



PENGARUH LATIHAN PASSING TETAP DAN PASSING BERGERAK TERHADAP HASIL AKURASI PASSING (*Studi Eksperimen Akademi Futsal Jatidiri Muda Tahun 2022*)

Muftianto Wahid Ramdani¹, Purwono Sidik Permono²

Universitas Negeri Semarang

(email: muftiantowahidramdani@students.unnes.ac.id ,087725791721)

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima September 2022

Disetujui Desember 2022

Dipublikasikan

Desember 2022

Keywords:

Passing, bergerak, akurasi futsal, jati diri, menedang, eksperimen

Abstrak

Kualitas performa bermain futsal yang baik memerlukan penguasaan teknik dasar passing. Teknik ini dapat dilatih menggunakan metode khusus latihan passing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan passing tetap dan bergerak terhadap hasil akurasi passing. Serta mengetahui metode latihan yang paling baik. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain Two Group Pretest-Posttest. Pengambilan data menggunakan instrumen Short Pass Test. Ada 22 siswa Akademi Futsal Jatidiri Muda sebagai subjek penelitian ini. Terbagi menjadi 2 kelompok eksperimen. Analisis data menggunakan uji Independent dan Paired Sample T-Test. Nilai (sig) 2-tailed dari hasil uji Independent Sample T-Test sebesar $0,037 < 0,05$. Lalu hasil uji Paired Sample T-Test pada kelompok eksperimen I, nilai t hitung $2,469 > t$ tabel $1,812$ dan nilai (sig) 2-tailed yaitu $0,033 < 0,05$. Sedangkan kelompok eksperimen II, t hitung $8,714 > t$ tabel $1,812$ dan nilai (sig) 2-tailed yaitu $0,000 < 0,05$. Simpulan bahwa: terdapat pengaruh latihan passing tetap dan bergerak terhadap hasil akurasi passing dan metode latihan passing bergerak memiliki pengaruh lebih baik pada hasil akurasi passing siswa futsal. Saran: untuk para pelatih supaya memperhatikan upaya peningkatan hasil passing yang akurat, dan untuk siswa tingkatkan motivasi berlatih untuk menjadi atlet profesional dengan menjaga kebugaran tubuh serta berpikir positif untuk terus berkembang agar mampu mendapatkan hasil yang maksimal.

Abstract

The quality of good futsal performance requires mastery of basic passing techniques. This technique can be trained using a special method of passing practice. This study aims to determine the effect of passive and active passing exercises on the results of passing accuracy. And know the best training method. This research is experimental research with Two Group Pretest-Posttest Design. There are twenty-two students of Akademi Futsal Jatidiri Muda as the subject of this study. Is divided into two experiment group. Data analysis technique uses Independent and Paired Sample T-Test. The value (sig) 2-tailed of Independent Sample T-Test is $0,037 < 0,05$. Then the result of Paired Sample T-Test of experimental group I, the value is t count $2,469 > t$ table $1,812$ and the value (sig) 2-tailed is $0,033 < 0,05$. While the group experimental II t count $8,714 > t$ table $1,812$ and the value (sig) 2-tailed is $0,000 < 0,05$. It is concluded that: there is effect of passive and active passing exercises on passing accuracy results and active passing exercises method have a better influence on passing accuracy results of futsal students. Advice: for coaches can more regard improvement efforts passing accuracy results, and for students' futsal increase motivation to practice to be able professional athlete by maintain fitness and positif thinking to keep growing and to achieve the maximum result.

PENDAHULUAN

Olahraga adalah kebutuhan dan hak mendasar bagi manusia. Sebagai kebutuhan dan hak yang dasar manusia, hal tersebut tidak dapat dipisahkan dari aktivitas manusia sehari - hari karena olahraga sudah termasuk sebagian dari kehidupan manusia yang mampu meningkatkan kesehatan fisik dan mental, juga memberikan kesenangan yang bisa sebagai sarana rekreasi (Gusril 2004)

(Lutan 1988) berpendapat bahwa pada mulanya olahraga pendidikan merupakan suatu lingkup olahraga spesifik yang dilakukan di lingkungan pendidikan formal. Kegiatan jasmani atau olahraga pada khususnya digunakan untuk alat mencapai tujuan pendidikan. Menurut (Lhaksana 2011) berpendapat futsal merupakan olahraga permainan yang sangat cepat dan dinamis. Bidangannya sangat kecil, sehingga hanya ada sedikit ruang untuk melakukan kesalahan.

