



## PENGARUH LATIHAN MODEL RONDO TERHADAP AKURASI GROUND PASSING CLUB SEPAKBOLA SMA NEGERI 2 WAJO

Andi Muh. Yhusril <sup>1)</sup>\*, Dahlan <sup>2)</sup>, Muslim <sup>3)</sup>

<sup>1), 2), dan 3)</sup> Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Makassar  
E-mail : <sup>1)</sup> andiyhuzriel15@gmail.com, <sup>2)</sup> dahlan@unm.ac.id, <sup>3)</sup> muslim@unm.ac.id

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 1) Pengaruh latihan model rondo terhadap akurasi ground passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo; 2) Pengaruh latihan model rondo terhadap akurasi ground passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo; dan 3) Perbedaan pengaruh latihan model rondo dan tanpa latihan model rondo terhadap akurasi ground passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo dengan sampel yang digunakan yaitu 20 atlet dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total populasi dan sistem pembagian kelompok menggunakan *matching ordinal pairing*. Adapun instrument penelitian yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis normalitas data, analisis homogenitas dan analisis uji t dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20. Hasil penelitian menunjukkan bahwa; 1) Ada pengaruh latihan model rondo terhadap akurasi ground passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo terbukti dengan adanya peningkatan dengan nilai  $t_{\text{observasi}} 33,068 > t_{\text{tabel}} 2,262$  dan nilai signifikan  $0,000 < \alpha 0,05$ ; 2) Ada pengaruh tanpa latihan model rondo terhadap akurasi ground passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo terbukti dengan adanya peningkatan dengan nilai  $t_{\text{observasi}} 28,500 > t_{\text{tabel}} 2,262$  dan nilai signifikan  $0,000 < \alpha 0,05$ ; 3) Ada perbedaan pengaruh antara latihan model rondo dan tanpa latihan model rondo terhadap akurasi ground passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo dengan nilai  $t_{\text{observasi}} 4,562 > t_{\text{tabel}} 2,101$  dan nilai signifikan  $0,000 < \alpha 0,05$ . Kesimpulan bahwa latihan model rondo memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan dengan tanpa latihan model rondo terhadap akurasi ground passing Club Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo.

Kata kunci : latihan model rondo; *ground passing* sepakbola

### ABSTRACT

*This study aims to determine: 1) The effect of the rondo model training on the accuracy of ground passing of the Soccer Club of SMA Negeri 2 Wajo; 2) The effect of the rondo model training on the accuracy of the ground passing of the Soccer Club of SMA Negeri 2 Wajo; and 3) The difference in the effect of the rondo model training and without the rondo model training on the ground passing accuracy of the SMA Negeri 2 Wajo Soccer Club. The population in this study were all athletes of the Soccer Club of SMA Negeri 2 Wajo with the samples used were 20 athletes with the sampling technique using the total population and the group division system using ordinal pairing matching. The research instruments used were descriptive analysis, data normality analysis, homogeneity analysis and t test analysis with the help of SPSS version 20 application. The results showed that; 1) There is an effect of rondo model training on the ground passing accuracy of the Soccer Club of SMA Negeri 2 Wajo as evidenced by an increase with an observation value of  $33.068 > t \text{ table } 2.262$  and a significant value of  $0.000 < 0.05$ ; 2) There is an effect without rondo model training on the ground passing accuracy of the Soccer Club of SMA Negeri 2 Wajo as evidenced by an increase with an observation value of  $28,500 > t \text{ table } 2.262$  and a significant value of  $0.000 < 0.05$ ; 3) There is a difference in the effect between the rondo model training and without the rondo model training on the ground passing accuracy of the Soccer Club of SMA Negeri 2 Wajo with an observation value of  $4.562 > t \text{ table } 2.101$  and a significant value of  $0.000 < 0.05$ . The conclusion is that the rondo model exercise has a greater effect than without the rondo model exercise on the ground passing accuracy of the SMA Negeri 2 Wajo Soccer Club.*

