

**PENGARUH LATIHAN WALL PASS DAN PUSH AND RUN TERHADAP
AKURASI PASSING PEMAIN SEPAKBOLA EMAS
JAKARTA FOOTBALL ACADEMY**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menulis Dalam Meraih Gelar
Sarjana Pendidikan (S1) Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan
Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Oleh :

MOHAMMAD REZA NURSYAMSY

41182191210065

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

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

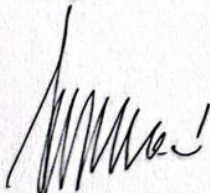
SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN *WALL PASS* DAN *PUSH AND RUN* TERHADAP
AKURASI *PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA EMAS
JAKARTA FOOTBALL ACADEMY

Oleh :

MOHAMMAD REZA NURSYAMSY
41182191210065

Pembimbing

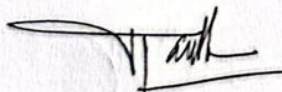


Prof. Dr. Dindin Abidin, M.Si

NIK: 45101061993031

Bekasi, 29 Juni 2026

Bekasi,
Menyetujui
Ketua Program Studi PJKR FKIP
Universitas Islam 45



Dr. Aridhotul Haqivah, S.Pd., M.Pd.

NIK. 45102072018005

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN *WALL PASS* DAN *PUSH AND RUN* TERHADAP AKURASI *PASSING* PEMAIN SEPAKBOLA EMAS JAKARTA FOOTBALL ACADEMY

Dipersiapkan dan ditulis oleh :

MOHAMMAD REZA NURSYAMSY
41182191210065

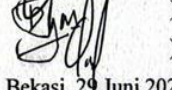
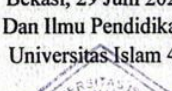
Telah dipertahankan di depan dewan peguji :

Pada tanggal 29 Juni 2026

Dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Peguji

Ketua	: Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd
Sekretaris	: Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd., M.Pd
Penguji 1	: Dr. Yunita Lasma, M.Pd
Penguji 2	: Dr. Elly Diana Mamesah, M.Pd
Penguji 3	: Muflikhul Fajri, M.Pd

()
()
()
()
()

Bekasi, 29 Juni 2026
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45


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

SURAT KETERANGAN BIMBINGAN



UNIVERSITAS ISLAM 45
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 880192

SURAT KEPUTUSAN DEKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
NOMOR : L. 0256/UNISMA.FKIP/KD/X/2025

TENTANG
PENETAPAN PEMBIMBING PENULISAN SKRIPSI
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM 45

- Menimbang : 1. Bahwa penyelesaian akhir program mahasiswa jenjang pendidikan S1 untuk Jurusan dan Program Studi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dilakukan penulisan skripsi.
2. Bahwa untuk kelancaran penulisan, perlu untuk menetapkan pembimbing penulisan skripsi.
- Mengingat : 1. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
2. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi.
3. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 066/V/1994, tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan penilaian hasil belajar.
4. Kurikulum Jurusan dan Program Studi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
- Memperhatikan : 1. Rapat Koordinasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
2. Rekomendasi Seminar Proposal Ketua Program Studi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan : Mengangkat Saudara : **Dr. Dindin Abidin, M.Si**
- Pertama : Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi :
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Nama Mahasiswa : Mohammad Reza Nursyamsy
NPM : 41182191210065
Judul Penelitian Skripsi : *Pengaruh latihan wall pass dan push and run terhadap akurasi passing pemain sepakbola SSB perwira bekaasi*
- Kedua : Surat Keputusan ini berlaku sejak ditetapkan mulai dari semester **Ganjil T.A 2025/2026 sampai dengan semester Genap T.A 2025/2026**
- Ketiga : Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi sampai dengan batas akhir tanggal tersebut di atas, maka keputusan ini tidak berlaku lagi dan biaya bimbingan dinyatakan habis terpakai.
- Keempat : Mahasiswa yang akan melanjutkan skripsi diharuskan membayar bimbingan sebesar ketentuan yang berlaku.
- Kelima : Apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan : Bekasi
Tanggal, 21 Oktober 2025

Yudi Budianti, M.Pd
Dekan

Tembusan :
1. Direktur DAPA UNISMA Bekasi
2. Dosen Pembimbing
3. Arsip

FREKUENSI BIMBINGAN



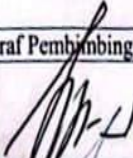
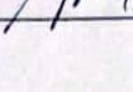
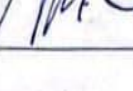
KARTU BIMBINGAN SKRIPSI UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Nama Mahasiswa : Mohammad Reza Nursyamsy
 NPM : 41102101210065
 Program Studi : Pendidikan Peminatan, Escheron dan Pexerati
 Judul : Pengaruh Latihan Wall Pass dan Push and run terhadap Akurasi Passing Pemain Sepakbola Emas Jabbar Football Academy
 Pembimbing : Prof. Dr. Dinein Abdin, M.Si

