (Asrori, 2020:62) menjelaskan bahwa motivasi berfungsi sebagai pendorong, pengarah, dan penyeleksi tindakan dalam pembelajaran.

Dalam konteks penelitian ini, siswa kategori Baik Sekali menunjukkan motivasi intrinsik yang tinggi, tercermin dari kebiasaan berlatih mandiri di luar jadwal ekstrakurikuler. Sebaliknya, siswa kategori Sedang cenderung hanya mengandalkan latihan di sekolah tanpa inisiatif untuk berlatih tambahan. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Jariono & Subekti, 2020) yang menyatakan bahwa motivasi belajar berbanding lurus dengan tingkat penguasaan keterampilan olahraga. Rendahnya motivasi pada sebagian siswa dapat disebabkan oleh kurangnya pemahaman tentang pentingnya *passing* dalam permainan sepak bola, atau karena metode latihan yang kurang menarik sehingga menurunkan minat untuk berlatih sungguh-sungguh.



Observasi selama tes menunjukkan bahwa siswa dengan skor tinggi tampak lebih rileks, percaya diri, dan tidak terpengaruh oleh tekanan waktu. Sebaliknya, siswa dengan skor rendah cenderung tegang, terburu-buru, dan mudah panik saat bola datang dengan kecepatan berbeda. Dalam teori belajar gerak, kepercayaan diri memengaruhi kualitas eksekusi gerakan melalui mekanisme *self-efficacy* (Bandura, 1997:24; Komarudin et al., 2024:59). Siswa yang percaya diri mampu memfokuskan perhatian pada tugas, sementara siswa yang kurang percaya diri cenderung terganggu oleh pikiran negatif yang mengganggu konsentrasi (Nurkia & Sulkifly, 2020). Hal ini menjelaskan mengapa siswa dengan kemampuan teknis sebenarnya cukup baik namun gagal menunjukkan performa optimal saat dites.

Secara alami, setiap siswa memiliki tingkat koordinasi mata-kaki yang berbeda. Beberapa siswa tampak lebih cepat menguasai gerakan *passing* karena faktor bawaan (bakat), sementara yang lain membutuhkan waktu lebih lama. Dalam perspektif teori *Ecological Dynamics*, keterampilan gerak berkembang melalui interaksi antara individu, tugas, dan lingkungan (Davids et al., 2014:94). Siswa dengan bakat alami lebih mampu beradaptasi dengan tuntutan tugas dan lingkungan, sehingga mencapai tahap otonom lebih cepat. Siswa dengan bakat kurang memerlukan latihan lebih intensif dan terstruktur untuk mencapai tingkat yang sama. Latihan ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Jatipuro hanya berlangsung 1-2 kali per minggu dengan durasi 60-90 menit.

Penelitian (Wicaksono, 2021) menekankan bahwa penguasaan teknik *passing* yang optimal memerlukan latihan rutin minimal tiga kali per minggu. Dengan frekuensi yang ada saat ini, siswa hanya memiliki waktu latihan efektif sekitar 120-180 menit per minggu. Jika dibandingkan dengan siswa yang berlatih di SSB dengan frekuensi 4-5 kali per minggu, maka kesenjangan kemampuan menjadi sangat wajar. Hal ini menjelaskan mengapa siswa yang juga aktif di SSB cenderung masuk kategori Baik Sekali, sementara yang hanya mengandalkan ekstrakurikuler sekolah mayoritas berada di kategori Sedang. Berdasarkan observasi, latihan lebih banyak diisi dengan permainan bebas daripada penguatan teknik dasar secara terstruktur.

Penelitian (Nopizal et al., 2024) membuktikan bahwa metode *drill* yang sistematis lebih efektif meningkatkan keterampilan *passing* dibandingkan metode bermain bebas. Metode *drill* memungkinkan pengulangan gerakan dalam jumlah banyak sehingga membentuk pola gerak yang otomatis. Sebaliknya, dalam permainan bebas, siswa cenderung menggunakan teknik yang sudah dikuasai dan menghindari teknik yang belum dikuasai, sehingga tidak terjadi perbaikan. Dominasi metode bermain bebas dalam latihan ekstrakurikuler menjelaskan mengapa banyak siswa stagnan di kategori Sedang. (Fatoni et al., 2022) menegaskan bahwa dukungan orang tua sangat menentukan konsistensi anak dalam berlatih olahraga.

