



: <http://dx.doi.org/10.25157/jkor.v10i3.20370>

Pengaruh Latihan *Passing* Daerah Terhadap Peningkatan Hasil *Passing* Pendek Pada Permainan Futsal

Raka Muhammad Haque¹, Sri Maryati², Hendra Rustiawan³, Risma⁴
Program Studi Pendidikan Jasmani. Universitas Galuh. Ciamis. Indonesia

Email: rakamuhammadhaque7@gmail.com

ABSTRACT

The aim of the research proposed by the author is to determine whether there is a significant influence of regional passing training on improving short passing results in futsal games at Karangpucung State Vocational School. The research method used in this study is pre-experimental designs (nondesigns), one of the designs used in this study is one-group pretest-posttest design. The population in this study were 26 male students who participated in futsal extracurricular activities at SMK Negeri Karangpucung. The sample used was 26 people. Based on the results of the t-test calculation, the t-count value was obtained at 4.24. The t-count value is greater than the t-table value. The conclusion is that the null hypothesis is rejected and the working hypothesis is accepted, this indicates that there is a significant influence of the form of passing variation training on improving short passing results in futsal games at SMK Negeri Karangpucung.

Keywords: Short Passing Futsal Game, Area Passing Practice

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian yang penulis ajukan yaitu untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* daerah terhadap peningkatan hasil *passing* pendek pada permainan futsal di SMK Negeri Karangpucung. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental designs* (*nondesigns*), salah satu desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one-group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah adalah siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri Karangpucung yang berjumlah 26 orang. Sampel yang digunakan adalah 26 orang. Berdasarkan hasil penghitungan uji-t diperoleh nilai t-hitung sebesar 4,24. nilai t – hitung lebih besar daripada nilai t – tabel. Kesimpulan hipotesis nol ditolak dan hipotesis kerja diterima, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan variasi *passing* terhadap peningkatan hasil *passing* pendek pada permainan futsal di SMK Negeri Karangpucung.

Kata Kunci: *Passing* Pendek Permainan Futsal, Latihan *Passing* Daerah

Cara sitasi:

Haque R. M, H. dkk (2024) Pengaruh Latihan *Passing* Daerah Terhadap Peningkatan Hasil *Passing* Pendek Pada Permainan Futsal. Jurnal Keolahragaan, 10(3), 160-165

Sejarah Artikel:

Dikirim Oktober 2024, Direvisi Nopember 2024, Diterima Desember 2024.

PENDAHULUAN

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Pelatih Tim Futsal Indonesia Lhaksana, (2012:4) menjelaskan bahwa: “Permainan futsal lebih dinamis, karena gerakan yang cepat dan berbeda dengan sepak bola, maka dari itu jumlah gol yang diciptakan dalam permainan futsal umumnya jauh lebih banyak.” Dari pendapat tersebut dapat diungkapkan bahwa tujuan dalam permainan futsal adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya yang tetap sesuai peraturan permainan yang berlaku. Teknik dasar dalam permainan futsal yang harus dikuasai oleh setiap pemain futsal menurut Lhaksana (2012:29) di antaranya: “1. Teknik Dasar mengumpan (*passing*); 2. Teknik Dasar menahan bola (*control*); 3. Teknik Dasar mengumpan lambung (*chipping*); 4. Teknik Dasar menggiring bola (*dribbling*); 4. Teknik Dasar menendang bola (*shooting*).”

Dari beberapa teknik dasar tersebut, salah satu teknik dasar futsal yang harus dikuasai oleh pemain futsal yaitu *passing*. *Passing* pun dibagi menjadi beberapa tipe, sesuai dengan yang dikatakan oleh Irawan (2009:23) dalam Tawakal (2015) bahwa tipe *passing* berdasarkan jarak terbagi dalam 3 jenis, yaitu: “1. Jarak pendek (*short passing*) antara 0 meter sampai dengan 4 meter atau 10-12 *feet*; 2. Jarak menengah (*medium passing*) 4 meter sampai dengan 10 meter atau 10-30 *feet*; 3. Jarak jauh (*long passing*) diatas 10 meter atau lebih dari 30 *feet*.” Menurut Sutikno (2008:102) menjelaskan bahwa: “Media pembelajaran adalah sesuatu yang dapat membawa informasi dan pengetahuan dalam interaksi yang berlangsung antara pendidik dengan siswa.”

