

# Pengaruh Latihan Variasi *Passing* Terhadap Kemampuan *Passing* Berpasangan Permainan Futsal Siswa SMP Cahaya Islam Papua

Moh. Jafar Rumakat<sup>1</sup>, Leo Pratama<sup>2</sup>, Sugiono<sup>3</sup>  
<sup>123</sup>Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong

Email: [jafarrumakat7@gmail.com](mailto:jafarrumakat7@gmail.com)<sup>1</sup>, [leo@unimudasorong.ac.id](mailto:leo@unimudasorong.ac.id)<sup>2</sup>, [msugiono51@gmail.com](mailto:msugiono51@gmail.com)<sup>3</sup>

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa terhadap kemampuan *passing* berpasangan dengan metode latihan variasi segetiga dan berhadapan pada permainan futsal siswa smp cahaya islam papua. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Desain penelitian ini menggunakan desain "*pretest-posttest control grup design*". Populasi dalam penelitian ini adalah siswa smp cahaya islam papua yang berjumlah 30 siswa. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa smp cahaya islam papua yang masih aktif dan kurang dalam melakukan *passing* berjumlah 8 siswa. Instrumen kemampuan *passing*. Analisis dalam penelitian ini adalah menggunakan *uji-t*, yaitu dengan membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada terdapat peningkatan yang signifikan pada kemampuan *passing* siswa melalui latihan variasi dengan *t* hitung .974 dan nilai *p* sebesar .368.

**Kata kunci** : latihan variasi *passing*, futsal

*This study aims to determine the ability of students to pass in pairs with a triangular variation training method and face off in futsal games of Papua Islamic Light Junior High School students. This type of research is experimental research. This research design uses a "pretest-posttest control group design". The population in this study was 30 students of SMP Cahaya Islam Papua. The sampling technique used is purposive sampling. The sample in this study was students of SMP Cahaya Islam Papua who were still active and lacking in passing amounting to 8 students. Instrument passing ability. The analysis in this study was using a t-test, namely by comparing the results of the pretest with posttest in the experimental group and the control group. The results showed that there was a significant improvement in students' passing ability through variation exercises with a t count of .974 and a p value of .368.*

**Keywords** : practice *passing* variations, futsal

## INFO ARTIKEL

### **Riwayat Artikel**

Diterima : 30 November 2023

Disetujui : 30 Juni 2024

Tersedia secara Online

Doi: 10.36232

<https://unimuda.e-journal.id/unimudasportjournal/index>

## PENDAHULUAN

Futsal merupakan olahraga yang sangat populer akhir akhir ini di kalangan masyarakat Indonesia, meningkatnya popularitas futsal di Indonesia tidak lepas dari peningkatan performa timnas futsal Indonesia yang berhasil mejadi runner-up pada ajang AFF Futsal Championsip yang di gelar di Vietnam pada tahun 2019. Futsal adalah suatu olahraga permainan bola yang dimainkan oleh 2 tim dengan jumlah pemain 5 lawan 5 dengan tujuan menciptakan gol sebanyak banyaknya dan mencegah gawang kebobolan dari tim lawan . Mulai dari anak-anak, remaja hingga orang dewasa menggemari olahraga ini. Futsal juga digemari sebagian besar masyarakat dunia karena permainannya yang menarik dan menghibur dengan gerakan cepat dan indahny. Futsal juga mudah untuk dimainkan, hanya membutuhkan sebuah bola futsal dan lapangan yang tidak terlalu luas untuk dapat bermain futsal. Jaya (2008:1) mengatakan bahwa futsal ditemukan di Uruguay oleh Juan Carlos Ceriani, terobosan ini dilakukan di Montevideo pada saat Uruguay menjadi tuan rumah Piala Dunia tahun 1930. Olahraga baru itu dinamai *futebol de salao* (bahasa Portugis) atau *futbol sala* (bahasa Spanyol) yang memiliki makna sama, yaitu sepakbola ruangan. Dari kedua bahasa itulah muncul singkatan futsal yang mendunia hingga sekarang.

