



JURNAL CERDAS SIFA PENDIDIKAN

ISSN 2252-8245 (print), 2809-8986 (online)
Volume 12 Nomor 1, Tahun 2023, Halaman 39-48

Tersedia Online di

<https://online-journal.unja.ac.id/csp>

DOI: 10.22437/csp.v12i1.26234

Research Article



Pengaruh Variasi Latihan *Passmove* Terhadap Keterampilan Teknik Dasar *Passing* Futsal

Yonifia Anjanika, Muhammad Ali, Ella Rizky Ramadhani

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi. Indonesia¹²³

Correspondence author : elia.rizky.ramadhani.jmc@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *passmove* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* Futsal Ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, dalam penelitian ini terdapat satu kelompok eksperimen yang sengaja diberikan perlakuan. Adapun rancangan penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* yaitu kelompok yang diberikan perlakuan, tetapi sebelum perlakuan diberikan terlebih dahulu dilakukan tes awal (*pretest*), dan kemudian di akhir perlakuan dilakukan lagi tes akhir (*posttest*). sampel pada penelitian ini menggunakan total sampling pemain Futsal Ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi berjumlah 18 orang. Berdasarkan analisis data yang diperoleh sebagai berikut tes awal diperoleh rata-rata sebesar 6,39 Standar Deviasi 1,39 dengan nilai terbaik 9 dan kemampuan terendah 4 serta rentang 5. Data hasil tes akhir keterampilan teknik dasar *passing* futsal setelah diberi Latihan *Passive* didapat rata-rata sebesar 8,78 Standar Deviasi 0,73 dengan nilai terbaik 10 dan kemampuan terendah 7 dengan rentang 3. Nilai antara t_{hitung} dengan nilai persentil pada tabel distribusi $-t$, untuk taraf nyata $\alpha = 0,05$ dengan derajat kebebasan ($dk = n - 1 = 17$) diperoleh $t_{hitung} (8,85) > t_{tabel} (1,7396)$. Ini berarti hipotesis H_a yang diterima dan H_0 ditolak. Jadi dapat disimpulkan terdapat pengaruh Latihan *Passmove* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* futsal ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi dengan $t_{hitung} > t_{Tabel}$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Latihan *Passmove* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* futsal ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi.

Kata kunci: Latihan *Passmove*, Teknik Dasar, *Passing* Futsal

The Effect of Passmove Training Variations on Basic Futsal Passing Technique Skills

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of variations in passmove training on the basic passing technique skills of Extracurricular Futsal SMA Negeri 11

Jambi City. This research uses experimental methods, in this study there is one experimental group that is deliberately given treatment. The design of this study uses the One Group Pretest-Posttest Design design, which is the group given treatment, but before the treatment is given first an initial test (pretest), and then at the end of the treatment a final test (posttest) is carried out again. The sample in this study used a total sample of 18 extracurricular futsal players from SMA Negeri 11 Jambi City. Based on the analysis of the data obtained as follows, the initial test obtained an average of 6.39 Standard Deviations of 1.39 with the best value of 9 and the lowest ability of 4 and range 5. Data on the final test of basic futsal passing technique skills after being given Passmove Practice obtained an average of 8.78 Standard Deviations of 0.73 with the best value of 10 and the lowest ability of 7 with a range of 3. The value between t is calculated with the present value in the distribution table – t , for real level $\alpha = 0.05$ with degrees of freedom $(dk) = (n - 1) = 17$ obtained t count $(8.85) > t$ table (1.7396) . This means that H_a hypothesis is accepted and H_o is rejected. So it can be concluded that there is an influence of Passmove Training on the basic extracurricular futsal passing technique skills of SMA Negeri 11 Jambi City with t Calculate $> t$ Table. It can be concluded that there is an influence of Passmove Training on the basic extracurricular futsal passing technique skills of SMA Negeri 11 Jambi City

Keywords: Passmove Practice, Basic Technique, Futsal Passing

PENDAHULUAN

Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga rohani. Olahraga asli dari berbagai daerah di Indonesia mungkin belum terkenal di tingkat nasional namun cukup populer di daerah asalnya. Khazanah budaya bangsa yang sebaiknya tetap diperhatikan dan dibina sebelum habis punah dilanda oleh arus globalisasi, terutama oleh permainan era digital dengan menggunakan perangkat komputer (Ikhsan, 2013: 2).

