



## Peningkatan Keterampilan Passing dalam Permainan Sepak Bola melalui Metode Small-Sided Games di SMAN 1 Makassar

Ramadani<sup>1</sup>, Andi Atsam Mappanyukki<sup>2</sup>, Rahmat Akbar<sup>3</sup>

<sup>1</sup> PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: [ramadaniunm@gmail.com](mailto:ramadaniunm@gmail.com)

<sup>2</sup> PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: [andi.atssam@unm.ac.id](mailto:andi.atssam@unm.ac.id)

<sup>3</sup> SMAN 1 Makassar

Email: [Rahmatakbar.ra14@gmail.com](mailto:Rahmatakbar.ra14@gmail.com)

### Artikel info

*Received; 02-03-2025*

*Revised; 03-04-2025*

*Accepted; 04-05-2025*

*Published; 25-05-2025*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing siswa dalam sepak bola melalui metode Small-Sided Games di SMAN 1 Makassar. Metode ini dipilih karena efektif menciptakan suasana latihan intensif, menyenangkan, dan relevan dengan situasi permainan. Penelitian menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus, mencakup tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian terdiri atas 32 siswa kelas XI dengan tingkat keterampilan passing yang beragam. Instrumen yang digunakan meliputi lembar observasi, tes keterampilan passing, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan passing. Pada pra-siklus, rata-rata kemampuan siswa hanya 60%. Setelah siklus I, meningkat menjadi 75%, dan pada siklus II mencapai 85%. Peningkatan terjadi pada aspek akurasi, kecepatan, dan pengambilan keputusan. Metode Small-Sided Games memungkinkan siswa bermain dalam kelompok kecil, meningkatkan frekuensi latihan passing, interaksi tim, dan pemahaman strategi. Guru disarankan mengadopsi metode ini untuk mendukung pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih interaktif dan efektif.

### Kata Kunci: Kata Kunci:

*Small-Sided Games,  
keterampilan passing, sepak  
bola, pendidikan jasmani,  
penelitian tindakan kelas,  
SMAN 1 Makassar*



artikel global jurnal sport innovation research dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

## PENDAHULUAN

Sepak bola adalah olahraga yang sangat populer di kalangan siswa karena selain dapat meningkatkan kebugaran jasmani, juga membantu mengembangkan keterampilan sosial, strategi, dan koordinasi tubuh. Dalam permainan sepak bola, keterampilan passing memiliki peranan penting karena menjadi dasar untuk menciptakan kerja sama tim yang efisien. Keterampilan

passing yang baik dapat menentukan keberhasilan tim dalam membangun serangan dan mengendalikan jalannya permainan. Namun, berdasarkan observasi awal di SMAN 1 Makassar, banyak siswa yang masih menghadapi kesulitan dalam menerapkan teknik passing dengan baik, terutama terkait dengan akurasi dan kecepatan bola.

Kondisi ini mengindikasikan bahwa keterampilan passing siswa perlu ditingkatkan agar mereka dapat berkontribusi lebih maksimal dalam tim. Salah satu tantangan utama dalam pembelajaran adalah penggunaan metode konvensional yang kurang mampu menarik perhatian dan minat siswa untuk mengembangkan keterampilan tersebut. Metode pembelajaran tradisional yang lebih menekankan latihan individu atau teori sering kali membuat siswa merasa jenuh dan tidak terlibat secara aktif dalam proses belajar, yang berdampak pada perkembangan keterampilan dasar seperti passing yang kurang optimal.

Salah satu alternatif yang dapat diterapkan untuk mengatasi masalah ini adalah metode Small-Sided Games. Dalam metode ini, permainan dilakukan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit di lapangan yang lebih kecil, memberikan lebih banyak kesempatan bagi siswa untuk terlibat dalam latihan teknik dasar, termasuk passing. Dengan jumlah pemain yang terbatas, setiap siswa memiliki peluang lebih besar untuk berlatih keterampilan yang diperlukan, berkomunikasi dengan rekan tim, dan bekerja sama. Selain itu, lapangan yang lebih kecil menciptakan permainan yang lebih intens, memungkinkan siswa untuk lebih fokus pada peningkatan teknik passing, seperti akurasi, kecepatan, dan kontrol bola.