Olahraga futsal merambah ke Indonesia sekitar tahun 2000-an. Di Indonesia futsal berkembang sangat pesat karena dengan cepat mendapat tempat di hati para pencinta olahraga sepakbola. Mulai dari lingkungan sekolah, kampus, sampai perusahaan banyak yang menggemari futsal (Jaya, 2008:2). Mengatakan bahwa futsal menjadi olahraga primadona. Keberadaannya bukan lagi sebagai sebuah olahraga tetapi juga sebagai sebuah gaya hidup (*life style*). Futsal di papua merupakan salah satu olahraga yang sangat di amatir para masyarakat papua. Pada tahun 2022 ketua Asosiasi Futsal Indonesia pengurus cabang olahraga papua barat, Alosius Siep mewakili ketua umum Asosiasi futsal Indonesia Harry Tanoesoedibjo. Pembukaan turnamen liga futsal nusantara zona papua barat tahun 2022 ini ditandai dengan penyerahan bola kepada perangkat pertandingan yang memimpin jalannya pertandingan itu.

Futsal saat ini telah menjadi olahraga kegemaran masyarakat di seluruh dunia dari kalangan anak-anak sampai dewasa. Futsal memiliki keistimewaan tersendiri, gerakan berpindah secara cepat dengan berlari setiap waktu dan ukuran lapangan yang lebih kecil dari sepak bola merupakan ciri khas dari olahraga ini (Sera et al., 2011; Sinatriyo et al., 2020). Tujuan dari permainan futsal adalah untuk menciptakan peluang dan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan untuk memenangkan pertandingan. Dalam hal ini, ada berbagai aspek sebagai penunjang keberhasilan bermain futsal seperti aspek fisik, teknik, taktik, dan mental (Tirtayasa et al., 2020).

Futsal membutuhkan keterampilan teknik dasar yang baik, karena tim yang memiliki keterampilan bermain yang baik akan lebih banyak menguasai bola dan permainan. Perlu diketahui passing merupakan teknik dasar yang paling diutamakan dalam permainan futsal (Marhaendro & Saryono, 2012), hal ini dikarenakan passing digunakan sebagai penghubung berjalannya taktik untuk terciptanya sebuah gol. Pentingnya akan penguasaan passing ini, diperlukan suatu metode latihan yang efektif guna menunjang peningkatan keterampilan dasar bermain futsal (Iedynak et al., 2019).

Dalam permainan futsal salah satu teknik yang paling dominan ialah passing. Passing dalam permainan sepakbola memiliki tujuan mengoper bola pada teman satu tim agar menciptakan ruang untuk mencetak gol. Passing yang baik merupakan salah satu hal yang wajib dimiliki oleh setiap pemain. Karena dengan seorang pemain yang memiliki operan atau passing yang baik sebuah tim akan mudah menciptakan sebuah gol. Futsal merupakan olahraga kontak fisik yang membutuhkan kekuatan fisik prima. Intensitas yang tinggi sehingga membuat perpindahan bola dalam permainan futsal sangat cepat. Hal itu mengharuskan pemain futsal memiliki kemampuan ketepatan passing yang baik untuk mengalirkan bola dengan cepat dan tepat.

Menurut (Andri Irawan, 2009) mengumpan adalah salah satu teknik dasar permainan olahraga futsal yang sangat dibutuhkan oleh setiap individu pemain, karena dengan lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan passing yang keras dan akurat dikarenakan bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain, sebab hampir sepanjang permainan futsal melakukan passing. Keberhasilan mengumpan ditentukan oleh kualitasnya, ada 3 hal dalam kualitas mengumpan yaitu: (a) keras, (b) akurat, (c) mendatar.

Berdasarkan observasi, di SMP Cahaya Islam Papua. Peneliti menemukan bahwa masih ada beberapa siswa yang kurang dalam melakukan *passing*, sehingga kemampuan siswa dalam melakukan *passing* masih sangat bervariasi, ada siswa yang sudah bisa melakukan dengan baik dan ada juga siswa yang masih kurang dalam menguasai kemampuan *passing*. Siswa dalam melakukan teknik *passing* masih salah, sehingga perkenakan pada bola kurang tepat, misalnya kaki kurang di luruskan pada saat menendang, bahkan masih banyak pemain pada saat melakukan *passing* bola belum lurus dan belum sampai pada teman dan juga bahkan keluar dari lapangan.

