

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Deskripsi Data Penelitian

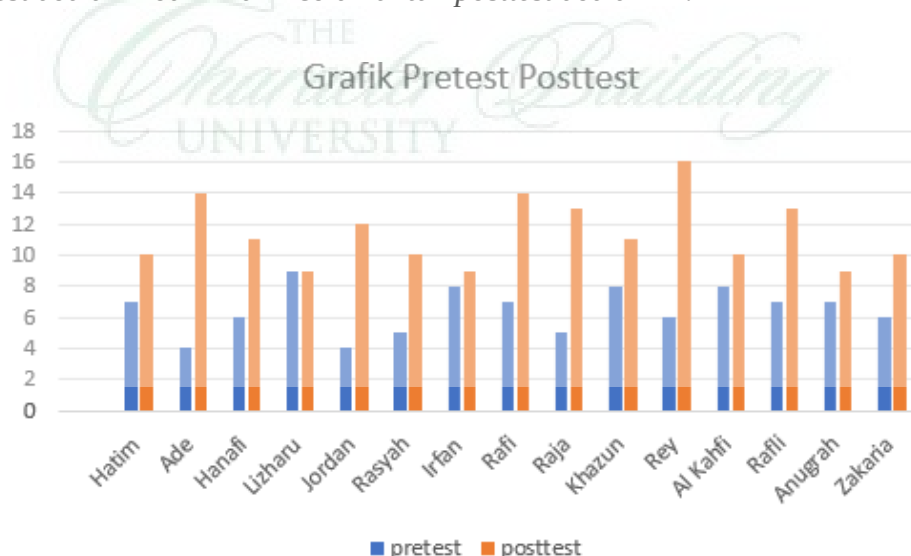
Temuan pengukuran lapangan didasarkan pada data dari delapan belas kali hasil pengamatan. Uraian data berikut merupakan hasil penelitian yang telah diolah secara statistik.

Tabel 4. 1 Hasil Pre-Test Dan Post-Test kemampuan *passing* Atlet

Deskripsi Data	Tes <i>Passing And Receiving</i>	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Jumlah sampel (n)	15 Atlet	
Rata-rata	6,4	11,4
Simpangan baku	1,50	2,16
Nilai Minimal	4	9
Nilai Maksimal	9	16
Median	7	11

Sumber : Data diolah peneliti

Dari hasil *pre-test passing and receiving* dari 15 orang atlet yang diteliti, mendapat nilai rata-rata 6,4 dan simpangan baku 1,50. Rata-rata nilai *post-test* 11,4 dan simpangan baku 2,16. Nilai minimal untuk *pretest* adalah 4 dan nilai maksimal 9. Nilai minimal untuk *posttest* 9 dan maksimal 16. Nilai median untuk *pretest* adalah 7 dan nilai median untuk *posttest* adalah 11.



Gambar 4.1 Grafik *pretest* dan *posttest* *passing and receiving* atlet

4.2. Pengujian Persyaratan Analisis

4.2.1. Pengujian Normalitas

Uji *Liliefors* adalah rumus uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini. Data dapat dikatakan normal jika memenuhi kriteria pada α 0,05 $L_{hitung} < L_{tabel}$.

Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

Data	L_{hitung}	L_{tabel}	Keterangan
<i>Pre-test passing and receiving</i>	0,101	0,220	Normal
<i>Post-test passing and receiving</i>	0,207	0,220	Normal

Sumber : Data diolah peneliti (*Microsoft Exel 2007*)

Pada pengujian Normalitas data ini menggunakan Uji L_{hitung} dengan bantuan *Ms.excel*, dari data Hasil uji normalitas pada kolom data *pre-test passing and receiving* didapat $L_{hitung} = 0,101$ dan $L_{tabel} = 0,220$ dengan jumlah sampel (N) = 15 orang dan menggunakan taraf signifikan sebesar 0,05. Karena $L_{hitung} < L_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Pada pengujian Normalitas data ini menggunakan Uji L_{hitung} dengan bantuan *Ms.excel*, dari data Hasil uji normalitas pada kolom data *post-test passing and receiving* didapat $L_{hitung} = 0,207$ dan $L_{tabel} = 0,220$ dengan jumlah sampel (N) = 15 orang dan menggunakan taraf signifikan sebesar 0,05. Karena $L_{hitung} < L_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

4.2.2 Pengujian Homogenitas

Uji homogenitas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian homogen atau tidak. Data penelitian dianggap homogen jika memenuhi

kriteria berikut: $F_{hitung} < F_{tabel}$. Rumus uji homogenitas yang dipakai dalam penelitian ini adalah uji F.