Berdasarkan pendapat tersebut, maka dalam rangka memenuhi kebutuhan sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dapat dilakukan melalui penyediaan dan bentuk latihan variasi *passing*. Penggunaan fasilitas olahraga sebagai media pembelajaran tidak bisa sembarangan dibuat menurut sekehendak guru, akan tetapi harus memperhatikan dan mempertimbangkan tujuan pembelajaran serta karakteristik siswa. Penetapan pada proses pembelajaran *passing* dalam permainan futsal harus dapat memenuhi kriteria yang ada. Hal ini sesuai yang dijelaskan Supandi (2001:94) bahwa: “Menggunakan alat latihan terutama yang tergolong beban seperti; raket, pemukul, sepatu rompi, dan bahkan bola dengan bobot yang berbeda-beda merupakan media kinetik yang diperkirakan akan lebih efektif.”

Kondisi ini merupakan tantangan bagi guru pendidikan jasmani untuk melakukan upaya-upaya kreativitas dan inovatif agar pencapaian tujuan pendidikan jasmani di sekolah dapat diraih secara optimal. Penelitian ini akan membahas lebih lanjut mengenai pembelajaran *passing* dalam olahraga futsal dengan menggunakan bentuk latihan variasi *passing*. Tujuan utama bentuk latihan variasi *passing* permainan futsal adalah untuk membuat anak didik atau siswa lebih tertarik dan termotivasi dalam pembelajaran futsal, sehingga pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan efektif. Berkaitan dengan pelaksanaan permainan futsal, bentuk latihan variasi *passing* yang dilakukan meliputi jarak tertentu, dengan posisi satu bola dan *passing* secara bergantian latihan *passing* ini dilakukan pemain satu ke pemain berikutnya dengan cara memberikan *passing* ke daerah atau area dimana pemain berikutnya akan menerima umpan atau *passing*.

Latihan *passing* adalah bentuk latihan *passing* yang dilakukan dalam jarak tertentu, dengan posisi satu bola dan *passing* secara bergantian latihan *passing* ini dilakukan pemain satu ke pemain berikutnya dengan cara memberikan *passing* ke daerah atau area dimana pemain berikutnya akan menerima umpan atau *passing*, untuk meningkatkan kemampuan keterampilan *passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Latihan ini dapat menunjang kemampuan pemain dalam *ball feeling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya, sejauh mana kekuatan *passing* yang akan dilakukan dengan jarak yang ada.

1. Bentuk Latihan A (Tingkat Kesulitan Rendah)

Bentuk latihan A merupakan bentuk latihan yang paling mudah dibandingkan dengan bentuk latihan B dan C, dimana bentuk latihan ini hanya dilakukan oleh 2 orang pemain. Start dilakukan oleh orang ke 1 melakukan *passing* pendek ke kanan depan (area orang ke 2) dengan jarak *passing* 5 meter, kemudian orang ke 2 berlari ke depan untuk menerima bola, setelah menerima bola kemudian melakukan *passing* ke kiri depan (area orang ke 1), orang ke 1 berlari ke depan untuk menerima bola kemudian melakukan *passing* ke kanan (area orang ke 2), begitulah seterusnya hingga menempuh jarak 20 meter antara start ke garis finis.

2. Bentuk Latihan B (Tingkat Kesulitan Sedang)

Bentuk latihan B memiliki tingkat kesulitan sedang, bentuk latihan ini dilakukan oleh 5 orang, terdiri dari 4 pos yang ditandai dengan cones. Start dilakukan oleh orang ke 1 (pos 1) melakukan *passing* ke area orang ke 2 dan berlari ke pos 2, orang 2 menerima bola dan melakukan *passing* ke area orang ke 3 kemudian berlari ke pos 3, orang ke 3 menerima bola dan melakukan *passing* ke area orang ke 4 kemudian berlari ke pos 4, orang ke 4 menerima bola dan melakukan *passing* ke area orang ke 5 kemudian berlari ke pos 1, orang ke 5 menerima bola dan melakukan *passing* ke area orang ke 1 kemudian berlari ke pos 1.

3. Bentuk Latihan C (Tingkat Kesulitan Tinggi)

Bentuk latihan C dilakukan oleh 3 orang pemain, bentuk latihan ini memiliki tingkat kesulitan yang tinggi dibandingkan dengan bentuk latihan A dan B karena ketiga orang pemain dalam melakukan *stop ball* dan *passing* pendek ketiga orang pemain ikut berlari untuk mencari daerah atau areanya masing-masing dan pada saat melakukan *passing* pendek arah *passingnya* tidak satu arah. Start dilakukan dari tengah orang ke 1 melakukan *passing* ke kiri depan (area orang ke 2), seiring orang ke 2 berlari menerima bola orang ke 1 berlari ke belakang orang ke 2 menuju ke depan (area berikutnya), pemain ke 2 menerima bola kemudian melakukan *passing* ke arah kanan depan (area orang ke 3), orang ke 3 berlari menerima bola diikuti oleh orang ke 2 berlari ke belakang orang ke 3 menuju arah depan (area berikutnya), orang ke 3 melakukan *passing* ke kiri depan menuju area yang sudah diisi orang ke 1, orang ke 1 menerima bola dan orang ke 3 berlari ke belakang orang ke 1 ke arah depan menuju area berikutnya, begitu seterusnya hingga menecapai jarak tempuh latihan sepanjang 20 meter.