Oleh karena itu diperlukan kerjasama para pemain melalui teknik – teknik dasar yang harus dikuasai para pemain. Salah satunya teknik *passing*, dimana teknik ini harus dilakukan dengan tepat tidak sekedar melewati lawan. Andri Irawan (2009: 21) mengatakan permainan futsal adalah sebuah permainan yang memiliki satu tujuan, yaitu mencetak gol

untuk menjadi pemenang dan berusaha untuk mencegah lawan mencetak gol dengan ketentuan sesuai peraturan permainan. Ia juga mengatakan, jika pemain futsal tidak mengetahui teknik dasar futsal sendiri, jangan pernah berbicara tentang taktik dalam strategi untuk memenangkan permainan olahraga ini.

Teknik *passing* adalah teknik dasar penting pada tiap pemain. Lapangan datar dan lapangan yang cenderung kecil, membutuhkan ketepatan operan (Lhaksana 2011). *Passing* yang terbaik adalah dengan kaki bagian dalam arah mendatar, operan ini memiliki akurasi tertinggi daripada lainnya (Feri, Laskar Aksara 2011).

Mengingat jika *passing* itu penting di permainan ini, dan melihat dari teknik - teknik permainan siswa di Akademi Futsal Jatidiri Muda masih sering salah dalam melakukan *passing* yang membuat sulitnya membangun serangan yang baik serta seringnya bola terebut oleh lawan karena *passing* yang tidak baik maka peneliti berusaha meningkatkan keterampilan *passing* siswa.

METODE

Jenis Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini, ditentukan berdasar

tujuannya yang dimaksudkan. Metode merupakan prosedur atau cara pemecahan suatu masalah penelitian sesuai tujuan dan masalah penelitian. tersebut harus adil dan menuju pada tujuan dan juga mampu dibuktikan secara ilmiah. Pada penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dimana memiliki tujuan untuk membandingkan dua bentuk perlakuan berbeda yang diberikan kepada subjek penelitian (Sugiyono 2015).

Metode eksperimen dalam penelitian ini terdapat kelompok yang berlatih *passing* dengan posisi tetap dan kelompok yang berlatih *passing* dengan posisi bergerak (Suharsimi A. (2010: 59) (Arikunto 2010).

Populasi

Populasi yang diambil seluruh siswa Akademi Futsal Jatidiri Muda.. *Total sampling* digunakan sebagai teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini.. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen I dan kelompok eksperimen II. Tiap pertemuan latihan, waktu yang dibutuhkan adalah sekitar 60 menit.

Penelitian dilakukan menggunakan metode eksperimen dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* tetap dan *passing* bergerak terhadap akurasi *passing* pada pemain Akademi Futsal Jatidiri Muda sebanyak 22 pemain.

Teknik Pengumpulan Data

Perlakuan yang telah dilakukan sebanyak 16 sesi pertemuan atau latihan, serta dalam pertemuan pertama dan terakhir dilakukan tes untuk pengukuran hasil sampel. Perlakuan dilakukan dengan 2 jenis intervensi yaitu latihan *passing* dengan cara *passing* dengan posisi tetap dan yang kedua adalah teknik *passing* dengan cara bergerak. Pada tahap akhir kegiatan pengumpulan data dilakukan pengukuran akurasi *passing* pada semua sampel.

Teknik Analisis Data

Metode analisis statistik digunakan dalam penelitian ini, karena data - data yang didapatkan dalam adalah bentuk data kuantitatif dengan format numeric. Teknik analisis data spesifik yang digunakan adalah teknik analisis uji paired sampel t test

HASIL

Dari hasil penelitian yang dilakukan ditemukan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pengaruh Passing Tetap Terhadap Akurasi Passing

Sesuai dengan hasil analisis data, bahwa adanya pengaruh latihan *passing* tetap terhadap akurasi *passing* pada atlet atau siswa futsal Akademi Muda Jatidiri.