Menurut Purwadi, dkk (2011:1.35) olahraga adalah aktivitas jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi. Sedangkan menurut Wiarso (2015:5) olahraga adalah kegiatan dalam kehidupan manusia yang tidak hanya melibatkan aspek jasmani, tetapi juga aspek rohani dan aspek sosial. Kegiatan olahraga ini bisa dijadikan untuk menjaga stamina tubuh dan juga bisa dilakukan untuk meraih prestasi. Saat ini banyak pemuda-pemudi Indonesia yang menjadikan olahraga sebagai cita-cita untuk meraih prestasi demi masa depan mereka, misalnya saja olahraga futsal. Pada zaman sekarang ini, di Indonesia banyak pemuda yang suka olahraga futsal.

Olahraga futsal ditujukan untuk membentuk perpaduan individu-individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan. Kebersamaan dan kerjasama tim sangat diperlukan dalam mencapai tujuan tersebut (Mulyono, 2014: 2). Menurut Lhaksana (2011:5) futsal adalah suatu permainan dengan menggunakan lapangan yang relatif lebih kecil dengan permainan yang sangat cepat dan dinamis diikuti dengan aturan yang lebih ketat. Olahraga futsal memerlukan teknik, taktik maupun fisik yang tinggi. Teknik merupakan suatu keterampilan yang harus dimiliki oleh pemain futsal, karena dalam permainan futsal teknik merupakan hal yang dibutuhkan oleh setiap tim untuk menciptakan suatu permainan yang baik. Dalam olahraga futsal, terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai oleh pemain, yaitu *passing*, kontrol bola, *dribble* dan *shooting*.

Menurut Mulyono (2014:52) teknik-teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain futsal adalah: 1) teknik menggiring bola, 2) teknik mengumpan bola, 3) teknik menggiring bola, 4) teknik menendang bola, 5) kecepatan. Setiap pemain diharuskan menguasai semua teknik dalam permainan futsal, walaupun setiap pemain memiliki kemampuan *skill* yang berbeda-beda. Dalam permainan futsal, teknik yang harus dikuasai setiap pemain adalah teknik *passing*. Teknik *passing* yang digunakan dalam permainan futsal umumnya menggunakan kaki bagian dalam.

Berdasarkan wawancara dengan pelatih ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 11 Kota Jambi diketahui bahwa keterangan tersebut dijelaskan jadwal latihan dilaksanakan dalam 3 kali seminggu, lapangan yang digunakan untuk latihan berada satu tempat dengan lapangan bola basket. Dari hasil pengamatan peneliti, dapat disimpulkan bahwa keterampilan pemain ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 11 Kota Jambi dalam melakukan permainan cukup baik, namun masih ada beberapa teknik yang tidak dikuasai dengan baik, terutama teknik *passing*. Pada saat observasi yaitu melakukan tes keterampilan teknik *passing*, terdapat *passing* yang dimiliki oleh pemain futsal kurang baik, hal itu bisa dilihat sikap awal, sikap perkenaan bola, dan sikap akhir pemain dalam melakukan keterampilan *passing*.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti ingin memberikan suatu metode latihan dengan menggunakan latihan *passmove*, selain itu latihan *passmove* juga dapat meningkatkan keterampilan *passing*. Latihan *Passmove* merupakan latihan yang memudahkan rekan satu tim dalam menjalankan strategi yang diinginkan sehingga tim dapat meraih hasil yang maksimal yaitu kemenangan (Fernando & Ronni, 2020). Teknik dasar ini menjadi satu paket yang harus dimiliki oleh setiap pemain, karena dengan menguasai teknik dasar *passmove* pemain akan mudah menciptakan dan mengkonversi sebuah peluang untuk mencetak skor (Rosdiani, 2012). Dimana dalam permainan futsal harus menguasai teknik dasar *Passmove* oleh karena itu latihan yang berbeda dan perlu pemahaman, teknik dasar, pengambilan keputusan, serta pengaturan tempo (*timing*) yang baik. Dengan demikian terbentuklah sebuah keterampilan (pengetahuan) yang setiap saat siap untuk dipergunakan oleh yang bersangkutan (Munadi, 2018:93).

