

PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDE GAMES* TERHADAP AKURASI *PASSING* DI EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMAN 1 TAKISUNG

Muhri¹, Norma Anggara², Perdinanto³

¹Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia

Email: muhri834@gmail.com.

ABSTRAK

Seringnya kesalahan passing siswa pada ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Takisung mendorong dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh strategi latihan menggunakan permainan sampingan kecil terhadap ketepatan passing peserta didik ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Takisung. Penelitian ini mencakup "desain PreTest-PostTest satu kelompok" dan melibatkan 20 peserta didik yang menerima 14 perlakuan. Perangkat lunak statistik yang komprehensif digunakan untuk melakukan analisis data, yang meliputi Uji t, Uji normalitas, dan Uji homogenitas, semuanya dengan tingkat signifikansi 0,05. Selain itu uji normalitas menghasilkan temuan normal dan uji homogenitas menunjukkan nilai signifikansi $0,0669 > 0,05$, uji t menunjukkan nilai signifikansi 0,000 pada data penelitian yang dikumpulkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Takisung meningkatkan akurasi passingnya ketika dilatih dengan pendekatan *small side game*.

Keywords: Futsal, latihan *small side games*, passing

PENDAHULUAN

Ekstrakurikuler adalah kegiatan non-akademik yang dilakukan siswa-siswi disekolah ataupun universitas. Kegiatan ini biasanya dilakukan di luar jam sekolah, sehingga dengan adanya ekstrakurikuler ini siswa dapat mengembangkan kemampuan bakatnya. (Nofianti, n.d.) Kegiatan ini merupakan kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk menciptakan wadah bagi para guru untuk mengembangkan pemahaman dasar dan interaksi untuk mengembangkan dan memahami potensi, bakat, dan minat siswa dalam proses pembelajaran. Salah satu ekstrakurikuler yang banyak digemari siswa yaitu futsal. Maka dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler futsal ini, semoga terciptanya siswa-siswa yang berprestasi.

Tujuan dari permainan bola futsal yang masing-masing pihak terdiri dari lima pemain dan seorang kiper, adalah untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya sekaligus mencegah tim lain mendapatkan kembali penguasaan bola. "Futsal merupakan permainan yang sangat cepat dan dinamis" (Lhaksana J., 2011 : 7). Olahraga ini diminati oleh orang-orang dari segala usia., serta olahraga ini tidak hanya diminati oleh pria tetapi perempuan juga banyak yang menggemari olahraga futsal ini. (Surya et al., n.d.) Di Indonesia, futsal telah berkembang dengan pesat, dengan banyaknya kejuaraan di seluruh negeri dan di kecamatan. Hal ini telah menjadi favorit masyarakat lokal dan regional.

Olahraga futsal hampir mirip dengan permainan sepak bola, hal ini dapat di lihat dari teknik dasarnya atau cara bermainnya. (Sugandi et al., 2020) Filosofi yang sama berlaku pada pertandingan futsal seperti halnya pada pertandingan sepak bola. Tujuannya adalah untuk mencetak poin sebanyak-banyaknya atau memasukkan bola ke gawang tim lain sambil menjaganya agar tidak masuk ke gawang sendiri. (Pangestu1 et al., n.d.) "Meskipun masih dalam pengembangan, game ini akan mendukung permainan di dalam dan luar ruangan."

Jika Anda ingin menjadi pemain futsal yang baik, Anda perlu mempelajari dasar-dasarnya. Adapun Teknik dasar futsal yaitu ; *passing*, *control*, *dribbling*, *shooting*, dan *heading*. (Fitrian et al., 2022) Dalam futsal, mengontrol ritme permainan, penguasaan

permainan, dan memberikan umpan yang tepat dari kaki ke kaki sangat penting untuk mengontrol pertahanan bola. Menguasai metode passing yang kuat merupakan suatu keharusan yang mutlak. Ada beberapa cara berbeda untuk mengoper bola: di dalam kaki, di luar jari kaki, atau di bagian bawah.

