

**PENGARUH LATIHAN PASSING BERPASANGAN TERHADAP
KETEPATAN PASSING FUTSAL PADA SISWA SMA SWASTA
PENERBANGAN PULO BRAYAN DARAT MEDAN**

***THE EFFECT OF PAIR PASSING TRAINING ON FUTSAL PASSING
ACCURACY OF STUDENTS OF PULO BRAYAN DARAT FLIGHT PRIVATE
HIGH SCHOOL MEDAN***

Jevan Novtriman Hia

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

Email: novtrimanhia@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 29-09-2025

Revised : 01-10-2025

Accepted : 03-10-2025

Published : 05-10-2025

Abstract

This study aims to determine the effect of paired passing training on futsal passing accuracy among students at Pulo Berayan Private Aviation High School, Medan. Passing is a fundamental skill that is crucial in futsal, as it plays a key role in maintaining possession, building attacks, and creating scoring opportunities. However, based on initial observations, many students still make errors in passing, both in terms of speed, power, and direction. The research method used was an experiment with a one-group pretest-posttest design. The subjects were 10 students from the futsal extracurricular program at Pulo Berayan Private Aviation High School, Medan. The research instrument was a futsal passing accuracy test with 10 trials per student. Data were analyzed using descriptive and inferential statistics, including paired t-tests. The results showed that the average pretest score increased from 67% to 89% in the posttest, with an average increase of 22%. The t-test results indicated a significant difference between the pretest and posttest ($p < 0.05$). Thus, it can be concluded that pair passing practice significantly improves students' futsal passing accuracy.

Keywords: Pair Passing Practice, Futsal Passing Accuracy

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan passing berpasangan terhadap ketepatan passing futsal pada siswa SMA Swasta Penerbangan Pulo Berayan Medan. Passing merupakan keterampilan dasar yang sangat penting dalam permainan futsal, karena menjadi penentu utama dalam menjaga penguasaan bola, membangun serangan, serta menciptakan peluang mencetak gol. Meskipun demikian, berdasarkan observasi awal, masih banyak siswa yang melakukan kesalahan dalam melakukan passing, baik dalam hal kecepatan, kekuatan, maupun arah operan. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain one group pretest-posttest. Subjek penelitian adalah 10 siswa ekstrakurikuler futsal SMA Swasta Penerbangan Pulo Berayan Medan. Instrumen penelitian berupa tes ketepatan passing futsal dengan 10 percobaan per siswa. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial, termasuk uji t berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pretest sebesar 67% meningkat menjadi 89% pada posttest, dengan rata-rata peningkatan sebesar 22%. Hasil uji t menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara pretest dan posttest ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan passing berpasangan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing futsal siswa.

Kata Kunci: Latihan Passing Berpasangan, Ketepatan Passing Futsal

PENDAHULUAN

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola kecil yang sangat populer di Indonesia. khususnya di kalangan pelajar. Permainan futsal memiliki karakteristik cepat, dinamis, dan menuntut keterampilan teknik yang tinggi. Dibandingkan dengan sepak bola, lapangan futsal yang lebih kecil membuat interaksi antar pemain menjadi lebih intens, sehingga setiap kesalahan kecil dapat berdampak besar terhadap hasil pertandingan.

Salah satu keterampilan paling mendasar dalam futsal adalah passing. Passing atau mengoper bola merupakan keterampilan mengirim bola dari satu pemain ke pemain lainnya dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola dan membangun serangan. Ketepatan passing menentukan keberhasilan suatu tim dalam menguasai jalannya pertandingan. Passing yang salah arah, terlalu pelan, atau terlalu keras dapat dengan mudah dimanfaatkan lawan untuk merebut bola.

Hasil observasi awal yang dilakukan di SMA Swasta Penerbangan Pulo Berayan Medan menunjukkan bahwa banyak siswa yang masih kesulitan melakukan passing dengan tepat. Beberapa kesalahan umum yang ditemukan adalah operan yang terlalu pelan, arah bola yang melenceng dari sasaran, serta kurangnya koordinasi antara pengoper dan penerima bola. Hal ini berdampak pada kurang efektifnya pola permainan tim.

Latihan yang terstruktur menjadi salah satu solusi untuk memperbaiki keterampilan passing. Salah satu bentuk latihan yang sederhana namun efektif adalah latihan passing berpasangan. Latihan ini dilakukan oleh dua pemain yang saling mengoper bola dengan berbagai variasi, seperti jarak pendek, jarak menengah one touch pass, atau passing sambil bergerak ke ruang kosong. Dengan latihan ini, siswa dapat lebih fokus pada penguasaan teknik dasar sekaligus melatih konsentrasi dan kerja sama tim.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan passing berpasangan terhadap ketepatan passing siswa futsal di SMA Swasta Penerbangan Pulo Berayan Medan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pretest-posttest. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk melihat perubahan kemampuan siswa setelah diberikan perlakuan berupa latihan passing berpasangan.