Untuk meningkatkan kemampuan *passing* seseorang diperlukan juga variasi dalam latihan mengoper dan mengontrol bola. Variasi dalam latihan ini harus diciptakan oleh pelatih sehingga menghilangkan kejenuhan bagi atlet, apalagi latihan dalam jangka waktu yang lama. Minimnya variasi latihan dapat menjadikan pemain kurang mampu menguasai teknik dasar *passing*. Program latihan yang terarah dengan menerapkan metode-metode latihan teknik dasar yang bervariasi dan metode latihan fisik yang dikombinasi dengan permainan, tujuannya agar siswa tidak jenuh selama mengikuti latihan futsal.

Pelaksanaan latihan variasi *passing* berpasangan dalam penelitian ini adalah sampel dibagi menjadi 8, yang masing-masing regu terdiri atas 2 orang. Setiap regu terdiri 2 tiang (*couns*). Dengan setiap orang berada di posisi tiang (*couns*) yang membentuk persegi panjang dan sebagai orang pertama yang melakukan *passing* bola ke temannya. Begitu seterusnya dilakukan secara bergiliran. Jika dalam latihan ini sampel tidak bisa menyetop bola atau menendang bola tepat sasaran, maka ia harus mengambil bola dan kembali ke tempat semula dan melakukan lagi gerakan *passing* bola.

Dalam permainan futsal terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain futsal. Adapun teknik dasar yang dimaksud, menendang bola, mengontrol bola menggiring bola, dan sebagainya. Maka dari itu setiap pemain harus menguasai teknik-teknik dasar bermain futsal tersebut. Pemain yang menguasai teknik-teknik bermain tersebut akan terlihat baik, maka pemain tersebut akan terlihat matang jika dibandingkan dengan pemain yang penguasaan tekniknya

masih rendah. Dengan demikian penguasaan oleh setiap pemain futsal untuk menuju prestasi yang maksimal.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut. Apakah ada pengaruh latihan variasi *passing* terhadap kemampuan *passing* berpasangan pada permainan futsal siswa SMP Cahaya Islam Papua.

## METODE

Desain Penelitian ini di gunakan desain “*presents-prosttest control group desigen*” untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada gambar Desain penulis. Desain penelitian ini dimulai dengan menetapkan populasi yang akan diteliti. Setelah di dapat populasinya kemudian mengambil sampel dengan berdasarkan tujuan. Sampel yang sudah diberikan tes awal latihan variasi segetiga dan berhadapan. Untuk pengambilan datanya. Kemudian dilanjutkan menjadi dua kelompok control dan kelompok eksperimen menggunakan sampling random kelompok control tidak di beri perlakuan, sedangkan kelompok eksperimen di beri perlakuan latihan variasi segetiga dan berhadapan yang terlebih dahulu setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen selesai kemudian dilakukan tes akhir kemampuan *passing* pada kelompok control dan kelompok eksperimen untuk diambil data prestasi pada kemampuan *passing*.

Desain eksperimen ini terhadap kelompok yang disebut kelompok eksperimen, yaitu kelompok yang sengaja di pengaruhi oleh variabel-variabel tertentu. Juga ada kelompok control, yaitu kelompok perbandingan. Kelompok control di maksud sebagai perbandingan sampai manakah terjadi perubahan akibat variabel-variabel eksperimen.

Langka-langkah penelitian adalah serangkaian proses penelitian, dimana peneliti dari awal yaitu merasa menghadapi masalah, berupaya untuk memecahkan masalah, sampai akhirnya mengambil keputusan yang berupa kesimpulan bagaimana hasil penelitiannya, dapat memecahkan masalah atau tidak. Tempat penelitian yang akan diteliti yaitu di SMP Cahaya Islam Papua. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Cahaya Islam Papua yang berjumlah 30 peserta didik.

