
**PENERAPAN METODE LATIHAN *SMALL SIDED GAMES*
PASSING TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* KAKI BAGIAN
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA SMK PRATAMA MULYA
KARAWANG**

Sahma El Vira Zaeni¹, Siswanto², Rhama Nurwansyah Sumarsono³,
Irfan Zinat Achmad⁴

^{1,2,3,4}Universitas Singaperbangsa Karawang

2110631070039@student.unsika.ac.id¹, siswanto.media@fkip.unsika.ac.id²,
rhama.nurwansyah@fkip.unsika.ac.id³, irfan.za@fkip.unsika.ac.id²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan metode latihan *Small Sided Games* (SSG) terhadap keterampilan passing kaki bagian dalam dalam permainan sepakbola ekstrakurikuler SMK Pratama Mulya Karawang. Passing kaki bagian dalam merupakan teknik dasar yang penting dan sering dilakukan dalam permainan sepakbola. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimental dan desain One Group Pretest-Posttest Design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler sepakbola SMK Pratama Mulya Karawang yang berjumlah 30 siswa, dan seluruhnya dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian berupa tes keterampilan passing kaki bagian dalam yang dilaksanakan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) perlakuan. Hasil pretest menunjukkan total skor sebesar 1297, sedangkan hasil posttest meningkat menjadi 2573. Data dianalisis menggunakan uji statistik Paired Sample T-Test yang menunjukkan nilai rata-rata (mean) sebesar -42,533, dengan standar deviasi 12.102 dan standar error 2.210. Nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $0,001 < 0,05$, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara perlakuan dengan peningkatan keterampilan passing. Hasil ini menunjukkan bahwa latihan menggunakan metode *Small Sided Games* mampu meningkatkan kemampuan passing kaki bagian dalam secara signifikan. Peningkatan ini terjadi karena latihan SSG memberikan simulasi permainan yang nyata, meningkatkan intensitas latihan, serta memperbanyak frekuensi pengulangan gerakan dalam situasi yang menyerupai pertandingan sesungguhnya.

Kata Kunci: Small Sided Games, Passing Kaki Bagian Dalam, Sepakbola.

Abstract

This study aims to determine the effect of the application of the Small Sided Games (SSG) training method on the inside foot passing skills in extracurricular football games at SMK Pratama Mulya Karawang. Inside foot passing is an important basic technique and is often used in football games. This study uses a quantitative approach with a pre-

experimental method and a One Group Pretest-Posttest Design. The population in this study were all participants in the SMK Pratama Mulya Karawang football extracurricular, totaling 30 students, and all of them were sampled using the total sampling technique. The research instrument was an inside foot passing skills test carried out before (pretest) and after (posttest) the treatment. The pretest results showed a total score of 1297, while the posttest results increased to 2573. The data were analyzed using the Paired Sample T-Test statistical test which showed an average value (mean) of -42.533, with a standard deviation of 12.102 and a standard error of 2.210. The significance value (Sig. 2-tailed) is $0.001 < 0.05$, which means that there is a significant influence between the treatment and the improvement of passing skills. These results indicate that training using the Small Sided Games method can significantly improve the ability to pass the inside of the foot. This increase occurs because SSG training provides a real game simulation, increases the intensity of training, and increases the frequency of repetition of movements in situations that resemble real matches.

Keywords: *Small Sided Games, Inside Foot Passing, Football.*

A. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintegrasikan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Sebagai upaya pembinaan mutu sumber daya manusia, pendidikan jasmani dilembaga pendidikan formal dan berkembang lebih pesat agar mampu menjadi landasan bagi pembinaan keolahragaan nasional. Proses pembentukan sikap dan membangkitkan motivasi harus mulai sejak usia dini. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus mengajarkan berbagai macam-macam keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/ olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional dan sosial.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat dikenal dan sangat menghebohkan seluruh dunia, karena sepakbola merupakan salah satu cabang yang paling banyak diminati oleh setiap kalangan mulai dari anak-anak, remaja, hingga dewasa.

Selaras dengan Soekatamsi, (2001) yang mendefinisikan bahwa sepakbola adalah salah satu olahraga paling populer di dunia. Daya tarik sepak bola secara umum sebenarnya bukan lantaran olahraga mudah dimainkan. Tetapi, karena sepak bola lebih banyak menuntut keterampilan pemain dibandingkan olahraga lain (Ari Kunto 2019).