Dwi Marhaendro, (Aziz. 2013: 17), berpendapat bahwa futsal merupakan penyeragaman permainan sepakbola mini di seluruh dunia oleh FIFA, dengan mengadopsi permainan sepakbola dalam bentuk *law of the game* yang disesuaikan. Supaya tidak rancu dengan keberadaan FIFA sebagai badan tertinggi sepakbola, maka dibentuk komite futsal yang difokuskan untuk menangani masalah-masalah tentang futsal. Hal ini menunjukkan keseriusan FIFA dalam mengembangkan futsal karena merupakan elemen yang dapat mendukung peningkatan sepakbola. Permainan futsal memang identik dengan lapangan yang lebih kecil dan dimainkan dengan pemain yang jumlahnya lebih sedikit atau separuh dari permainan sepakbola.

Menurut Murhananto (2008: 2), futsal adalah sangat mirip dengan sepakbola hanya saja dimainkan oleh lima lawan lima dalam lapangan yang lebih kecil, gawang yang lebih kecil dan bola yang lebih kecil serta relatif berat. Dalam permainan futsal, pergerakan pemain yang terus menerus juga menyebabkan pemain harus terus melakukan operan (*passing*). Tak heran bila 90% permainan futsal diisi oleh *passing*.

Menurut Agus Susworo dan Saryono (2012: 1) futsal merupakan aktivitas permainan invasi (*invasion games*) beregu yang dimainkan lima lawan lima orang dalam durasi waktu tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang dan bola yang relatif lebih kecil dari permainan sepakbola yang mensyaratkan kecepatan gerak,

menyenangkan dan aman dimainkan serta kemenangan regu ditentukan oleh jumlah terbanyak mencetak gol ke gawang lawannya.

Menurut Feri Kurniawan (2012: 141) berpendapat bahwa “futsal adalah permainan tim yang dimainkan lima lawan lima orang dalam lapangan *indoor* maupun *outdoor*”. Permainan ini bergulir lebih cepat dari kaki ke kaki dengan permukaan lapangan yang kecil, rata/keras dalam waktu tertentu serta kemenangan sebuah tim ditentukan pada jumlah memasukan bola terbanyak ke gawang lawan.

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 7-8), futsal adalah olahraga yang dinamis dikarenakan bola secara bergulir cepat dari kaki ke kaki, dimana para pemainnya dituntut untuk selalu bergerak dan dibutuhkan keterampilan yang baik dan determinasi yang tinggi. Dilihat dari segi keterampilan, futsal hampir sama dengan sepakbola lapangan rumput, perbedaannya hanya pada futsal banyak menggunakan telapak kaki pada saat menahan bola, karena permukaan lapangan rata dan keras dengan ukuran lapangan kecil, sehingga bola tidak boleh terpantul jauh dari kaki, karena jika bola terpantul jauh, maka lawan akan lebih mudah merebut bola.

Futsal telah berkembang dinyatakan oleh ahli dalam kurun waktu 10 tahun terakhir bahwa permainan futsal telah dimainkan lebih dari 30 juta perempuan di seluruh dunia (Richard Moore dkk, 2014:109). Futsal yang pada saat ini dimainkan di Indonesia lebih mengandalkan *skill* individu dan sangat sedikit strategi dan taktik. Modern futsal adalah permainan futsal yang para pemainnya diajarkan bermain dengan sirkulasi bola yang sangat cepat, menyerang dan bertahan, dan juga sirkulasi pemain tanpa bola ataupun *timing* yang tepat. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan menguasai teknik dasar bermain futsal, seperti: 1). Teknik dasar mengumpan (*passing*), 2). Teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), 3). Teknik dasar menahan bola (*control*), 4). Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), 5). Teknik dasar menembak bola (*shooting*), 6). Teknik dasar menyundul bola (*heading*). (Lhaksana, 2012:29).

