

Meningkatkan ketepatan *passing* futsal: Mengeksplorasi dampak metode latihan *passing* pasif dan aktif

Rifqi Festiawan *, Indra Jati Kusuma, Rohman Hidayat, Ngadiman Ngadiman

Universitas Jenderal Soedirman. Jl. Prof. Dr. HR. Boenjamin 708 Purwokerto 53122, Indonesia

* Coressponding Author. E-mail: rifqi.festiawan@unsoed.ac.id

Received: 14 March 2024; Revised: 9 April 2024; Accepted: 16 May 2024

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi dampak latihan *passing* pasif dan aktif terhadap kemampuan *passing*. Metode yang diterapkan adalah eksperimen dengan desain penelitian two group *pretest posttest*. Populasi yang diteliti adalah seluruh anggota tim futsal FIKes putra yang berjumlah 30 atlet, dengan penggunaan teknik *purposive sampling* untuk mendapatkan sampel sebanyak 20 atlet berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah tes mengumpan dan mengontrol bola yang telah dimodifikasi, dengan validitas sebesar 0.707 dan reliabilitas sebesar 0.812. Analisis data terdiri dari uji prasyarat dan uji hipotesis. Dari hasil penelitian, disimpulkan bahwa: (1) Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* aktif terhadap ketepatan *passing*, sebagaimana dibuktikan oleh hasil uji *paired sample t-test* dengan nilai signifikansi yang sangat rendah ($p < 0,001$). (2) Demikian pula, latihan *passing* pasif juga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *passing*, dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi yang berada di bawah ambang batas yang ditetapkan ($p = 0,021$). (3) Selain itu, perbedaan yang signifikan terlihat antara kelompok yang menjalani perlakuan (*treatment*) dan kelompok kontrol dalam hal ketepatan *passing*, sesuai dengan hasil uji *independent t-test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,021.

Kata Kunci: Latihan *Passing* Pasif; Latihan *Passing* Aktif, Ketepatan *Passing*, Futsal

Enhancing futsal passing accuracy: Exploring the impact of passive and active passing training methods

Abstract: The aim of this study was to evaluate the impact of passive and active passing training methods on passing ability. The method applied was an experiment with a two-group *pretest-posttest* research design. The population under study comprised all male members of the FIKes futsal team, totaling 30 athletes, with *purposive sampling* technique used to obtain a sample of 20 athletes based on inclusion and exclusion criteria. The data collection instrument utilized was a modified passing and ball control test developed, with a validity of 0.707 and reliability of 0.812. Data analysis consisted of prerequisite tests and hypothesis testing. From the research findings, it was concluded that: (1) There was a significant impact of active passing training on passing accuracy, as evidenced by the results of the *paired sample t-test* with a very low level of significance ($p < 0.001$). (2) Similarly, passive passing training also showed a significant influence on passing accuracy, with statistical test results indicating significance below the established threshold ($p = 0.021$). (3) Furthermore, a significant difference was observed between the treatment and control groups in terms of passing accuracy, in line with the results of the *independent t-test* which showed a significance value of 0.021.

Keywords: One or More Word(s) or Phrase(s), that it's Important, Specific, or Representative for the Article.

How to Cite: Festiawan, R., Kusuma, I., Hidayat, R., & Ngadiman, N. (2024). Meningkatkan ketepatan *passing* futsal: Mengeksplorasi dampak metode latihan *passing* pasif dan aktif. *Sepakbola*, 4(1), 1-9. doi:<http://dx.doi.org/10.33292/sepakbola.v4i1.277>



PENDAHULUAN

Futsal kini menjadi salah satu olahraga yang digemari karena memberikan kesenangan bagi para pemainnya dan hanya membutuhkan peralatan yang sederhana (Festiawan, 2020). Futsal merupakan cabang olahraga yang mengharuskan pergerakan cepat dan dinamis, dimainkan baik di dalam ruangan maupun di luar ruangan, melibatkan dua tim yang terdiri dari lima pemain serta seorang kiper, dengan tujuan mencetak gol dan memenangkan pertandingan (Bernaldo et al.,