Sepak bola merupakan permainan yang diawali dengan peluit wasit dan dilakukan dengan cara menendang satu buah bola yang diperebutkan antar dua tim dengan maksud untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Dalam permainannya, sepak bola menggunakan kaki terkecuali bagi sang kiper dapat menggunakan tangan. Selain itu sepak bola merupakan permainan beregu sehingga dalam pelaksanaannya sebuah tim harus dapat bekerjasama agar permainan dapat diciptakan sedemikian rupa dan dapat mencapai tujuannya yaitu memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Untuk menciptakan suatu permainan yang bagus dalam permainan sepak bola membutuhkan penguasaan teknik dasar sepak bola, teknik dasar permainan sepak bola antara lain yaitu passing (teknik mengoper bola), control (teknik menghentikan bola), dribbling (teknik menggiring bola), shooting (teknik menendang atau menembak bola dengan keras ke gawang lawan), heading (teknik menyudul bola), intercepting (teknik merebut bola), sliding tackle (teknik menyapu bola), throw in (teknik lemparan ke dalam), goal keeping (teknik menangkap bola), dan juggling (teknik menimang bola untuk melatih kontrol bola). Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi seseorang pemain sepak bola adalah penguasaan teknik dasar sepak bola yang baik dan benar. Teknik dasar yaitu semua kegiatan yang mendasar, sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain sepak bola akan dapat bermain dengan baik disegala posisinya menurut Nasution (Firmasyah 2023).

Small Sided Games (SSG) (Wardana et al., 2019) Menyatakan bahwa small sided games merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik, Small sided games adalah setiap permainan yang dimainkan dengan pemain kurang dari sebleas dan dilapangan yang berukuran lebih kecil. Small sided games suatu permainan yang dimainkan pada bidang lapangan dengan ukuran yang lebih kecil dari pada sepakbola pada umumnya, menggunakan aturan yang dimodifikasi dan melibatkan sejumlah pemain yang lebih kecil dari pada jumlah pemain yang sebernarnya.

Sepakbola SMK Pratama Mulya Karawang minat dan bakat peserta didik terhadap sepakbola dibina dan memulai latihan rutin yang dilaksanakan di sekolah. Latihan dilaksanakan 2 kali dalam seminggu yaitu hari Selasa s/d Kamis pukul 15.30-17.00 WIB, Siswa yang mengikuti sepakbola sebanyak 50 orang.

Berdasarkan latar belakang diatas tersebut maka penulis tertarik untuk menggunakan penelitian yang diangkat ke dalam judul penelitian "Penerapan Metode Latihan Small Sided Games Terhadap Keterampilan Passing Bagian Dalam Permainan Sepakbola Ektrakurikuler Smk Pratama Mulya Karawang". Selama ini belum ada penelitian mengenai Penerapan Metode Latihan Small Sided Games Terhadap Keterampilan Passing Bagian Dalam Permainan Sepakbola Ektrakurikuler Smk Pratama Mulya Karawang Sehingga fokus penelitian ini adalah passing sepakbola bagian dalam pada ekstrakurikuler Di SMK Pratama Mulya Karawang.

B. METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian kuantitatif adalah penelitian yang didasari pada asumsi, kemudian variabel dan selanjutnya dianalisis dengan menggunakan metode penelitian yang valid, terutama dalam penelitian kuantitatif. Pendekatan penelitian sangat dibutuhkan dalam penelitian, oleh karena itu peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif (Sugiyono, 2020). Definisi penelitian kuantitatif adalah penelitian yang didasari pada asumsi, kemudian ditemukan variabel, dan selanjutnya dianalisis dengan menggunakan metode-metode penelitian yang valid, terutama dalam penelitian kuantitatif

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental, khususnya dengan desain One Group Pretest-Posttest Design. Metode ini dipilih karena sesuai dengan kebutuhan untuk mengukur pengaruh perlakuan (treatment) berupa latihan metode Small Sided Games terhadap peningkatan keterampilan passing bagian dalam dalam permainan sepakbola. Dalam desain ini, peneliti melakukan pengukuran keterampilan passing siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan tanpa menggunakan kelompok kontrol pembanding. Menurut Sugiyono (2020), metode pre-eksperimen tergolong sebagai eksperimen dasar yang belum sepenuhnya mengontrol variabel luar, tetapi tetap dapat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh perlakuan terhadap subjek.



Gambar 1.1 Desain Penelitian One Grup Pretest-Posttets

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMK Pratama Mulya Karawang yang berjumlah 30 orang. Karena jumlah populasi relatif kecil, maka peneliti menggunakan teknik total sampling, di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Hal ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai efek dari metode latihan yang diterapkan.