Passing sangat penting dalam *game* yang serba cepat ini untuk membentuk awal serangan, jadi akurasi karenanya penting. Melewati lawan adalah teknik untuk menyerang dan karena itu sangat sering dilakukan di setiap sesi pelatihan *passing*. Untuk *passing* yang benar (tidak hanya secara teknis tetapi juga pada waktu yang tepat dan untuk pemain yang tepat), gerakan rekan setim sama pentingnya dengan pembawa bola (Vic Hermans dalam Bayu, 2019: 23).

Passing merupakan teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain. *Passing* merupakan gerakan mengumpan bola kepada teman dalam permainan futsal. Di lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yg meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir di sepanjang permainan futsal menggunakan *passing* (Lhaksana, 2012:30). Perbedaan antara futsal dan sepakbola hanya pada *law of the game* saja, sedangkan untuk elemen teknik dasar tetap sama. Secara umum permainan futsal dan sepakbola relatif sama, yaitu memainkan bola dengan kaki (kecuali penjaga gawang boleh menggunakan tangan) untuk menciptakan atau menggagalkan terciptanya gol.

Teknik-teknik dalam futsal seperti yang diungkapkan oleh Lhaksana (2012:29) adalah: “Teknik dasar mengumpan (*passing*), teknik dasar menahan bola (*control*), teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), dan teknik dasar menembak bola (*shooting*). *Passing* digunakan paling banyak sepanjang permainan, dibandingkan dengan teknik dasar yang lain. *Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan oleh setiap pemain, dengan lapangan yang rata dan ukuran yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan

akurat. Kata ”*pass*” dapat diartikan sebagai mempersembahkan, dalam melakukan *passing* pemain harus mempersembahkan (dalam konteks yang baik dan enak) bola kepada teman lain dalam satu tim. Sesuai dengan karakteristik permainan futsal, maka teknik *passing* yang dominan digunakan secara datar atau menyusur lantai.

Menurut Bempa (Janin Fana, 2015: 26) latihan adalah suatu proses yang dinyatakan dengan kata lain periode waktu yang berlangsung selama beberapa tahun sampai atlet tersebut mencapai standar penampilan yang tinggi. Menurut Apta & Febi (2015: 46) latihan merupakan suatu proses perubahan kearah yang lebih baik yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsional peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih. Selain itu, latihan merupakan upaya yang dilakukan seseorang untuk mempersiapkan diri dalam upaya untuk mencapai tujuan tertentu.

Metode latihan merupakan prosedur dan cara yang direncanakan mengenai jenis-jenis latihan dan penyelesaiannya berdasarkan kadar kesulitan, kompleksitas, dan beratnya beban (Janin Fana, 2015: 26).

Menurut Harsono (2018: 51) ada beberapa prinsip-prinsip latihan, yaitu:

1. Prinsip Beban Lebih (*Overload Principle*)

Dalam prinsip ini, beban latihan yang diberikan kepada atlet haruslah cukup berat dan cukup bengis, serta harus diberikan berulang kali dengan intensitas yang cukup tinggi yang perlu diperhatikan dalam menerapkan prinsip ini adalah, jangan memberikan beban latihan yang terlalu berat, yang diperkirakan tidak mungkin akan dapat diatasi oleh atlet. Akan tetapi, pelatih juga tidak dianjurkan untuk memberikan beban latihan yang dibawah atau sama dengan kemampuan atlet, karena hal itu hanya akan menjaga kekuatan otot tetap stabil, tanpa diikuti dengan peningkatan kekuatan (Harsono, 2018: 51).

2. Prinsip Individualisasi

Prinsip individualisasi merupakan salah satu syarat penting dalam latihan kontemporer, harus diterapkan kepada setiap atlet, sekalipun mereka mempunyai tingkat prestasi yang sama. Dalam prinsip ini, konsep latihan haruslah disusun sesuai dengan karakteristik setiap individu seperti halnya umur, jenis kelamin, bentuk tubuh, kedewasaan, latar belakang pendidikan, lamanya berlatih, tingkat kesegaran jasmani, dll. Menurut Bempa dalam Harsono (2018:65), setiap cabang olahraga memiliki kriteria usia masing-masing untuk tahap permulaan olahraga, spesialisasi dan prestasi puncak.