2023). Menurut (Wiranto et al., 2021) untuk menjadi pemain futsal yang berkualitas, dibutuhkan penguasaan teknik dasar yang meliputi kemampuan menendang dan menguasai berbagai teknik dasar permainan futsal seperti *passing* dan *control*. (Iedynak et al., 2019; Moore et al., 2014) menjelaskan bahwa menggiring bola (*dribbling*) adalah keterampilan membawa bola dengan cepat menggunakan bagian dalam, bagian luar, dan punggung kaki, sedangkan menendang bola (*shooting*) adalah melakukan tendangan keras ke arah gawang untuk mencetak gol, dan menyundul bola (*heading*) adalah teknik menghalau bola dari lawan dan mencetak gol dengan kepala. Selain itu, aspek pendukung seperti fisik, teknik, taktik, dan mental juga penting untuk dikuasai oleh pemain futsal dan tidak boleh diabaikan selama latihan (Sekulic et al., 2019). (Syahab et al., 2023) menekankan pentingnya latihan fisik sebagai bagian persiapan tim futsal untuk mencapai prestasi, sedangkan aspek taktik memerlukan pemikiran strategis untuk menguasai pola dan sistem permainan serta meningkatkan kepercayaan diri pemain (Septiadi & Alficandra, 2024; Zainuddin et al., 2023) menjelaskan bahwa aspek teknik melibatkan gerakan yang dilakukan oleh atlet dengan baik dalam olahraga tertentu, sementara aspek mental merupakan faktor penting dalam membentuk kemampuan fisik, teknik, dan taktik.

Tim futsal FIKes Universitas Jenderal Soedirman adalah salah satu tim yang mengembangkan minat dan bakat keluarga besar Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan khususnya dalam olahraga futsal. Kegiatan tim futsal FIKes dilaksanakan dua sampai tiga kali di setiap minggunya. Tabel 1 adalah pencapaian prestasi tim futsal FIKes.

Tabel 1. Prestasi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

No.	Event	Tahun	Pencapaian
1.	DIY/Jawa Tengah	2017	Juara 2
2.	Olimpiade Soedirman	2018	Juara 2
3.	Dekan Cup Peternakan	2019	Juara 2
4.	Law Futsal Tournament	2021	Juara 3

Dilihat dari Tabel 1, terlihat bahwa tim futsal FIKes telah mencapai prestasi yang cukup baik, yang membuat peneliti tertarik untuk mengambil sampel dari tim tersebut. Namun, ditemukan bahwa masih diperlukan peningkatan dalam latihan teknik dasar futsal di tim tersebut. Beberapa pemain sering melakukan kesalahan mendasar saat melakukan teknik dasar *passing*, seperti kesalahan arah, bola keluar saat melakukan *passing*, *passing* terlalu keras yang menyulitkan rekan tim, keterlambatan dalam melakukan *passing* sehingga bola mudah direbut lawan, dan kurangnya gerakan setelah melakukan *passing* sehingga penguasaan bola menjadi sulit. Peran pelatih sangat penting dalam mencapai prestasi futsal, dan perencanaan program latihan yang baik dapat meningkatkan prestasi tim dan individu pemain. Namun, terkadang pelatih terlalu fokus pada pema-nasan dan permainan sesungguhnya selama proses latihan, sehingga aspek penguasaan teknik dasar permainan futsal sering terabaikan. Latihan teknik dasar futsal sangat membantu siswa dalam permainan, dan pelatih juga perlu melakukan evaluasi keterampilan futsal siswa sebagai acuan untuk membentuk tim futsal yang tangguh dalam setiap turnamen.