Keywords : rondo model training; football ground passing

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu cara untuk menjaga agar kesegaran jasmani tetap berada dalam kondisi terbaik. Banyak terlihat laki-laki maupun perempuan, tua atau muda melakukan latihan olahraga, baik di lapangan maupun di jalan, semua ini mereka lakukan agar kesehatan dan kesegaran jasmani tetap baik yang digunakan sebagai dasar untuk hidup bahagia dan bermanfaat. Selain itu olahraga bertujuan untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani (Santika, 2015; 2017; Suantika et al., 2016; Gunawan et al., 2016). Salah satu cabang olahraga yang memasyarakat adalah olahraga sepakbola. Perkembangan olahraga sepakbola dewasa ini semakin pesat hingga ke pelosok-pelosok daerah. Selain itu, banyak juga olahraga tradisional yang dulunya hanyalah semacam permainan kecil sekarang diangkat menjadi cabang olahraga yang menarik untuk dipertandingkan, seperti olahraga dayung, balap, dan lain sebagainya. Namun demikian, terlepas dari prestasi yang ingin diraih, banyak manusia melakukan olahraga untuk menjaga kesehatan tubuhnya.

Sepakbola merupakan olahraga yang paling diminati di dunia salah satunya di Indonesia dari usia anak-anak, remaja dan dewasa. Menurut Sudirman et al. (2021); Nurcahyo et al. (2021) bahwa : “Sepakbola adalah permainan memainkan bola menggunakan kaki, dengan maksud untuk menciptakan gol sebanyak mungkin dengan berpedoman pada aturan yang telah ditetapkan”. Dalam permainan sepakbola diperbolehkan menggunakan semua anggota tubuh terutama bagian kaki, tetapi tidak boleh menggunakan tangan kecuali penjaga gawang. Sepakbola merupakan sebuah permainan yang dimaiankan beregu, yang masing-masing regu terdiri dari penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah, dan pemain depan. Seorang penjaga gawang boleh menggunakan semua anggota tubuh untuk bermain kecuali tangan (hanya untuk di daerah gawangnya). Permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan gol dari lawan. Untuk regu yang dapat mencetak gol paling banyak ke gawang lawan dalam waktu 2 x 45 (90 menit) maka regu tersebutlah yang menang.

Dalam permainan sepakbola dibutuhkan komunikasi antar pemain untuk menjalin kerjasama yang baik dalam bermain sebagai kunci kesuksesan. Pemain sepakbola juga harus menguasai teknik dasar dalam bermain sepakbola. Gerak atau teknik tanpa bola merupakan gerak tanpa menggunakan bola yang dilakukan dalam permainan sepakbola seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, berkelit, dan berhenti tiba-tiba, sedangkan gerak atau teknik dengan bola merupakan gerak atau teknik dalam permainan sepakbola dengan menguasai bola yang meliputi kemampuan pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*), menendang bola (*passing*), menendang bola ke gawang (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), menerima dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*), menyundul bola (*heading*), gerak tipu (*feinting*), merebut bola (*sliding tackle-sliding*), melempar bola kedalam (*throw-in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*).

Menurut Nasrulloh et al. (2018) mengatakan bahwa : “Latihan adalah merupakan suatu jenis aktivitas fisik yang membutuhkan perencanaan, terstruktur, dan dilakukan secara berulang-ulang dengan maksud untuk meningkatkan atau mempertahankan satu atau lebih komponen kebugaran jasmani”. Dalam bidang olahraga tujuan akhir latihan adalah untuk meningkatkan penampilan olahraga. Latihan adalah suatu proses penyempurnaan olahraga yang diatur dengan prinsip-prinsip yang bersifat ilmiah, khususnya prinsip-prinsip paedagogis.

Dalam dunia olahraga, prestasi proses latihan yang dilakukan untuk meraihnya merupakan suatu pekerjaan yang sangat unik dan penuh dengan resiko. Dikatakan unik karena objek latihannya adalah manusia yang merupakan suatu totalitas sistem psiko-fisik yang kompleks.

Artinya, keberadaan manusia sebagai anak latih dalam proses latihan tidak dapat diperlakukan seperti robot, yang harus menuruti setiap perintah dari pusat tombolnya. Menurut Syahriadi (2020) mengatakan bahwa : “Latihan adalah suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan dengan berulang-ulang secara kontinyu dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan untuk mencapai tujuan”.