Kelas	Total
X	10
XI	20
Jumlah	30

Peneliti menggunakan instrumen berupa tes keterampilan passing bagian dalam sepakbola, dan telah disesuaikan dengan kebutuhan latihan ekstrakurikuler di SMK Pratama Mulya Karawang. Instrumen ini bertujuan untuk mengukur kemampuan siswa dalam melakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam secara akurat dan efektif. Pelaksanaan tes dilakukan dengan menempatkan siswa dalam skenario permainan kecil, di mana setiap peserta melakukan passing sejauh 5 meter ke rekan satu tim dalam formasi permainan. Setiap peserta diberikan lima kesempatan melakukan passing. Passing yang berhasil mengenai target diberi skor 1, dan jika meleset diberi skor 0.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data merupakan gambaran umum mengenai data yang digunakan dalam suatu penelitian. Dalam proses pengujian deskripsi data ini, peneliti bertujuan untuk mengetahui kondisi atau karakteristik responden yang menjadi sampel penelitian. Penelitian ini melibatkan 30 siswa sebagai responden, dan pengumpulan data dilakukan melalui tes yang telah disusun oleh peneliti. Tes tersebut terdiri dari 5 percobaan yang digunakan dalam dua tahap, yaitu pretest dan posttest. Hasil skor dari masing-masing responden pada kedua tahap tes tersebut kemudian dianalisis untuk menggambarkan

kondisi awal dan akhir pembelajaran, serta untuk melihat adanya perubahan atau peningkatan hasil belajar setelah perlakuan diberikan.

Tabel 1.2 Hasil Statistik Deskriptif Pretest

Statistics		
PRETEST		
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		43.23
Median		43.00
Mode		40
Std. Deviation		7.942
Variance		63.082
Range		34
Minimum		26
Maximum		60
Sum		1297
Percentiles	25	40.00
	50	43.00
	75	47.75

Berdasarkan pada tabel 1.2 menunjukkan nilai dari pretest yang diperoleh dari hasil tes 30 siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMK Pratama Mulya Karawang. Pretest dilakukan untuk mengetahui keterampilan passing bagian dalam siswa sebelum melakukan treatment yang menunjukkan nilai rata-rata (mean) sebesar 43.23. Nilai tengah (median) nya adalah 43.00. Nilai yang sering muncul (mode) adalah 40. Standar deviasi sebesar 7.942. Nilai variansi nya adalah 63.082. Nilai skor minimum dari pretest adalah 26 dan nilai skor maksimum adalah 60 jumlah total nilai (Sum) pretest adalah 1297.

Tabel 1.3 Hasil Statistik Deskriptif Postest

Statistics		
POSTEST		
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		85.77
Median		86.00
Mode		86
Std. Deviation		8.241
Variance		67.909
Range		34
Minimum		66
Maximum		100
Sum		2573

Berdasarkan pada tabel 1.3 menunjukkan nilai dari pretest yang diperoleh dari hasil tes 30 siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMK Pratama Mulya Karawang. Nilai rata-rata (mean) sebesar 85.77. Nilai tengah (median) nya adalah 86.00. Nilai yang sering muncul (mode) adalah 86. standar deviasi adalah 8.241. Nilai variansi nya adalah 67.909. Nilai skor minimum dari postest adalah 60. Dan nilai skor maksimum 100. Jumlah total nilai (Sum) postest adalah 2573.

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data. Uji normalitas adalah membandingkan antara data yang dimiliki dan data berdistribusi normal yang memiliki rata rata (mean) dan standar deviasi yang sama, Setelah diketahui hasil perhitungan statistik deskriptif yang meliputi rata-rata, simpangan baku dan variansi dari masing-masing variabel, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji normalitas sebagai prasyarat analisis data sebelum mengitung uji t, dikarenakan penulis menggunakan uji t sebagai hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan uji shapiro-wilk dengan menarik kesimpulan jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal. Pengujian Sebelum menghitung nilai- nilai yang di butuhkan dalam Uji Shapiro-wilk untuk mengetahui lebih lengkapnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1.4 Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.158	30	.054	.940	30	.094
POSTEST	.178	30	.016	.943	30	.107

a. Lilliefors Significance Correction

Dasar pengambilan keputusan:

Jika signifikasikan $> 0,05$ maka data berdistribusi normal.

Jika signifikasikan $< 0,05$ maka data berdistribusikan tidak normal.

Berdasarkan tabel 1.4 uji normalitas menggunakan uji shapiro-wilk karena jumlah sampel kecil ($30 < 50$), maka diketahui bahwa hasil pengujian normalitas tes awal (Pretest) Keterampilan passing kaki bagian dalam permainan sepakbola ekstrakurikuler SMK Pratama Mulya Karawang diperoleh nilai signifikansi 0,094 dengan $n= 30$, maka nilai $sig.> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan berdasarkan pengambilan keputusan bahwa data tes awal (pretest) keterampilan passing kaki bagian dalam permainan sepakbola ekstrakurikuler SMK Pratama Mulya Karawang berdistribusi normal.