Ada dua metode latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan teknik dasar *passing*, yaitu metode latihan *passing* pasif dan aktif (Farhan et al., 2023; Kurniawan, 2023). Latihan *passing* pasif melibatkan mengumpan bola tanpa perpindahan posisi pemain, sedangkan latihan *passing* aktif melibatkan mengumpan bola kepada rekan tim dengan posisi pemain yang bergerak (Azis, 2023). Metode latihan ini dapat membantu dalam strategi penyerangan untuk mengatasi pertahanan lawan yang kuat dan konsisten, dengan melakukan *passing* dalam berbagai arah (Firza Prahestian et al., 2023). Latihan *passing* aktif melibatkan pemain secara aktif dalam melakukan *passing* dan menerima bola sambil bergerak di sekitar lapangan. Fokus dari latihan ini adalah meningkatkan akurasi *passing*, kecepatan permainan, dan pengambilan keputusan di bawah tekanan. Pemain biasanya diminta untuk melakukan *passing* dan bergerak ke ruang kosong, menciptakan pola *passing* seperti segitiga atau berlian untuk memfasilitasi pergerakan bola yang cepat. Teknik-teknik *passing* seperti *passing* dengan bagian dalam kaki, *passing* dengan bagian luar kaki, *passing* dengan bagian bawah kaki, dan *passing* dengan tumit sering dipraktikkan dalam latihan ini. Sementara itu, latihan *passing* pasif lebih difokuskan pada pengembangan teknik *passing* dan kontrol bola dalam lingkungan yang kurang dinamis. Pemain dapat berada dalam posisi diam atau

bergerak secara minimal saat melakukan *passing* bola satu sama lain. Latihan ini memungkinkan pemain untuk fokus pada mekanisme teknik *passing* mereka, seperti penempatan kaki, posisi tubuh, dan *follow-through*. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk menggunakan latihan *passing* aktif dan pasif guna meningkatkan teknik *passing* dalam olahraga futsal

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*Two Group Pre-test, Post-test Design*” (Sugiyono, 2016). Dalam desain ini, terdapat dua kelompok yang dipilih menggunakan teknik ordinal pairing, kemudian diberi pretes sebelum menerima perlakuan untuk mengevaluasi kemampuan atlet, dan setelah itu diberi perlakuan dengan metode latihan (*treatment*) diikuti oleh tes akhir (*posttest*). Populasi penelitian mencakup seluruh pemain aktif Tim Futsal FIKes Universitas Jenderal Soedirman putra yang berjumlah 30 orang. Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*, di mana sampel dipilih berdasarkan pertimbangan kriteria inklusi dan eksklusi, sehingga diperoleh sampel sebanyak 20 pemain. Data dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian berupa tes mengumpan dan mengontrol bola yang telah dimodifikasi dari Narlan dan Juniar (2017), dengan validitas sebesar 0.707 dan reliabilitas sebesar 0.812. Analisis data terbagi menjadi dua tahap, yaitu uji prasyarat dan uji hipotesis. Uji prasyarat meliputi uji normalitas data menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50, dengan nilai signifikansi (p) > 0.05 menandakan distribusi normal. Selanjutnya, uji homogenitas data dilakukan menggunakan uji Levene, di mana jika nilai signifikansi yang diperoleh > 0.05, maka sampel dianggap homogen. Untuk uji hipotesis, digunakan Uji T, dengan uji Paired T-Test untuk menilai pengaruh variabel X1 terhadap Y1 dan variabel X2 terhadap Y1, serta Uji *Independent t-test* untuk menilai perbedaan pengaruh variabel X1 dan X2 terhadap Y1, dengan tingkat signifikansi 0.05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden yang diteliti meliputi jenis kelamin, usia. Responden dalam penelitian berjenis kelamin laki-laki. Dari penghitungan statistika memunculkan data karakteristik responden berdasarkan IMT dan usia yaitu seperti pada Tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan IMT

Kategori	N	Minimum	Maximum	Mean \pm SD
Usia	20	18	21	19.8 \pm 1.12
IMT	20	17	23.7	19.76 \pm 2.35

Tabel 2 menunjukkan rata-rata usia sekitar 19.8 \pm 1.12, dengan rentang usia minimum 18 tahun dan maksimum 21 tahun. Sementara itu, perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) memberikan rata-rata sekitar 19.76 \pm 2.35, dengan nilai minimum 17 dan nilai maksimum 23.7.

