

EFEKTIVITAS MODEL LATIHAN *PASSING CONTROL* FEBI FUTSAL *GAMES* TERHADAP PENINGKATAN HASIL *PASSING CONTROL* OLAHRAGA FUTSAL UNTUK PEMAIN PEMULA

Febi Kurniawan¹
Universitas Singaperbangsa Karawang
febi.kurniawan18.FK@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas model latihan *passing control* Febi Futsal *Games* terhadap peningkatan hasil *passing control* olahraga futsal untuk pemain pemula. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan eksperimen. Populasi sebanyak 110 pemain. Sampel berjumlah 80 pemain dibagi menjadi 2 kelompok (eksperimen dan kontrol), dengan teknik *purposive sampling* meliputi: (1) Peserta latih sanggup mengikuti latihan selama 16 kali pertemuan, dan (2) rentang usia 10-12 tahun. Instrument tes menggunakan tes *Passing Control* yang telah dimodifikasi dengan hasil validitas 0.822 dan reliabilitas 0.901. Teknik analisis menggunakan *SPSS for Windows 21* dengan uji normalitas menggunakan *kolmogorof smirnov* dengan hasil nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* lebih besar dari 0.05, artinya sebaran data berdistribusi normal. Sedangkan uji homogenitas menggunakan uji *Levene dengan hasil asymp. sig (2-tailed)* 5% atau ($p > 0.05$), yang berarti data tersebut bersifat homogen. Uji analisis yang digunakan penelitian ini adalah uji beda rata-rata dengan menggunakan analisis uji-t (*Paired t-test*). Hasil kelompok eksperimen menunjukkan perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* latihan teknik *passing control* febi futsal *games* sebesar $0.00 < 0.05$, Sedangkan nilai sig kelompok kontrol sebesar $0.00 < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil latihan baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Besarnya perbedaan rata-rata peningkatan hasil latihan *passing control* antara kelompok eksperimen dan kontrol yakni $7.1 > 2.7$. artinya, peningkatan kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan kelompok kontrol.

Kata kunci: efektivitas, latihan *Passing Control* febi futsal *games*, pemain pemula.

Futsal adalah jenis permainan yang tidak jauh berbeda dengan sepakbola. Inti permainannya adalah menyepak bola kesana kemari, merebutkan bola antar pemain dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan atau mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Pemain futsal boleh menggunakan seluruh anggota badan untuk bermain, kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badan termasuk tangan. Sebuah tim futsal dinyatakan sebagai pemenang bila berhasil memasukan bola (membuat gol) lebih banyak daripada tim lawan atau lebih sedikit kemasukan bola dibanding tim lawan (Handoyo, 2012: 1-2).

Pada saat ini, olahraga permainan futsal sudah berkembang di berbagai kota maupun daerah. Awal munculnya olahraga futsal diberbagai kota besar ini adalah sebagai kebutuhan orang-orang kota untuk melakukan olahraga sepakbola yang sangat populer. Namun karena

¹ Febi Kurniawan: Dosen Prodi PJKR FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang

adanya keterbatasan prasarana olahraga sepakbola, maka sebagai solusinya adalah melakukan aktifitas olahraga sepakbola dalam ruangan atau futsal.