Dimana pada *pretest* dan *posttest* hasil akurasi *passing* kelompok eksperimen I, dapat dilihat bahwa nilai *t* hitung (3,184) > *t* tabel (1,812) dan nilai signifikansi (2 - tailed) yaitu $0,010 < (0,05)$. 4.1.2Pengaruh Latihan *Passing* Bergerak Terhadap Akurasi *Passing*

Selain metode latihan *passing* tetap, adapun variasi lain dari latihan *passing* yaitu dengan bergerak. Dimana latihan ini dapat dilaksanakan bervariasi sehingga menumbuhkan situasi berlatih yang menyenangkan. Pada penelitian ini mendapatkan hasil data *pretest* dan *posttest* hasil akurasi *passing* kelompok eksperimen II dengan metode latihan *passing* bergerak, dapat dilihat bahwa nilai *t* hitung (7,470) > *t* tabel (1,812), nilai signifikansi (2 - tailed) yaitu $0,000 < (0,05)$.

2. Model Latihan *Passing* Bergerak Memiliki Pengaruh Lebih Baik Terhadap Akurasi *Passing*

Dari hasil analisis data, rata – rata *pretest* pada kelompok eksperimen I yaitu 5,18 dan *posttest* nya yaitu 6,27. Lalu untuk hasil analisis data pada kelompok eksperimen II, rata – rata *pretest* nya yaitu 5,45 dan rata - rata *posttest* yaitu 7,73. Untuk menentukan jenis latihan yang lebih baik berdasar kedua jenis latihan dalam penelitian ini terhadap hasil akurasi *passing* siswa, dapat dilaksanakan dengan membandingkan besar rata - ratanya yang

yang dihasilkan dari *pretest* juga *posttest* dari kedua kelompok eksperimen.

Hasilnya, nilai *mean* tes awal dan akhir kelompok eksperimen II lebih besar nilainya dibandingkan dengan nilai rata – rata *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen I (5,45 dan 7,73 > 5,18 dan 6,27).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari kedua variabel yang menjadi fokus pengukuran dalam penelitian ini ditemukan bahwa hasil data *pretest* dan *posttest* hasil akurasi *passing* kelompok eksperimen II dengan metode latihan *passing* bergerak, dapat dilihat bahwa nilai *t* hitung (7,470) > *t* tabel (1,812), nilai signifikansi (2 - tailed) yaitu $0,000 < (0,05)$.

Apabila dibandingkan dari kedua hasil tersebut maka ditemukan bahwa nilai *mean* tes awal dan akhir kelompok eksperimen II lebih besar nilainya dibandingkan dengan nilai rata – rata *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen I (5,45 dan 7,73 > 5,18 dan 6,27).

Hasil tersebut mengindikasikan bahwa mode latihan dengan *passing* bergerak memiliki efek yang lebih baik, hal tersebut kemungkinan besar dipengaruhi oleh konsentrasi sampel pada saat melakukan *passing* lebih focus karena harus melihat timing kapan akan melakukan dan

pada momen apa akan melakukan passing berbeda apabila sasaran atau objek yang akan di passing tidak bergerak itu tidak membutuhkan konsentrasi yang lebih.

Hasil penelitian ini menegaskan dan hasil penelitian sebelumnya yang juga menemukan hal sama misalnya saja penelitian yang dilakukan oleh (Syarif, 2020) bahwa latihan bergerak lebih baik dari latihan passing tetap pada siswa ekstrakurikuler futsal putra MIM Demangan

Sebenarnya dalam melakukan passing sangat banyak factor yang mempengaruhi misalnya saja panjang tungkai, power tungkai dan koordinasi mata dan kaki (Fahrizqi, 2018).