Sampel atau biasa disebut dengan sampling adalah proses menyelesaikan sejumlah elemen dan populasi yang di teliti untuk dijadikan sampel, dan memahami sifat atau karakter dari subjek yang di jadikan sampel yang nanti dapat dilakukan generalisasi dari elemen populasi (Sugiono,2014). Teknik sampel dalam penelitian adalah *random sampling*, teknik ini dilakukan atas tujuan tertentu. Teknik random sampling teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 8 orang. kemudian dibagi menjadi dua kelompok yang terdiri dari 4 orang anggota setiap kelompok pembagian kelompok eksperimen dan kelompok control. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis Uji-t (t test. Untuk mendapatkan hasil yang baik perlu dilakukan pengujian normalitas. Di samping normal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Deskriptif data penelitian berfungsi untuk mempermudah penelitian yang telah dilakukan. Deskriptif dan penelitian meliputi data *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan. dalam sub-sub ini akan disajikan satu dalam penelitian, dari data *pretest* dan *posttest* dari kelompok eksperimen dan kelompok control latihan *drill* terhadap peningkatan kemampuan *long service*.

Tabel 1. Sebaran Subjek Penelitian

Subjek	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Presttets Eksperimen (LV)	4	70	75	73.25	2.363
Posttets Eksperimen (LV)	4	90	95	93.25	2.363
Presttest Kontrol (KP)	4	63	73	68.50	4.203
Posttest Kontrol (KP)	4	70	80	75.25	4.573
Valid N (listwise)	4				

### Pembahasan

Berdasarkan kajian teori dapat ditemukan suatu hipotesis sebagai berikut: “ada pengaruh latihan variasi *passing* terhadap kemampuan *passing* berpasangan pada permainan futsal SMP Cahaya Islam Papua” Kaidah yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh signifikan adalah apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan  $>0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan jika nilai signifikan kurang dari 0,05 (signifikan  $<0,05$ ) maka  $H_1$  diterima

Setelah diketahui kemampuan awal kedua kelas, selanjutnya peserta diberikan pembelajaran dengan metode yang berbeda pada materi futsal. Berdasarkan hasil uji statistik variabel kontrol diperoleh nilai *uji-t* antara *pretest* dan *posttest* latihan variasi terhadap kemampuan *passing* berpasangan yang memiliki nilai *t* hitung. 949,  $p = 0,50$  karena  $p > 0,05$  maka tidak ada pengaruh signifikan dilihat dari nilai rata-rata, maka diperoleh nilai rata-rata *pretest* = 73.25 dan nilai rata-rata *posttest* = 75.25 karena nilai rata-rata *pretest* lebih besar dari nilai rata-rata *posttest* maka terjadi penurunan kemampuan *passing* sebesar = 68.50.

Hal tersebut sejalan dengan metode pembelajaran yang digunakan oleh peneliti yaitu dengan menggunakan. Latihan variasi terhadap kemampuan *passing* adalah teknik cara mengajar, dimana peserta didik melaksanakan latihan-latihan agar memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari. Latihan yang praktis, mudah dilakukan serta teratur melakukannya membina peserta didik dalam meningkatkan penguasaan keterampilan, bahkan