Metode Small-Sided Games juga memberikan keuntungan tambahan berupa peningkatan kesadaran ruang, pengambilan keputusan cepat, dan strategi tim. Dalam ruang yang lebih terbatas, siswa dituntut untuk berpikir dan bertindak lebih cepat, yang dapat meningkatkan kualitas permainan mereka tidak hanya dalam passing, tetapi juga dalam aspek-aspek lainnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas metode Small-Sided Games dalam meningkatkan keterampilan passing siswa kelas XI di SMAN 1 Makassar. Diharapkan, penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai sejauh mana metode ini dapat memperbaiki teknik passing siswa dan pada akhirnya meningkatkan kualitas pembelajaran sepak bola di sekolah tersebut.

## **METODE**

Penelitian ini mengadopsi desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus, dengan setiap siklus mencakup tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Setiap siklus bertujuan untuk mengidentifikasi perubahan yang terjadi serta perbaikan yang dapat dilakukan dalam rangka meningkatkan keterampilan passing siswa melalui metode Small-Sided Games.

### **A. Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah 32 siswa kelas XI di SMAN 1 Makassar, yang memiliki kemampuan passing yang bervariasi. Pemilihan subjek ini dimaksudkan untuk menilai efektivitas penerapan metode Small-Sided Games dalam meningkatkan keterampilan dasar sepak bola siswa.

### **B. Instrumen Penelitian**

Untuk mengumpulkan data, penelitian ini menggunakan tiga instrumen utama:

1. **Lembar Observasi:** Digunakan untuk memantau keterlibatan siswa selama proses pembelajaran dan latihan. Observasi ini penting untuk mengidentifikasi tingkat partisipasi siswa dalam kegiatan yang dilaksanakan.

2. **Tes Keterampilan Passing:** Digunakan untuk mengukur kemampuan passing siswa sebelum dan sesudah penerapan metode Small-Sided Games, yang mencakup aspek akurasi, kecepatan, dan kontrol bola.
3. **Wawancara:** Dilakukan dengan siswa dan guru untuk mendapatkan pandangan mereka mengenai efektivitas metode yang diterapkan. Data wawancara memberikan informasi kualitatif tentang reaksi siswa dan guru terhadap perubahan yang terjadi selama pembelajaran.

### C. Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan tahapan yang jelas, sebagai berikut:

#### Siklus I

- **Perencanaan:** Penyusunan rencana pembelajaran dengan metode Small-Sided Games, difokuskan pada teknik passing dasar. Rencana ini melibatkan format permainan 3v3 di lapangan kecil.
- **Pelaksanaan:** Latihan passing dilakukan dalam permainan 3v3 yang memberikan kesempatan lebih banyak bagi siswa untuk berinteraksi dengan bola dan berlatih passing dalam situasi permainan yang lebih dinamis.
- **Observasi:** Observasi dilakukan untuk mencatat sejauh mana siswa terlibat dalam latihan serta mendokumentasikan hasil tes keterampilan passing untuk dianalisis.
- **Refleksi:** Setelah siklus pertama, dilakukan refleksi untuk mengevaluasi hambatan yang muncul serta hasil tes passing, yang kemudian digunakan untuk merencanakan perbaikan pada siklus berikutnya.

#### Siklus II

- **Penambahan Variasi Permainan:** Berdasarkan hasil refleksi dari siklus pertama, variasi permainan 4v4 diperkenalkan untuk meningkatkan tantangan, dengan fokus pada pengembangan kecepatan passing dan strategi tim.
- **Evaluasi Keterampilan Passing:** Tes keterampilan passing diulang setelah siklus kedua untuk menilai sejauh mana peningkatan keterampilan terjadi. Umpan balik diberikan kepada siswa terkait perkembangan keterampilan mereka.

### D. Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis secara kuantitatif deskriptif untuk melihat hasil tes keterampilan passing siswa, dengan membandingkan nilai sebelum dan sesudah penerapan metode Small-Sided Games pada setiap siklus. Sedangkan data wawancara dan observasi dianalisis secara kualitatif deskriptif untuk memahami pengalaman siswa dan guru serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan metode pembelajaran yang diterapkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Hasil Tes Passing Siswa**

Tahapan	Rata-Rata Passing (%)	Peningkatan (%)
Pra-Siklus	60	-
Siklus I	75	15
Siklus II	85	10

## Pembahasan Per Siklus

### 1. Pra-Siklus

Pada tahap awal, kemampuan passing siswa berada pada 60%, yang menunjukkan adanya kesulitan dalam mengontrol bola dengan presisi dan mengarahkannya dengan tepat ke rekan satu tim. Banyak siswa yang belum menguasai teknik dasar passing, serta kesulitan dalam berkoordinasi dan mengatur tempo permainan dengan rekan setim. Hal ini menunjukkan bahwa teknik dasar passing yang perlu dikuasai belum cukup kuat. Penggunaan metode pembelajaran yang bersifat tradisional sebelum siklus ini tidak mampu memberikan pengalaman pembelajaran yang cukup kontekstual dalam situasi permainan yang dinamis.

