



PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP KETERAMPILAN PASSING FUTSAL PEMAIN FUTSAL CLUB RIVER TWO FC

Muhammad Farhan

Universitas PGRI Palembang

*Corresponding author email: farhanpro2121@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh small sided games terhadap keterampilan passing futsal club futsal di river two fc. Jenis Penelitian ini adalah eksperimen. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling, sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan tes kemampuan passing. Teknik analisis data menggunakan rumus uji-t. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap pemain futsal club river two FC, hasil rata-rata pretest sebesar 6.75 dan rata-rata post-test sebesar 8.10, maka diperoleh angka perbedaan rerata 1.35. Hal ini menunjukkan perubahan yang lebih baik. Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan t_{hitung} sebesar 32.064 dan t_{tabel} 2,093 (df 19;0,05) sehingga bisa disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pada latihan Small Sided Games Terhadap Keterampilan Passing Futsal Pemain Futsal Club River Two Fc”,

Kata kunci: Small Sided Games, Futsal, Passing.

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of small sided games on the passing skills of futsal club futsal at River Two FC. This type of research is an experiment. The population in this study amounted to 20 people. The sampling technique in this study used a total sampling technique, the sample in this study amounted to 20 students. The data collection technique uses a passing ability test. The data analysis technique uses the t-test formula. Based on the results of research that has been conducted on the futsal players of Club River Two FC, the average pretest result is 6.75 and the post-test average is 8.10, so the average difference is 1.35. This shows a change for the better. From the results of the t-test it can be seen that $t_{count} > t_{table}$ with t_{count} of 32,064 and t_{table} 2.093 (df 19; 0.05) so that it can be concluded that there is a significant effect on Small Sided Games training on the Passing Skills of Club River Futsal Players Two Fc”,

Keyword: Small Sided Games, Futsal, Passing



PENDAHULUAN

Dalam perkembangannya olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kondisi fisik agar tetap bersemangat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari serta memiliki kemampuan untuk berprestasi. Hal ini sesuai dengan tujuan olahraga yaitu mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, stabilitas emosional, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih (Nurkusuma & Hartati, 2017).

Futsal merupakan salah satu permainan olahraga yang dimainkan secara beregu dengan masing-masing terdiri dari 5 orang dalam setiap regu dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan. Permainan futsal ini hampir digemari seluruh anak-anak remaja maupun dari kalangan masyarakat. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya sarana berupa lapangan futsal yang saat ini sudah bertebaran baik di perkotaan maupun di pedesaan. Permainan ini bukan hanya untuk mengisi waktu luang tetapi juga ingin meraih prestasi yang tinggi. Seperti yang kita ketahui di Indonesia permainan futsal sangat diminati banyak orang, yang dibuktikan dengan adanya klub futsal dan banyak sekolah yang menerapkan ekstrakurikuler dari sekolah dasar hingga menengah atas.

Pada dasarnya permainan futsal merupakan olahraga yang membutuhkan kekompakan, sehingga para pemain harus menguasai teknik dasar dalam permainannya. Permainan futsal memiliki beberapa teknik dasar yaitu passing, controlling, dribbling, shooting dan heading. Namun teknik dasar yang harus diketahui dalam permainan futsal salah satunya yaitu teknik passing. Passing merupakan teknik dalam permainan futsal yang dilakukan dengan tujuan memberikan atau mengoper bola kepada teman (Hamzah & Hadiana, 2018, p. 3).

Keterampilan passing merupakan salah satu teknik dasar yang susah untuk dikuasai pemain, sehingga dibutuhkan pola latihan yang baik dan menarik. Pada permainan futsal teknik dasar merupakan komponen yang harus dilatih karena dapat menumbuhkan intuisi terhadap penguasaan bola (Wardana, Setia Budi, & Candra, 2018, p. 195).

Karena pentingnya unsur keterampilan passing dalam permainan futsal, maka perlu mendapat porsi dan perhatian khusus dari pelatih tim futsal. Club River Two FC merupakan salah satu klub futsal yang sedang berkembang. Club futsal River Two FC berdiri tahun 2020 yang beralamatkan di kota Palembang. Club River Two FC terbentuk karena adanya keinginan untuk turut berpartisipasi dalam mengembangkan bakat-bakat muda dalam olahraga futsal. Prestasi yang pernah di capai oleh Club River Two FC, yaitu juara 1 Trofeo di kota Palembang. Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan di club river two fc bahwa kendala yang sedang dihadapi oleh pemain futsal saat passing belum memiliki

Akurasi yang tepat dan kurang terarah sehingga bola dengan mudahnya di kuasai oleh lawan. Karena pentingnya akurasi dalam permainan futsal khususnya dalam passing bola ke rekan satu team, maka perlu mendapat porsi latihan dan perhatian khusus dari pelatih atau Pembina klub futsal river two fc.



METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen mengenai hubungan sebab akibat. Desain penelitian yang digunakan adalah “one-group pretest-posttest design”, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan small sided games terhadap keterampilan passing futsal pemain futsal club River Two Fc.

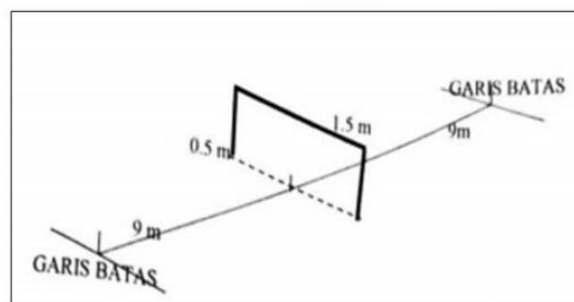
Populasi dari penelitian ini adalah seluruh pemain Futsal Club River Two Fc yang berjumlah 20 pemain. Pengambilan sampel dalam Penelitian ini dilakukan dengan teknik total sampling sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah pemain Futsal Club River Two dengan jumlah 20 pemain, Tahap pretest, sebelum melakukan perlakuan pemain melakukan tes awal yaitu melakukan latihan passing, Treatment atau perlakuan, pemberian perlakuan dengan cara melakukan latihan small sided games, Tahap posttest, melakukan pengukuran pemain dengan cara melakukan tes passing setelah diberikan perlakuan yang berupa latihan small sided games.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kemampuan passing. Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data pretest melakukan passing sebelum sampel diberikan perlakuan atau treatment, dan data posttest setelah sampel diberikan perlakuan atau treatment dengan menggunakan metode latihan Small Sided Games. Teknik atau cara pengambilan data penelitian sebanyak 16 kali perlakuan (Treatment).

Instrumen penelitian adalah mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2009: 148). Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah tes kemampuan pukulan netting.

Alat ukur untuk mengukur hasil Kemampuan passing yaitu menggunakan tes passing Petunjuk pelaksanaan:

- Testee berdiri di belakang garis yang berjarak 9 meter dari sasaran, dengan posisi kaki kanan atau kiri siap menembak sesuai dengan kebiasaan Testee.
- Aba-aba “ya”, Testee mulai menendang bola kesasaran sebanyak 10 kali.
- Tendangan dianggap sah dan dihitung masuk apabila masuk pada bidang sasaran, mengenai batas dan atau mengenai pancang, dan kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas dari arah berseberangan (jarak 9 meter). Penilaian nya adalah jumlah yang masuk sah dari 10 kali tendangan.



Gambar 1. Tes Mengoper Bola Rendah
Sumber: Subagyo dalam Handoko (2018: 72)

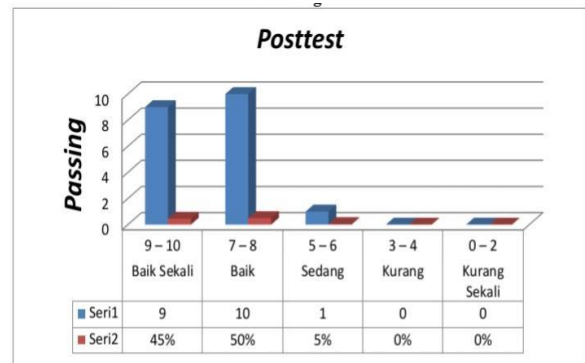
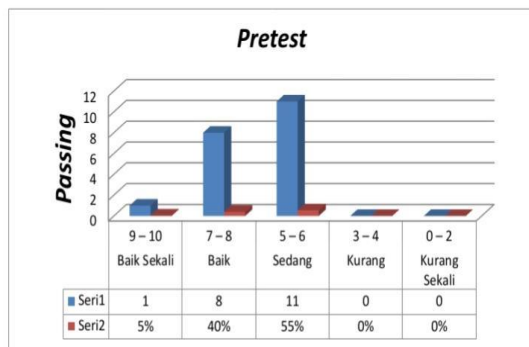


No	Jumlah Nilai	Kriteria
1	9-10	Sangat baik
2	7-8	Baik
3	5-6	Sedang
4	3-4	Kurang
5	0-2	Kurang Sekali

Tabel. 1 Norma Passing

Sumber: Subagyo dalam Handoko (2018:73)

HASIL DAN PEMBAHASAN



Berdasarkan diagram di atas, menunjukkan bahwa keterampilan passing dalam permainan futsal pada saat pretest mempunyai rata-rata sebesar 6.75 berkategori “sedang” sebanyak 11 atlet (55%), sebelum diberikan latihan small side games selama 14 kali pertemuan pada Pemain Futsal Club River Two Fc.