3. Prinsip Kembali Asal (*Reversibility*)

Prinsip kembali asal adalah prinsip dimana tubuh akan kembali ke keadaan semula dan kondisinya tidak akan meningkat (atau terjadi *detraining*), jika pesilat berhenti berlatih. Costill dalam Harsono (2018:79) menyebut prinsip ini “*the law of use and disuse*”. Jadi, *use it* atau *lose it*.

4. Prinsip Spesifik (*Specificity*)

Prinsip ini menyatakan bahwa manfaat maksimal yang bisa diperoleh dari rangsangan latihan hanya akan terjadi kalau rangsangan tersebut mirip atau menyerupai gerakan-gerakan yang dilakukan dalam olahraga tersebut. Jadi, seorang atlet diharuskan latihan sesuai dengan bidang yang ia tekuni, tidak dengan membuang waktu terlalu sering pada teknik-teknik lain diluar olahraga yang ditekuninya.

5. Prinsip Pemulihan (*Recovery*)

Prinsip ini merupakan faktor yang amat kritikal dalam pelatihan olahraga. Karena itu, di dalam latihan-latihannya, pelatih harus dapat menciptakan kesempatan-kesempatan *recovery* yang cukup kepada para atletnya. Prinsip pemulihan ini sama pentingnya dengan prinsip *overload* (Harsono, 2018: 75).

Latihan *Passmove* merupakan latihan yang memudahkan rekan satu tim dalam menjalankan strategi yang diinginkan sehingga tim dapat meraih hasil yang maksimal yaitu kemenangan (Fernando & Ronni, 2020). Kedua teknik dasar ini menjadi satu paket yang harus dimiliki oleh setiap pemain, karena dengan menguasai teknik dasar *passmove* pemain akan mudah menciptakan dan mengkonversi sebuah peluang untuk mencetak skor (Rosdiani, 2012). Dimana dalam permainan futsal harus menguasai teknik dasar *Passmove* oleh karena itu latihan yang berbeda dan perlu pemahaman, teknik dasar, pengambilan keputusan, serta pengaturan tempo (*timing*) yang baik. Teknik dasar ini menjadi satu paket yang harus mampu dimiliki oleh setiap pemain, karena dengan menguasai teknik dasar *passmove* pemain akan mudah menciptakan dan mengkonversi sebuah peluang untuk mencetak skor (*goal*) (Margono, 2010).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, dalam penelitian ini terdapat satu kelompok eksperimen yang sengaja diberikan perlakuan. Adapun rancangan penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* yaitu kelompok yang diberikan perlakuan, tetapi sebelum perlakuan diberikan terlebih dahulu dilakukan tes awal (*pretest*), dan kemudian diakhir perlakuan dilakukan lagi tes akhir (*post test*),

Menurut Sugiyono, (2015: 118), sebagian yang diambil dari populasi disebut sampel. Sampel penelitian adalah suatu objek yang akan menjadi bahan penelitian. Adapun untuk menentukan besarnya sampel menurut Arikunto (2010:116). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan total sampling pemain Futsal Ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi berjumlah 18 orang.

Menurut Sugiyono (2015:60), variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan.

Pada penelitian ini, untuk mengumpulkan data digunakan instrumen yang telah ada. Instrumen yang dimaksud adalah Keterampilan *Passing* Futsal. Setelah data diperoleh dari hasil tes dan pengukuran, maka langkah selanjutnya adalah menganalisisnya sehingga dari data tersebut dapat diambil suatu kesimpulan, untuk pengujian beda dilakukan dengan t-test, yaitu dengan teknik menguji kesamaan dua rata-rata uji dua pihak (Sudjana, 2005:238).