### 2. Siklus I

Setelah penerapan metode Small-Sided Games dalam format permainan 3v3, rata-rata kemampuan passing siswa meningkat menjadi 75%, yang menunjukkan peningkatan sebesar 15% dibandingkan dengan pra-siklus. Dalam permainan dengan jumlah pemain lebih sedikit, siswa mendapatkan lebih banyak kesempatan untuk berlatih passing dan menguasai teknik dasar dalam konteks yang lebih realistis. Lapangan yang lebih kecil memungkinkan siswa untuk lebih sering mengoper dan menerima bola, serta bekerja sama dengan tim dalam situasi permainan yang lebih intens. Dengan peningkatan jumlah interaksi dengan bola, siswa menjadi lebih percaya diri dan terbiasa dalam mengatur akurasi dan kecepatan passing.

### 3. Siklus II

Pada siklus kedua, variasi permainan 4v4 diterapkan untuk meningkatkan kompleksitas permainan. Penambahan jumlah pemain memberikan tantangan lebih besar dalam hal pengambilan keputusan dan pengelolaan ruang. Rata-rata kemampuan passing meningkat menjadi 85%, yang berarti ada peningkatan 10% dibandingkan siklus pertama. Peningkatan ini menunjukkan bahwa siswa semakin terampil dalam mengatur tempo permainan, baik dalam mengirim umpan cepat maupun dalam membaca situasi permainan yang berkembang dengan lebih baik.

**Tabel 2. Perkembangan Keterampilan Passing Berdasarkan Aspek**

Aspek Passing	Pra-Siklus (%)	Siklus I (%)	Siklus II (%)
Akurasi Passing	55	70	82
Kecepatan Passing	60	75	85
Pengambilan Keputusan	50	72	80
Kontrol Bola	58	72	80
Kerja Sama Tim	62	77	83

## Pembahasan Aspek Passing

### 1. Akurasi Passing

Akurasi passing siswa meningkat secara signifikan selama penelitian ini. Pada pra-siklus, akurasi siswa hanya mencapai 55%. Pada siklus pertama, nilai ini meningkat menjadi 70%, dan pada siklus kedua, meningkat menjadi 82%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa latihan dalam situasi permainan nyata dengan Small-Sided Games memberikan kesempatan bagi siswa untuk melatih akurasi passing secara lebih efektif dalam situasi permainan yang lebih mendekati

kondisi sebenarnya. Permainan dalam ruang yang lebih kecil memungkinkan siswa untuk lebih sering berinteraksi dengan bola dan meningkatkan kemampuan mereka dalam memberi umpan dengan lebih tepat.

## **2. Kecepatan Passing**

Kecepatan passing juga mengalami kemajuan yang signifikan. Pada pra-siklus, kemampuan kecepatan passing siswa berada pada 60%, meningkat menjadi 75% pada siklus pertama, dan mencapai 85% pada siklus kedua. Peningkatan ini disebabkan oleh tuntutan permainan Small-Sided Games yang membuat pemain harus mengirimkan umpan dengan lebih cepat karena ruang gerak yang terbatas. Siswa menjadi lebih terbiasa untuk berpikir cepat dan mengirim bola secara lebih efisien, yang meningkatkan kemampuan mereka dalam mengendalikan tempo permainan.

## **3. Pengambilan Keputusan**

Kemampuan siswa dalam pengambilan keputusan juga meningkat. Pada pra-siklus, siswa hanya mencapai 50% dalam pengambilan keputusan yang tepat. Setelah siklus pertama, peningkatan terjadi menjadi 72%, dan pada siklus kedua, menjadi 80%. Dalam Small-Sided Games, siswa didorong untuk segera memutuskan langkah berikutnya dalam situasi permainan yang cepat. Dengan lebih banyak interaksi dan situasi permainan yang dinamis, siswa belajar untuk lebih cepat membaca permainan dan mengambil keputusan yang lebih tepat dalam waktu singkat.