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa siswa kategori Baik Sekali umumnya mendapat dukungan penuh dari orang tua, baik dalam bentuk motivasi, fasilitas, maupun izin mengikuti latihan tambahan di luar sekolah. Sebaliknya, siswa kategori Sedang dan Kurang Sekali cenderung kurang mendapat dukungan serupa. Beberapa siswa mengaku orang tua lebih mementingkan kegiatan akademik dan hanya mengizinkan ekstrakurikuler asalkan tidak mengganggu belajar. Hal ini menyebabkan siswa tidak leluasa mengembangkan potensinya. Keterbatasan fasilitas seperti lapangan yang digunakan bergantian, jumlah bola terbatas, dan tidak adanya papan sasaran khusus untuk latihan *passing* menjadi kendala dalam optimalisasi latihan.

Dalam teori *Ecological Dynamics*, lingkungan yang kaya akan stimulus dan tantangan akan mempercepat perkembangan keterampilan (Davids et al., 2014). Sebaliknya, lingkungan yang

miskin stimulus akan menghambat perkembangan. Kondisi fasilitas di SMP Negeri 1 Jatipuro yang terbatas menyebabkan siswa kurang mendapat kesempatan untuk berlatih dalam berbagai situasi yang menantang. Menurut (Schmidt & Wrisberg, 2008), penguasaan keterampilan gerak melalui tiga tahap yaitu tahap kognitif, tahap asosiatif, dan tahap otonom. Dalam konteks penelitian ini.

- Siswa kategori Kurang Sekali (skor  $< 24$ ) diperkirakan masih berada pada tahap kognitif, di mana mereka masih berusaha memahami gerakan yang benar, sering melakukan kesalahan, dan memerlukan konsentrasi penuh untuk melakukan *passing*.
- Siswa kategori Sedang (skor 31-36) berada pada tahap asosiatif, di mana mereka sudah mampu melakukan gerakan dengan teknik yang cukup benar, namun belum konsisten dan masih memerlukan konsentrasi.
- Siswa kategori Baik (skor 37-41) dan Baik Sekali ( $> 42$ ) diperkirakan telah memasuki tahap otonom, di mana gerakan *passing* dilakukan secara otomatis tanpa memerlukan konsentrasi penuh, sehingga mereka mampu mempertahankan konsistensi meskipun dalam tekanan waktu.

Implikasi dari teori ini adalah bahwa program latihan harus disesuaikan dengan tahap perkembangan siswa. Siswa pada tahap kognitif memerlukan instruksi eksplisit dan *drill* sederhana. Siswa pada tahap asosiatif memerlukan latihan dengan variasi dan umpan balik korektif. Siswa pada tahap otonom memerlukan tantangan yang lebih kompleks seperti *passing* dalam situasi pertandingan. (Asrori, 2020:82) mengemukakan tiga fungsi motivasi dalam pembelajaran mendorong aktivitas, mengarahkan tujuan, dan menyeleksi tindakan. Dalam penelitian ini, siswa kategori Baik Sekali menunjukkan ketiga fungsi tersebut: mereka terdorong untuk berlatih mandiri (fungsi pendorong), memiliki target untuk menjadi pemain yang lebih baik (fungsi pengarah), dan memilih kegiatan yang mendukung pengembangan keterampilan seperti ikut SSB atau latihan tambahan (fungsi penyeleksi).

Sebaliknya, siswa kategori Sedang cenderung hanya memenuhi fungsi pertama (mengikuti latihan karena kewajiban), namun lemah dalam fungsi pengarah dan penyeleksi. Teori dukungan sosial (Sarafino, 2011:77) menyatakan bahwa dukungan dari orang terdekat (keluarga, guru, teman) berpengaruh signifikan terhadap pencapaian individu. Dalam penelitian ini, siswa yang mendapat dukungan orang tua, guru, dan teman cenderung menunjukkan keterampilan lebih baik. Hal ini mengonfirmasi bahwa pengembangan keterampilan olahraga tidak dapat dilepaskan dari konteks sosialnya. Sekolah perlu membangun sinergi dengan orang tua dan masyarakat untuk menciptakan ekosistem yang mendukung perkembangan olahraga siswa.

Berdasarkan analisis faktor penyebab dan keterkaitan dengan teori, dapat dirumuskan beberapa implikasi praktis sebagai berikut: Sekolah perlu mempertimbangkan untuk menambah frekuensi latihan menjadi minimal tiga kali per minggu dengan durasi 90-120 menit setiap sesi. Hal ini sesuai dengan rekomendasi (Wicaksono, 2021) untuk mencapai penguasaan teknik optimal. Jika keterbatasan waktu menjadi kendala, sekolah dapat menjalin kerja sama dengan SSB atau klub setempat untuk memberikan kesempatan latihan tambahan bagi siswa yang berpotensi. Pelatih perlu merancang program latihan dengan komposisi yang seimbang antara penguatan teknik dasar (*drill*) dan penerapan dalam permainan (*small-sided games*). Beberapa metode yang direkomendasikan *drill passing* berpasangan fokus pada akurasi dan ketepatan arah. *Drill passing* bergerak melatih *passing* sambil bergerak dan menerima bola dalam berbagai posisi. *Drill passing* dengan target menggunakan target atau rintangan untuk meningkatkan akurasi. *Small-sided games* (3v3, 4v4) memberikan konteks permainan nyata dengan tuntutan *passing* cepat dan tepat.