Selanjutnya dikatakan penuh dengan resiko karena dalam proses latihan olahraga tentu akan terjadi perubahan-perubahan atau kerusakan baik secara fisik maupun psikis. Menurut Mylsidayu dan Kurniawan (2015), pengetahuan pendukung dalam proses berlatih melatih sebagai berikut: “(1) *anatomi*, (2) *Psikologi*, (3) *Fisiologi*, (4) Pembelajaran *motorik*, (5) *Biomekanika*, (6) Statistik, (7) Tes dan Pengukuran, (8) Kesehatan Olahraga, (9) Ilmu Pendidikan, (10) Gizi, (11) Sejarah, dan (12) Sosiologi”.

Menurut Ariwijaya et al. (2021) bahwa: “Dalam bermain sepakbola diperlukan *passing* untuk dapat melakukan penyerangan, dan sebaliknya *passing* yang tidak tepat merupakan penyebab yang paling utama bagi gagalnya suatu penyerangan”. *Passing* atau mengumpan bola yaitu memindahkan bola dari pemain satu ke pemain lain dalam satu tim dengan tepat. Teknik ini biasanya digunakan untuk mendekati bola ke gawang lawan dengan cara kerja sama. Menurut Abrar dan Syahara (2019) bahwa : “faktor-faktor yang mempengaruhi penentu ketepatan atau akurasi *passing* adalah sebagai berikut: a). Koordinasi tinggi ketepatan baik, b). Besar kecilnya sasaran, c). Ketajaman indra, d). Jauh dekatnya jarak sasaran, e). Penguasaan teknik, f). Cepat lambatnya gerakan, g). *Feeling* dari pemain dan ketelitian, dan h). Kuat lemahnya suatu Gerakan”.

Kesalahan dalam melakukan *passing* banyak di karenakan pemain masih suka bermain sesuka hatinya mahasiswa masih cenderung senang bermain, metode melatih yang kurang kreatif dan inovatif menjadikan salah satu faktor dimana pemain sering salah dalam melakukan *passing* dalam bermain sepakbola. Bersumber dari pendapat di atas mengenai pentingnya latihan *passing* bagi pemain sepakbola, untuk itu pelatih perlu memilih metode latihan mana yang akan digunakan dalam meningkatkan teknik *passing*. Harapannya yaitu *passing* merupakan salah satu teknik dasar bermain sepakbola yang memiliki kontribusi besar dalam permainan sepakbola. Hampir seluruh permainan sepakbola dilakukan dengan *passing*. Besarnya kontribusi *passing* dalam permainan sepakbola, maka perlu diajarkan kepada pemain sepakbola. Besarnya kontribusi *passing* dalam permainan sepakbola, maka perlu diajarkan kepada siswa SMA Negeri 2 Wajo. Oleh karena itu, pertama kali harus dikuasai yaitu teknik dasar *passing*. Untuk itu dibutuhkan metode yang sesuai dan tepat. Maka metode yang paling efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* yaitu metode latihan model rondo.

*Rondo* adalah latihan berbasis posisi dimana penyerang melebihi dari jumlah bertahan, tujuan utama *Rondo* adalah agar penyerang bias menjauhkan bola dari pemain bertahan. *Rondo* dimainkan diarea tertentu yang dapat bervariasi dalam ukuran tergantung dari jumlah atau kemampuan pemainnya. Format/formasi *Rondo* pada umumnya terdiri dari 3v1, 3v2, 4v2, 5v2, 6v3.

Menurut Agusta dan Agus (2020) bahwa : “*El rondo* merupakan bentuk Latihan dengan skema lingkaran diisi beberapa pemain dan menempatkan satu atau dua pemain di tengah lingkaran. Bentuk latihannya yaitu para pemain yang berdiri di keliling lingkaran harus berusaha untuk terus menguasai bola dengan cara mengumpankan bola satu sama lain”. *El rondo* merupakan bentuk latihan dengan skema lingkaran diisi beberapa pemain dan menempatkan satu atau dua pemain di tengah lingkaran. Bentuk latihannya yaitu para pemain yang berdiri di keliling lingkaran harus berusaha untuk terus menguasai bola dengan cara mengumpankan bola

satu sama lain. Sebaliknya, pemain yang berada di tengah lingkaran harus berusaha untuk memotong bola. Ada banyak varietas el rondo, tetapi konsep dasarnya bahwa 6-10 orang berdiri dalam lingkaran dan 1-3 pemain berdiri di tengah dan mencoba untuk merampas bola, memblokir atau memaksa pemain melakukan kesalahan dengan bola keluar dari lingkaran.

