

ABSTRAK

Punguan Purba NIM 6213311009 “Pengaruh Latihan Triangle Pass Terhadap Hasil Passing Pada Atlet Usia 14-15 Tahun SSB Bintang Marindal Tahun 2025”

(Pembimbing : Abdul Harris Handoko)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *triangle pass* terhadap kemampuan *passing* pada atlet usia 14-15 tahun SSB Bintang Marindal tahun 2025. Dalam konteks perkembangan keilmuan dan teknologi di Indonesia, khususnya dalam bidang olahraga, penelitian ini menjadi relevan untuk mendukung kemajuan prestasi olahraga di masyarakat.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *one group pre-test* dan *post-test*. Sebanyak 20 atlet usia 14-15 tahun SSB Bintang Marindal menjadi subjek penelitian. Mereka menjalani program latihan selama 6 minggu. Pengukuran kemampuan dilakukan sebelum dan sesudah program latihan untuk menilai efektivitas intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam kemampuan *passing* setelah program latihan *triangle pass*, dengan nilai $t_{hitung} 7,24 > t_{tabel} 1,72$ pada taraf signifikansi $\alpha 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang nyata pada data *pretest* dan *posttest*.

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan *triangle pass* terhadap kemampuan *passing* pada atlet usia 14-15 tahun SSB Bintang Marindal tahun 2025. Hasil ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pelatih dan pengelola klub dalam merancang program latihan yang lebih baik untuk meningkatkan keterampilan *passing* pemain muda.

Kata Kunci : Sepakbola, Passing, Kemampuan, Latihan.

ABSTRACT

***Punguan Purba NIM 6213311009 “The Effect of Triangle Pass Training on Passing Results in 14-15 Year Old Athletes at SSB Bintang Marindal in 2025”
(Supervisor: Abdul Harris Handoko)
Thesis: Faculty of Sports Science Unimed 2026.***

This study aims to determine the effect of triangle pass training on passing skills in 14-15 year old athletes at SSB Bintang Marindal in 2025. In the context of scientific and technological development in Indonesia, particularly in the field of sports, this study is relevant to supporting the advancement of sports achievements in society.

The research method used in this study was an experiment with a one-group pre-test and post-test design. A total of 20 athletes aged 14-15 years from SSB Bintang Marindal were the subjects of the study. They underwent a 6-week training program. Measurements of ability were taken before and after the training program to assess the effectiveness of the intervention. The results showed a significant increase in passing ability after the triangle pass training program, with a t-value of 7.24 > t-table 1.72 at a significance level of α . Thus, it can be concluded that there was a significant difference between the pretest and posttest data.

The conclusion of this study confirms that there is a significant effect of the triangle pass training method on the passing skills of 14-15 year old athletes at SSB Bintang Marindal in 2025. These results are expected to provide insight for coaches and club managers in designing better training programs to improve the passing skills of young players.

Keywords: Soccer, Passing, Ability, Training.