

ABSTRAK

ZULHAIRIL, Pengembangan Variasi Latihan Mengoper Dan Menendang Bola Untuk Peningkatan Ketepatan *Passing* Pada SSB Tunas Muda Tembung 2013.

Pembimbing : H. M. NUSTAN HASIBUAN

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013

Penelitian ini bertujuan mengetahui peningkatan ketepatan *passing* pada permainan sepakbola menggunakan variasi latihan pada SSB Tunas Muda Tembung 2013. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan olahragayang dilakukan terhadap 20 orang SSB, Program latihan dilakukan satu siklus. Yang digunakan untuk pengumpulan data adalah hasil tes ketepatan *passing*.

Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dengan I siklus 2 minggu dengan frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu atau sebanyak 6 kali pertemuan dalam I siklus. Dalam I siklus pertemuan terdiri dari tiga bentuk latihan yaitu latihan *merobohkan cone lawan, menendang bola ke gawang, dan latihan berbalik dan mengoper*, dimana pada ketiga bentuk latihan tersebut diberikan dalam setiap kali pertemuan. Analisis data dilakukan dengan cara reduksi data dan paparan data.

Berdasarkan tabel deskripsi hasil tes awal (*pre-test*) ketepatan *passing*, dapat dilihat bahwa hasil latihan ketepatan *passing* SSB dalam permainan sepakbola masih rendah. Dari 20 orang SSB yang menjadi subjek dalam penelitian ini, ternyata hanya 8 orang SSB (40%) yang memiliki ketuntasan hasil latihan, sedangkan selebihnya yaitu 12 orang SSB (60%) belum memiliki ketuntasan hasil latihan.

Hasil penelitian pada siklus I menunjukkan bahwa ketepatan *passing* 90 % orang SSB yang tuntas dalam latihannya dan 10% orang SSB yang tidak tuntas dalam latihannya, dan hasil latihan SSB Tunas Muda secara keseluruhan dalam melakukan tes ketepatan *passing* pada siklus I mencapai 80%.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa variasi latihan dapat memberikan peningkatan yang sangat besar dan signifikan terhadap ketepatan *passing* pada SSB Tunas Muda Tembung 2013.