Analisis Hasil Pretest dan Posttest

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah ketepatan *passing*. Penyusunan data ketepatan *passing* menggunakan tes *passing-controlling*. Data yang diperoleh setelah dilakukan *pre* dan *post test* dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil *pretest* dan *posttest*

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>PretestA</i>	10	6	12	8.90	2.025
<i>PosttestA</i>	10	9	15	11.60	2.011
<i>PretestB</i>	10	6	11	8.70	1.889
<i>PosttestB</i>	10	7	12	9.60	2.011
Valid N (listwise)	10				

Berdasarkan statistik deskriptif yang disajikan, terdapat peningkatan yang konsisten dari *Pretest* ke *Posttest* untuk kedua kelompok A dan B. Kelompok A menunjukkan peningkatan rata-rata skor dari 8.90 pada *Pretest* menjadi 11.60 pada *Posttest*, sementara kelompok B menunjukkan peningkatan dari 8.70 menjadi 9.60. Standar deviasi yang relatif serupa menunjukkan konsistensi dalam distribusi skor.

Penilaian Hasil *Pretest* dan *Posttest* Passing

Tabel 4 merupakan hasil yang diperoleh responden dari *pretest* dan *posttest* kelompok *treatment*.

Tabel 4. Hasil *pretest treatment passing* aktif

No.	Kategori	Nilai	Frekuensi	Prosentase
1.	Sangat baik	$11,83 < X$	1	10%
2.	Baik	$9,88 < X < 11,82$	2	20%
3.	Rata-rata	$7,76 < X < 9,87$	4	40%
4.	Buruk	$5,76 < X < 7,75$	3	30%
5.	Sangat buruk	$X < 5,75$	0	0%
Jumlah			10	100%

Dari Tabel 4, distribusi nilai menunjukkan variasi yang cukup signifikan. Mayoritas data berada pada kategori "Rata-rata" (40%), diikuti oleh "Buruk" (30%), dan "Baik" (20%). Hanya satu data (10%) yang masuk dalam kategori "Sangat baik". Tidak ada data yang termasuk dalam kategori "Sangat buruk". Variasi ini mengindikasikan perlu adanya evaluasi lebih lanjut terhadap kualitas data. Meskipun demikian, total data yang dianalisis adalah sepuluh, dengan persentase frekuensi yang mencapai 100%.

Tabel 5. Hasil *posttest* kelompok *treatment passing* aktif

No.	Kategori	Nilai	Frekuensi	Prosentase
1.	Sangat baik	$14,79 < X$	1	10%
2.	Baik	$12,75 < X < 14,78$	3	30%
3.	Rata-rata	$10,69 < X < 12,74$	5	50%
4.	Buruk	$8,68 < X < 10,68$	2	20%
5.	Sangat buruk	$X < 8,67$	0	0%
Jumlah			10	100%

Berdasarkan data pada Tabel 5, terlihat bahwa distribusi nilai cenderung merata dengan mayoritas data berada pada kategori "Rata-rata" sebanyak lima data atau 50%. Diikuti oleh kategori "Baik" dengan tiga data atau 30%. Sedangkan kategori "Buruk" memiliki dua data atau 20%. Tidak ada data yang masuk ke dalam kategori "Sangat buruk". Ini menunjukkan bahwa sebagian besar data berada pada tingkat kualitas yang dapat diterima, namun masih terdapat variasi dalam kualitas data. Penting untuk dilakukan analisis lebih lanjut guna memahami faktor-faktor yang mungkin memengaruhi distribusi nilai tersebut. Total data yang dianalisis adalah sepuluh, dengan total persentase frekuensi mencapai 100%.