Perkembangan futsal juga berimbas kuat sampai di Indonesia, dibuktikan dengan ditunjuknya Indonesia sebagai penyelenggara kejuaraan Futsal Asia atau Asian Futsal *Cup* dibawah inspeksi AFC (*Asian Football Federation*) di Istora Senayan, Jakarta. Dengan adanya kepercayaan tersebut, maka secara otomatis tim nasional futsal Indonesia dibentuk untuk pertama kali, yang berisikan pemain-pemain sepakbola profesional. Kelanjutan dari *boomingnya* olahraga ini adalah diselenggarakannya Liga Futsal Nasional atau *Indonesian Futsal League* sebagai divisi utama profesional dan Liga Futsal Amatir musim 2006-2007 untuk pertama kali. Kompetisi ini merupakan terobosan besar bagi Badan Futsal Nasional (BFN) sebagai badan otonom di bawah PSSI dalam usaha untuk meningkatkan kompetisi olahraga, sebagai usaha awal dalam membentuk tim nasional futsal Indonesia yang representatif untuk menghadapi *event* regional maupun internasional. *Event* tersebut antara lain AFF Futsal *Cup* tingkat ASEAN, AFC Futsal *Cup* tingkat Asia, FIFA Futsal *World Cup* tingkat dunia, dan *event* olahraga regional dan internasional lainnya. Hal tersebut merupakan bukti bahwa futsal merupakan olahraga yang sangat mapan dengan memiliki kompetisi yang berjenjang seperti halnya sepakbola profesional. Oleh karena, futsal dan sepakbola berhubungan sangat erat namun memiliki karakteristik permainan yang berbeda. Futsal yang dicanangkan oleh FIFA sebagai *developing game* membutuhkan kajian-kajian yang unik dan khusus.

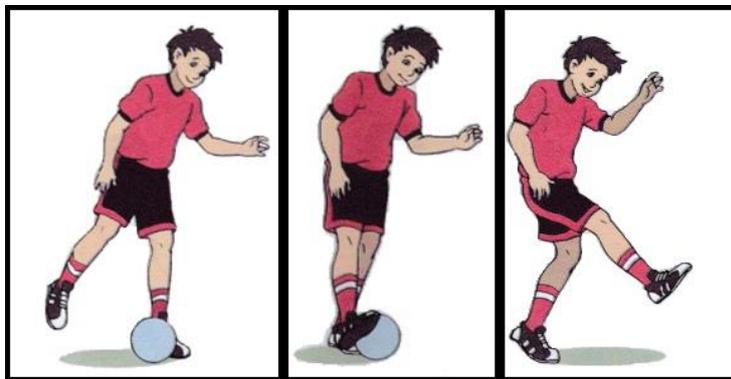
Menurut Justinus Laksana dan Ishak H. Pardodi (2008: 33) futsal adalah jenis olahraga yang memiliki aturan tegas dalam hal kontak fisik. *Sliding tackle* (menjegal dari belakang), *body charge* (benturan badan), dan bentuk kekerasan lainnya seperti dalam permainan sepakbola, tidak diizinkan dalam futsal. Ini menjadi salah satu alasan mengapa permainan futsal semakin digemari banyak orang.

Prestasi olahraga futsal merupakan akumulasi dari sebuah kualitas fisik, kualitas teknik, pemahaman taktik dan strategi serta kematangan psikologi yang sengaja disiapkan dari sebuah proses latihan. Selanjutnya, untuk menjamin olahragawan Indonesia mempunyai peluang dalam mengembangkan potensinya dengan cara meninggalkan cara-cara konvensional yang selama ini digunakan dalam pembinaan olahraga prestasi dan membuka beberapa pilihan dan pendekatan baru (metode baru). Salah satu pendekatan yang dilakukan adalah melalui pengembangan model latihan teknik Passing Control pada futsal.

Menurut Justinus Laksana (2011: 30-34) bahwa teknik *Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain. Di lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang

meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir sepanjang pemain futsal menggunakan *passing*. Untuk menguasai keterampilan *passing*, diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai.

Adapun cara melakukan *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam antara lain: (1) Berdiri tegak, kaki tumpu (kanan/kiri) diletakkan di samping bola dengan jarak sekitar satu kepal, (2) Sikap lutut agak ditekuk dan bahu menghadap sasaran. Sikap kedua lengan tidak kaku, (3) Pergelangan kaki yang digunakan untuk menendang diputar keluar, dan (4) Ayunkan kaki yang digunakan untuk menendang dari belakang ke depan ke arah bola. Perkenaan pada kaki bagian dalam dan pada bola tepat di tengah-tengah bola. Pindahkan berat badan ke depan sebagai gerak lanjutan. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 1.
Teknik dasar *passing*
(Sumber: Handoyo, 2012: 39)