Menurut Istighfar (2020) bahwa : “Rondo merupakan bentuk latihan dengan skema lingkaran diisi beberapa pemain dan menempatkan satu atau dua pemain di tengah lingkaran”. Rondo sangat bagus untuk dikembangkan, kecepatan bermain, kesadaran, Teknik mengumpan dan menerima, dukungan pemain yang bagus, kerjasama, kreatif dan bertahan. Rondo digunakan sebagai awal aktivitas pemanasan pada saat sesi latihan, namun Rondo dapat dijadikan sebagai latihan utama.

Fakta dilapangan bahwa teknik dasar *passing* sepakbola mereka belum cukup baik. Sebagian pemain atau siswa SMA Negeri 2 Wajo mengalami kesalahan pada teknik dasar *passing* pada sepakbola. Teknik yang mereka pelajari saat latihan, tidak keseluruhan mereka terapkan saat kompetisi, sehingga mengurangi performa saat bertanding dan hasil yang dicapai pun kurang maksimal. Penurunan prestasi para pemain atau siswa SMA Negeri 2 Wajo juga disebabkan oleh menurunnya motivasi siswa dalam berlatih. Hal tersebut juga menjadi faktor menurunnya kemampuan teknik dasar *passing* para pemain. Rendah motivasi perlu diperhatikan oleh pelatih. Hal ini dikarenakan selama latihan siswa kurang serius dalam mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih atau program yang diberikan pelatih cenderung monoton. Siswa bisa jadi merasa jenuh atau bosan dengan metode dan program latihan yang cenderung kurang bervariasi. Diperlukan metode baru sebagai usaha meningkatkan kemampuan *passing*. Selama ini program latihan diselenggarakan dengan metode yang kurang bervariasi dan monoton. Maka dari itu diperlukan suatu latihan yang menarik agar siswa lebih tertarik dalam mengikuti proses latihan, Latihan yang diberikan yaitu latihan model rondo.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah jenis penelitian eksperimen. Menurut Sudaryono et al. (2013) mengatakan bahwa : “Eksperimen adalah merupakan satu-satunya metode penelitian yang benar-benar dapat menguji hipotesis mengenai hubungan sebab akibat”. Menurut Sudaryono et al. (2013) mengatakan bahwa : “Variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh pembimbing untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Sedangkan Hatch dan Farhady (1981) dalam Sugiyono (2015) mengatakan bahwa: “Variabel merupakan gejala yang menjadi focus untuk diamati atau sebagai atribut dari sekelompok orang atau obyek yang mempunyai variasi antara satu dengan yang lain dalam kelompok itu”. Adapun variabel yang ingin diteliti adalah Variabel bebas yaitu latihan mode *rondo* dan Variabel terikat yaitu akurasi ground passing dalam permainan sepakbola.

Menurut Damadi (2013) mengatakan bahwa : “Populasi adalah keseluruhan objek yang berfungsi sebagai sumber data dalam penelitian”. Jadi, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet *Club* Sepakbola SMA Negeri 2 Wajo. Dengan demikian pertimbangan di atas dari konsep tersebut, maka sampel yang dipergunakan dalam penelitian ini sebanyak 20 atlet *Club* sepakbola SMA Negeri 2 Wajo. Teknik pengambilan sampelnya adalah “total populasi atau sampel jenuh”.

