



Analisis Latihan Passing Bervariasi Terhadap Hasil Belajar Passing Futsal

Benny Badaru¹, Ikadarny²

^{1,2} Jurusan Penjasokesrek, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Alamat: Jl. Wijaya Kusuma No. 14, Banta-Bantaeng, Kec Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222

Email: benny.b@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis latihan passing bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal pada siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar. Jenis penelitian adalah deskriptif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar yang berjumlah 30 siswa. Teknik pengambilan sampling dengan cara simple random sampling, dimana pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik undian. Analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa analisis hasil belajar passing futsal pada siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 10 % (3 siswa), “kurang” sebesar 36,67 % (11 siswa), “sedang” sebesar 43,33 % (13 siswa), “baik” sebesar 10 % (3 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa). Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat keberhasilan servis pendek forehand dalam permainan bulutangkis pada siswa kelas X SMK Kartika XX-1 Makassar berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: Passing, latihan, variasi dan futsal

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani yang di dalamnya mengutamakan aktivitas jasmani merupakan salah satu cara untuk memelihara kesegaran jasmani peserta didik. kesegaran jasmani dapat diartikan sebagai kesanggupan seseorang untuk menjalankan hidup sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan dan masih memiliki kemampuan untuk mengisi pekerjaan ringan lainnya (Suharjana, 2013). Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesegaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan

kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Depdiknas 2007).

Pada hakekatnya pendidikan jasmani tidak hanya untuk mengembangkan badan tetapi juga untuk mengajarkan perilaku sosial, kebudayaan, dan menghargai etika serta mengembangkan kesehatan mental-emosional (Adisasmita, 2002). Selain itu Adisasmita juga berpendapat bahwa kegiatan jasmani tertentu yang dipilih dapat membentuk sikap/membentuk karakter yang berguna bagi pelakunya. Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kesegaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Olahraga futsal, merupakan olahraga yang sangat mirip dengan sepakbola hanya saja dimainkan oleh 5 pemain dan dimainkan di dalam ruangan dengan ukuran lapangan panjang 25 meter dan lebar 18 meter (Murhananto 2006). Dengan ukuran lapangan, yang tidak terlalu besar memungkinkan pemain yang memainkan perlu kesegaran jasmani yang baik. Dari pengamatan peneliti, selama ini di Kota Makassar perkembangan olahraga futsal sangat luar biasa pesatnya dan menjadi olahraga favorit dikalangan masyarakat. Ini terlihat dari banyak lapangan futsal yang ada di Kota Makassar, selain itu juga banyak diselenggarakan kompetisi futsal antar pelajar maupun umum. Oleh karena itu dengan perkembangan yang sepesat itu, yang dulu dimainkan oleh orang-orang dewasa saja kini sudah merambah ke remaja khususnya pelajar SMA. Ekstrakurikuler dibidang olahraga terutama olahraga futsal merupakan kegiatan favorit bagi pelajar SMA, ini terlihat dari berbagai sekolah yang mengadakan ekstrakurikuler futsal, banyak siswa yang antusias ikut. Tak terkecuali SMK Kartika XX-1 Makassar.

Salah satu syarat untuk dapat bermain Futsal dengan baik adalah pemain harus dibekali dengan fisik serta teknik yang baik karena pemain yang memiliki fisik dan teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain futsal dengan baik pula. Teknik-teknik dasar dalam permainan futsal ada beberapa macam, seperti controlling (menghentikan bola), shooting (menendang bola ke gawang), passing (mengumpan), heading (menyundul bola), dan dribbling (menggiring bola).

Penguasaan teknik-teknik dasar permainan Futsal tentunya harus membutuhkan latihan dan bimbingan sejak dini. Permainan Futsal dapat berlangsung menarik dan teratur apabila para pemain menguasai unsur-unsur dalam permainan Futsal salah satunya adalah penguasaan teknik-teknik dasar. Latihan sejak usia dini setiap pemain Futsal bertujuan untuk mempersiapkan pemain agar dapat menguasai banyak keterampilan dasar. Dalam proses ini, seorang pelatih sangat berperan penting untuk dapat memberikan berbagai macam bentuk-bentuk latihan yang dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar pemain dalam bermain Futsal. Pelatih juga dituntut untuk dapat lebih kreatif dan inovatif dalam merancang setiap sesi latihan. Kebanyakan dari setiap pelatih saat dalam melatih bentuk-bentuk teknik yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar para pemain dalam bermain Futsal selalu monoton sehingga menimbulkan kebosanan bagi pemainnya. Pada akhirnya kebosanan yang terjadi tersebut dapat mengganggu tujuan dan sasaran dari latihan yang ingin dicapai. Hingga pada akhirnya banyak ditemukan dilapangan masih rendahnya kualitas penguasaan keterampilan dasar pada setiap pemain Futsal. Keterampilan bermain futsal sangat diperlukan dalam permainan futsal agar seseorang mampu bermain maksimal. Keterampilan dasar bermain futsal meliputi, mengumpan bola (passing), menghentikan bola (controlling), menggiring bola (dribbling), menembak bola (shooting), dan menyundul bola (heading).

METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif. Menurut Suharsimi Arikunto (2006) penelitian deskriptif merupakan penelitian yang di maksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian di lakukan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi melalui pengamatan.

Populasi adalah semua hal yang akan diteliti, baik itu berupa obyek atau benda tidak hidup atau berupa subyek atau manusia atau perangkat sosial yang tersedia dalam sebuah penelitian (Rahmadani et al., 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas X SMK Kartika XX-1 Makassar yang berjumlah 64 orang. Sampel adalah metode apa pun yang digunakan untuk mengidentifikasi sampel untuk tujuan penelitian (Purba et

al., 2023). Berdasarkan pendapat di atas yang dimaksud dengan sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti dan data yang didapatkan mewakili populasi. Jadi sampel pada penelitian ini sebanyak 30 siswa kelas X SMK Kartika XX-1 Makassar. Teknik pengambilan sampling dengan cara simple random sampling, dimana pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik undian. Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan penelitian. Indikator yang digunakan pada penelitian ini adalah model latihan passing bervariasi melalui aspek penilaian gerak passing, yaitu : (1) Posisi awal (2) Posisi menendang atau gerakan saat passing dan (3) Posisi akhir. Teknik pengumpulan data menggunakan metode pengamatan, yaitu atlet melakukan passing bahwa sebanyak 10 kali tendangan dengan bola diberikan oleh guru/ peneliti secara bergantian kemudian diamati dan dinilai oleh expert judgement. Expert judgement mengamati dan menilai hasil passing bawah yang dilakukan oleh atlet menggunakan instrumen lembar penilaian tes unjuk kerja teknik passing futsal. Kriteria judge harus benar-benar seorang yang kompeten dan profesional dalam bidangnya. Pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menggunakan tes dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif untuk mengetahui interpretasi data meliputi penyajian tabel, diagram, nilai rata-rata, median, modus, standar deviasi, variansi, nilai minimum dan nilai maksimum yang dihitung menggunakan software statistik yaitu SPSS Versi 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar. Hasil analisis data penelitian ini secara lengkap dapat dilihat pada lampiran dan rangkuman analisisnya dirangkum dalam Tabel berikut ini:

Tabel 1. Deskriptif Statistik Analisis Teknik Passing Futsal SMK Kartika XX-1 Makassar

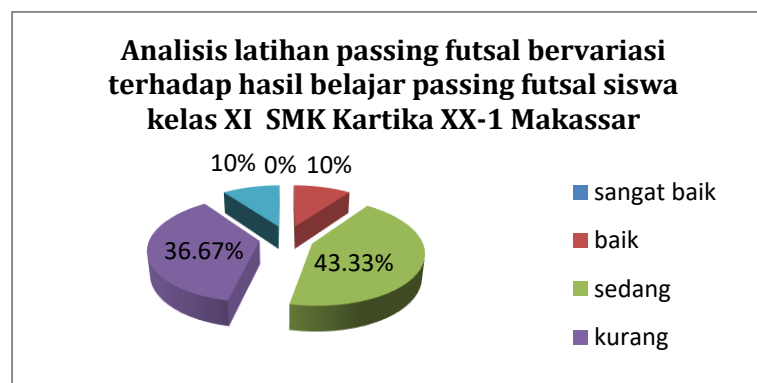
Statistik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	257,23
<i>Median</i>	265,50
<i>Mode</i>	255.00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	46,422
<i>Minimum</i>	125.00
<i>Maximum</i>	338.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, analisis Teknik Passing Futsal SMK Kartika XX-1 Makassar disajikan pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Analisis Latihan Passing Futsal Bervariasi Terhadap Hasil Belajar Passing Futsal Siswa Kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	408 < X	Sangat Baik	0	0%
2	336 < X ≤ 408	Baik	3	10%
3	264 < X ≤ 336	Sedang	13	43,33%
4	192 < X ≤ 264	Kurang	11	36,67%
5	X ≤ 192	Sangat Kurang	3	10 %
Jumlah			30	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Pie analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar

Berdasarkan tabel 4 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berada pada kategori “ Sangat kurang” sebesar 10% (3 siswa), “kurang”

sebesar 36,67% (11 siswa), “sedang” sebesar 43,33% (13 siswa), “baik” sebesar 10% (3 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 257,23, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar dalam kategori “sedang”.

