

**EFEKTIVITAS LATIHAN *DYNAMIC PASSING DRILL* TERHADAP
KETERAMPILAN *PASSING* KAKI BAGIAN DALAM PADA
PEMAIN SEPAK BOLA USIA 9-12 TAHUN DI SSB
GELORA MUDA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sastra Satu Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45



Oleh:
GEFASYA ANIP SEPTARA
41182191210077

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM 45
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS LATIHAN *DYNAMIC PASSING DRILL* TERHADAP
KETERAMPILAN *PASSING* KAKI BAGIAN DALAM PADA PEMAIN
SEPAK BOLA USIA 9-12 TAHUN DI SSB GELORA MUDA**

Oleh :

Gefasya Anip Septara

41182191210077

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Dr. Hasan Basri, M.Pd

Bekasi, 21 Januari 2026

Mengetahui
Ketua Program Studi
PJKR FKIP UNISMA
Bekasi



Dr. Aridhotul Haqivah, S.Pd M.Pd
NIDN: 0423079101

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS LATIHAN *DYNAMIC PASSING DRILL* TERHADAP
KETERAMPILAN *PASSING KAKI* BAGIAN DALAM PADA PEMAIN
SEPAK BOLA USIA 9-12 TAHUN DI SSB GELORA MUDA**

Dipersiapkan dan Ditulisoleh:

GEFASYA ANIP SEPTARA

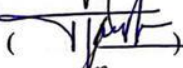
41182191210077

Telah dipertahankan di depan dewan penguji:

Pada tanggal, 21 Januari 2026

Susunan Dewan Penguji

Ketua	: Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd
Sekretaris	: Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd., M.Pd
Penguji 1	: Prof. Dr. Dindin Abidin, M.Si
Penguji 2	: Dr. Elly Dianaa Mamesah, M.Pd
Penguji 3	: Dr. Alfredo Do Carmo M.Pd

()
()
()
()
()

Bekasi, 21 Januari 2026
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45 Bekasi


Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd
NIK : 45101022012015

LEMBAR PERYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Gefasya Anip Septara

Nomor pokok mahasiswa : 41182191210077

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul "Efektivitas Latihan Dynamic Passing Drill Terhadap Keterampilan Passing Kaki Bagian Dalam Pada Pemain Usia 9-12 Tahun Di SSB Gelora Muda" ini benar benar saya kerjakan sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan plagiarisme, pencuri hasil karya milik orang lain, skripsi ini hasil kerja untuk kepentingan saya karena hubungan material maupun non material, ataupun segala kemungkinan lain yang ada pada hakekatnya bukan karya saya secara orisinal dan outentik. Bila kemudian hari diduga kuat ada ketidak sesuaian antar fakta dengan kenyataan ini, saya bersedia diproses oleh tim fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi, dengan saksi tersebut berupa pembatalan kelulusan/kesarjanaan.

Pernyataan ini dibuat dengan kesadaran dan tidak ada tekanan ataupun paksaan dari pihak demi menegakkan integritas akademik institusi ini

Bekasi, 11 Desember 2025
Yang Membuat Pernyataan



9CAN 033157356

Gefasya Anip Septara

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

***“Jika pemimpin bermain drama,
pendidikanlah yang menjaga logika.”***
(penulis)

Alhamdulillah segala puji Syukur kehadiran ﷻ Allah SWT, yang telah melimpah Rahmat-nya. Sehingga penulisan ini dapat di selesaikan dengan baik.

Dengan rasa bangga, karya penulisan ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Anip Sucipto dan Ibu Robis Mujiyanti, dua orang ini yang sangat berjasa bagi penulis. Terimakasih atas kasih sayang, pengorbanan yang tiada Lelah, serta doa-doa yang tiada henti dilangitkan kepada penulis, serta dukungan yang tak terhingga, sehingga penulis mampu menyelesaikan studi nya hingga mendapatkan gelar sarjana ini. Terimakasih telah berjuang untuk kehidupan anak anak kalian *respect*.
2. Bapak Dr. Hasan Basri, S.Pd, M.Pd selaku dosen pembimbing.terimakasih telah membimbing dan memberikan kritik serta saran dan juga tela meluangkan waktu untuk membantu penulisan sehingga sampai di titik ini.
3. Teruntuk teman-teman seperjuangan di prodi PJKR Angkatan 2021 maupun teman-teman diluar sana, terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup selama perkuliahan ini
4. Terimakasih untuk kakak Gerry Anip Patria dan Gefary Anip Saputra dan Gesyifa Anip Tiara selaku adik, sudah mendukung dalam penyusunan sampai detik ini.

ABSTRAK

Gefasya Anip Septara 41182191210077 Skripsi ini berjudul “Efektivitas Latihan *Dynamic Passing Drill* Terhadap Keterampilan *Passing Kaki Bagian Dalam* Pemain Sepak Bola Usia 9-12 Tahun Di SSB Gelora Muda “Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas latihan *Dynamic Passing Drill* terhadap keterampilan passing kaki bagian dalam pada pemain sepak bola usia 9–12 tahun di SSB Gelora Muda, Kabupaten Bogor. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *one group pre-test and post-test*. Sampel berjumlah 12 pemain yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan berupa tes akurasi passing ke gawang kecil sebanyak 10 percobaan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test. Nilai rata-rata pre-test sebesar 3,50 meningkat menjadi 8,33 pada post-test. Hasil uji-t menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan *Dynamic Passing Drill* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan keterampilan passing kaki bagian dalam. Dengan demikian, model latihan ini efektif diterapkan sebagai program pelatihan teknik dasar passing pada pemain usia 9–12 tahun.