KEGIATAN BIMBINGAN

NO	Tanggal Bimbingan	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing
1	22/10/25	Pertemuan bimbingan dan diskusi mengenai skripsi	
2	23/10/25	Acce Intaymen apukan BAB I dan Program Latihan	
3	24/10/25	Acce Program Latihan Perilaku BAB I apulo BAB II	
4	25/10/25	Pertemuan Perilaku BAB I dan BAB II	
5	27/10/25	Acce BAB I. Tambahan keon BAB II	
6	28/10/25	Pertemuan Tambahan BAB II Apulo BAB III	
7	30/10/25	Acce BAB II pertemuan BAB III	
8	1/11/25	Acce BAB III, diperbaiki dan untuk daftar lampiran	

KEGIATAN BIMBINGAN

Tanggal Bimbingan	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing
7/7/26	Perbaiki BAB IV dan lampiran BAB V	
10 8/7/26	Perbaiki BAB IV dan V	
11 13/7/26	Perbaiki lampiran BAB IV dan V, lengkap lampiran	
	1. Sk. Bimbingan 2. Izin Penelitian 3. Surat Pengantar dari Departemen 4. Riwayat Hidup	
	Lampiran data statistik lengkap What juga dibutuhkan !!!	
12 15/7/26	Ace format BAB dan lampiran berhak sedang skripsi	

LEMBAR PERNYATAAN

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mohammad Reza Nursyamsy
NPM : 41182191210065
Fakultas : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Perguruan Tinggi : Universitas Islam 45 Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul "Pengaruh Latihan Wall Pass Dan Push And Run Terhadap Akurasi Passing Pemain Sepakbola Emas Jakarta Football Academy" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap keaslian karya saya ini

Bekasi, 29 Juni 2026

Yang membuat pernyataan



Mohammad Reza Nursyamsy

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTO

"Kesuksesan bukan milik orang yang tidak pernah gagal, tetapi milik mereka yang tidak pernah menyerah."

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

- 1. orang tua tercinta, yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dukungan, serta pengorbanan yang tiada henti demi keberhasilan saya.**
- 2. Keluarga tercinta yang selalu memberikan semangat, motivasi, dan doa dalam setiap langkah perjalanan saya.**
- 3. Dosen pembimbing dan seluruh dosen yang telah memberikan ilmu, arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi.**
- 4. Sahabat dan teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan bantuan, dukungan, dan semangat hingga skripsi ini dapat diselesaikan.**
- 5. Seluruh pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam penyusunan skripsi ini.**
- 6. Almamater tercinta, yang telah menjadi tempat saya menimba ilmu dan mengembangkan diri.**
- 7. Terakhir, saya persembahkan karya ini untuk diri saya sendiri sebagai bentuk penghargaan atas perjuangan, kesabaran, dan kerja keras dalam menyelesaikan pendidikan ini**

ABSTRAK

Mohammad Reza Nursyamsy.* 41182191210065. Pengaruh Latihan Wall Pass dan Push and Run terhadap Akurasi Passing Pemain Sepakbola Emas Jakarta Football Academy. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam 45 Bekasi, 2026. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *wall pass* dan *push and run* terhadap akurasi passing pemain Sepakbola Emas Jakarta Football Academy serta mengetahui perbedaan efektivitas kedua metode latihan tersebut.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *two group pretest-posttest design*. Populasi penelitian berjumlah 26 pemain usia 13–15 tahun yang sekaligus dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok latihan *wall pass* dan kelompok latihan push and run, masing-masing berjumlah 13 pemain. Program latihan dilaksanakan selama 16 kali pertemuan dengan frekuensi tiga kali dalam satu minggu. Instrumen penelitian menggunakan tes akurasi passing, sedangkan analisis data meliputi uji normalitas, uji homogenitas, uji paired sample t-test, dan uji independent sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan wall pass berpengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi passing dengan nilai *t* = 8,823* dan *Sig.* = 0,000 (<0,05). Latihan *push and run* juga berpengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi passing dengan nilai *t* = 6,885* dan *Sig.* = 0,000 (<0,05). Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kedua metode latihan dengan nilai *t* = 2,609, **Sig. = 0,015 (<0,05), sehingga latihan *push and run* terbukti lebih efektif dibandingkan latihan wall pass dalam meningkatkan akurasi passing pemain Sepakbola Emas Jakarta Football Academy.

Kata kunci: wall pass, push and run, akurasi passing, sepak bola.