1. Fase Persiapan

Deskriptif statistik data hasil penelitian analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase persiapan. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Statistik Fase Persiapan

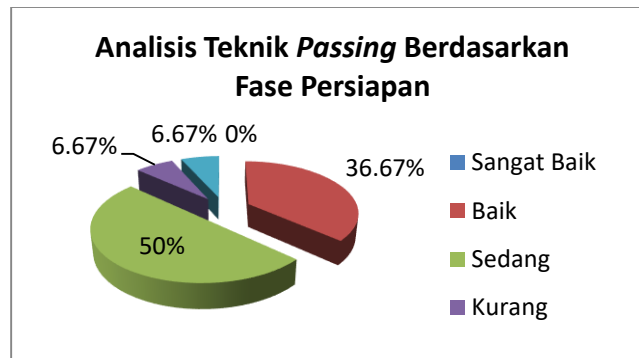
Statistik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	105,73
<i>Median</i>	110,50
<i>Mode</i>	110.00
<i>Std, Deviation</i>	17.340
<i>Minimum</i>	53.00
<i>Maximum</i>	123.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase persiapan disajikan pada tabel 4 berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan Fase Persiapan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$136 < X$	Sangat Baik	0	0%
2	$112 < X \leq 136$	Baik	11	36,67%
3	$88 < X \leq 112$	Sedang	15	50%
4	$64 < X \leq 88$	Kurang	2	6,67%
5	$X \leq 64$	Sangat Kurang	2	6,67%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel di atas, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase persiapan dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2 Diagram Pie Analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan Fase Persiapan

2. Fase Pelaksanaan

Deskriptif statistik data hasil penelitian analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase pelaksanaan. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5 Deskriptif Statistik Fase Pelaksanaan

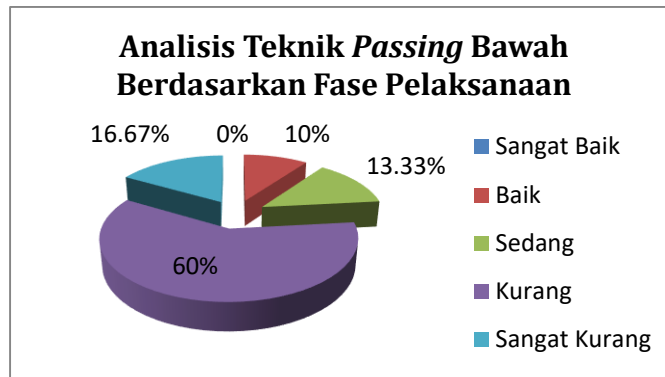
Statistik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	78.97
<i>Median</i>	84.50
<i>Mode</i>	85.00
<i>Std, Deviation</i>	16.816
<i>Minimum</i>	36.00
<i>Maximum</i>	102.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase pelaksanaan disajikan pada tabel 6 berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan Fase Pelaksanaan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$136 < X$	Sangat Baik	0	0%
2	$112 < X \leq 136$	Baik	3	10%
3	$88 < X \leq 112$	Sedang	4	13,33%
4	$64 < X \leq 88$	Kurang	18	60%
5	$X \leq 64$	Sangat Kurang	5	16,67%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada di atas, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase pelaksanaan dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3 Diagram Pie Analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan Fase Pelaksanaan

3. Fase *Follow Though*

Deskriptif statistik data hasil penelitian analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase *follow through*. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7 Deskriptif Statistik Fase Follow Through

Statistik	
<i>N</i>	30
<i>Mean</i>	72.40
<i>Median</i>	72.0000
<i>Mode</i>	74.00
<i>Std, Deviation</i>	15.984
<i>Minimum</i>	36.00
<i>Maximum</i>	112.00