Sedangkan, data tes akhir (postest) keterampilan passing kaki bagian dalam permainan sepakbola ekstrakurikuler SMK Prama Mulya Karawang diperoleh nilai signifikansi 1.07 dengan $n= 30$, maka nilai $sig. > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan berdasarkan pengambilan keputusan bahwa data tes akhir (postest) keterampilan passing kaki bagian dalam permainan sepakbola ekstrakurikuler SMK Pratama Mulya Karawang berdistribusikan normal.

Berdasarkan uji normalitas distribusi data pretest dan posttest kedua data berdistribusi normal sehingga analisis dilanjutkan dengan menguji homogenitas. Uji homogenitas data pretest dan posttest keterampilan passing bagian dalam permainan sepakbola ekstrakurikuler SMK Pratama Mulya Karawang dengan menggunakan Software IBM SPSS Statistics Versi 29 for Windows

Dengan dasar pengambilan keputusan adalah jika nilai signifikansi atau $sig. < 0,05$ maka distribusi data tidak normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi atau $sig. > 0,05$ maka distribusi data normal. Setelah dilakukan pengolahan data, tampilan output dari analisis uji homogen Levene Test.

Tabel 1.5 Uji Homogen

Oneway

Tests of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
POSTEST	Based on Mean	.849	3	24	.481
	Based on Median	.237	3	24	.870
	Based on Median and with adjusted df	.237	3	19.249	.870
	Based on trimmed mean	.787	3	24	.513

Berdasarkan uji homogenitas pada tabel 1.5 diketahui nilai signifikansi sebesar 0,481. Karena nilai signifikansi 0,481 artinya nilai signifikansi > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut homogen.

Setelah mendapatkan data dalam uji normalitas dan uji homogenitas, maka langkah selanjutnya yang akan dilakukan adalah pengujian terhadap hasil tes siswa dalam pretest dan posttest. Pengujian ini meliputi uji paired sample t-test. Pengujian ini dilakukan untuk menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Merujuk pada tabel diatas dapat dilakukan uji paired sample t-test hal ini dikarenakan data berdistribusi normal. Adapun uji ini dibantu dengan menggunakan Software IBM SPSS Statistics Versi 29 for Windows.

Dasar pengambilan keputusan:

Jika nilai sig < 0,05 maka H0 ditolak dan

H1 diterima. Jika nilai sig > 0,05 maka H0

diterima dan H1 ditolak.

Tabel 1.6 Uji Paired Sample T-Test

Paired Samples Test

		Paired Differences		95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower				Upper
Pair 1	PRETEST - POSTEST	-42.533	12.102	2.210	-47.052	-38.014	-19.250	29	<.001

Berdasarkan tabel 1.6 memperoleh nilai rata-rata (mean) -42,533, yang menunjukkan bahwa nilai posttest lebih tinggi dibandingkan nilai pretest. Nilai standar deviation 12.102 dan standar eror 2.210. Sig (2-tailed) yaitu 0,001 < 0,05 maka H0 ditolak dan H1 diterima.

Hasil uji paired t test nilai signifikansi < 0,001 kurang dari taraf signifikan (a) < 0,05, maka Ho ditolak dan H1, diterima. Artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara

rata-rata nilai sebelum perlakuan dengan rata-rata nilai sesudah perlakuan. Pada tabel t diperoleh thitung negatif, yaitu -19.250. yang artinya rata-rata sebelum perlakuan lebih rendah dari pada rata-rata sesudah perlakuan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan dengan menggunakan metode Small Sided Games dapat berpengaruh terhadap keterampilan passing kaki bagian dalam permainan sepakbola ekstrakurikuler SMK Pratama Mulya Karawang.

Pembahasan

Penelitian Berdasarkan pengolahan dan analisis data dengan pendekatan statistika, menunjukkan bahwa tes yang telah peneliti lakukan di SMK Pratama Mulya Karawang mendapatkan hasil yang valid dan signifikan. Penelitian ini dilakukan selama 8 kali pertemuan, pada pertemuan pertama peneliti melakukan tes awal atau pretest kepada seluruh sampel siswa ekstrakurikuler sepakbola, pertemuan kedua sampai dengan pertemuan ke enam peneliti melakukan perlakuan atau treatment kepada peserta ekstrakurikuler sepakbola dengan konsep dasar latihan bermain yaitu metode Small Sided Games, selanjutnya pada pertemuan terakhir peneliti melakukan tes akhir atau posttest untuk mengetahui apakah metode Small Sided Games dapat berpengaruh atau tidak terhadap keterampilan passing kaki bagian dalam permainan sepakbola.

