



## PENERAPAN MODEL LATIHAN VARIASI PASSING FUTSAL DI EKSTRAKULIKULER SMAN 1 LIWA

Zainal Fikri<sup>1</sup>, Eko Bagus Fahrizqi<sup>2</sup>  
Universitas Teknokrat Indonesia<sup>1,2</sup>

Zainalfikri606@gmail.com<sup>1</sup>, eko.Bagus@teknokrat.ac.id<sup>2</sup>

Received: 1 Desember 2021

Accepted: 16 Desember 2021

Publish: 31 Desember 2021

### Abstract

*The purpose of this study was to develop a futsal game by using a variation of futsal passing training model that was adapted to the characteristics of children in the extracurricular sman 1 liwa. The research method used in this research is experimental research with a two group pretest posttest design research design. The subjects in this study were school students who took part in futsal extracurricular at sman 1 liwa which collected 30 people who were divided into two groups. The stages in this research are carrying out a pretest to find out initial data from students by using a soccer skill test instrument (Johnson Soccer Test) then presenting the treatment for the experimental group as many as 16 meetings using 13 variations of passing training models and finally carrying out a posttest to determine changes that occurred after treatment. The results of this study indicate that the futsal passing variation exercise model has a significant influence on passing ability, this can be seen from the average posttest results of the two groups with the posttest value for the experimental group of 36.53 which is higher than the average result of the pretest score of 26.60 and for the posttest value of the control group of 33.93, which is higher than the average result of the pretest value of 30.07, which means that there is an influence of the futsal passing variation training model on the passing ability of futsal extracurricular students at sman 1 liwa.*

**Keywords :** Training, Passing, Futsal

### Abstrak.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengembangkan permainan futsal dengan menggunakan model latihan variasi passing futsal yang disesuaikan dengan karakteristik anak di ekstrakurikuler sman 1 liwa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan design penelitian *Two group pretest posttest design*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa sma yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di sman 1 liwa yang berjumlah 30 orang yang dibagi menjadi dua kelompok. Tahapan dalam penelitian ini yaitu melaksanakan pretest untuk mengetahui data awal dari siswa dengan menggunakan instrument tes keterampilan sepak bola (Johnson Soccer Tes) lalu pemberian perlakuan untuk kelompok eksperimen sebanyak 16 kali pertemuan dengan menggunakan 13 model latihan variasi passing dan yang terakhir melaksanakan posttest untuk mengetahui perubahan yang terjadi setelah diberikannya perlakuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa model latihan variasi passing futsal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan passing, hal ini dapat dilihat dari rata-rata hasil posttest kedua kelompok dengan nilai posttest untuk kelompok eksperimen sebesar 36.53 lebih tinggi dari hasil rata-rata nilai pretest sebesar 26.60 dan untuk nilai posttest kelompok control sebesar 33.93 lebih tinggi dari hasil rata-rata nilai pretest sebesar 30.07 yang artinya ada pengaruh model latihan variasi passing futsal terhadap kemampuan passing pada siswa ekstrakurikuler futsal di sman 1 liwa

**Kata kunci:** Latihan, Passing, Futsal

### To cite this article:

Fikri Zainal & Fahrizqi, Eko Bagus (2021). Penerapan Model Latihan Variasi Passing Futsal Di Ekstrakurikuler SMAN 1 Liwa 2021. *Journal Of Physical Education*. Vol. 2, No. 2, Desember 2021, Hal 23-28

## PENDAHULUAN

*Passing* merupakan bagian dari teknik yang harus selalu dilatih disetiap sesi latihan untuk memperoleh gerakan yang baik dan benar, bukan hanya tentang gerakan tetapi juga ketepatan arah *passing* tersebut (Ramadhan, 2019).

Banyaknya kesalahan yang dilakukan saat *passing* sangat merugikan tim dan akan selalu menjadi hambatan untuk membangun setiap serangan kelawan. *Passing* merupakan teknik olahfisik futsal yang menggunakan teknik tertentu untuk dapat memberikan bola kepada salah satu teman dalam satu tim, dibutuhkan operan yang akurat Mulyono (Nurhidayatim, 2019). Kemampuan mengoper atau *passing* juga akan menentukan kemampuan tim untuk menang dalam sebuah permainan (Fahrizqi, 2018). Selain itu, melalui keterampilan mengoper atau *passing* yang baik, akan tercipta kondisi permainan yang harmonis di antara kaki ke kaki. Pemain futsal harus memiliki kemampuan teknik untuk *passing* atau mengoper bola. *Passing* yang baik, cermat, atau akurasi operan yang tepat akan memudahkan untuk mencetak gol ke gawang lawan (Fahrizqi, 2018). Didalam olahfisik futsal untuk mendapatkan sebuah kemenangan diperlukan kerjasama tim yang baik antar sesama pemain dengan cara melakukan *passing* yang memudahkan teman untuk menerimanya. Jadi prinsip *passing* bukan hanya untuk melewati lawan, tetapi untuk memberikan umpan ke teman dan untuk memulai strategi penyerangan. Ini merupakan langkah awal dalam menyusun strategi menyerang tim.