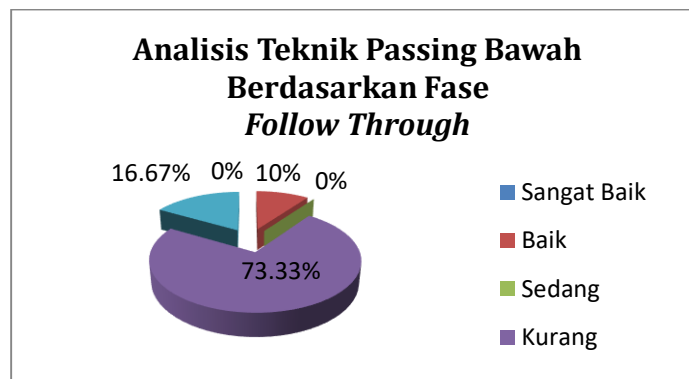
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase *follow through* disajikan pada tabel 8 berikut:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan Fase Follow Through

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	136 < X	Sangat Baik	0	0%

2	$112 < X \leq 136$	Baik	3	10%
3	$88 < X \leq 112$	Sedang	0	0%
4	$64 < X \leq 88$	Kurang	22	73,33%
5	$X \leq 64$	Sangat Kurang	5	16,67%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada di atas, analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase follow through dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Pie Analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan Fase Follow Through

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar yang terbagi dalam tiga fase, yaitu fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase follow through. Pada fase persiapan berdasarkan tabel 4 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase persiapan berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,67% (2 siswa), “kurang” sebesar 6,67% (2 siswa), “sedang” sebesar 50% (15 siswa), “baik” sebesar 36,67% (11 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 105,73 analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase persiapan dalam kategori “sedang”. Pada fase pelaksanaan Berdasarkan tabel 6 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase

pelaksanaan berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 16,67% (5 siswa), “kurang” sebesar 60% (18 siswa), “sedang” sebesar 13,33% (4 siswa), “baik” sebesar 10% (3 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 78,97 analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase pelaksanaan dalam kategori “kurang”. Fase follow through Berdasarkan tabel 8 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase follow through berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 16,67% (5 siswa), “kurang” sebesar 73,33% (22 siswa), “sedang” sebesar 0% (0 siswa), “baik” sebesar 10% (3 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 72,40 SMK Kartika XX-1 Makassar berdasarkan fase follow through dalam kategori “kurang”.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berada pada kategori sedang. Kategori paling tinggi yaitu pada kategori sedang sebesar 43,33 % (13 siswa), diikuti kategori Sangat kurang sebesar 36,67 % (11 siswa), kategori baik sebesar 10 % (3 Siswa) dan kategori sangat kurang sebesar 10% (3 siswa). Dari hasil tersebut di dapatkan bahwa latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal berada pada kategori sedang. Maka dari hasil ini masih perlu diperhatikan dalam membuat latihan-latihan yang terstruktur dan bervariasi dalam melakukan latihan khususnya teknik passing dalam olahraga futsal.

KESIMPULAN

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil analisis data maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah Analisis latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal siswa kelas XI SMK Kartika XX-1 Makassar berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 10 % (3 siswa), “kurang” sebesar 36,67% (11 siswa), “sedang” sebesar 43,33% (13 siswa), “baik” sebesar 10% (3 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa). Jadi dapat disimpulkan latihan passing futsal bervariasi terhadap hasil belajar passing futsal berada pada kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmita. 2002. Pembentukan Mental Melalui Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Citra Lembayung
- Arikunto, Suharsimi. 2002. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta
- Badaru, Benny. 2017. Latihan Taktik BEYB Bermain Futsal Modern. Bekasi : Cakrawala Cendekia
- Depdiknas. 2007. Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani. Jakarta: Departemen Kesehatan
- Irawan, Andri. 2009. Teknik Dasar Modern Futsal. Jakarta: Pena Pundi Aksara
- Jaya, Asmar. 2008. Futsal Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan. Yogyakarta: Pustaka Timur
- Lhaksana, Justinus. 2012. Taktik dan Strategi Futsal Modern. Jakarta: Be Champion
- Murhananto. 2006. Dasar-dasar Permainan Futsal. Jakarta: PT. Kawan Pustaka
- Purba, S., Ahadid, A., Putra, W., Rahman, A. A., Aryani, P., Jannah, F., Widodo, H., Magalhaes, A. D. J., & Hasanuddin, M. I. (2023). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Aplikasinya*.
- Rahmadani, E., Mashuri, M. T., Sitopu, J. W., Hasanuddin, M. I., Suarsana, I. M., Asriadi, M., Putri, J. H., Maharani, I., Hasanuddin, M. I., Maswar, Elfina, H., & Irwanto. (2023). *Statistika Pendidikan*.
- Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA. Jakarta: Fajar Interpretama
- Suharjana. 2013. Kebugaran Jasmani. Yogyakarta: Jogja Global Media