mungkin peserta didik dapat memiliki ketangkasan itu dengan sempurna. Dengan menggunakan dalam pembelajaran diharapkan peserta didik lebih aktif, kreatif, inovatif, bertanggung jawab, dan saling bekerja sama. Karena pada umumnya pembelajaran dengan menggunakan latihan variasi terhadap kemampuan *passing*, ini merupakan pembelajaran yang bersifat kelompok. Sehingga peserta didik dituntut untuk saling bekerjasama di kelompoknya dalam mengerjakan latihan-latihan yang diberikan oleh guru. Peserta didik juga dituntut aktif dalam proses pembelajaran, menghargai sesama teman maupun guru dan bertanggung jawab dalam kelompok maupun individu ketika dalam proses pembelajaran berlangsung. Sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara efektif dan efisien. Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa latihan variasi terhadap kemampuan *passing* dapat mempengaruhi hasil belajar di kelas IX SMP Cahaya Islam Papua.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, diskripsi, pengujian hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh latihan variasi *passing* terhadap kemampuan *passing* berpasangan pada permainan futsal siswa SMP Cahaya Islam Papua . Dapat dilihat dari nilai uji t pada dua kelas  $t_{hitung} > Sig$  yaitu  $0,974 > 0,368$  dengan taraf signifikan 0,05. Itu dibuktikan melalui perlakuan dari kelompok eksperimen dan control nilai *pretest* dan *posttest* yaitu dengan nilai tes awal diperoleh nilai *pretest* yaitu = 69,50 dengan standar deviasi 4,203. Sedangkan untuk nilai dari nilai *posttest* diperoleh dengan nilai rata-rata = 75,25 dengan Standar Deviasi = 2,363. Dengan menggunakan metode kemampuan *passing* di kelas IX SMP Cahaya Islam Papua, yaitu dengan nilai tes awal diperoleh dari nilai-nilai *pretest* yaitu dan nilai rata-rata = 75.25 dengan standar deviasi 4,573. Sedangkan untuk nilai dari nilai *posttest* diperoleh dengan nilai rata-rata = 93,25 dengan Standar Deviasi = 2,636.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asmara, J. (2014). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Melalui Penggunaan Media Foto pada Siswa/i. *Jurnal Of Sport Scienes and Fitnees*.
- Harsono, (2015). *Kepelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Herdiansyah, Edi. 2014. *Metode Latihan Variasi*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Iedynak, G., Galamandjuk, L., Koryahin, V., Blavt, O., Mazur, V., Mysiv, V., Prozar, M., Guska, M., Nosko, Y., Kubay, G., & Gurtova, T. (2019). Locomotor activities of professional futsal players during competitions. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(3), 813–818. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s3.116>.
- Irawan, A. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta, Pena Pundi Aksara.
- Jaya, A. (2008). *Futsal Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-Tips Permainan* Yogyakarta, Pustaka Timur.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta, Be Champion.
- Mahmud, (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Marhaendro, A. S. D., & Saryono. (2012). *Tes Futsal FIK Jogja*. Yogyakarta: FIK UNY.

- Mia. *Metode Statistik*. Bandung: PT. Gramedia Mahmud (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Mikanda Rahmani. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta. Dunia Cerdas.
- Moleong, Lexy J. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Murharnanto. (2001). *Dasar-Dasar Permainan Futsal*. Jakarta, PT Kawan Pustaka.
- Rahantoknam, (2006). *Belajar Motorik: Teori dan Aplikasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Sera, N. D., Mark, L. W., & Aron, J. M. (2011). Time-Motion Analysis Of International and National Level Futsal. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(3), 646– 651.
- Sinatriyo, D., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Kusnandar, K., & Heza, F. N. (2020). Keseimbangan dan Kelentukan Pergelangan Kaki: Bagaimanakah Korelasinya dengan Kemampuan Shooting Sepakbola? *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(1), 6–12. <https://doi.org/10.15294/miki.v10i1.23943>
- Soni dan Saryono. (2012). *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Fokus pada Pendekatan Taktik*. Yogyakarta: FIK UN
- Sucipto CD. *Keselamatan dan Kesehatan*. Kerja Youyakarta: *Gosyen Publishing*: 2014.
- Sudjana, N. (2010). “*Dasar-Dasar Proses Belajar*”, Sinar Baru Bandung.
- Sugiyono, (2010). “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan RSD*”, Bandung Alfabeta.
- Tirtayasa, P. K. R., Santika, I. G. P. N. A., Subekti, M., Adiatmika, I. P. G., & W. A. Setiawan, R. Festiawan, F. N. Heza, I. J. Kusuma, R. Hidayat & M. F. Khurrohman, Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif dan Pasif.
- Winarno, W. (2006), *Sistem Informasi Akutansi*, Youyakarta: UPP STIM YKPN Youyakarta.