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh data empiris sebagai bahan untuk menguji kebenaran hopotesis. Data yang dikumpulkan penelitian ini menggunakan tes akurasi groud *passing* sepakbola dengan cara pelaksanaan yaitu : 1) Tujuan : untuk mengukur ketepatan

passing seseorang, 2) Validitas sebesar 0,812 dan reliabilitas sebesar 0,879, 3) Alat yang digunakan untuk pengukuran yaitu Meteran, kapur, Gawang kecil ukuran panjang 1,5 meter dan tinggi 0,5 meter, 4) Pelaksanaan : Bola diletakkan garis batas, testi berdiri di belakang bola, boleh mengambil awalan, Tendangan dianggap sah dan dihitung masuk apabila masuk pada bidang sasaran, mengenai tali (batas atas) dan atau mengenai pancang, dan kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas dari arah berseberangan (jarak 18 meter), 5) Penilaian Jumlah tendangan yang masuk sah dari 10 kali tendangan (Suantama et al., 2017). Teknik analisis data yang digunakan menggunakan analisis uji t.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Deskriptif

**Tabel 1**  
**Analisis Deskriptif Pre dan Post Tes Kelompok Rondo dan Non Rondo**

Variabel	Pre Tes Kelompok Rondo	Post Tes Kelompok Rondo	Pre Tes Kelompok Non Rondo	Post Tes Kelompok Non Rondo
<i>N</i>	10	10	10	10
<i>Sum</i>	29,00	83,00	28,00	66,00
<i>Mean</i>	2,9000	8,3000	2,8000	6,6000
<i>Std. Deviation</i>	0,99443	0,67495	0,78881	0,96609
<i>Range</i>	3,00	2,00	2,00	3,00
<i>Minimum</i>	1,00	7,00	2,00	5,00
<i>Maximum</i>	4,00	9,00	4,00	8,00

Untuk data tes awal latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing *Club* sepakbola SMA Negeri 2 Wajo dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 29,00. Nilai rata-rata yang diperoleh 2,9000 dengan hasil standar deviasi 0,994. Untuk nilai range diperoleh 3,00 dari nilai minimal 1,00 dan nilai maksimal 4,00. Untuk data tes akhir latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing *Club* sepakbola SMA Negeri 2 Wajo dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 83,00. Nilai rata-rata yang diperoleh 8,300 dengan hasil standar deviasi 0,675. Untuk nilai range diperoleh 2,00 dari nilai minimal 7,00 dan nilai maksimal 9,00. Untuk data tes awal tanpa latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing *Club* sepakbola SMA Negeri 2 Wajo dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 28,00. Nilai rata-rata yang diperoleh 2,800 dengan hasil standar deviasi 0,789. Untuk nilai range diperoleh 2,00 dari nilai minimal 2,00 dan nilai maksimal 4,00. Untuk data tes akhir Tanpa latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing *Club* sepakbola SMA Negeri 2 Wajo dari 10 jumlah sampel diperoleh total nilai sebanyak 66,00. Nilai rata-rata yang diperoleh 6,600 dengan hasil standar deviasi 0,966. Untuk nilai range diperoleh 3,00 dari nilai minimal 5,00 dan nilai maksimal 8,00.

## Pengujian Hipotesis

**Tabel 2**  
**Pengujian Hipotesis Ada pengaruh latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing Club dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 2 Wajo**

$t_{\text{observasi}}$	$t_{\text{tabel}}$	Keterangan
33,068	2,262	Signifikan

Dari hasil rangkuman Tabel 2, maka nilai  $t_{\text{observasi}} = 33,068 > t_{\text{tabel}} = 2,262$  pada taraf signifikan 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, berarti ada perbedaan tes awal dan tes akhir. Jadi ada pengaruh latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing Club dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 2 Wajo.

**Tabel 3**  
**Pengujian Hipotesis Ada pengaruh Tanpa latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing Club dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 2 Wajo**

$t_{\text{observasi}}$	$t_{\text{tabel}}$	Keterangan
28,500	2,262	Signifikan

Dari hasil rangkuman Tabel 3, maka nilai  $t_{\text{observasi}} = 28,500 > t_{\text{tabel}} = 2,262$  pada taraf signifikan 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, berarti ada perbedaan tes awal dan tes akhir. Kesimpulannya bahwa ada pengaruh yang signifikan Tanpa latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing Club dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 2 Wajo.