Adapun persyaratan yang harus dipenuhi sebelum peneliti boleh melanjutkan menggunakan analisis *statistic* tertentu (Arikunto, 2010: 283). Sebagai langkah untuk menganalisis sebelumnya dilakukan uji prasyarat tersebut sebagai berikut, untuk mengetahui pemain berdistribusi normal, yaitu apakah data yang akan dianalisis tersebut tersebar antara nilai yang paling tinggi dan nilai yang paling rendah serta variabilitasnya. Selain itu juga harus diketahui kelompok sampel berasal dari kelompok yang homogen. Uji asumsi untuk uji-t adalah normalitas sebaran data dan uji homogenitas sampel. Pengujian homogenitas varian bertujuan untuk melihat apakah sampel varians memiliki varians homogen atau tidak. Menurut Oktadinata (2017: 37) mengatakan “pengujian homogenitas adalah suatu teknik analisis untuk menguji apakah data berasal dari populasi yang homogen atau tidak”. Untuk menguji homogenitas dilakukan uji F.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian membahas tentang beberapa hal berdasarkan hasil analisis data untuk mengetahui hasil dan menjawab hipotesis penelitian. Secara rinci hasil penelitian membahas mengenai deskripsi data, persyaratan uji analisis yang meliputi, uji normalitas dan uji homogenitas varians, serta uji hipotesis penelitian.

Setelah dilakukan tes awal kemudian diperoleh data keterampilan teknik dasar *passing* futsal. Data yang diperoleh akan di analisis dengan Uji -t pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Adapun data yang diperoleh sebagai berikut tes awal diperoleh rata-rata sebesar 6,39 Standar Deviasi 1,39 dengan nilai terbaik 9 dan kemampuan terendah 4 serta rentang 5. Hasilnya secara eksplisit seperti terlihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Data hasil tes penelitian

Sumber Variasi	N	Rentang	Skor Maksimum	Skor Minimum	Mean	SD
Tes Awal	18	5	9	10	6,39	1,39

Tabel 3. Deskripsi data tes awal

No	Kategori	Interval	Fi	Persentase
1	Sangat Baik	9-10	2	11%
2	Baik	7-8	6	33%
3	Cukup	5-6	9	50%
4	Kurang	3-4	1	6%
5	Sangat Kurang	0-2	0	0%

Berdasarkan diagram diatas diketahui hasil tes awal dengan kriteria kurang terdapat 1 orang dengan prosentase 6%. dengan kriteria cukup terdapat 9 orang dengan persentase 50%, dengan kriteria baik terdapat 6 orang dengan prosentase 33%, dengan kriteria sangat baik terdapat 2 orang dengan prosentase 11%

Setelah dilakukan tes tes akhir maka diperoleh data keterampilan teknik dasar *passing* futsal Data hasil tes akhir keterampilan teknik dasar *passing* futsal setelah diberi latihan *passmove* didapat rata-rata sebesar 8,78 Standar Deviasi 0,73 dengan nilai terbaik 10 dan kemampuan terendah 7 dengan rentang 3. Hasilnya secara eksplisit seperti terlihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4. Data hasil tes penelitian

Sumber Variasi	N	Rentang	Skor Maksimum	Skor Minimum	Mean	SD
Tes Akhir	18	3	4	7	8,78	0,73

Tabel 5. Deskripsi data tes akhir

No	Kategori	Interval	Fi	Persentase
1	Sangat Baik	9-10	13	72%
2	Baik	7-8	5	28%
3	Cukup	5-6	0	0%
4	Kurang	3-4	0	0%
5	Sangat Kurang	0-2	0	0%

Berdasarkan diagram diatas diketahui hasil tes akhir dengan kriteria baik terdapat 5 orang dengan prosentase 28%, dengan kriteria sangat baik terdapat 13 orang dengan prosentase 72%

Pada rancangan penelitian telah dikemukakan bahwa untuk melihat pengaruh latihan *passmove* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* futsal akan digunakan analisis statistik yaitu analisis perbedaan uji – t, sebelum dilakukan uji – t maka perlu dilakukan uji normalitas, uji homogenitas varians.