Sedangkan untuk teknik *control* adalah teknik dasar dalam keterampilan *control* (menahan bola) haruslah menggunakan semua bagian kaki. Dengan permukaan lapangan yang rata, bola akan bergulir cepat sehingga para pemain harus dapat mengontrol dengan baik. Apabila menahan bola jauh dari kaki, lawan akan mudah merebut bola. Berikut ini pelaksanaan *control* dengan menggunakan kaki bagian dalam: (1) Berdiri tegak, pandangan arah datangnya bola, (2) Pergelangan kaki yang digunakan untuk menahan diputar ke luar, (3) Julurkan kaki yang akan digunakan menahan bola ke arah bola, dan (4) Tarik kembali ke belakang mengikuti arah gerakan bola, perkenaan pada kaki bagian dalam dan pada bola tepat di tengah-tengah bola, hingga gerak bola tertahan dan berhenti.



Gambar 2.
Teknik dasar *control*
(Sumber: Handoyo, 2012: 43)

Berdasarkan observasi pada perkumpulan di kabupaten karawang, latihan *Passing Control* pada futsal belum menggunakan program latihan yang jelas dan memiliki bermacam model latihan. Hal ini dikarenakan masih banyaknya pelatih futsal di kabupaten karawang yang tidak memiliki latar belakang pendidikan olahraga khususnya futsal. Selain itu, beberapa pelatih yang tahu tentang model-model latihan futsal tidak terlalu memahami urutan dari tingkat kesulitan, dosis latihan dan beban latihan. Akibatnya, banyak olahragawan yang mengalami kebosanan dalam latihan sehingga pencapaian prestasi dalam futsal menjadi tidak maksimal. Oleh karena itu peneliti melakukan pengembangan model latihan *Passing Control* febi futsal *games* untuk pemain pemula. Sehingga, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas model latihan *passing control* Febi Futsal *Games* terhadap peningkatan hasil *passing control* olahraga futsal untuk pemain pemula..

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif digunakan untuk mencari efektivitas tersebut dengan rancangan penelitian pra-eksperimen berbentuk *the one group pretest-posttest design*.

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, pendekatan kuantitatif dalam penelitian dicirikan oleh pengujian hipotesis dan digunakanya instrumen-instrumen tes yang standar (Maksum: 2009: 11). Sedangkan jenis dalam penelitian ini adalah eksperimen, eksperimen adalah suatu cara untuk mengungkapkan suatu hubungan antara dua variabel atau lebih dan juga untuk mencari pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya (Maksum, 2009: 15). Rancangan dalam penelitian ini menggunakan *the one group pretest-posttest design*. Populasi sebanyak 110 pemain. Sampel berjumlah 80 pemain dibagi menjadi 2 kelompok (eksperimen dan kontrol), dengan teknik purposive sampling meliputi: (1) Peserta latihan sanggup mengikuti latihan selama 16 kali pertemuan, dan (2) rentang usia 10-13 tahun. Instrumen tes

menggunakan tes Passing Control yang telah dimodifikasi dengan hasil validitas 0,822 dan reliabilitas 0,901. Teknik analisis menggunakan SPSS for Windows 21. Uji Prasyarat analisis yakni uji normalitas menggunakan uji Kolmogorove-Smirnov, uji homogenitas menggunakan uji Levenes's. Sedangkan uji hipotesis statistik menggunakan Uji-t (*Paired t-test*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada deskripsi hasil penelitian ini membahas tentang rata-rata, simpangan baku, varians, nilai maksimum dan minimum, serta peningkatan rata-rata yang diperoleh dari hasil tes *Passing Control* yang diberikan terhadap masing-masing kelompok. Hasil tes tersebut akan dicatat dan dihitung berdasarkan kelompok dan jenis latihan yang diberikan. Di sini akan dianalisis hasil dari ke empat kelompok tersebut berdasarkan data hasil penelitian menggunakan program SPSS for Windows 21 selanjutnya deskripsi data hasil penelitian dapat dijabarkan lebih lanjut dalam bentuk tabel sebagai berikut.