Hal ini apabila pemain telah menguasai *passing* yang baik dan di tunjang dengan kepandaian dalam hal teknik dan taktik maka permainan akan berjalan dengan baik. Dalam permainan futsal penguasaan teknik sangat dibutuhkan, hal ini membuat lawan sulit dalam merebut bola.

Berdasarkan yang di dapat dari peneliti memperoleh pada siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Takisung yaitu masih kurangnya menguasai teknik passing pada permainan futsal. Dari hasil pengamatan secara langsung siswa banyak melakukan kesalahan *passing* diantaranya passing terlalu pelan, hal ini sangat mudah untuk lawan dalam merebut bola dengan cepat, dan pemain juga banyak melakukan *passing* kurang akurat kepada temannya, hal ini membuat pemain sulit untuk menerima bola saat melakukan passing dan menyebabkan permainan menjadi tidak berjalan dengan baik. Selain itu siswa juga masih kurangnya dalam melakukan latihan akurasi passing.

(Prabowo, 2020) Futsal sangat bergantung pada passing untuk memulai permainan, membangun tempo, dan menjaga momentum. Maka pemain sangat penting dalam mempelajari teknik passing dengan benar dan meningkatkan akurasi passing. Apabila teknik passing dapat menguasai, maka permainan akan mengalir dan berjalan dengan baik. Adapun beberapa Latihan untuk meningkatkan akurasi passing yaitu diberikan model *latihan small side games*. Latihan adalah sebuah proses latihan yang terus menerus, atau untuk mencapai suatu tujuan. (Mahfud et al., 2020) Olahraga dirancang untuk meningkatkan kualitas fungsional organ tubuh. Diperlukan persiapan dan pelaksanaan yang matang sesuai dengan tujuan.

Latihan *small side games* adalah permainan yang mirip dengan permainan sebenarnya tetapi permainan ini di modifikasi dari jumlah pemain nya dan bentuk lapangan nya lebih kecil. (Qosim, 2023) Permainan *small side games* adalah terlibat dalam latihan di bawah batasan tertentu, termasuk namun tidak terbatas pada dimensi lapangan, daftar pemain, waktu latihan, serta peraturan dan regulasi. (Arif, 2022) Latihan permainan kecil (SSG) adalah cara yang lebih efektif untuk melatih keterampilan teknis, taktis, dan fisik yang diperlukan untuk menghadapi situasi tekanan seperti permainan nyata. Dengan menggunakan Latihan *small side games*, maka pemain lebih banyak mendapatkan setuhan bola dan pemahaman teknik dan taktik, serta pemain akan lebih banyak mendapatkan tekanan saat bermain dengan lapangan yang lebih *small*. Berdasarkan pernyataannya maka peneliti berasumsi memberikan latihan yang bervariasi dengan tujuan untuk meningkatkan akurasi *passing* pada ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Takisung. Sehingga peneliti memberikan model latihan *small side games*. Maka dengan model Latihan *small side games* ini diharapkan dapat meningkatkan akurasi passing pada siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Takisung.

METODE

Berdasarkan hal ini, peneliti terfokus melakukan penelitian terhadap tes akurasi *passing* di ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 1 Takisung. Penelitian ini adalah penggunaan desain eksperimen kuantitatif. Untuk mempelajari dampak pengobatan terhadap variabel terikat. Penjelasan di atas membuat orang percaya bahwa teknik pra-eksperimen adalah pendekatan kuantitatif yang menggunakan desain satu kelompok sebelum dan sesudah tes. Satu kelompok adalah satu-satunya kelompok yang menjalani desain ini; tidak ada kelompok kontrol yang dimasukkan.