**Tabel 4**  
**Pengujian Hipotesis Ada perbedaan pengaruh antara latihan Model Rondo dan Tanpa latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing Club dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 2 Wajo**

$t_{\text{observasi}}$	$t_{\text{tabel}}$	Keterangan
4,562	2,101	Signifikan

Dari hasil rangkuman Tabel 4, maka nilai  $t_{\text{observasi}} = 4,562 > t_{\text{tabel}} = 2,101$  pada taraf signifikan 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, berarti ada perbedaan kedua kelompok Rondo dan kelompok non Rondo tersebut. Kesimpulannya bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan Model Rondo dan Tanpa latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing Club dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 2 Wajo.

Hipotesis pertama diterima: Ada pengaruh yang signifikan latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing *Club* dalam permainan sepakbola pada siswa SMA Negeri 2 Wajo. Latihan yang dilakukan secara sistematis akan memberikan perubahan secara otomatis, seperti halnya dalam latihan Model Rondo untuk akurasi passing saat akan mengoper bola tepat ke keteman yang dituju. Sehingga latihan passing perlu diajarkan sejak dini agar kelak nanti ketika sudah menginjak dewasa sudah dapat ditambah berlatih fisik dan taktik bermain sepakbola. Oleh karena itu bentuk latihan rondo tersebut memiliki fungsi mengoptimalkan hasil Akurasi Ground Passing *Club* dalam permainan sepakbola. *Passing* atau mengumpan bola yaitu memindahkan bola dari pemain satu ke pemain lain dalam satu tim dengan tepat. Teknik ini biasanya digunakan untuk mendekatkan bola ke gawang lawan dengan cara kerja sama. Konsep tersebut selaras dengan hasil penelitian, sehingga latihan model rondo sangat tepat di manfaat melatih akurasi passing dalam permainan sepakbola.

Hipotesis kedua diterima; Ada pengaruh yang signifikan Tanpa latihan Model Rondo terhadap keterampilan menggiring dalam permainan sepakbola. Hal ini jika dikaitkan dengan teori konsep bahwa Latihan adalah suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan dengan berulang-ulang secara kontinyu dengan kian hari kian menambah jumlah beban atau frekuensi latihan untuk mencapai tujuan. Tanpa latihan Model Rondo atau latihan bebas ketika dilakukan secara rutin dengan target untuk akurasi passing maka akan memberikan pengaruh yang signifikan pada ketepatan passing atau mengoper bola dalam permainan sepakbola.

Hipotesis ketiga diterima; Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan Model Rondo dan Tanpa latihan Model Rondo terhadap Akurasi Ground Passing *Club* dalam permainan sepakbola. Prediksi yang dapat dikemukakan bahwa kedua bentuk latihan model rondo dan tanpa latihan model rondo ini memberikan pengaruh atau peningkatan yang positif terhadap Akurasi Ground Passing *Club* dalam permainan sepakbola, namun bila dibandingkan dengan melihat hasil yang diperoleh pada rata-rata tes akhir serta pengujian statistik uji-t tidak berpasangan, maka latihan Model Rondo lebih efektif dan efisien. Sebab didalam melakukan latihan ini lebih mengarahkan pada kemampuan kinerja otot-otot tungkai dalam berkontraksi secara akselerasi dengan konsentrasi selalu terfokus untuk mengumpan bola dengan berusaha setepat mungkin keteman sehingga hasil penelitian sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai yaitu Akurasi Ground Passing *Club* dalam permainan sepakbola. Kinerja otot-otot tungkai yang berperan sebagai penggerak dalam proses dalam melakukan passing atau mengoper bola yang terpolah dengan otomatisasi gerakan dalam permainan sepakbola.

Namun demikian pada prinsipnya bahwa, latihan Model Rondo dan Tanpa latihan Model Rondo memberikan suatu sumbangsi positif dilakukan secara rutin dan sistematis untuk dapat mengarahkan pemain untuk memacu diri baik dari segi peningkatan teknik dan fisik dalam mencapai prestasi. Olehnya itu, diharapkan bagi peneliti selanjutnya mencari bentuk latihan yang lain untuk melatih ketepatan ground passing dalam permainan sepakbola.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa : 1) Latihan Model Rondo berpengaruh secara signifikan terhadap Akurasi *Ground Passing Club* pada permainan sepakbola, 2) Tanpa latihan Model Rondo berpengaruh secara signifikan terhadap Akurasi *Ground Passing Club* pada permainan sepakbola dan 3) Latihan Model Rondo dan Tanpa latihan Model Rondo memiliki perbedaan pengaruh secara signifikan terhadap Akurasi *Ground Passing Club* pada permainan sepakbola. Berdasarkan simpulan di atas maka disarankan kepada pelatih