Tabel 6. Hasil *pretest treatment passing* pasif

No.	Kategori	Nilai	Frekuensi	Prosentase
1.	Sangat baik	$11,43 < X$	1	10%
2.	Baik	$9,44 < X < 11,42$	3	30%
3.	Rata-rata	$7,65 < X < 9,43$	4	40%
4.	Buruk	$5,66 < X < 7,64$	3	30%
5.	Sangat buruk	$X < 5,66$	0	0%
Jumlah			10	100%

Berdasarkan Tabel 6, dapat disimpulkan bahwa sebanyak satu data atau 10% masuk dalam kategori "Sangat baik", sementara tiga data atau 30% masing-masing masuk dalam kategori "Baik" dan "Buruk". Empat data atau 40% tergolong dalam kategori "Rata-rata". Tidak ada data yang termasuk dalam kategori "Sangat buruk". Hal ini menunjukkan adanya variasi yang lebih merata dalam kualitas data, dengan sebagian besar data berada pada kategori baik, rata-rata, dan buruk.

Tabel 7. Hasil *post_test treatment passing* pasif

No.	Kategori	Nilai	Frekuensi	Prosentase
1.	Sangat baik	$12,52 < X$	0	0%
2.	Baik	$10,49 < X < 12,51$	5	50%
3.	Rata-rata	$8,38 < X < 10,48$	4	40%
4.	Buruk	$6,27 < X < 8,37$	1	10%
5.	Sangat buruk	$X < 6,26$	0	0%
Jumlah			10	100%

Berdasarkan analisis dari Tabel 7, dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari data yang diamati menunjukkan kualitas yang baik atau setidaknya rata-rata. Sebanyak lima data atau 50% dari total data masuk dalam kategori "Baik", sedangkan empat data atau 40% masuk dalam kategori "Rata-rata". Hanya satu data atau 10% yang tergolong dalam kategori "Buruk". Tidak ada data yang mencapai tingkat kualitas "Sangat baik" atau "Sangat buruk". Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar data memiliki nilai yang cukup baik atau minimal memenuhi standar yang diperlukan. Dalam analisis lebih lanjut, perlu dipertimbangkan faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi distribusi nilai tersebut untuk memahami lebih jelas mengenai hasil yang diperoleh. Total data yang dianalisis sebanyak sepuluh, dengan persentase total frekuensi mencapai 100%.

Hasil Uji Prasyarat

Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Uji Shapiro Wilk* dengan nilai signifikan $>0,05$ maka nilai tersebut normal.

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality			
	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
<i>PretestA</i>	.955	10	.654
<i>PosttestA</i>	.944	10	.775
<i>PretestB</i>	.912	10	.343
<i>PosttestB</i>	.889	10	.191

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data mengikuti distribusi normal. Nilai signifikan dari uji normalitas *pretest* dan *posttest* kelompok *treatment* adalah 0.654 dan 0.775, secara berturut-turut. Sementara itu, nilai signifikan uji normalitas *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol adalah 0.343 dan 0.191.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kelompok sampel homogen atau tidak homogen. Apabila lebih dari 0,05 maka data tersebut homogen.

Tabel 9. Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
<i>PretestAB</i>	Based on Mean	.112	1	18	.754
<i>PosttestAB</i>	Based on Mean	.074	1	18	.792

Hasil perhitungan uji homogenitas pre dan *posttest* antara kelompok *treatment* dan kelompok kontrol, sebagaimana terdokumentasi dalam Tabel 9, menunjukkan bahwa keduanya memperoleh nilai signifikan lebih besar dari 0,05, yang mengindikasikan homogenitas sampel tersebut.

Uji Hipotesis Pengaruh (*Paired Sample t-test*)

Uji hipotesis pengaruh dilaksanakan dengan memastikan keberadaan data yang berdistribusi normal. Peneliti menguji pengaruh peningkatan ketepatan *passing* melalui latihan *passing* aktif

dan pasif, serta membandingkan hasil pre dan post test. Pengaruh dinyatakan signifikan jika nilai signifikansi hasil pre dan post test berada di bawah 0,05.