Gambar.1 Desain Penelitian

Keterangan

- O1 : (*pre test*)
X : (*treatment*)
O2 : (*post test*)

Futsal di SMA Negeri 1 Takisung menjadi lokasi penelitian ini. Investigasi dilakukan selama empat belas sesi, dengan tes pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah setiap sesi. Menurut (Anwar et al., n.d.) Subjek diberikan pre-test sebelum pengobatan, terapi sebenarnya, dan terakhir post-test yang berpuncak pada tanggapan tertulis.

Latihan ini dilakukan tiga kali seminggu. setiap hari Senin, Rabu, dan Jumat pukul 15:00 hingga 17:00 WITA, sedangkan waktu pastinya dapat berbeda-beda berdasarkan keadaan lapangan. Penelitian ini tujuannya untuk mengetahui kegiatan ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Takisung terhadap 20 siswa. Metode pengambilan sampel dikenal dengan istilah sampling lengkap. Tes keterampilan bermain sepak bola yang dikembangkan oleh Irianto pada tahun digunakan sebagai tolak ukur sebelum dan sesudah tes. (Badawi et al., 2019) Adapun cara melakukannya adalah :

1. Salah satu pemain melakukan tendangan *passing* ke arah gawang.
2. Tendangan dianggap sah, apabila melewati gawang dan melewati garis batas.
3. Setiap pemain memiliki 10 kali kesempatan dalam melakukan tendangan *passing*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 2 Januari 2024 sampai 1 Februari 2024 di lapangan SMAN 1 Takisung. Peneliti menggunakan 20 sampel pada siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Takisung. Data yang didapat dari hasil data *pre test* dan data *post test* yang dilakukan 20 siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Takisung, setelah itu diukur untuk mengetahui hasil akurasi *passing* bola rendah. Skor rata-rata pada pretest adalah 4,9 dan pada posttest adalah 6,35, menghasilkan perbedaan standar deviasi sebesar 1,45 antara kedua rangkaian temuan. Akibatnya, akurasi *passing* mungkin terpengaruh oleh latihan dengan permainan sampingan kecil. Berdasarkan dari (Hamdani et al., n.d.)“ Uji prasyarat yang dilakukan ada tiga yaitu uji homogenitas, uji hipotesis, dan uji normalitas.”.

a) Uji T

Untuk membenarkan hipotesis penelitian mengenai pengaruh faktor-faktor tersebut digunakan uji T. hipotesis nol (H_0) dapat di tolak dan hipotesis alternatif (H_a) dapat diterima jika hasil uji t itu kurang dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa variabel (independen) dan (dependen) sama-sama terpengaruh. Output dari perangkat lunak paket statistik komprehensif yang digunakan untuk menghitung data Uji T, yaitu;

Table 1 Hasil Uji T Pre Test dan Post Test

| Tes | Sig. | Keterangan |
|------------------------|-------------|-------------------|
| Akurasi Passing | 0,000 | Signifikan |

Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap akurasi *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Takisung, hal ini dibuktikan dengan hasil tabel diatas dimana nilai sig. $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu H_0 ditolak dan H_a diterima.

b) Uji Normalitas

Untuk uji normalitas menggunakan uji *Kolmogrov Smirnov*. Data yang akan diuji pada uji normalitas yaitu data hasil yang didapat dan hasil *passing* yang dikategorikan normal jika nilainya signifikan normalitas $> 0,05$. Adapun hasil perhitungan uji normalitas yaitu :

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Pre Test dan Post Test

| | Passing | Kolmogrov Smirnov | | Keterangan |
|----------------------|-----------|-------------------|-------|------------|
| | | N | Sig. | |
| Hasil Passing | Pre test | 20 | 0,099 | NORMAL |
| | Post test | 20 | 0,182 | NORMAL |

Berdasarkan dari hasil perhitungan dengan uji normalitas maka pada tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat nilai signifikan normalitas $> 0,05$. *pre-test* $0,099 > 0,05$ sedangkan *posttest* $0,182 > 0,05$, maka dapat dikatakan data berdistribusi Normal.