Pembahasan Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode Small Sided Games memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan passing kaki bagian dalam pada siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMK Pratama Mulya Karawang. Hal ini terlihat dari perbedaan skor pretest dan posttest yang menunjukkan peningkatan yang cukup mencolok. Nilai rata-rata (mean) pretest sebesar 43,23 meningkat menjadi 85,77 pada posttest. Selain itu, hasil uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal, masing-masing dengan nilai signifikansi 0,094 dan 0,107 (lebih besar dari 0,05). Uji homogenitas menggunakan Levene Test juga menunjukkan bahwa data memiliki varians yang homogen, dengan nilai signifikansi sebesar 0,57. Selanjutnya, pengujian hipotesis dengan paired sample t-test menghasilkan nilai signifikansi $< 0,001$, yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest. Dengan demikian, metode Small Sided Games terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan passing siswa, yang didukung pula oleh hasil uji statistik yang

kuat. Peningkatan ini menegaskan bahwa model latihan yang terstruktur dan menyenangkan seperti Small Sided Games dapat menjadi alternatif yang tepat dalam pengembangan keterampilan teknik dasar dalam permainan sepak bola di lingkungan sekolah.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, serta uji hipotesis dengan metode Paired Sample T-Test. Penelitian melibatkan 30 siswa ekstrakurikuler sepakbola di SMK Pratama Mulya Karawang sebagai responden. Data dikumpulkan melalui dua tahap, yaitu pretest dan posttest terhadap keterampilan passing kaki bagian dalam dalam permainan sepakbola. Hasil pretest menunjukkan rata-rata (mean) sebesar 43,23 dengan standar deviasi 7,942 dan skor maksimum 60, sedangkan hasil posttest meningkat dengan rata-rata (Mean) sebesar 85,77. dan standar deviasi 8,241. Serta skor maksimum 100. Uji normalitas menggunakan metode Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data pretest ($\text{sig} = 0,094$) dan posttest ($\text{sig} = 1,07$) berdistribusi normal karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Selanjutnya, uji homogenitas menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,481 yang juga lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data memiliki distribusi homogen. Pengujian hipotesis menggunakan uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai signifikansi $< 0,001$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest. Hasil ini diperkuat oleh nilai *t* hitung sebesar -19,290, menandakan bahwa rata-rata nilai sesudah perlakuan (posttest) lebih tinggi secara signifikan dibandingkan sebelum perlakuan (pretest).

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Pratama Mulya Karawang, dapat disimpulkan bahwa metode *Small Sided Games* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *passing* kaki bagian dalam pada siswa ekstrakurikuler sepak bola. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai rata-rata dari pretest sebesar 43,23 menjadi 83,63 pada posttest. Selain itu, data yang diperoleh telah memenuhi syarat statistik dengan distribusi normal dan varians yang homogen. Hasil uji hipotesis melalui *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi $< 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai sebelum dan sesudah perlakuan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *Small Sided Games* efektif digunakan dalam latihan teknik dasar sepak bola, khususnya dalam meningkatkan keterampilan *passing* kaki bagian dalam di lingkungan ekstrakurikuler sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Sugiyono. (2020). *Metode-Penelitian-Kuantitatif-Kualitatif*.

Maulana, M. I., & Irawan, A. A. (2023). *Pengaruh Model Pembelajaran Inquiry Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Sepakbola di SMAN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang Universitas Singaperbangsa Karawang PENDAHULUAN Pendidikan adalah suatu kebutuhan yang sangat penting karena pendidikan a. 9(2), 369–374.*

Subagyo Pengaruh Latihan Dribble Zig-zag Dan Dribble T Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pemain Sepakbola Di SSB PUMA. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 182–190.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>

Buchari alma 2020. *Jurnal STIE Yasa Anggana*, 20(1), 43–49.

Siti Halimah. (2023). Pengaruh metode latihan small sided games terhadap keterampilan passing pada permainan futsal. *Jurnal Porkes*, 6(2), 355–369.
<https://doi.org/10.29408/porkes.v6i2.18298>

Wardana, C. R., Setiabudi, M. A., & Candra, A. T. (2018). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Keterampilan Passing, Controlling dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMK Negeri 1 Tegalsari Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olahraga)*, 3(2), 194–201.
<https://doi.org/10.36526/kejaora.v3i2.212>