Futsal termasuk ke dalam permainan bola besar yang dimainkan oleh 5 orang dalam satu timnya, bola yang digunakan berukuran lebih kecil dan lebih berat dari pada sepak bola Lukimanto dalam (Herman, 2017). Futsal merupakan permainan yang menggunakan area yang relatif kecil, memiliki permainan yang sangat cepat dan dinamis, serta mengikuti aturan yang lebih ketat Lhaksana dalam (Danny et al., 2011). Futsal adalah olahfisik yang populer di berbagai kalangan anak muda, dewasa, maupun orang tua baik itu wanita atau pria (Nurhadiyan & Arisona, 2017). Jumlah klub futsal yang sangat banyak di setiap daerah dan pertandingan futsal skala lokal, regional, nasional dan internasional membuktikan hal tersebut Ardianto dalam (Narlan et al., 2017). Futsal yang ada di Indonesia sejauh ini sangat berkembang dengan pesat, pada tahun 2010 Indonesia bisa menyelenggarakan futsal se-Asia di Jakarta. Pada saat itu, lahirah tim nasional Indonesia yang pertama kali, seiring dengan perkembangan jaman dan perkembangan olahfisik. Olahfisik futsal dapat diterima oleh masyarakat secara luas yang ada di seluruh Indonesia. Bahkan banyak berdiri komunitas futsal atau klub futsal, selain itu banyak diselenggarakan pertandingan futsal. Dibandingkan dengan cabang olahfisik permainan lainnya, futsal cukup populer dan tidak kalah dengan permainan sepakbola. Permainan futsal membentuk seorang pemain agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan lawan. Dengan bermain futsal, pemain bisa mengembangkan kemampuannya dengan baik (Muzaffar & Saputra, 2019).

Setiap pemain futsal harus memiliki keterampilan Teknik dasar yang bagus itu menjadi faktor yang penting dalam futsal. Menurut Alvarez & Vera dalam (Jaenudin et al., 2018) permainan futsal juga mengandalkan kemampuan teknik yang sangat tinggi dari masing-masing pemain tanpa terkecuali. Bentuk keterampilan dasar futsal antara lain; teknik dasar menendang (*passing*), teknik dasar menahan bola (*kontroll*), teknik dasar lambung (*chip*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*) dan teknik menembak (*shooting*) (Festiawan, 2020). Semua Teknik dasar diatas perlu dikuasai dan dipahami oleh para pemain, oleh sebab itu Untuk mendapatkan kinerja yang terbaik dan perlu dikembangkan secepatnya, dan sangat penting untuk mendapatkan kualitas pencapaian yang terbaik. Model latihan yang digunakan juga harus memenuhi tujuan pelatihan agar diperoleh pelatihan yang efektif dan mempengaruhi tingkat keberhasilan anak. Maka dari itu dibutuhkan model Latihan variasi *passing* agar dapat meningkatkan keterampilan dasar khususnya keterampilan *passing*.

Berdasarkan pengamatan dan observasi yang peneliti lakukan di ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Liwa khususnya pada saat mengikuti tournament antar sekolah maupun tournament umum masih banyak pemain yang salah melakukan *passing* atau teknik *passing*nya kurang baik dan benar, akibatnya dapat berakibat fatal untuk tim. Adapun masalahnya yaitu kurangnya pemahaman dasar tentang Teknik dasar *passing*, minimnya pengetahuan pelatih tentang model Latihan Teknik dasar *passing* dan Latihan Teknik dasar yang monoton sehingga menyebabkan siswa merasa jenuh. Hal ini sering terjadi pada saat Latihan siswa hanya melakukan *passing* menggunakan bola secara bergantian yang bersifat monoton tanpa adanya model atau variasi yang dapat membuat siswa bersemangat. Oleh karena itu pentingnya pemahaman dan pengetahuan dari pelatih untuk model Latihan Teknik dasar *passing* agar program Latihan yang disusun dapat memberikan hasil yang baik dalam peningkatan Teknik dasar *passing* futsal.