Penelitian (Syachputera et al., 2022) membuktikan bahwa latihan *passing* bervariasi selama 8 minggu dapat meningkatkan akurasi secara signifikan. Oleh karena itu, pelatih perlu terus mengembangkan kreativitas dalam merancang variasi latihan. Guru dan pelatih perlu secara aktif membangun motivasi intrinsik siswa melalui pemberian umpan balik positif dan spesifik tentang kemajuan yang dicapai. Penetapan tujuan individu yang menantang namun realistis, sehingga siswa memiliki target yang jelas. Penciptaan suasana latihan yang menyenangkan namun tetap serius, agar siswa tidak cepat bosan. Pemberian tanggung jawab seperti menjadi kapten tim atau instruktur sebaya untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Pembahasan ini secara konsisten merujuk pada hasil penelitian yang telah disajikan sebelumnya. Setiap analisis penyebab, keterkaitan teori, dan implikasi praktis didasarkan pada temuan empiris, yaitu rata-rata skor 35,50 (kategori Sedang) menjadi dasar untuk menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan sebagian besar siswa belum mencapai kategori Baik atau Baik Sekali. Distribusi 26,67% Baik Sekali, 30,00% Baik, 40,00% Sedang, dan 3,33% Kurang Sekali menjadi dasar untuk membahas karakteristik masing-masing kelompok dan implikasi pedagogisnya. Temuan tentang faktor pendukung (motivasi internal, dukungan guru, pengalaman bertanding) dan penghambat (frekuensi latihan terbatas, metode monoton, fasilitas terbatas, dukungan orang tua kurang) menjadi dasar untuk merumuskan rekomendasi praktis. Hasil uji normalitas ( $\text{Sig. } 0,342 > 0,05$ ) menjadi dasar untuk menyatakan bahwa data layak dianalisis lebih lanjut dengan statistik parametrik.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat ditarik beberapa simpulan penting tingkat keterampilan teknik *passing* sepak bola siswa kelas IX peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Jatipuro secara umum berada pada kategori Sedang dengan skor rata-rata 35,50. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah menguasai teknik dasar *passing* secara cukup memadai, namun belum mencapai tingkat optimal yang diharapkan. Sebaran keterampilan siswa terdiri dari 8 siswa (26,67%) dalam kategori Baik Sekali, 9 siswa (30,00%) dalam kategori Baik, 12 siswa (40,00%) dalam kategori Sedang, dan 1 siswa (3,33%) dalam kategori Kurang Sekali. Tidak terdapat siswa dalam kategori Kurang.

Hasil penelitian menjawab tujuan yang telah ditetapkan, yaitu menganalisis tingkat keterampilan teknik *passing* serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Faktor internal yang memengaruhi keterampilan *passing* meliputi motivasi belajar, kepercayaan diri, dan koordinasi mata-kaki. Sementara faktor eksternal mencakup frekuensi dan intensitas latihan, metode latihan yang digunakan, dukungan orang tua, serta ketersediaan fasilitas dan lingkungan latihan. Kombinasi faktor-faktor tersebut menjelaskan mengapa hanya seperempat siswa yang mencapai kategori Baik Sekali, sementara mayoritas masih berada pada kategori Sedang.

Terdapat kesenjangan yang cukup signifikan antara siswa dengan keterampilan tertinggi dan terendah, yang tercermin dari rentang skor 17 hingga 50 serta standar deviasi yang besar (8,23). Hal ini mengindikasikan bahwa program latihan yang ada belum berhasil menciptakan pemerataan kemampuan dan belum sepenuhnya mengakomodasi kebutuhan siswa di berbagai

tingkatan. Penelitian ini mengonfirmasi bahwa penguasaan teknik *passing* tidak hanya ditentukan oleh faktor teknis semata, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis (motivasi, kepercayaan diri), faktor pedagogis (metode latihan, kualitas pelatih), dan faktor sosial (dukungan orang tua, lingkungan). Oleh karena itu, upaya peningkatan keterampilan *passing* harus dilakukan secara holistik dengan mempertimbangkan seluruh faktor tersebut.