Bertujuan untuk mengetahui apakah subjek penelitian berdistribusi normal apa tidak. Uji Normalitas yang digunakan adalah menggunakan uji *liliefors* dengan criteria $L_{hit} < L_{Tab}$. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai L_{hit} untuk data tes awal dan post test secara berurutan $0.2078 < L_{Tab} 0,2088$; $0.1521 < L_{Tab} 0,2088$. Maka berdasarkan analisis data ini dapat disimpulkan data tes awal dan post test berdistribusi normal hasilnya secara eksplisit seperti terlihat pada tabel berikut ini.

Tabel 6. Hasil Analisis Uji Liliefors

Sumber Variasi	L_{hitung}	L_{tabel}	Kriteria
Tes awal	0,2078	0,2088	Normal
Post Test	0,1521		Normal

Uji homogenitas bertujuan untuk melihat apakah data tes awal dan post test mempunyai variansi yang homogen apa tidak rumus yang digunakan adalah uji F dikatakan homogen apabila $F_{hitung} < F_{tabel}$. Pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ maka diperoleh $F_{tabel} = 3,59$. Maka $F_{Hitung} (4,42) < F_{Tabel} (3,59)$ maka varian tidak homogen. Untuk lebih jelasnya perhatikan tabel berikut :

Tabel 7. Hasil analisis uji f

Sumber Variasi	F_{Hitung}	F_{Tabel}	Kriteria
Tes awal dan tes akhir keterampilan teknik dasar <i>passing</i>	4,42	3,59	Tidak Homogen

Hasil analisis data yang diperoleh dari uji t dengan menggunakan perhitungan Statistics menunjukkan data sebagai berikut :

Tabel 8. Analisis uji t untuk melihat pengaruh Perlakuan

Sumber variasi	N	Mean	Standar deviasi	t_{hitung}	t_{tabel}	Ket
Tes Awal Tes Akhir	18	2,39	1,14	8,85	1,7396	Signifikan

Dari tabel diatas dapat diketahui dengan jumlah sampel 18, mean 2,39, Standar Deviasi 1,14 dan $t_{hitung} 8,85$ untuk melihat apakah hipotesis H_0 atau hipotesis H_a yang diterima sesuai dengan penjelasan diatas maka dibandingkan harga t_{hitung} dengan harga t_{tabel} . Perbandingan harga antara t_{hitung} dengan nilai persentil pada tabel distribusi – t, untuk taraf nyata $\alpha = 0,05$ dengan derajat kebebasan $(dk) = (n - 1) = 17$ diperoleh $t_{hitung} (8,85) > t_{tabel} (1,7396)$. Ini berarti hipotesis H_a yang diterima dan H_0 ditolak. Jadi dapat disimpulkan terdapat pengaruh latihan *passmove* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* futsal ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi dengan $t_{Hitung} > t_{Tabel}$.

Olahraga futsal ditujukan untuk membentuk perpaduan individu-individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan. Kebersamaan dan kerjasama tim sangat diperlukan dalam mencapai tujuan tersebut (Mulyono, 2014: 2). Menurut Lhaksana (2011:5) futsal adalah suatu permainan dengan menggunakan lapangan yang relatif lebih kecil dengan permainan yang sangat cepat dan dinamis

diikuti dengan aturan yang lebih ketat. Olahraga futsal memerlukan teknik, taktik maupun fisik yang tinggi. Teknik merupakan suatu keterampilan yang harus dimiliki oleh pemain futsal, karena dalam permainan futsal teknik merupakan hal yang dibutuhkan oleh setiap tim untuk menciptakan suatu permainan yang baik. Dalam olahraga futsal, terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai oleh pemain, yaitu *passing*, kontrol bola, *dribble* dan *shooting*.

Teknik-teknik dalam futsal seperti yang diungkapkan oleh Lhaksana (2012:29) adalah: “Teknik dasar mengumpan (*passing*), teknik dasar menahan bola (*control*), teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), dan teknik dasar menembak bola (*shooting*). *Passing* digunakan paling banyak sepanjang permainan, dibandingkan dengan teknik dasar yang lain. *Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan oleh setiap pemain, dengan lapangan yang rata dan ukuran yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat. Kata ”*pass*” dapat diartikan sebagai mempersembahkan, dalam melakukan *passing* pemain harus mempersembahkan (dalam konteks yang baik dan enak) bola kedepan teman lain dalam satu tim. Sesuai dengan karakteristik permainan futsal, maka teknik *passing* yang dominan digunakan secara datar atau menyusur lantai.