Menurut Hariono (2006:1) menyatakan: “Latihan adalah suatu proses berlatih yang dilakukan dengan sistematis dan berulang-ulang dengan pembebanan yang diberikan secara progresif.” Latihan merupakan upaya yang dilakukan seseorang untuk mempersiapkan diri dalam upaya untuk mencapai tujuan tertentu. Berbagai pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa latihan adalah proses penyempurnaan keterampilan (olahraga) yang dilakukan peserta didik ataupun atlet secara sistematis, terstruktur, berulang-ulang, serta berkesinambungan, dan bertahap dari bentuk maupun beban latihannya.

Teknik dasar mengumpan atau menendang bola (*passing*) merupakan bagian dari tujuan menendang bola. Menurut Tenang (2008:83) menjelaskan bahwa: “Futsal merupakan permainan yang mengutamakan operan-operan pendek atau istilah kerennya *passing game*. Seorang pemain harus menguasai teknik mengumpan atau mengoper bola yang benar.” Berdasarkan pendapat tersebut, keterampilan teknik dasar mengumpan atau menendang bola merupakan penghubung antara pemain yang satu dengan pemain yang lainnya dalam melakukan penyerangan ke daerah lawan. Setiap pemain dituntut untuk memiliki teknik dasar mengumpan atau menendang bola yang baik.

Berdasarkan fungsinya, menendang bola dapat digunakan mengoper bola kepada teman dalam berbagai jarak dan menembak bola ke arah gawang. Dalam permainan futsal, menendang bola tidak harus kencang, kecuali saat mencetak gol. Bola harus ditendang pelan atau *lazy pass*. Ini sesuai dengan karakteristik futsal sebagai olahraga yang mengutamakan *passing game*, yakni permainan dengan operan-operan pendek. Penguasaan keterampilan

passing memerlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menguasai keterampilan *passing*, sesuai dengan penjelasan Lhaksana (2012:30) berikut ini: “a. Tempatkan kaki tumpu di samping bola, bukan kaki yang melakukan *passing*, b. Gunakan kaki bagian dalam untuk melakukan *passing*, c. Teruskan dengan gerakan lanjutan.”

Berdasarkan penjelasan tersebut, penulis merasa tertarik untuk meneliti dari permasalahan tentang “Pengaruh Bentuk Latihan Variasi *Passing* Terhadap Peningkatan Hasil *Passing* Pendek Pada Permainan Futsal”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *pre-experimental design*. Menurut Sugiyono (2017:109) mengemukakan bahwa: “*pre-experimental design* ini belum merupakan eksperimen yang sungguh-sungguh.” Metode ini masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap bentuk variabel dependen, oleh karena itu hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independent. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri Karangpucung yang berjumlah 26 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik total *sampling* yaitu 26 orang siswa Penulis dalam mengumpulkan data-data yang diperlukan untuk penelitiannya menggunakan alat ukur tes *passing-stopping*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengolahan data dari permasalahan yang diajukan tersebut, dapat diuraikan sebagai berikut: Langkah pertama, menghitung data hasil tes awal dan tes akhir untuk mencari nilai rata-rata dan simpangan baku. Hasil penghitungan nilai rata-rata (\bar{X}) dan simpangan baku (S) tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Hasil Penghitungan Nilai Rata-Rata, Simpangan Baku

Variabel Penelitian	Tes Awal		Tes Akhir		Peningkatan	
	\bar{X}	S	\bar{X}	S	\bar{X}	S
Latihan <i>Passing</i> Daerah	13,00	3,65	18,63	3,61	5,63	2,94

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat bahwa: Rata-rata hasil *passing* pendek sebelum latihan *passing* daerah: 13,00 dengan standar deviasi 3,65. Rata-rata hasil *passing* pendek setelah latihan variasi *passing*: 18,63 dengan standar deviasi 3,61. Peningkatan rata-rata hasil *passing* pendek: 5,63 dengan standar deviasi 2,94. Hasil ini menunjukkan bahwa latihan *passing* daerah dapat meningkatkan hasil *passing* pendek pada permainan futsal di SMK Negeri Karangpucung secara signifikan, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bentuk latihan *passing* daerah efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* pendek pada permainan futsal.