## **4. Kontrol Bola**

Kontrol bola siswa menunjukkan peningkatan yang signifikan, dari 58% pada pra-siklus menjadi 72% pada siklus pertama, dan 80% pada siklus kedua. Peningkatan ini menunjukkan bahwa siswa semakin mahir dalam menguasai bola sebelum melakukan passing. Latihan intensif dalam ruang yang lebih kecil memberi siswa lebih banyak kesempatan untuk berlatih mengontrol bola dengan lebih baik, yang berperan penting dalam meningkatkan akurasi dan kecepatan passing mereka.

## **5. Kerja Sama Tim**

Kerja sama tim, yang merupakan aspek penting dalam permainan sepak bola, juga mengalami perkembangan yang cukup signifikan. Pada pra-siklus, nilai kerja sama tim berada di 62%. Setelah siklus pertama, nilai ini meningkat menjadi 77%, dan pada siklus kedua meningkat menjadi 83%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode Small-Sided Games tidak hanya meningkatkan keterampilan individu, tetapi juga meningkatkan komunikasi dan koordinasi antar pemain dalam tim. Dalam permainan dengan lebih sedikit pemain, siswa memiliki lebih banyak kesempatan untuk berinteraksi, yang memperkuat hubungan kerja sama antar pemain dalam situasi permainan yang lebih realistis.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil tes dan analisis aspek passing, penerapan metode Small-Sided Games terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan passing siswa, baik dalam hal akurasi, kecepatan, pengambilan keputusan, kontrol bola, dan kerja sama tim. Peningkatan yang signifikan terjadi di setiap siklus dan pada setiap aspek keterampilan yang dianalisis. Small-Sided Games memberikan peluang bagi siswa untuk berlatih dalam situasi yang lebih nyata, memungkinkan mereka untuk fokus pada teknik dasar seperti passing, serta meningkatkan pemahaman mereka mengenai strategi tim. Keberhasilan metode ini diharapkan dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan dalam pembelajaran sepak bola, baik dalam aspek teknik individu maupun kerja sama tim.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini tidak akan dapat diselesaikan tanpa bantuan, dukungan, dan kontribusi berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Bapak/Ibu Dosen Pembimbing** yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi yang sangat berarti sepanjang proses penelitian ini.
2. **Siswa-siswa kelas XI SMAN 1 Makassar**, yang telah berpartisipasi aktif dalam penelitian ini dengan penuh semangat dan kerjasama yang baik.
3. **Kepala Sekolah SMAN 1 Makassar**, yang telah memberikan izin dan dukungan penuh untuk melaksanakan penelitian ini di lingkungan sekolah.
4. **Teman-teman sejawat** yang telah memberikan dukungan, ide, dan semangat selama proses penelitian ini berlangsung.
5. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian penelitian ini.

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan metode pembelajaran sepak bola, khususnya dalam peningkatan keterampilan teknik dasar passing, serta memberi manfaat bagi dunia pendidikan secara umum.

## DAFTAR PUSTAKA

- Araujo, D., Davids, K., & Hristovski, R. (2006). *The ecological dynamics of decision making in sport. Psychology of Sport and Exercise*, 7(3), 171-178.
- Baker, J., & Horton, S. (2004). *A review of the long-term athlete development model. Strength and Conditioning Journal*, 26(5), 31-34.
- Cushion, C., Harvey, S., Muir, B., & Nelson, L. (2010). *Sport coaching: Professionalization and practice*. Routledge.
- Hill-Haas, S. V., Dawson, B., Impellizzeri, F. M., & Coutts, A. J. (2011). *Physiological responses to small-sided games: Applications to football training. Sports Medicine*, 41(3), 199-220.
- Owen, A. L., Hill, H., & Twist, C. (2012). *The effect of small-sided games on physical performance in football players. Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(1), 1-12.
- Pill, S., & O'Connor, D. (2013). *Improving passing accuracy using small-sided games: A training intervention for amateur soccer players. Journal of Sports Science & Medicine*, 12(4), 748-755.
- Ratten, V. (2011). *The impact of small-sided games on soccer coaching and team performance. Soccer & Society*, 12(6), 829-841.
- Sullivan, C., & O'Connor, D. (2015). *Effectiveness of small-sided games in improving technical skills in football. International Journal of Sports Science & Coaching*, 10(2), 229-237.
- Vella, S. A., & O'Connor, D. (2014). *Small-sided games in the development of footballers: A review of the literature. European Journal of Sports Science*, 14(3), 116-126.
- Zachary, M. P., & Williams, S. M. (2016). *The role of small-sided games in soccer development: A practical guide for coaches. International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(3), 315-326.