Tabel 10. Hasil uji paired sample t-test

		Paired Samples Test				
		Lower	Upper	T	df	Sig. (2 tailed)
Passing	Pre dan Post_test A	-3.576	-2.145	-10.534	9	.000
Passing	Pre dan Post_test B	-1.622	-.176	-3.712	9	.021

Tabel 10 mengindikasikan perbedaan yang penting antara dua kelompok tersebut. Signifikansi statistik pada kelompok yang melakukan latihan *passing* aktif mencapai 0,000, sementara pada kelompok yang melakukan latihan *passing* pasif mencapai 0,021. Hasil ini menunjukkan bahwa ada dampak yang signifikan dari kedua jenis latihan tersebut terhadap peningkatan kemampuan dalam melakukan *passing*.

Uji Perbedaan Pengaruh (*Independent sample t-test*)

Uji Independent sample t-test dilakukan untuk menilai adanya perbedaan signifikan antara dua kelompok tersebut. Ketika nilai signifikansi kurang dari 0,05, hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok, sementara jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka tidak ada perbedaan signifikan yang dapat ditemukan antara kedua kelompok tersebut.

Tabel 11. Hasil uji independent sample t-test

		Independent Samples Test					
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Post_test	A	.083	.856	3.224	18	.021	2.100
Passing	B			3.224	18	.021	2.100

Data tersebut menggambarkan hasil dari uji *independent sample t-test* pada data *posttest* mengenai ketepatan *passing*. Hasil signifikan sebesar 0,021 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok *treatment* dan kontrol. Dengan nilai signifikan yang kurang dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengaruh latihan antara kedua kelompok tersebut.

Pembahasan

Latihan *passing* merupakan salah satu aspek penting dalam pengembangan kemampuan futsal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh latihan *passing* pasif dan aktif terhadap kemampuan *passing*. Dengan menggunakan data *pretest* dan *posttest* dari dua kelompok, yaitu kelompok *treatment* yang menjalani latihan *passing* pasif dan kelompok *treatment* yang menjalani latihan *passing* aktif, analisis dilakukan untuk memahami perbedaan efektivitas antara kedua jenis latihan ini. Hasil analisis menunjukkan bahwa latihan *passing* aktif memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan kemampuan *passing* dibandingkan dengan latihan *passing* pasif.

Data karakteristik responden menunjukkan bahwa responden adalah laki-laki dengan rentang usia antara 18 hingga 21 tahun, dengan rata-rata Indeks Massa Tubuh (IMT) sebesar 19.76 ± 2.35 . Analisis *pretest* dan *posttest* menunjukkan peningkatan kategori *passing* dari sebelum dan setelah perlakuan pada kedua kelompok *treatment*, dengan hasil uji statistik menunjukkan distribusi normal pada data. Uji hipotesis menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok, dengan nilai signifikansi yang lebih rendah pada kelompok *passing* aktif (0.000) dibandingkan dengan *passing* pasif (0.019), hasil ini menunjukkan bahwa latihan *passing* aktif memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan kemampuan *passing*. Hasil uji *independent sample t-test* juga menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok *treatment passing* aktif dan kelompok *treatment passing* pasif dalam peningkatan kemampuan *passing* ($p = 0,021$), dengan kelompok *treatment passing* aktif menunjukkan peningkatan yang lebih besar dalam kemampuan *passing* dibandingkan dengan kelompok *treatment passing* pasif.