## Pernyataan Penulis

Dengan ini kami menyatakan bahwa naskah artikel yang kami buat berjudul "Keterampilan Teknik *Passing* Sepakbola *Studi Empiris* Pada Siswa Kelas IX Peserta Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Jatipuro" adalah karya asli saya sendiri dan belum pernah dipublikasikan maupun diajukan untuk dipublikasikan pada jurnal ilmiah manapun, baik dalam bentuk cetak maupun elektronik. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

## Daftar Pustaka

- Aras, R., Duraes, A., Roevers, L., Macedo, C., Aras, M. G., Nascimento, L., ... & Gomes-Neto, M. (2021). The impact of COVID-19 on the cardiovascular system. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 67(Suppl 1), 163-167. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.67.Suppl1.20201063>
- Asrori, M. (2020). *Psikologi Pendidikan Pendekatan Multidisipliner*. Pena Persada.
- Bojkowski, Ł., Kalinowski, P., Śliwowski, R., & Tomczak, M. (2022). The Importance of Selected Coordination Motor Skills for an Individual Football Player's Effectiveness in a Game. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 728. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020728>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company
- Davids, K., Button, C., & Bennett, S. (2014). *Dynamics of Skill Acquisition: A Constraints-Led Approach* (2nd ed.). Human Kinetics.
- Fajrin, S. N., Agustiyawan, A., Purnamadyawati, P., & Mahayati, D. S. (2021). Literature Review : Hubungan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola pada Pemain Sepak Bola. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 1(1), 6–12. <https://doi.org/10.52019/ijpt.v1i1.2605>
- Fatoni, M., Subekti, N., & Widodo, Z. D. (2022). The Role of Football Supporters Attachment to The Club. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 7(2), 476–489. <https://doi.org/10.33222/juara.v7i2.1679>
- Jariono, G., & Subekti, N. (2020). Sports Motivation Survey And Physical Activity Students of Sport Education Teacher Training and Education Faculty FKIP Muhammadiyah University Surakarta. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 86–95. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i2.12449>
- Komarudin, M. P., Saputra, M. Y., Awwaludin, P. N., Febrianty, M. F., & Novian, G. (2024). *Model Latihan Kognisi Dalam Olahraga*. Indonesia Emas Group.
- Kenniadi, K., Paryadi, P., & Ismawan, H. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar

- Permainan Sepak Bola pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 8 Malinau. *Borneo Physical Education Journal*, 2(1), 21–30. <https://doi.org/10.30872/bpej.v2i1.580>
- Nopizal, N., Putra, D., & Sinurat, R. (2024). Pengaruh Metode Latihan Drill terhadap Peningkatan Passing Bawah Pemain Sepak Bola Matador FC Desa Tanjung Belit. *Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 1(1). <https://doi.org/10.61798/pok.v1i1.186>
- Nurkia, S., & Sulkifly, S. (2020). Penerapan Teknik Konseling Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 14-30. <https://ejournal-fip-ung.ac.id/ojs/index.php/jgcj/article/view/133>
- Nurhasan. (2008). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-prinsip dan penerapannya*. Direktorat Jenderal Olahraga, Departemen Pendidikan Nasional.
- Nurhidayat, N., Jariono, G., Warthadi, A. N., Sistiasih, V. S., & Hernawan, B. (2024). Optimalisasi Pemahaman Pemanasan dan Pendinginan untuk Mencegah Cedera pada Klub Olahraga. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan dan Sains*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.29407/abhipraya.v2i1.23179>
- Syachputera, M. L., Anam, K., Nurrachmad, L., Widya, D. F., Yuwono, Y., & Gulsirirat, P. (2022). Pengaruh latihan passing bervariasi terhadap Akurasi Passing Siswa Sekolah Sepakbola Persisac Kelompok Usia 10-12 Tahun. *Sepakbola*, 2(1), 11–17. <https://doi.org/10.33292/sepakbola.v2i1.146>
- Samudra, M. A. R., Nurhidayat, N., & Indarto, P. (2024). The Relationship of Motor Ability with Basic Technical Skills for Playing Football. *Fair Play*, 1(1), 25-29. <https://doi.org/10.71264/fairplay.v1i1.4>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syaukani, A. A., Pradita, R. A., Anwari, A. R., Murtiningsih, T., & Jufriansah, A. (2023). Penguatan Kebiasaan Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Gerakan Rutin Berolahraga dan Praktik Higiene di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 3, 179–189. <https://doi.org/10.56972/jikm.v3i2.135>
- Sarafino, E. P. (2011). *Applied behavior analysis: Principles and procedures for modifying behavior*. John Wiley & Sons.
- Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2008). *Motor learning and performance: A situation-based learning approach*. Human kinetics.
- Utomo, N. P., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87-94. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4578>
- Wicaksono, D. A. D. Y. (2021). *Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Puslat Pandanaran Boyolali* (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.