Koordinasi mata dan kaki inilah yang bekerja maksimal apabila latihan passing dilakukan dengan cara bergerak karena koordinasi mata dan kaki akan melihat momentum dalam melakukan passing sehingga dapat melakukan passing dengan benar dan akurat.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti menarik kesimpulan jika terdapat pengaruh dari model latihan *passing* tetap terhadap hasil akurasi *passing* futsal siswa di Akademi Jatidiri Muda 2022. Terdapat pengaruh dari model latihan *passing* bergerak terhadap hasil akurasi *passing*

futsal siswa di Akademi Jatidiri Muda 2022. Jenis latihan *passing* bergerak memiliki pengaruh lebih baik pada hasil akurasi *passing* futsal siswa di Akademi Jatidiri Muda 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Fahrizqi, E. B. (2018). Hubungan Panjang Tungkai, Power Tungkai Dan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Passing Pada Pemain Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Futsal Perguruan Tinggi Teknokrat. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 2(1), 32–42.
<https://doi.org/10.37058/sport.v2i1.508>
- Feri, Kurniawan. 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- . 2011. *Laskar Aksara*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Gusril, Toho Cholik M. dan. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak - Anak*. Jakarta: Depdiknas.
- Lhaksana, Justinus. 2011. *Taktik & Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Lutan, Rusli. 1988. *Belajar Ketrampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Departemen P&K Dirjen Dikti Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan dan Tenaga Kependidikan.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Syarif, H. (2020). *Perbedaan Pengaruh Latihan Passig Sasaran Bergerak Dan Tetap Dalam Bermain Futsal Terhadap Ketepatan Umpan Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah (mim) Demangan Tahun 2020*. Universitas Tunas Pembangunan.

LAMPIRAN

Tabel 1 Hasil Statistik Deskriptif Pretest dan Posttest Akurasi Passing Futsal

Descriptive Statistics						
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Hasil Pretest Eksperimen 1	11	3	9	5.36	1.859	3.455
Hasil Pretest Eksperimen 2	11	2	8	5.27	1.849	3.418
Hasil Posttest Eksperimen 1	11	5	9	6.27	1.348	1.818
Hasil Posttest Eksperimen 2	11	5	10	7.73	1.679	2.818
Valid N (listwise)	11					

Sumber: Data diolah 2022

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data Pretest Akurasi Passing Futsal

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Pretest Eksperimen 1	0.132	11	0.200	0.947	11	0.609
Hasil Pretest Eksperimen 2	0.169	11	0.200	0.945	11	0.578

Sumber: Data Diolah 2022

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas Data *Posttest* Akurasi *Passing* Futsal

	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
	Hasil Posttest Eksperimen 1	0.217	11	0.157	0.868	11
Hasil Posttest Eksperimen 2	0.230	11	0.106	0.889	11	0.134

Sumber: Data diolah 2022

Tabel 4 Hasil Uji Homogenitas Data Pretest dan Posttest Akurasi Passing Futsal Kedua Kelompok Eksperimen

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest	Based on Mean	0.047	1	20	0.831
Posttest	Based on Mean	0.871	1	20	0.362

Sumber: Data Diolah 2022

Tabel 5 Hasil Uji Independent Sample T – Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
Hasil Posttest 2 Kelompok	Equal variances assumed	0.871	0.362	-2.240	20	0.037	-1.455	0.649	-2.809	-0.100
	Equal variances not assumed			-2.240	19.11	0.037	-1.455	0.649	-2.813	-0.096

Sumber: data diolah 2022

Tabel 6 Hasil Uji Paired Sample T Test Kelompok Eksperimen I

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2- tailed)
						Lower	Upper		
Pair 1	Hasil Pretest Kelompok 1								
	- Hasil Posttest Kelompok 1	-0.909	1.221	0.368	-1.729	-0.089	-2.469	10	0.033

Sumber: data diolah 2022

Tabel 7 Hasil Uji Paired Sample T Test Kelompok Eksperimen II

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2- tailed)
						Lower	Upper		
Pair 2	Hasil Pretest Kelompok 2 -								
	Hasil Posttest Kelompok 2	-2.455	0.934	0.282	-3.082	-1.827	-8.714	10	0.000

Sumber: data diolah 2022