c) Uji Homogenitas

Uji Homogenitas adalah digunakan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh perlakuan *treatment* yang sudah diberikan kepada variabel tersebut. Data yang dapat dikatakan homogen apabila signifikan $> 0,05$. Berikut tabel perhitungan uji homogenitas :

Tabel 3 Hasil Uji Homogenitas Pre Test dan Post Test

| Tes | N | Sig. | Keterangan |
|-----------------|----|--------|------------|
| Pretest | 20 | 0,0669 | Homogen |
| Posttest | 20 | | |

Hasil yang didapat dari tabel 3, maka data homogenitas memperoleh hasil nilai signifikan yaitu $0,0669 > 0,05$ artinya dapat dinyatakan homogen. Sehingga dengan uji homogenitas ini, dapat dinyatakan bahwa perlakuan dengan latihan *small side games* dapat meningkatkan akurasi *passing* pada pemain futsal, Hal ini pemain sudah mengikuti prosedur latihan dengan benar dan tepat.

Berdasarkan hasil dari penelitian menjelaskan bahwa dengan menggunakan latihan *small side games* ini dapat menunjukkan peningkatan teknik akurasi *passing* pada pemain. Hal ini dikarenakan bahwa Latihan ini menggunakan lapangan yang lebih *small* sehingga pemain lebih banyak melakukan sentuhan-sentuhan bola. Berdasarkan hasil penilitan ini untuk memperkuat penelitian sebelumnya yang diteliti oleh (Zaman et al., n.d.) dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan latihan *small side games* terhadap akurasi *passing* siswa ekstrakurikuler SMPN 2 sukodadi. Dan sampelnya 12 orang siswa ekstrakurikuler SMPN 2 sukodadi. Maka dari itu latihan *small side games* terdapat pengaruh signifikan terhadap akurasi *passing* futsal SMPN 2 sukodadi.

Pada latihan *small side games* ini peneliti memberikan selama 1 bulan sehingga terdapat pengaruh yang signifikan terhadap teknik akurasi *passing*. (Ariffudin & Pramono, 2022) Permainan sisi kecil (SSG) telah menjadi metode pelatihan yang terus berkembang. Keunggulan latihan SSG adalah dapat mewakili situasi permainan yang memadukan aspek teknik, strategi, dan fisik sehingga dapat meningkatkan akurasi *passing*.

Hasil ini menunjukkan bahwa latihan *small side games* berpengaruh terhadap akurasi *passing*. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengolahan data, rata-rata hasil peningkatan sebelum dengan sesudah tes yaitu rata-rata *pretest* 4,9 sedangkan rata-rata *posttest* 6,35. Temuan ini menunjukkan adanya perubahan standar deviasi sebesar 1,45 dari *pretest* ke *posttest*. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa akurasi *passing* siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Takisung dipengaruhi oleh latihan permainan sampingan kecil. Kendala yang di alami saat melakukan latihan adalah cuaca yang tidak menentu, pemilihan waktu yang sulit di jadwalkan, karena bentrok dengan waktu kegiatan yang lain.

KESIMPULAN

Hasil pengolahan dan analisis data, maka peneliti menyimpulkan bahwa latihan dengan small side games secara signifikan meningkatkan akurasi passing futsal di SMAN 1 Takisung. Rata-rata selisih pretest dan posttest sebesar 1,45 yang menunjukkan adanya peningkatan hasil. Temuan uji t yaitu $0,000 < 0,05$ juga menunjukkan hal yang sama. Selain itu berdasarkan temuan uji homogenitas yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,0669 > 0,05$, maka uji normalitas dapat dikatakan normal jika nilai signifikansinya $> 0,05$. Maka peserta yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Takisung telah menunjukkan peningkatan akurasi passing setelah mendapat bimbingan dalam beberapa permainan sampingan yang mudah.