khususnya cabang olahraga sepakbola agar dapat mempergunakan latihan Model Rondo dalam meningkatkan akurasi *ground passing* dalam sepakbola.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abrar, A., & Syahara, S. (2019). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi Passing Pemain Sepakbola SMA Negeri 15 Padang. *Jurnal JPDO*, 2(1), 165-170. Retrieved from <http://jpdo.pjj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/212>
- Agusta, A., & Agus, A. (2020). Pengaruh Metode Latihan El Rondo Terhadap Keterampilan Short Passing Pemain Sepakbola IPPKM. *Jurnal Stamina*, 3(1), 31-39. Retrieved from <http://stamina.pjj.unp.ac.id/index.php/JST/article/view/481>
- Aldino Ariwijaya, Arya T Candra, & Ach. Zayul Mustain. (2021). Analisis Biomekanika Akurasi Tendangan Sudut Berdasarkan Variasi Titik Impact. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 2(1), 126-131. <https://doi.org/10.46838/spr.v2i1.99>
- Akmal Istighfar. (2020). Peningkatan Kemampuan Passing Bola Melalui Latihan Kucing – Kucingan Pada Ekstrakurikuler Futsal Di Madrasah Aliyah Negeri 1 Jombang. *STAND : Journal Sports Teaching and Development*, 1(1), 56–62. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i1.2328>
- Gunawan, I. P. A., Dewi, I. K. A., & Santika, N. A. (2016). Pelatihan Meloncati Rintangan Setinggi 50cm Ke Kiri ke Kanan 10 Repetisi 3 Set Meningkatkan Daya Ledak Otot Tungkai Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 2 Mengwi Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2(2), 52-60. Retrieved from <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/194>
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung : Alfabeta
- Nasrulloh, A., Prasetyo, Y., & Apriyanto, K. D. (2018). *Dasar-Dasar Latihan Beban*. UNY : Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Nurchahyo, P. J., Festiawan, R., Kusnandar, Yoda, I. K., Wijayanto, A., & Santika, I. G. P. N. A. (2021). Study In Banyumas District: Is The Learning Materials Of Football In School Already Oriented To High Order Thinking Skill? *Annals of Tropical Medicine & Public Health*, 24(3). <http://doi.org/10.36295/ASRO.2021.24366>
- Santika, I. G. P. N. A. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Umur terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahasiswa Putra Semester II Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2014. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(1), 42-47. Retrieved from <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/6>
- Santika, I. G. P. N. A. (2017). Pengukuran Komponen Biomotorik Mahasiswa Putra Semester V Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2017. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 3(1), 85-92. Retrieved from <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/221>
- Suantama, P. A. B., Swadesi, I. K. I., & Sudarmada, I. N. (2018). Pengaruh Metode Latihan Wall Pass Dan Push And Run Terhadap Akurasi Passing Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa SSB Putra Mumbul Usia 10-13 Tahun. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 5(2), 1–10. <https://doi.org/10.23887/jiku.v5i2.14911>
- Suantika, I. G. D., Sumerta, I. K., & Santika, N. A. (2016). Pelatihan Double Leg Bound 10 Repetisi 5 Set Meningkatkan Daya Ledak Otot Tungkai Siswa Putra Kelas VIII D SMP PGRI



- 5 Denpasar Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2(2), 27-30. Retrieved from <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/191>
- Sudaryono, Margono G., & Rahayu, W. (2013). *Pengembangan Instrumen Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Sudirman, A., Mahyuddin, R., & Asyhari, H. (2021). Memahami Faktor Penyebab Terjadinya Cedera dalam Permainan Sepakbola. *Jendela Olahraga*, 6(2), 1-9. doi:<https://doi.org/10.26877/jo.v6i2.8273>
- Sugiyono. (2015). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Syahriadi, S. (2020). Latihan Pliometrik dan Latihan Berbeban terhadap JumpingSmash Atlet Bulutangkis. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 133-142. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i2.1048>