Tabel 4. 3 Hasil Uji Homogenitas

Data	Varians	F_{hitung}	F_{tabel}	α	Kesimpulan
<i>Pre-test passing and receiving</i>	2,266	2,06	2,48	0,05	Homogen
<i>Post-test passing and receiving</i>	4,685				

Sumber : Data diolah peneliti

Hasil perhitungan data *passing and receiving* menunjukkan bahwa $F_{hitung} = 2,06$ pada $\alpha = 0,05$ menghasilkan $F_{tabel} (14,14) = 2,48$. $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka data penelitian disimpulkan homogen.

4.3. Pengujian Hipotesis

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh hipotesis t_{hitung} sebesar 6,049. Lalu nilai tersebut dibandingkan dengan nilai t_{tabel} dengan $dk = n-1$ ($15-1 = 14$) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ adalah 1,761. Maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh variasi latihan *small side game* terhadap kemampuan *passing* sepakbola pada atlet putra usia 12-14 tahun SSB Disporasu Tahun 2024.

4.4. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa variasi latihan *small side game* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *passing* sepak bola pada atlet putra usia 12–14 tahun di SSB Disporasu Tahun 2024. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan latihan *small side game* efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing*, yang merupakan salah satu komponen penting dalam permainan sepak bola. Latihan *small side game* memberikan situasi permainan yang menyerupai kondisi pertandingan

sebenarnya, namun dengan ukuran lapangan yang lebih kecil dan jumlah pemain yang lebih sedikit. Kondisi ini membuat pemain lebih sering berinteraksi dengan bola, dituntut untuk mengambil keputusan dengan cepat, serta melatih kerja sama antar pemain. Dengan demikian, pemain memperoleh lebih banyak kesempatan untuk mengasah kemampuan *passing* secara langsung dalam konteks permainan yang nyata.

Penelitian ini menunjukkan bahwa permainan kecil dapat menciptakan kondisi latihan yang mirip pertandingan, sehingga pemain lebih sering melakukan sentuhan bola, pengambilan keputusan, dan latihan dalam situasi penuh tekanan (Wahyu Aprianto, dkk., 2021). Temuan ini mendukung hasil penelitian saat ini, yang juga menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *passing* setelah penerapan variasi latihan. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa latihan *small sided games* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi *passing* pada pemain sepak bola.

Selain itu, penelitian ini menyatakan bahwa metode latihan *small sided games* mampu meningkatkan kemampuan *passing* secara signifikan pada pemain sepak bola. Dalam penelitiannya, permainan kecil memberikan ruang gerak terbatas yang mendorong pemain untuk mengembangkan kecepatan berpikir, ketepatan umpan, serta koordinasi dengan rekan setim (Fikli Rivaldi, 2024). Kondisi ini secara langsung berkontribusi pada peningkatan kualitas *passing*. Dengan adanya temuan dari kedua penelitian tersebut, maka penelitian ini semakin menegaskan bahwa *small side game* merupakan metode latihan yang efektif digunakan dalam program latihan pembinaan teknik dasar sepak bola.

Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan, terdapat beberapa keterbatasan penelitian yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian hanya melibatkan sampel sebanyak 15 atlet, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati jika diterapkan pada populasi yang lebih luas. Kedua, penelitian ini dilakukan dalam rentang waktu yang relatif singkat, sehingga belum mampu melihat pengaruh jangka panjang dari penerapan latihan *small side game*. Ketiga, penelitian hanya berfokus pada kemampuan *passing*, sehingga aspek teknik dasar lain seperti *dribbling*, *shooting*, dan *ball control* tidak dianalisis secara mendalam. Selain itu, kondisi cuaca, intensitas latihan sebelumnya, dan motivasi individu atlet dapat menjadi faktor eksternal yang mempengaruhi hasil penelitian.