Pada penelitian ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan ingin menerapkan sebuah bentuk model latihan yaitu Penerapan Model Latihan Variasi *Passing* Penerapan model latihan ini, dilakukan dengan menggunakan model latihan yang bervariasi untuk mencegah kebosanan dan menambah semangat siswa. Tujuannya adalah untuk dapat meningkatkan keterampilan passing siswa di Ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Liwa.

## METODE

### POPULASI DAN SAMPEL

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain futsal di Ekstrakurikuler Sman 1 Liwa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 30 siswa laki-laki.

### PENGUMPULAN DATA

Teknik pengumpulan data dilakukan untuk mengumpulkan data yang menggunakan instrumen test keterampilan *Johnson Soccer Test*. Ini bertujuan agar data-data penelitian yang relevan dan sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

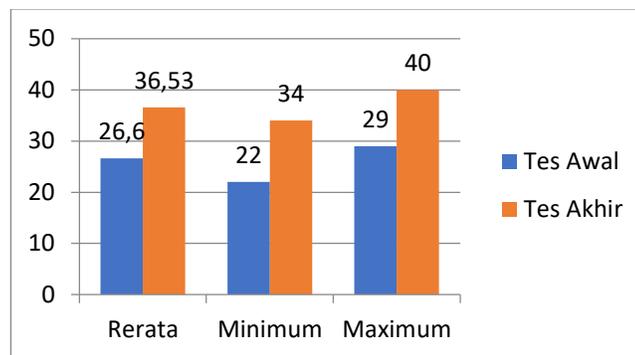
Dibawah ini akan dijelaskan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan dengan menganalisa hasil pengukuran pada variabel tes penelitian, hasil pengukuran dapat dilihat Sebagai Berikut:

Tabel 1 Tes Eksperimen

Statistik	Tes awal Kelompok Eksperimen	Tes akhir Kelompok Eksperimen
N	15	15
Rata-rata	26.60	36.53
Std Deviation	1.844	1.807
Minimum	22	34
Maximum	29	40

Deskripsi data digunakan untuk mengetahui gambaran variabel- variabel yang diteliti secara sekilas yaitu meliputi, rata-rata/ rerata, nilai sigma dari pada siswa. Berikut penjabaran tentang hasil penelitian dari masing-masing variable dapat dilihat pada diagram batang dibawah ini :

Gambar 1. Data Kelompok Eksperimen



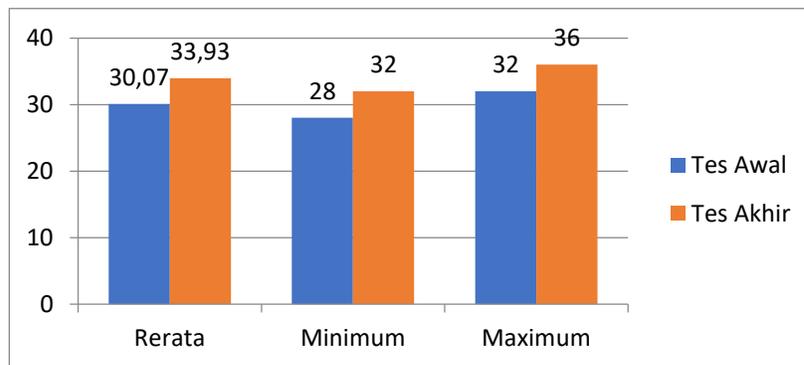
Dari diagram diatas dapat dilihat penjabaran nilai rata-rata dari hasil tingkat pengukuran yang dilakukan pada siswa. Terdapat tiga diagram batang yang masing-masing menginformasikan seberapa besar hasil skor tes pengukuran yang telah dilakukan.

**Table 3. Deskripsi Data Kelompok Kontrol**

Statistik	Tes awal Kelompok Kontrol	Tes awal Kelompok Kontrol
N	15	15
Rata-rata	30.07	33.93
StdDeviation	1.335	1.100
Minimum	28	32
Maximum	32	36

Deskripsi data digunakan untuk mengetahui gambaran variabel- variabel yang diteliti secara sekilas yaitu meliputi, rata-rata/rerata, nilai sigma dari pada siswa. Berikut penjabaran tentang hasil penelitian dari masing-masing variable dapat dilihat pada diagram batang dibawah ini :

**Gambar 2. Data Kelompok Kontrol**



Dari diagram diatas dapat dilihat penjabaran nilai rata-rata dari hasil tingkat pengukuran yang dilakukan pada siswa. Terdapat tiga diagram batang yang masing-masing menginformasikan seberapa besar hasil skor tes pengukuran yang telah dilakukan.