Hasil penghitungan uji normalitas ini akan menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak, sehingga dapat menentukan langkah analisis berikutnya, apakah menggunakan statistik parametrik atau non parametrik. Data hasil penghitungan uji normalitas dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2 Hasil Penghitungan Uji Normalitas Data

Variabel Penelitian	L hitung		L tabel	Kesimpulan
	Tes Awal	Tes Akhir		

Latihan <i>Passing</i> Daerah	0,1689	0,1736	0,213	Normal
-------------------------------	--------	--------	-------	--------

Berdasarkan hasil uji normalitas, dapat dilihat bahwa: Nilai L hitung (0,1689 dan 0,1736) lebih kecil dari nilai L tabel (0,213), maka dapat disimpulkan bahwa data tes awal dan tes akhir berdistribusi normal, dengan demikian, asumsi normalitas data telah terpenuhi, sehingga analisis statistik lebih lanjut dapat dilakukan dengan menggunakan metode statistik parametrik. Hasil penghitungan dan uji signifikansi peningkatan hasil latihan dapat dilihat pada tabel 4.4.

Tabel 3 Hasil Penghitungan dan Uji Signifikansi (Uji – T)

Variabel Penelitian	T-Hitung	T-Tabel	Kesimpulan
Latihan <i>Passing</i> Daerah	4,24	1,70	Signifikan

Berdasarkan hasil penghitungan uji-t diperoleh nilai t-hitung sebesar 4,24. nilai t – hitung lebih besar daripada nilai t – tabel. Kesimpulan hipotesis nol ditolak dan hipotesis kerja diterima, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* daerah terhadap peningkatan hasil *passing* pendek pada permainan futsal di SMK Negeri Karangpucung.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan *passing* daerah terhadap peningkatan hasil *passing* pendek pada permainan futsal di SMK Negeri Karangpucung. Berikut beberapa poin penting yang dapat disimpulkan:

1. Karakteristik dan Struktur Pembelajaran: Bentuk latihan *passing* daerah sangat sesuai dengan karakteristik siswa SMK dan dapat membantu meningkatkan keterampilan teknik *passing* pendek permainan sepakbola.
2. Pengembangan Kerangka Kerja: Guru perlu mengembangkan kerangka kerja untuk mengidentifikasi dan menguraikan masalah-masalah keterampilan *passing* yang efektif dan efisien dalam permainan sepakbola.
3. Pemilihan Materi Pembelajaran: Dengan memilih materi pembelajaran yang tepat, guru dapat memastikan bahwa siswa akan terbiasa dengan keterampilan bermain dan keterampilan teknik, terutama ketika pembelajaran dihubungkan dengan keterampilan *passing* permainan sepakbola yang sesungguhnya.

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan metode pembelajaran yang lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* pendek pada permainan futsal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa: “Terdapat pengaruh yang signifikan latihan *passing* daerah terhadap peningkatan hasil *passing* pendek pada permainan futsal di SMK Negeri Karangpucung”. Berdasarkan hasil temuan yang telah diperoleh yang telah dirumuskan baik berupa hasil penelitian, pembahasan hasilnya, maupun beberapa kesimpulan, maka ditarik beberapa saran sebagai berikut: Dapat menggunakan latihan *passing* daerah sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan keterampilan *passing* pendek siswa. Perlu memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil *passing* pendek, seperti kondisi fisik dan mental siswa. Dapat meningkatkan keterampilan *passing* pendek dengan lebih efektif melalui bentuk latihan variasi *passing*. Perlu mempraktikkan latihan *passing* daerah secara teratur untuk meningkatkan keterampilan *passing* pendek. Dapat mengembangkan program latihan futsal yang lebih efektif dengan memasukkan bentuk latihan *passing* daerah. Perlu menyediakan fasilitas dan sumber daya yang memadai untuk mendukung program latihan futsal. Dapat melakukan penelitian lanjutan tentang efektivitas latihan *passing* daerah pada populasi yang lebih luas. Perlu memperhatikan variabel-variabel lain yang dapat

mempengaruhi hasil passing pendek, seperti jenis kelamin dan tingkat keterampilan siswa.

REKOMENDASI

Hasil data ini dapat dijadikan tolok ukur pada penelitian selanjutnya, latihan *passing* daerah dapat digunakan untuk peningkatan *passing* pendek pada permainan futsal karena terbukti dalam penelitian ini memberikan pengaruh yang meningkat untuk siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Irawan, Andri. 2009. Teknik Dasar Modern Futsal. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Lhaksana, Justinus. 2012. Teknik dan Strategi Futsal Modern. Jakarta: Be Champion.
- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sutikno, S. 2008. Belajar Dan Pembelajaran. Bandung: Prospect.
- Supandi. 2001. Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani. Jakarta: Depdikbud.
- Tenang, D John. 2008. Mahir Bermain Futsal. Bandung: DAR Mizan.