Kata kunci: dynamic passing drill, passing kaki bagian dalam, akurasi passing, sepak bola.

ABSTRAK

Gefasya Anip Septara 41182191210077 This thesis is entitled “The Effectiveness of Dynamic Passing Drill Exercises on Inner Foot Passing Skills of 9-12 Year Old Soccer Players at SSB Gelora Muda” Study Program of Physical Education, Health, and Recreation, Faculty of Teacher Training and Education, Islamic University 45 Bekasi.

This study aims to determine the effectiveness of Dynamic Passing Drill exercises on the inside foot passing skills of 9–12-year-old soccer players at SSB Gelora Muda, Bogor Regency. The research method used is an experiment with a one group pre-test and post-test design. The sample consisted of 12 players selected using purposive sampling. The instrument used was an accuracy passing test to a small goal with 10 trials. The research results show a significant increase between the pre-test and post-test scores. The average pre-test score of 3.50 increased to 8.33 in the post-test. The t-test results showed a significance value of 0.000 (< 0.05), thus it can be concluded that the Dynamic Passing Drill exercise has a significant effect on improving inside-foot passing skills. Therefore, this training model is effective to be applied as a basic passing technique training program for players aged 9–12 years.

Keywords: *dynamic passing drill, inside foot passing, passing accuracy, soccer.*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirrahim

Puji syukur Kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahnya yang telah di berikan kepada penulis dapat menyelesaikan skrip ini yang berjudul
EFEKTIVITAS LATIHAN *DYNAMIC PASSING DRILL* TERHADAP
KETERAMPILAN PASSING KAKI BAGIAN DALAM PADA PEMAIN
SEPAK BOLA USIA 9-12 TAHUN DI SSB GELORA MUDA”

Penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan pada universitas islam 45 bekasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Penyusunan ini dapat terlaksana dengan baik berkat dukungan dari banyak pihak untuk itu, pada kesempatan ini penelitian mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Nazaruddin Malik,S.E.,M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Indonesia
2. Ibu Yudi Budiyantri, S.Pd., M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi
3. Ibu Dr. Aridhothul Haqiyah, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi
4. Bapak Dr. Hasan Basri, S.P.d., M.Pd selaku dosen Pembimbing Skripsi.
5. Ibu dan Bapak dosen, serta staff pada Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

6. Seluruh keluarga sayayang selalumemberikan sayasemangatdan dukungan Serta beberapa pihak terkait yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Demikian skripsi ini dibuat atas dasar upaya serta dedikasi pengetahuan penulisan dalam mengeksplorasi dan pengetahuan tentang topik yang dipilih.

Demikian skripsi ini dibuat semoga dapat bermanfaat bagi yang membacanya.

Bekasi, 28 Oktober 2025

Penyusun



Gefasya Anip Septara



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	ii
LEMBAR PERYATAAN KEASLIAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Definisi Oprasional	6
BAB II TINJAUAN PUSKATA	8
A. Landasan Teori.....	8
B. Penelitian Terkait	23
C. Kerangka Berpikir.....	24
D. Hipotesis.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Metode Penelitian	25
B. Populasi dan sampel.....	26
C. Tempat dan Waktu.....	27
D. Desain dan Instrument Penelitian	27
E. Instrumen Penelitian.....	29
F. Prosedur Analisis Data	31
BAB IV HASIL DAN ANALISIS DATA	35
A. Profil <i>Club</i> SSB Gelora Muda	82

B. Deskripsi Sampel Penelitian	35
C. <i>Stastistik Deskriptif</i>	35
D. Hasil Penelitian.....	36
1. Uji Prasyarat analisis	36
a. Uji Normalitas	36
2. Uji Homogenitas.....	37
a. Uji <i>Homogenitas Dynamic passing Drill (pre test-post test)</i>	38
3. Uji Hipotesis.....	38
4. Pembahasan.....	39
BAB V KASIMPULAN DAN SARAN.....	43
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran-Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	45
DAFTAR LAMPIRAN	66

DAFTAR GAMBAR

gambar 2. 1 passing kaki bagian dalam	19
gambar 2. 2 Lapangan bola	19
gambar 2. 3 gawang sepak bola	20
gambar 2. 4 Bola	20
gambar 2. 5 Dynamic Passing Drill	21
gambar 3. 1 tes akurasi passing	29
gambar 3. 2 tabel score.....	30
gambar 4. 1 lapangan sepak bola	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Long Term Athlete Development	16
Tabel 2. 2 penelitian relevan.....	24
Tabel 3. 1 prosedur penelitian.....	29
Tabel 4. 1 Stastistik	35
Tabel 4. 2 <i>Test of Normality</i>	37
Tabel 4. 3 homogenitas.....	38
Tabel 4. 4 Uji Hipotesis.....	39