

ABSTRAK

RICKO TAMPATY SINAGA. Upaya Peningkatan Hasil *Passing* Melalui Variasi Latihan Berbalik Dan Mengoper Bola Pada Atlet Sepakbola Usia 13-15 Tahun Di SSB Sinar Pagi Bandar Setia Medan Tahun 2013.

(Pembimbing : AMANSYAH)

Skripsi Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED, Medan 2014.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil *passing* melalui variasi latihan berbalik dan mengoper bola pada atlet sepakbola usia 13-15 tahun di SSB Sinar Pagi tahun 2013. Subjek dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola usia 13-15 tahun yang berjumlah 16 orang yang akan diberikan tindakan berupa variasi latihan berbalik dan mengoper bola. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total *sampling* yang dilakukan melalui metode Penelitian Tindakan dalam Kepelatihan Olahraga. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan tes hasil latihan di akhir siklus yang berbentuk aplikasi penilaian dengan menggunakan tes *passing* Nurhasan.

Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dengan II siklus setiap siklus dilaksanakan 2 minggu dengan frekwensi kali dalam seminggu atau sebanyak 8 kali pertemuan dalam 1 siklus. Dalam 8 kali pertemuan terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan tindakan, tahap pelaksanaan tindakan, tahap observasi, tahap evaluasi dan tahap refleksi.

Hasil penelitian menyimpulkan (1) dari data tes awal (*pre-test*) hasil *passing* atlet sebelum melakukan variasi latihan berbalik dan mengoper bola adalah 12,5% dengan nilai rata-rata 51 (belum mencapai target latihan). (2) dari hasil tindakan dari siklus I yaitu variasi berbalik dan mengoper bola adalah mencapai 43,7% dengan nilai rata-rata 58 (sedang mencapai target latihan). (3) dari hasil tindakan siklus II yaitu variasi berbalik dan mengoper bola adalah 87,5% dengan rata-rata 65 (telah mencapai target latihan). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa latihan menggunakan variasi latihan berbalik dan mengoper bola dapat meningkatkan *passing* atlet sepakbola usia 13-15 tahun di SSB Sinar Pagi Bandar Setia medan tahun 2013.