Berdasarkan diagram di atas, menunjukkan bahwa keterampilan passing dalam permainan futsal pada saat post-tes setelah diberikan treatment mempunyai rata-rata sebesar 8.10, setelah diberikan latihan small side games selama 14 kali pertemuan pada Pemain Futsal Club River Two Fc berkategori “baik” sebanyak 10 atlet (50%).

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa latihan small sided-games mampu memberikan kontribusi yang maksimal terhadap keterampilan passing dalam permainan futsal. Program latihan yang telah direncanakan dengan baik mampu memberikan kesempatan bagi atlet untuk meningkatkan keterampilannya secara maksimal. Latihan small sided-games merupakan latihan permainan kecil yang dirancang untuk memberikan latihan pada siswa sesuai dengan teknik dasar yang akan diberikan. Melalui latihan small sided-games atlet akan lebih aktif dan tidak sadar jika telah melakukan latihan. Pengemasan latihan yang baik akan memberikan motivasi pada atlet untuk mengikuti latihan secara maksimal sehingga penignkatan keterampilan passng futsal akan meningkat dengan maksimal.

Menurut Singh (2012: 26) menyatakan latihan merupakan proses dasar persiapan untuk kinerja yang lebih tinggi yang prosesnya dirancang untuk mengembangkan kemampuan motorik dan psikologis yang meningkatkan kemampuan seseorang. Sejalan dengan pendapat tersebut bahwa latihan yang dirancang dengan baik dan memiliki beban latihan yang meningkat akan mampu memberikan kontribusi maksimal terhadap hasil latihan yang telah dilakukan. Melalui latihan pelatih small sided-games akan memberikan latihan pada atlet sesuai dengan teknik dasar bermain futsal yang dikemas dalam bentuk



permainan. Bentuk latihan small sided-games tidak hanya mengutamakan permainan untuk meningkatkan motivasi berlatih atlet tetapi akan memberikan kesempatan atlet untuk berlatih teknik dasar lebih kompleks dan secara tidak sadar beban latihannya meningkat.

Melalui latihan small sided-games atlet akan berlatih untuk meningkatkan keterampilan bermainnya dengan tingkat kesulitan yang lebih tinggi. Hal ini dikarenakan atlet harus mampu mengambil keputusan yang cepat untuk dapat mempraktikkan teknik dasar tersebut dalam permainan sehingga meningkatkan yang diterima oleh atlet tidak hanya teknik dasar tetapi pengambilan keputusan yang cepat dalam bermain. Permainan futsal merupakan permainan untuk mencetak gol dan mempertahankan gawang dari kebobolan dengan lapangan yang kecil. Hal ini menunjukkan bahwa latihan small sided-games akan memiliki kontribusi bagi atlet untuk dapat meningkatkan teknik dasar sekaligus keterampilan passing dalam permainan futsal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan small sided-games terhadap Keterampilan Passing Futsal Pemain Futsal Club River Two Fc. Apabila dilihat dari angka mean pretest 6.75 dan posttest 8.10 maka diperoleh angka perbedaan rerata 1.35. Hal ini menunjukkan perubahan yang lebih baik. Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan t_{hitung} sebesar 32.064 dan t_{tabel} 2,093 (df 19;0,05) dengan nilai signifikan 0,000 (2-tailed) lebih kecil dari 0.05, maka hasil menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan dengan demikian hipotesis alternative (H_a) diterima (H_o) ditolak yang berbunyi “ada pengaruh yang signifikan pada latihan Small Sided Games Terhadap Keterampilan Passing Futsal Pemain Futsal Club River Two Fc”, diterima artinya metode latihan small side games memberikan pengaruh terhadap Keterampilan Passing Futsal Pemain Futsal Club River Two Fc.

DAFTAR PUSTAKA

Hamzah, B. & Hadiana, O. (2018). Pengaruh Penggunaan Model Problem Based Learning Terhadap Keterampilan Passing Dalam Permainan Futsal. *Jurnal Olahraga* 3 (1), 1-7. Handoyo, A. (2015). *Bermain Futsal*. Jakarta. Nobel Edumedia

Nurkusuma, T. W., & Hartati, S. C. (2017). Penerapan Permainan Kecil Terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas V SDN Babatan 5 Kecamatan Wiyung Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Vol. 05 No.01 , 110-116.

Prasetyo, A. T., & Syafi’I, I. (2018). Pengaruh Model Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Vo2 Max Pemain Futsal. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1-5.