Subjek penelitian

Subjek penelitian adalah 10 siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler futsal SMA Swasta Penerbangan Pulo Berayan Medan. Mereka dipilih karena aktif mengikuti latihan rutin dan dianggap memiliki kemampuan dasar yang relatif homogen.

Instrument penelitian

Instrumen yang digunakan adalah tes ketepatan passing futsal. Setiap siswa diminta melakukan 10 kali passing ke target yang telah ditentukan. Passing yang tepat diberi skor 1, sedangkan yang tidak tepat diberi skor 0. Skor akhir dihitung dalam bentuk persentase.

Prosedur penelitian

1. Pretest: Dilakukan untuk mengukur kemampuan awal siswa dalam melakukan passing.
2. Perlakuan: Siswa diberi program latihan passing berpasangan selama 4 minggu, dengan frekuensi latihan 3 kali per minggu. Bentuk latihan yang diberikan meliputi:
 - a. Passing jarak pendek berulang.
 - b. Passing jarak menengah dengan variasi kecepatan.
 - c. One touch pass.
 - d. Passing sambil bergerak ke ruang kosong.
3. Posttest: Dilakukan untuk mengukur kembali kemampuan ketepatan passing setelah perlakuan.

Analisis Data

Data dianalisis dengan statistik deskriptif (menghitung rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, dan maksimum) serta uji t berpasangan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest.

Hasil penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada ketepatan passing siswa setelah diberikan latihan passing berpasangan.

1. Rata-rata pretest: 67%
2. Rata-rata posttest: 89%
3. Rata-rata peningkatan: 22%

Hasil analisis dengan uji t menunjukkan nilai t hitung lebih besar daripada t tabel pada taraf signifikansi 0,05. Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara ketepatan passing sebelum dan sesudah perlakuan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan passing berpasangan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing futsal siswa.

Pembahasan

Hasil penelitian ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Luxbacher (2011), yang menyatakan bahwa keterampilan dasar olahraga dapat ditingkatkan melalui latihan yang terstruktur dan dilakukan secara berulang. Dengan latihan passing berpasangan, siswa dapat melakukan pengulangan gerakan dalam jumlah banyak, sehingga keterampilan motorik halus mereka semakin baik.

Selain itu, penelitian ini sejalan dengan temuan Putra (2020) yang menyatakan bahwa variasi latihan passing mampu meningkatkan keterampilan dasar futsal pada siswa SMA. Latihan berpasangan tidak hanya meningkatkan teknik passing, tetapi juga mengasah koordinasi, konsentrasi, serta kemampuan berkomunikasi antar pemain.

Keunggulan latihan passing berpasangan antara lain:

1. Sederhana dan mudah dilakukan - tidak membutuhkan peralatan yang kompleks.
2. Fleksibel dapat dimodifikasi sesuai kebutuhan, seperti variasi jarak, kecepatan, atau tekanan dari lawan.
3. Efektif membantu pemain fokus memperbaiki teknik dasar.
4. Meningkatkan kerja sama tim - karena dilakukan berpasangan, siswa belajar berinteraksi dan bekerja sama.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah bahwa pelatih maupun guru pendidikan jasmani dapat menggunakan latihan passing berpasangan sebagai salah satu metode utama dalam pembinaan futsal di sekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa:

1. Latihan passing berpasangan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing futsal siswa SMA Swasta Penerbangan Pulo Berayan Medan.
2. Rata-rata ketepatan passing meningkat dari 67% menjadi 89% setelah perlakuan.
3. Latihan passing berpasangan efektif diterapkan dalam pembelajaran teknik dasar futsal di sekolah.

Saran

1. Untuk siswa: Disarankan rutin melakukan latihan passing berpasangan agar keterampilan dasar futsal semakin meningkat.
2. Untuk guru/pelatih: Latihan ini dapat dijadikan salah satu metode utama dalam pembinaan teknik dasar futsal di sekolah.
3. Untuk peneliti selanjutnya: Disarankan melakukan penelitian lanjutan dengan membandingkan efektivitas latihan passing berpasangan dengan metode lain seperti latihan passing dengan rintangan atau small sided games.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and Methodology of Training* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Harsono. (2018). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: PT Tambak Kusuma.
- Luxbacher, J. A. (2011). *Sepak Bola: Langkah-Langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Mielke, D. (2007). *Coaching Youth Soccer*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Putra, R. A. (2020). Pengaruh latihan variasi passing terhadap keterampilan passing futsal pada siswa SMA Negeri 1 Bandung. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 16(2), 112-120.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.