Tabel 1. 5
Deskripsi Hasil Latihan *Passing Control* febi futsal games

	Skor <i>Passing Control</i>		
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	Beda
Rata-Rata	23.35	30.45	7.1
Simpangan Baku	3.142	2.449	3.0
Varian	9.874	5.997	9.015
Maksimum	28	37	14
Minimum	17	25	0

Berdasarkan tabel di atas, hasil pengukuran *passing control* sebelum diberikan latihan *passing control* febi futsal games (*pre-test*) memiliki rata-rata sebesar 23.35; simpangan baku 3.142; dengan varian 9.874; skor maksimum dan minimum masing-masing 28 dan 17. Sedangkan, hasil pengukuran *passing control* setelah diberikan latihan *passing control* febi futsal games memiliki rata-rata sebesar 30.45; simpangan baku 2.449; dengan varian 5.997; skor maksimum dan minimum masing-masing 37 dan 25. Perubahan *Passing Control* setelah diberikan latihan *passing control* febi futsal games (*post-test*) memiliki perubahan rata-rata sebesar 7.1; simpangan baku 3.0; dengan varian 9.015; skor maksimum 14 dan minimum 0.

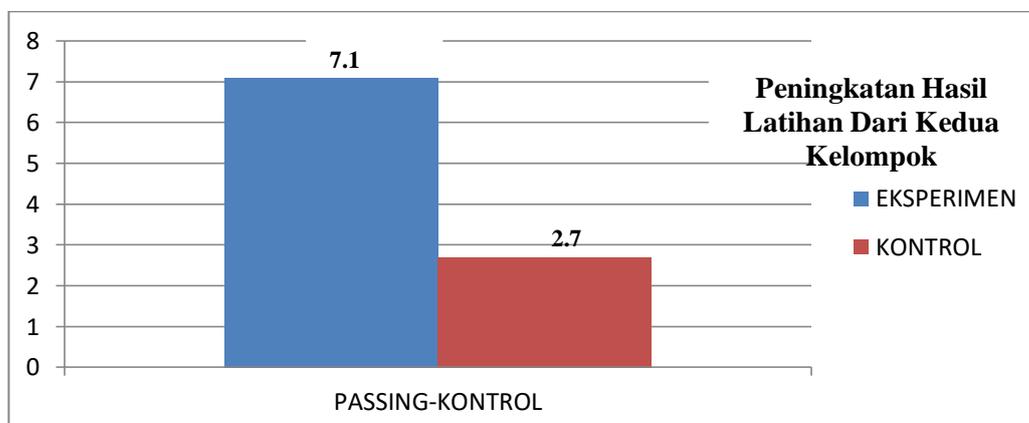
Tabel 2.
Deskripsi Hasil Latihan Konvensional

	Skor <i>Passing Control</i>		
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	Beda
Rata-Rata	25.03	27.68	2.7
Simpangan Baku	2.703	2.464	1.626
Varian	7.307	6.071	2.644
Maksimum	30	33	7
Minimum	20	23	-2

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat hasil pengukuran *passing control* latihan konvensional (*pre-test*) memiliki rata-rata sebesar 25.03; simpangan baku 2.703; dengan varian 7.307; skor maksimum dan minimum masing-masing 30 dan 20. Sedangkan, hasil pengukuran *passing control* latihan konvensional (*post-test*) memiliki rata-rata sebesar 27.68; simpangan baku 2.464; dengan varian 6.071; skor maksimum dan minimum masing-masing 33 dan 23. Perubahan *passing control* selama latihan konvensional (*post-test*) memiliki perubahan rata-rata sebesar 2.65; simpangan baku 1.626; dengan varian 2.644; skor maksimum dan minimum masing-masing 7 dan -2.