Dalam pelaksanaan penelitian ini , tes dilakukan sebanyak dua kali yaitu tes awal dan tes akhir. Tes awal dilakukan bertujuan untuk melihat keterampilan awal teknik dasar *passing* sampel sebelum diberikan latihan *passmove* dan tes akhir yang dilakukan bertujuan untuk melihat sejauh mana latihan *passmove* apakah terdapat peningkatan yang berarti. Hal ini dapat dilakukan dengan membandingkan tes akhir dan tes awal terhadap t_{tabel} dalam taraf signifikansi 5% dari $(df) = n - 1 = 17$. apabila t_{hitung} lebih kecil dari t_{tabel} , ini berarti tidak adanya perbedaan yang berarti. Untuk tes awal diperoleh rata-rata sebesar 6,39 Standar Deviasi 1,39 dengan nilai terbaik 9 dan kemampuan terendah 4 serta rentang 5. Untuk tes akhir keterampilan teknik dasar *passing* futsal setelah diberi latihan *passmove* didapat rata-rata sebesar 8,78 Standar Deviasi 0,73 dengan nilai terbaik 10 dan kemampuan terendah 7 dengan rentang 3.

Berdasarkan hasil analisis pada tes awal dan tes akhir diperoleh harga t_{hitung} sebesar 8,85 bila dibandingkan dengan t_{tabel} 1,7396 maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ ini menunjukkan terdapat pengaruh latihan *passmove* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* futsal ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat diambil keputusan bahwa terdapat pengaruh latihan *passmove* terhadap keterampilan teknik dasar *passing* futsal ekstrakurikuler SMA Negeri 11 Kota Jambi dengan besaran T_{hitung} (8,85) yang lebih besar dari T_{tabel} (1, 7396)

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Susworo dan Saryono (2012) Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal. JURNAL.IPTEK OLAHRAGA.
- Apta & Febi. 2015. Ilmu Kepeleatihan Dasar. Bandung Alfabeta CV
- Arikunto, 2010. *Prosedur penelitian*. PT Rineka : Jakarta
- Armani, 2002. Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan. Rineka cipta
- Bayu Setiawan. 2019. Pengaruh Metode Latihan *Wall Pass Drill* Dan *Gap Game* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing*
- Djamarah. 2010. Strategi Belajar Mengajar Jakarta: PT. Rineka Cipta

- Harsono. 2018. Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Dan Kesehatan. Bandung: Rosdakarya.
- Ikhsan Danu. 2013. Upaya Meningkatkan Teknik Dasar *Passing* Pada Futsal Dengan Metode Permainan Tradisional Kucing Bola Untuk Siswa Kelas Xi Ips Sma Muhammadiyah Nanga Pinoh.
- Kurniawan. Feri 2012. *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Laskar Aksara. Jakarta.
- Justinus Lhaksana (2012. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group)
- . 2011 *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group)
- Mardapi, Djemari. (2012). *Pengukuran penilaian evaluasi pendidikan* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Muhammad Thariq Aziz. 2013. Survei Keterampilan Bermain Futsal Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMK Muhammadiyah 1 Patuk Gunungkidul
- Mulyono Asriady. 2014. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta Timur: Laskar Aksara.
- Murhananto. 2008. *Dasar-dasar permainan futsal*. Jakarta: Kawah Pustaka.
- Purwadi, dkk 2011 *Pendidikan Jasmani dan Olahraga* Jakarta: Universitas Terbuka
- Ramayulis, 2005. *Metodologi Pendidikan* . Jakarta Kalam Mulia
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Wiarso. 2015. *Panduan Berolahraga Untuk Kesehatan dan Kebugaran*. Yogyakarta: Graha Ilmu.