ABSTRACT

Mohammad Reza Nursyamsy. *41182191210065. *The Effect of Wall Pass and Push and Run Training on Passing Accuracy of Soccer Players at Emas Jakarta Football Academy. Thesis. Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Islam 45 Bekasi, 2026. This study aims to find out the effect of wall pass and push and run training on the passing accuracy of soccer players at Emas Jakarta Football Academy, as well as to determine the difference in effectiveness between the two training methods.*

This research uses an experimental method with a two-group pretest-posttest design. The research population consists of 26 players aged 13–15 years, who were also used as the sample using a total sampling technique. The sample was divided into two groups: the wall pass training group and the push and run training group, each consisting of 13 players. The training program was carried out over 16 sessions with a frequency of three times per week. The research instrument used a passing accuracy test, while the data analysis included normality test, homogeneity test, paired sample t-test, and independent sample t-test. The results showed that wall pass exercises had a significant effect on improving passing accuracy with a $t\text{-value} = 8.823^$ and $\text{Sig.} = 0.000 (<0.05)$. The *push and run* exercise also had a significant effect on improving passing accuracy with a $t\text{-value} = 6.885^*$ and $\text{Sig.} = 0.000 (<0.05)$. The *independent sample t-test* results indicated that there was a significant difference in the effect between the two training methods with a $t\text{-value} = 2.609$, $\text{Sig.} = 0.015 (<0.05)$, showing that the *push and run* exercise is proven to be more effective than the wall pass exercise in improving the passing accuracy of players at the Emas Jakarta Football Academy.*

***Keywords:** *wall pass, push and run, passing accuracy, football..*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur senantiasa terucap kepada Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “PENGARUH LATIHAN WALL PASS DAN PUSH AND RUN TERHADAP AKURASI PASSING PEMAIN SEPAKBOLA EMAS JAKARTA FOOTBALL ACADEMY”

Penyusunan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nazaruddin Malik S.E. Selaku Rektor Universitas Islam 45 Bekasi
2. Ibu Yudi Budiyanti., M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi.
3. Ibu Dr. Aridhotul 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 Prof. Dr. Dindin Abidin , M.Si Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Bapak Dr. Giri Prayogo, S.Pd.,M.Pd Selaku Dosen Pembimbing Akademik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki sejumlah kekurangan dan kesalahan. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan masukan dan kritik demi

kesempurnaan dan perbaikan sehingga pada akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang Pendidikan dan aplikasinya di lapangan, serta dapat terus dikembangkan lebih lanjut.

Bekasi, 29 Juni 2026



Mohammad Reza Nursyamsy

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK.....	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	9
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Manfaat Penelitian.....	11
F. Definisi Operasional	12
BAB II LANDASAN TEORI	15
A. Kerangka Teori.....	15
B. Penelitian Relevan	44
C. Kerangka Berpikir	46
D. Hipotesis.....	49
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	51
A. Metode Penelitian.....	51
B. Populasi dan Sampel.....	51
C. Waktu dan Tempat penelitian	53
D. Desain penelitian	53
E. Instrumen Penelitian	54
F. Prosedur Analisis Data.....	56

BAB IV HASIL DAN ANALISIS DATA	61
A. Deskriptif Data.....	61
B. Hasil Penelitian	63
C. Pembahasan	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	79
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Diagram Lapangan	20
Gambar 2 2 Bola.....	24
Gambar 2 3 Gawang Sepak Bola.....	25
Gambar 2 4 Teknik passing	27
Gambar 2 5 Teknik Menghentikan Bola	27
Gambar 2 6 Teknik Dribbling.....	28
Gambar 2 7 Teknik Menangkap Bola	29
Gambar 2 8 Teknik Menyundul Bola	30
Gambar 2 9 Teknik Shooting.....	30
Gambar 2 10 Teknik Dasar Passing.....	35
Gambar 2 11 Latihan Wall Pass	39
Gambar 2 12 Latihan Push And Run	42
Gambar 3 2 Instrumen Tes Mengoper Bola.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Peneleitian Relevan.....	44
Tabel 4. 1 Deskriptif Data.....	61
Tabel 4. 2 Uji Normalitas	64
Tabel 4. 3 Homogeneity of Variance Wall Pass.....	65
Tabel 4. 4 Homogeneity of Variance <i>Push And Run</i>	66
Tabel 4. 5 Homogeneity of Variance Peningkatan Wall Pass Dan Push and Run	67
Tabel 4. 6 Uji Paired Samples Test Push And Run	69
Tabel 4. 7 Uji Paired Samples Test Wall Pass	70
Tabel 4. 8 Independent Samples Test	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Latihan.....	79
Lampiran 2 Program Latihan	80
Lampiran 3 Pre test wallpas	98
Lampiran 4 Post test wall pass	99
Lampiran 5 Pre test push and run.....	100
Lampiran 6 Post test push and run.....	101
Lampiran 7 Surat Izin Penetapan Bimbingan	102
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	103
Lampiran 9 Surat Frekuensi Bimbingan	104
Lampiran 10 Surat Balasan.....	106
Lampiran 11 Dokumentasi.....	107
Lampiran 12 Bio Data.....	111