Dari hasil uraian di atas dapat diketahui bahwa ada perbedaan hasil *test* dari kedua kelompok tersebut. Hal ini terlihat dari selisih nilai rata-rata *pre-test* lebih rendah dari *post-test*. Hal ini berarti pemberian latihan pada masing-masing kelompok memberikan pengaruh terhadap peningkatan *passing control* pada pemain.

Selanjutnya, besarnya perbedaan perubahan kemampuan teknik *passing control* futsal pada masing-masing kelompok bisa digambarkan dalam bentuk histogram berikut ini.



Gambar 2.
Perbedaan Hasil Latihan Kedua Kelompok

Hal-hal yang diperlukan untuk menguji hipotesis dalam analisis penelitian ini adalah dengan menghitung normalitas dan homogenitas data. Berikut ini dipaparkan hasil uji normalitas dengan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*.

Tabel 3.
Hasil Uji Normalitas

	Kelompok eksperimen		Kelompok kontrol	
	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
N	40	40	40	40
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	0.834	0.962	0.972	0.933
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0.491	0.313	0.301	0.349

Berdasarkan hasil perhitungan tabel di atas diinterpretasikan sebagai berikut: (1) Besarnya nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* data *pretest* kelompok latihan *Passing Control* febi futsal games sebesar $0.491 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa data tes *Passing Control pretest* kelompok latihan *Passing Control* febi futsal games berdistribusi normal, (2) Besarnya nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* data *posttest* kelompok latihan *Passing Control* febi futsal games sebesar $0.313 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa data tes *Passing Control posttest* kelompok latihan *Passing Control* febi futsal games berdistribusi normal, (3) Besarnya nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* data *pretest* kelompok kontrol sebesar $0.301 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa data *Passing Control pretest* kelompok kontrol berdistribusi normal, dan (4) Besarnya nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* data *posttest* kelompok kontrol sebesar $0.349 > 0.05$. Sesuai dengan pengujian, dapat dikatakan bahwa data *Passing Control posttest* kelompok kontrol berdistribusi normal. Berdasarkan pada tabel pengujian normalitas kedua kelompok di atas menunjukkan bahwa besarnya nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* dari kedua kelompok lebih besar dari 0.05. Hal ini dapat dikatakan bahwa sebaran data dari kedua kelompok baik data *pre-test* maupun *post-test* dari seluruh populasi berdistribusi normal. Sehingga dapat digunakan untuk menganalisis hasil penelitian.

Selanjutnya, uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel *dependent* mempunyai varian yang sama dalam setiap kategori variabel *independent*. Untuk mengetahui variabel *independent* bersifat homogen atau tidak dapat diketahui dengan uji *Levene*. Dasar analisis yang digunakan dalam mengambil keputusan menggunakan taraf signifikan 5 % atau ($p > 0.05$) maka data tersebut bersifat homogen. Berdasarkan hasil uji homogenitas dengan *SPSS 21.0 for Windows* diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.

Hasil Uji Homogenitas

Kelompok	Levene Statistic	Sig.	Keterangan
Lathan <i>Passing Control</i> febi futsal games	1.828	0.112	Homogen
<i>Kontrol</i>	1.247	0.308	Homogen

Dari tabel hasil pengujian homogenitas di atas kelompok latihan *passing control* febi futsal games, dapat diketahui bahwa nilai *levance statistic* sebesar 1.828 dan nilai *Sig.* ($p = 0.112$) karena nilai *Sig.* ($p = 0.112 > 0.05$). Sedangkan untuk kelompok konvensional dapat diketahui bahwa nilai *levance statistic* sebesar 1.247 dan nilai *Sig.* ($p = 0.308$) karena nilai *Sig.* ($p = 0.308 > 0.05$). Sesuai dengan kriteria pengambilan keputusan, maka dapat dikatakan sebaran data dari kedua kelompok mempunyai varian yang sama (homogen). Oleh karena itu untuk keperluan uji beda rata-rata antar kelompok diambil dari nilai *Equal variances Assumed*, karena data yang diperoleh homogen.