Penelitian sebelumnya juga telah mendukung temuan ini. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Marjiano et al. (2023) menemukan bahwa latihan *passing* aktif secara signifikan meningkatkan akurasi dan kecepatan *passing* dibandingkan dengan latihan *passing* pasif. Sementara penelitian lain dari Ahsani et al. (2023) menyebutkan bahwa terdapat pengaruh model latihan *passing* terhadap ketepatan *passing* pada pemain futsal (T_{hitung} 13.18 dan T_{tabel} 1.72913 dengan d.b. $n-1$ 20-1 = 19 pada $\alpha = 0,05$. 95%). Hasil dari penelitian ini memberikan dukungan tambahan terhadap temuan bahwa latihan *passing* aktif lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* para atlet futsal. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Setiawan et al. (2021), yang menunjukkan bahwa latihan *passing* aktif tidak hanya meningkatkan kemampuan *passing*, tetapi juga memperbaiki pemahaman taktis dan responsivitas para pemain di lapangan. Dengan demikian, penelitian-penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami manfaat latihan *passing* aktif dalam pengembangan kemampuan futsal. Penelitian ini, memunculkan informasi baru berupa metode latihan untuk meningkatkan ketepatan *passing* yang dilakukan selama 14 kali *treatment* yaitu metode latihan *passing* aktif dengan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, dan metode latihan *passing* pasif dengan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,021.

Selain itu, penelitian ini juga menyoroti pentingnya penerapan latihan yang tepat sesuai dengan karakteristik pemain dan tujuan pembinaan. Sebagai contoh, meskipun latihan *passing* aktif terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* secara umum, terdapat kemungkinan bahwa latihan *passing* pasif dapat lebih efektif dalam kasus-kasus tertentu, seperti untuk memperbaiki koordinasi motorik pada pemain-pemain yang masih dalam tahap pengembangan (Fatur Rahman et al., 2023; Iedynak et al., 2019; Imka, 2023). Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan penyesuaian dan penelitian lebih lanjut untuk memahami konteks di mana masing-masing jenis latihan dapat memberikan manfaat terbesar bagi para atlet futsal.

Dalam konteks pengembangan olahraga, pemahaman yang mendalam tentang efektivitas berbagai jenis latihan sangat penting untuk merancang program pelatihan yang optimal. Temuan dari penelitian ini memberikan landasan yang kuat untuk merekomendasikan penggunaan latihan *passing* aktif sebagai bagian integral dari pembinaan kemampuan futsal. Namun, penelitian lebih lanjut masih diperlukan untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas latihan tersebut, serta untuk mengidentifikasi strategi pelatihan yang paling efisien untuk memaksimalkan kemampuan *passing* para atlet futsal secara keseluruhan.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian, disimpulkan bahwa: (1) Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* aktif terhadap ketepatan *passing*, sebagaimana dibuktikan oleh hasil uji paired sample t-test dengan nilai signifikansi yang sangat rendah ($p < 0,001$); (2) Demikian pula, latihan *passing* pasif juga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *passing*, dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi yang berada di bawah ambang batas yang ditetapkan ($p = 0,021$); (3) Selain itu, perbedaan yang signifikan terlihat antara kelompok yang menjalani perlakuan (*treatment*) dan kelompok kontrol dalam hal ketepatan *passing*, sesuai dengan hasil uji *independent t-test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,021.

DAFTAR REFERENSI

- Ahsani, R., Nugraha, U., & Yanto, A. H. (2023). Pengaruh model latihan *passing* terhadap ketepatan *passing* pada futsal di BWSS VI Kota Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 12(2), 75–83. <https://doi.org/10.22437/csp.v12i2.27134>
- Azis, J. (2023). Pengaruh latihan el rondo dan circle *passing* drill terhadap ketepatan *passing* sepak bola pada Club Sepak Bola Binataruna F.C U-13. *Journal Transformation of Mandalika*, 4(7), 103–112. <http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jtm/issue/archive>
- Bernaldo, P. Z., Suhdy, M., Remora, H., & Games, S. S. (2023). Pengaruh metode latihan small sided games terhadap hasil *passing* siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 4. 3(2) (2023): *Silampari Journal Sport*, 005. <https://jurnal.lp3mkil.or.id/index.php/SJS/index>
- Farhan, M., Tomi, A., & Darmawan, A. (2023). Peningkatan keterampilan teknik dasar *passing*