Wardana, C. R., Setia Budi, M. A., & Candra, A. T. (2018). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Keterampilan Passing, Controlling dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMK Negeri 1 Tegalsari Kabupaten Banyuwangi . *Jurnal Kejaora*, Vol. 03 No. 02, 194-201.



Cahyana, S., Susilawati, D., & Mulyanto, R. (2018). PENGARUH SMALL SIDED GAME (SSG) TERHADAP KETERAMPILAN PASSING PADA MAHASISWA UKM FUTSAL UPI KAMPUS SUMEDANG. 633.

Feri Kurniawan. (2012). Buku Pintar Pengetahuan Olahraga. Jakarta: Laskar Aksara.

Hamzah, B., & Hadiana, O. (2018). Pengaruh Penggunaan Model Problem Based Learning Terhadap Keterampilan Passing Dalam Permainan Futsal. Jurnal Olahraga 3 (1), 1-7.

Handoko, H.A. (2018). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang. Jurnal Olahraga Prestasi, Vol. 14 No 1.

Justinus Lhaksana. (2011). Taktik dan Strategi Futsal Modern. Jakarta: Be Champion.

Kamil, A. F., Kurniawan, F., & Ismaya, B. (2021). Analisis Teknik Dasar Futsal Pada Ekstrakurikuler di Sekolah SMPIT AL ARABI. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 270.

Muis, A. (2018). PENGARUH LATIHAN SMALL-SIDED GAMES TERHADAP KETERAMPILAN SHOOTING SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMP NEGERI 14 KOTA SUKABUMI. Seminar Nasional Pendidikan Jasmani.

Muzaffar, A, Saputra, A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Akurasi Passing Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 1 Muaro Jambi. Journal Of Sport Science and Coaching.

Nurkusuma, T. W., & Hartati, S. C. (2017). Penerapan Permainan Kecil Terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas V SDN Babatan 5 Kecamatan Wiyung Surabaya. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Vol. 05 No.01 , 110-116.

Orlando, R., Saputra, S. A., & Alsaudi, A. (2019). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Passing melalui Metode Kelompok Kecil dalam Permainan Futsal. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara II, 126.

Pangestu, R., Slamet, & Juita, A. (2007). THE EFFECT OF EXERCISE SMALL SIDED GAME TOWARD HORIZONTAL PASSING ABILITY IN THALITA FUTSAL TEAM FC PEKANBARU. Sport Coaching Education Studies Program Faculty of Teacher Training and Education University of Riau , 19.

Pangestu, R., Slamet, & Juita, A. (n.d.). THE EFFECT OF EXERCISE SMALL SIDED GAME TOWARD HORIZONTAL PASSING ABILITY IN THALITA FUTSAL TEAM FC PEKANBARU . Sport Coaching Education Studies Program Faculty of Teacher Training and Education University of Riau , 4.

Prasetyo, A. T., & Syafi'I, I. (2018). Pengaruh Model Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Vo2 Max Pemain Futsal. Jurnal Prestasi Olahraga, 1-5.

Pratama, A., Arisandi, D., & Pradana, N. J. (2019). IMPLEMENTASI METODE AGGLOMERATIVE HIERARCHICAL CLUSTERING PADA WEBSITE PEMILIHAN



TEMPAT FUTSAL STUDI KASUS KOTA DEPOK. Ilmu Komputer dan Sistem Informasi, 1.

Priambodho, A., & Widodo, A. (2021). PENGARUH SMALL SIDED GAMES TERHADAP KAPASITAS AEROBIK (Vo2 MAX) PEMAIN SEPAKBOLA. Jurnal Kesehatan Olahraga, 348.

Priambodho, A., & Widodo, A. (2021). PENGARUH SMALL SIDED GAMES TERHADAP KAPASITAS AEROBIK (Vo2 MAX) PEMAIN SEPAKBOLA. Jurnal Kesehatan Olahraga, 105-114.

Saputra, R. N., Yarmani, & Sugiyanto. (2019). PENGARUH METODE LATIHAN TERPUSAT DAN METODE LATIHAN ACAK TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR FUTSAL. : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 30-42.

Taufik, M. S. (2019). HUBUNGAN TINGKAT KONSENTRASI DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL UNIT KEGIATAN MAHASISWA FUTSAL UNIVERSITAS SURYAKANCANA. Ilmu Keolahragaan, 69.

Ziaputra, D., Fahmi, D. A., & Zahraini, D. A. (2021). KEEFEKTIFAN LATIHAN PASSING BERVARIASI TERHADAP AKURASI PASSING PADA AKADEMI FUTSAL AD ASTRA SEMARANG 2021. Seminar Nasional Ke-Indonesiaan VI, 518.