UCAPAN TERIMA KASIH

peneliti ucapkan terima kasih kepada Bapak dosen yang telah membimbing saya sampai sejauh ini dan pada akhirnya saya dapat menyelesaikan artikel ilmiah ini, peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada teman-teman, yang telah mendampingi saya di setiap langkah, atas dorongan dan dukungan mereka selama saya berupaya menyelesaikan studi ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, K., Simanjuntak, V. G., Yunitaningrum, W., Triansyah, A., Haetami, M., Penjas, F., Keguruan, I., Pendidikan, U., Tanjungpura, J., Hadari, H., Jendral, N. /, Yani, A., Pontianak, K., & Barat, K. (n.d.). *Ketepatan Hasil Passing Futsal Melalui Variasi Latihan. 4*, 2023.
- Arif, M. (2022). *Seminar Nasional Ke-Indonesiaan VII*.
- Ariffudin, Moch. B., & Pramono, M. (2022). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Akurasi Passing di La Brava Futsal Club. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 1(2), 95–101. <https://doi.org/10.26740/ijok.v1n2.p95-101>
- Badawi, A., Royana, I. F., Hudah, M., Kesehatan, P. J., Rekreasi, D., & PGRI Semarang, U. (2019). PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP PENINGKATAN AKURASI PASSING PADA SISWA SSB BINA TARUNA TAMBAKROMO PATI. *Journal of Sport and Exercise Science*, 2(2), 60–65. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jses>
- Fitrian, Z. A., Adam, B., Manopo, H., & Fitrianto, E. J. (2022). PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES DAN LATIHAN RONDO TERHADAP KETEPATAN PASSING PADA PEMAIN KLUB FUTSAL ALDIFA BANJARMASIN. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 5(2), 50–58. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jses>
- Hamdani, L., Handayani, H. Y., Anwar, K., Studi, P., Olahraga, P., & PGRI Bangkalan, S. (n.d.). Pengaruh Latihan Variasi Small Sided Games Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Dan Stopping Pemain Futsal The Jinkz Fc Bangkalan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 8(3), 2442–9511. <https://doi.org/10.36312/jime.v8i2.3732/http>
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). MODEL LATIHAN DRIBLING SEPAKBOLA UNTUK PEMULA USIA SMA. *Sport Science & Education Journal*, 1(2). <https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/sport/issue/archive>
- Nofianti, A. (n.d.). *PENGARUH KEGIATAN EKSTRAKURIKULER DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA*. <http://puspendik.kemdikbud.go.id/>

- Pangestu¹, R., Slamet, D., Kes, M., Juita, A., Pd, S., & Pd³, M. (n.d.). *THE EFFECT OF EXERCISE SMALL SIDED GAME TOWARD HORIZONTAL PASSING ABILITY IN THALITA FUTSAL TEAM FC PEKANBARU*.
- Prabowo, D. P. (2020). MODEL-BASED SMALL-sided FUTSAL PASSING GAMES For Under 16 years. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(02), 165–175.
<https://doi.org/10.21009/gjik.112.08>
- Qosim, A. (2023). *PENGARUH SMALL SIDE GAMES 5 A SIDE TERHADAP TEKNIK DASAR PADA PEMAIN SEPAKBOLA IKIP PGRI PONTIANAK*. 12(1).
<http://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/olahragahal82-89Jl.AmperaNo.88Pontianak-78116Telp./Fax>.
- Sugandi, G., Santosa, A., & Pasundan, S. (2020). The effect of small sided game on basic passing techniques in a futsal game. In *Journal of Physical and Outdoor Education* (Vol. 2, Issue 1).
- Surya, W. A., Sembiring, L. T., & Sumantri, A. (n.d.). Jalan Meranti Raya Nomor 32 Sawah Lebar. In *Educative Sportive-EduSport* (Vol. 2022, Issue 1).
- Zaman, F., Fatoni, A., & Prianto, D. A. (n.d.). *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga PENGARUH METODE LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP PENINGKATAN KETEPATAN PASSING MENDATAR PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL*.
- Lhaksana, J. (2011 : 7). *Taktik Dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion (Penerbit Swadaya Group).