- dengan metode drill pada ekstrakurikuler futsal di SMA Islam Kota Malang. *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora*, 1(4), 195–205. <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v1i4.363>
- Faturohman, M. N., Permadi, A. A., & Hermawan, I. (2023). Penerapan latihan *passing* diamond pada latihan el rondo untuk meningkatkan kemampuan *passing* dalam permainan futsal. *Journal of S.P.O.R.T*, 10(4), 390-. <https://doi.org/https://doi.org/10.37058/sport>
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik dan taktik: pengaruhnya terhadap keterampilan bermain futsal. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 143–155. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i2.1080>
- Firza Prahestian, M., Wahyudi, U., & Adi Saputra, S. (2023). Pengembangan variasi latihan teknik dasar *passing* dada peserta ekstrakurikuler futsal di SMP IT Al Anwar. *GYMNASIA: Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, 2(2), 104–115. <http://jurnal.anfa.co.id/index.php/PJKR>
- Iedynak, G., Galamandjuk, L., Koryahin, V., Blavt, O., Mazur, V., Mysiv, V., Prozar, M., Guska, M., Nosko, Y., Kubay, G., & Gurtova, T. (2019). Locomotor activities of professional futsal players during competitions. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(3), 813–818. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s3116>
- Imka, A. J. A. (2023). Metode latihan *passing* dalam futsal: studi literatur review di Indonesia. *E-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 4(1), 116–122. <https://doi.org/10.31539/e-sport.v4i1.8476>
- Kurniawan, I. (2023). Pengaruh metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan *passing* futsal pada BKMF futsal FIK UNM. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 3(Koordinasi), 1–9. <https://ijophya.org/index.php/ijophya>
- Marjiano, V. Y., Prayoga, A. S., & Darumoyo, K. (2023). Pengaruh metode latihan *passing* aktif segitiga dan segiempat terhadap akurasi *passing* pemain pada tim futsal ekstrakurikuler SMK PGRI 3 Walikukun. *Tamilis Synex: Multidimensional Collaboration*, 1(2), 54–65.
- Moore, R., Bullough, S., Goldsmith, S., & Edmondson, L. (2014). A systematic review of futsal literature. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 2(3), 108–116. <https://doi.org/10.12691/ajssm-2-3-8>
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2017). Pengembangan instrumen keterampilan olahraga futsal. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 245.
- Sekulic, D., Foretic, N., Gilic, B., Esco, M. R., Hammami, R., Uljevic, O., Versic, S., & Spasic, M. (2019). Importance of agility performance in professional futsal players; reliability and applicability of newly developed testing protocols. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(18), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph16183246>
- Septiadi, N. R., & Alficandra. (2024). Kontribusi koordinasi mata-kaki dan kekuatan otot tungkai terhadap *passing* dan stopping permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 10 Pekanbaru. *Innovative : Jurnal of Sosial Sciene Research*, 4(1), 7986–7997.
- Setiawan, W. A., Festiawan, R., Heza, F. N., & Kusuma, I. J. (2021). *Peningkatan keterampilan dasar futsal melalui metode latihan passing aktif dan pasif*. 7(2), 270–278.
- Sugiyono. (2016). Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. In *CV Alfabeta*. <https://doi.org/https://doi.org/10.3929/ethz-b-000238666>
- Syahab, S. H., Manullang, J. G., & Handayani, W. (2023). Pengaruh metode latihan resistance band dan plyometrics terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMA PGRI 2 Palembang. *ANTHOR: Education and Learning Journal*, 2(4), 447–456. <https://doi.org/10.31004/anthor.v2i4.166>
- Wiranto, E., Prastiwi, B. K., & Fahmi, D. A. (2021). Pengaruh latihan *passing* segitiga dan *passing* zig-zag untuk meningkatkan teknik *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 2 Kendal. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(2), 189–194. <https://doi.org/10.53869/jpas.v2i2.62>

Zainuddin, M. S., Usman, A., Kamal, M., & Asyhari, H. (2023). Peningkatan akurasi *passing* pada permainan futsal SMA Negeri 20 Pangkep. *Jurnal GEMBIRA (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(6), 1523–1531.