Pengujian Efektivitas pada bagian ini akan dikemukakan pengujian hipotesis berdasarkan hasil tabulasi data yang diperoleh dari tes yang telah diberikan. Kemudian hasil tabulasi data diolah dan dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis yang sudah diajukan sebelumnya. Uji Beda Rata-Rata Untuk Sampel Berpasangan untuk menguji efektivitas yang telah diajukan, maka uji analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji beda rata-rata (uji beda *mean*) dengan menggunakan analisis uji-t (*Paired t-test*). Nilai yang digunakan dalam penghitungan uji-t (*Paired t-test*) adalah nilai *pre-test* maupun *post-test* dari masing-masing kelompok, dengan penyajian datanya maka hasil perhitungan uji-t (*Paired t-test*) adalah sebagai berikut:

Tabel 5.

Hasil uji beda rata-rata sampel berpasangan

	<i>Passing Control</i>	<i>Mean</i>	<i>T</i>	<i>Df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>
FFG	$\frac{\text{Post-test}}{\text{Pre-test}}$	-7,1	14.95	39	0.00
Kontrol	$\frac{\text{Post-test}}{\text{Pre-test}}$	-2.65	10.38	39	0.00

Dari tabel 5 di atas, diketahui bahwa nilai *Sig.* kelompok eksperimen (*2-tailed*) $0,00 < 0.05$. Jadi, terdapat perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* latihan teknik dasar futsal *passing control* febi futsal games. Sedangkan nilai sig kelompok kontrol (*2-tailed*) $0,00 < 0.05$ Jadi, terdapat perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* latihan konvensional. Dengan demikian, variasi model latihan *passing control* Febi futsal games dan latihan

konvensional sama-sama memberikan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan teknik dasar (*passing control*). Pengujian beda rata-rata secara serempak antar kelompok untuk mengetahui perbedaan pengaruh perlakuan terhadap peningkatan variabel terikat latihan *passing control* febi futsal games sebelum dan setelah perlakuan antar kelompok menggunakan *independent samples test* statistik. Dari perhitungan *SPSS 21.0 for Windows* didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 6.

Hasil Penghitungan *Independent Samples Passing Control*

<i>Passing Control</i>	<i>Df</i>	<i>Mean Difference</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Equal variances assumed	78	4.450	11.067	.001

Dari tabel di atas diketahui bahwa nilai *Sig. (2-tailed)* $0,01 < 0,05$. Jadi, terdapat perbedaan pengaruh model latihan *passing control* febi futsal games dengan model latihan konvensional terhadap teknik dasar *passing control*. Berdasarkan perbedaan hasil di atas, model latihan ini bisa digunakan sebagai referensi dalam melatih pemain pemula sehingga dapat digunakan oleh para pelatih dalam menyusun program latihan untuk pemain pemula.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan hasil test dari kedua kelompok tersebut. Hal ini terlihat dari selisih nilai rata-rata *pre-test* lebih rendah dari *post-test*. Hal ini berarti pemberian latihan pada masing-masing kelompok memberikan pengaruh terhadap peningkatan *Passing Control* pada pemain. Besarnya perbedaan perubahan kemampuan teknik *Passing Control* futsal pada masing-masing kelompok ini dibuktikan dengan data hasil uji coba yaitu 7.1 untuk kelompok eksperimen dan 2.7 untuk kelompok control.

DAFTAR PUSTAKA

- Handoyo. 2012. *Bermain Futsal*. Jakarta: Nobel Edu Media..
- Justinus Laksana dan Ishak H. Pardodi. 2008. *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
- John D. Tenang. 2008. *Mahir Bermain Futsal*. Bandung: DAR! Mizan.
- Justinus Lhaksana. 2011. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Maksum, A. 2009. *Metodologi penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.