

ABSTRAK

Habel Panjaitan, NIM: 6213111027. PENGARUH LATIHAN *SMALL-SIDED GAMES* TERHADAP PENINGKATAN AKURASI *PASSING* SEPAK BOLA PADA SISWA SMA NEGERI 1 SIANTAR. (Pembimbing: Dra. Onyas Widianingsih, M.Pd). Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), UNIMED Tahun 2026

Rendahnya akurasi *passing* mendatar pada ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 1 Siantar menjadi latar belakang penelitian ini. Evaluasi awal melalui *pretest* menunjukkan bahwa 86,67% dari 30 siswa tergolong dalam kategori “Perlu Bimbingan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Small-Sided Games* (SSG) terhadap peningkatan akurasi *passing*. Metode yang digunakan adalah eksperimen semu dengan desain *Pretest-Posttest Control Group Design*. Sampel berjumlah 30 siswa yang dibagi secara acak menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing beranggotakan 15 siswa. Kelompok eksperimen menerima perlakuan latihan SSG selama 16 pertemuan, sementara kelompok kontrol menjalani latihan konvensional. Instrumen tes akurasi *passing* yang digunakan telah teruji valid (semua item $r_{hitung} > 0,361$) dan reliabel dengan koefisien Alpha Cronbach (α) = 0,941. Data dianalisis menggunakan uji-t Independent Samples Test pada *gain score*. Hasil penelitian membuktikan peningkatan yang lebih signifikan pada kelompok eksperimen (rata-rata *gain score* = 15,53) dibandingkan kelompok kontrol (rata-rata *gain score* = 8,46), dengan selisih peningkatan sebesar 7,07 poin. Hasil uji-t memperlihatkan $t_{hitung} = 2,484 > t_{tabel} = 2,048$ dengan signifikansi $0,019 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak. Secara praktis, 93,33% siswa pada kelompok eksperimen telah mencapai atau melampaui Kriteria Ketuntasan Minimal. Disimpulkan bahwa latihan *Small-Sided Games* berpengaruh signifikan dan efektif dalam meningkatkan akurasi *passing* mendatar. Oleh karena itu, disarankan kepada guru PJOK untuk menerapkan SSG sebagai alternatif metode latihan yang lebih kontekstual dan berbasis permainan.

Kata Kunci: *Small-Sided Games*, Akurasi *Passing*, Sepak Bola.

ABSTRACT

Habel Panjaitan, Student ID: 6213111027. "The Effect of Small-Sided Games Training on Improving Passing Accuracy in Soccer among Students of SMA Negeri 1 Siantar." (Supervisor: Dra. Onyas Widianingsih, M.Pd). Undergraduate Thesis, Faculty of Sports Science, Universitas Negeri Medan (UNIMED), 2026.

The low accuracy of ground passes in the soccer extracurricular at SMA Negeri 1 Siantar prompted this experimental study. An initial pretest revealed that 86.67% of the 30 student participants were in the "Needs Guidance" category. This research aimed to determine the effect of Small-Sided Games (SSG) training on improving passing accuracy. Using a Pretest-Posttest Control Group Design, the 30 students were randomly divided into experimental and control groups of 15 each. The experimental group received 16 sessions of SSG training, while the control group followed conventional exercises. A valid (all items $r_{\text{count}} > 0.361$) and reliable ($r_{\alpha} = 0.941$) passing accuracy instrument was used for measurement. Data analysis using an Independent Samples T-test on gain scores showed a significantly greater improvement in the experimental group (mean gain score = 15.53) compared to the control group (mean gain score = 8.46), with a mean difference of 7.07 points. The t-test result ($t_{\text{count}} = 2.484 > t_{\text{table}} = 2.048$, sig. $0.019 < 0.05$) led to the rejection of H_0 . Furthermore, 93.33% of students in the experimental group met or exceeded the Minimum Completion Criteria. It is concluded that Small-Sided Games training significantly and effectively improves the accuracy of ground passes. Therefore, it is recommended that Physical Education teachers implement SSG as a contextual, game-based alternative training method to enhance fundamental soccer skills.

Keywords: Small-Sided Games, Passing Accuracy, Soccer.