**Table 4. Uji Pengaruh Kelompok Eksperimen**

Variabel	P	Keterangan
Kelompok Eksperimen	0.00 < 0.05	Normal

Berdasarkan hasil analisis tersebut diperoleh pengaruh kelompok eksperimen dengan nilai  $p < 0.05$  maka dapat di simpulkan bahwa penerapan model latihan daya tahan kardiovaskuler with the ball permainan sepak bola pada sbbu pratama memiliki pengaruh yang signifikan.

**Table 5. Uji Pengaruh Kelompok Kontrol**

Variabel	P	Keterangan
Kelompok kontrol	0.00 > 0.05	Normal

Berdasarkan hasil analisis tersebut diperoleh pengaruh kelompok eksperimen dengan nilai  $p > 0.05$  maka dapat di simpulkan bahwa kelompok control tidak memiliki pengaruh yang signifikan

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa, penerapan model Latihan variasi passing futsal ini terdapat pengaruh yang signifikan baik dikelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian yang diuraikan pada bab sebelumnya maka pada bab ini dikemukakan simpulan, implikasi dan saran sebagai berikut : Terdapat pengaruh penerapan model latihan variasi passing futsal di ekstrakurikuler sman 1 liwa, Pengaruh penerapan model latihan variasi passing futsal di ekstrakurikuler sman 1 liwa sebesar  $0.00 < 0.05$

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Danny, S., Sapto, A., & Usman, W. (2011). Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Futsal Menggunakan Model Latihan Bervariasi Terhadap Tim Futsal Sma Negeri 2 Kota Probolinggo. *Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Futsal Menggunakan Model Latihan Bervariasi Terhadap Tim Futsal Sma Negeri 2 Kota Probolinggo*, 1–13.
- Fahrizqi, eko bagus. (2018). Hubungan Panjang Tungkai , Power Tungkai Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Futsal Perguruan Tinggi. *Journal of S.P.O.R.T*, 2(1), 32–42.
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik Dan Taktik : Pengaruhnya Terhadap Keterampilan Bermain Futsal *Rifqi*. 3, 143–155.
- Herman, S. (2017). *ILKOM Jurnal Ilmiah Volume 9 Nomor 3 Desember 2017*. 9, 262–267.
- Jaenudin, J., Rusdiana, A., & Kusmaedi, N. (2018). Pengembangan Media Latihan Passing Berbasis Arduino Uno dalam Cabang Olahraga Futsal. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 47. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v3i1.9925>
- Muzaffar, A., & Saputra, A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Akurasi Passing Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 1 Muaro Jambi. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 1(2), 81–88. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v1i2.7605>
- Narlan, A., Juniar, T., Millah, H., Jasmani, J. P., & Keguruan, F. (2017). Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal. 3(2).
- Nurhadiyan, T., & Arisona, E. (2017). *Futsal Berbasis Android*. 4(2).
- NURHIDAYATIM, M. (2019). Pengaruh Variasi Permainan Terhadap Hasil Passing Pada Siswa Ekstarkurikuler Futsal Di SMA Negeri 10 Pontianak Artikel. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- Ramadhan, C. U. (2019). Model Pembelajaran Keterampilan Passing. 45–52. <https://doi.org/10.3157/jpo.v8i1.1219>

 A portrait of a young man with short black hair, wearing a maroon blazer with yellow trim, a white shirt, and a dark tie. He is looking directly at the camera against an orange background.	<p><b>Zainal Fikri</b> Lahir di liwa lampung barat 14 september 1999, Kecamatan balik bukit kota liwa. Penulis menyelesaikan Pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 2 kota liwa, saat ini sedang menempuh pendidikan di Program Sarjana S1 Pendidikan Olahraga Universitas Teknokrat Indonesia. Penulis dapat dihubungi melalui email: <a href="mailto:zainalfikri606@gmail.com">zainalfikri606@gmail.com</a></p>
 A portrait of a man with short black hair, wearing a dark blue suit jacket, a white shirt, and a dark tie. He is looking directly at the camera against a black background.	<p><b>Eko Bagus Fahrizqi,S.Pd.,M.Pd.</b> merupakan dosen di Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Teknokrat Indonesia sejak tahun 2016. Pendidikan sarjana yang ditempuh oleh penulis adalah S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Lampung dan melanjutkan jenjang S2 di Universitas Negeri Jakarta. email: <a href="mailto:Eko.bagus@teknokrat.ac.id">Eko.bagus@teknokrat.ac.id</a></p>