

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN TEKNIK *PASSING* FUTSAL MENGGUNAKAN MODEL LATIHAN BERVARIASI TERHADAP TIM FUTSAL SMA NEGERI 2 KOTA PROBOLINGGO

Danny Setyawan
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang No.5 Malang
Email: danysetyawan882@gmail.com

Sapto Adi
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang No.5 Malang
Email: sapto.adi.fik@um.ac.id

Usman Wahyudi
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang No.5 Malang

Abstract

This study aims to improve the skills of passing techniques using the inner legs through varied exercise models of futsal team SMA Negeri 2 Probolinggo. Sport Action Research consists of 2 cycles, consisting of 4 stages, namely: (1) planning, (2) implementation, (3) observation, (4) reflection. Data collection techniques in this study using observation instruments. It can be concluded that the technique of passing futsal skills using varied training model which initially success rate of 60% can be increased until reaching success rate of 79,72%

Key words: *passing, playing futsal.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknik *passing* menggunakan kaki bagian dalam melalui model latihan bervariasi terhadap tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Penelitian Tindakan Olahraga terdiri 2 siklus, terdiri dari 4 tahap, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) observasi, (4) refleksi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen observasi. Maka dapat disimpulkan bahwa teknik keterampilan *passing* futsal menggunakan model latihan bervariasi yang awalnya tingkat keberhasilan 60% bisa meningkat hingga mencapai tingkat keberhasilan 79,72%

Kata kunci: *passing, permainan futsal.*

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia juga membutuhkan aktivitas olahraga untuk menjaga tubuh mereka tetap sehat dan terhindar dari serangan penyakit. Menurut Purwadi, dkk (2011:1.35) olahraga adalah aktivitas jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi”.

Sedangkan menurut Wiarto (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.

Futsal adalah modifikasi dari olahraga sepakbola yang dimainkan oleh 10 orang untuk mencetak sebuah *goal* ke dalam gawang lawan yang dimainkan dalam ruangan. 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.

Di Indonesia banyak klub futsal yang sudah didirikan untuk bersaing ditingkat nasional maupun Internasional. Bukan hanya itu saja, saat ini sudah banyak sekolah yang mempunyai klub futsal. Namun, kebanyakan klub futsal di sekolah lebih mementingkan pengetahuan olahraga futsal yang diterapkan dalam ekstrakurikuler. Tetapi, berbeda dengan SMA Negeri 2 Kota Probolinggo yang mendirikan tim futsal untuk menuju prestasi. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya 2 orang pelatih yang menangani tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dan latihan yang terjadwal, Saat observasi awal terhadap pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo, yaitu pada tanggal 24 Januari 2016 peneliti menemukan: 1) jadwal latihan klub futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dilaksanakan dalam 3 kali seminggu, yaitu pada hari Selasa, Kamis, dan Sabtu yang dimulai pukul 15.30 - 17.00, 2) lapangan yang digunakan untuk latihan berada satu tempat dengan lapangan bola basket, 3) ada 2 pelatih yang menangani klub futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo, 4) klub futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo terdiri dari 14 siswa. Bukan hanya itu saja, peneliti juga mengamati kegiatan latihan tim futsal SMA Negeri Kota Probolinggo. Dari hasil pengamatan peneliti, dapat disimpulkan bahwa kemampuan tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan permainan cukup baik, namun masih ada beberapa teknik yang tidak dikuasai dengan baik, terutama teknik *passing*. Pada observasi selanjutnya yaitu melakukan tes keterampilan teknik futsal untuk mengetahui kelemahan yang dimiliki oleh tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo.

Pada tanggal 27 Januari 2016 peneliti melakukan observasi dan tes keterampilan teknik dasar futsal terhadap tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Dalam kegiatan tersebut peneliti mengamati dan mencatat dari tes keterampilan teknik dasar yang dilakukan oleh tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dengan cara pemberian talis pada tabel teknik dasar futsal yang sudah dibuat oleh peneliti. Keterampilan teknik yang di tes yaitu, *passing*, *dribble*, kontrol dan *shooting*. Namun teknik *passing* menggunakan kaki bagian dalam saja. Dalam kegiatan tersebut, terdapat masing-masing tes terhadap setiap keterampilan, yaitu sebagai berikut: 1) tes keterampilan *passing* yaitu 2 pemain saling berhadapan dan secara bergantian melakukan *passing* dengan jarak setiap pemain 6 meter, 2) tes keterampilan teknik *dribbling* menggunakan *cone*, jadi setiap pemain melakukan *dribble* melewati *cone* yang diletakkan secara memanjang yang setiap *cone* berjarak 50 cm, 3) tes keterampilan kontrol bola, yaitu setiap pemain melakukan kontrol dari hasil *passing* pasangannya dan dilakukan secara bergantian, 4) tes keterampilan *shooting*, yaitu setiap pemain melakukan *shooting* terhadap gawang dengan jarak antara penendang dan gawang 5 meter dan gawang dijaga oleh kiper. Berikut tingkat keberhasilan pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan *passing*: 1) 42,85% menunjukkan tingkat keberhasilan pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan *passing*, 2) 74,12% menunjukkan tingkat keberhasilan pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan kontrol bola, 3) 78,81% menunjukkan tingkat keberhasilan pemain futsal SMA

Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan *dribble*, 4) 85,71% menunjukkan tingkat keberhasilan pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan *shooting*. Dari hasil tes keterampilan teknik futsal terhadap pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo, dapat disimpulkan bahwa teknik *passing* yang dimiliki oleh pemain futsal tersebut masih perlu ditingkatkan. Untuk itu, peneliti akan melakukan observasi terhadap teknik *passing* tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo saat latihan *game*.

Pada tanggal 30 Januari 2016 peneliti melakukan observasi terhadap teknik *passing* tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo saat latihan *game*. Dari hasil pengamatan tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa kualitas *passing* yang dimiliki oleh pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo kurang baik, hal itu bisa dilihat sikap awal, sikap perkenaan bola, dan sikap akhir pemain dalam melakukan keterampilan *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Berikut ini adalah indikator dalam melakukan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam:

Sikap awal Kaki tumpuan diletakkan di samping bola dan lutut kaki sedikit ditekuk. Kaki yang menendang diangkat ke belakang. Badan agak condong kedepan dan kedua tangan terbuka ke samping untuk menjaga keseimbangan badan. Sikap perkenaan. Kaki yang menendang diayunkan ke depan. Badan agak condong kedepan. Arah bola menggelinding ke depan menyusur tanah. Sikap akhir Setelah kaki menendang mengenai bola segera diletakkan ke tanah. Pandangan tetap tertuju ke arah bola. Badan rileks

kembali ke arah semula. Sebelumnya telah ada. Beberapa penelitian terdahulu dalam permainan sepakbola yang relevan dengan penelitian ini, penelitian terdahulu yang relevan

Faidzin, M.A (2016) Upaya meningkatkan keterampilan *passing* kaki bagian dalam sepakbola menggunakan model permainan bagi peserta ekstrakurikuler sepakbola SMK Negeri 10 Malang. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan keterampilan teknik *passing* kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler sepakbola SMKN 10 Malang sebesar 57% pada siklus 1, dan 81% pada siklus 2.

Dari hasil observasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik *passing* yang dimiliki pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo perlu ditingkatkan pada saat latihan teknik maupun saat latihan *game*. Untuk itu peneliti ingin meningkatkan keterampilan teknik *passing* tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dengan judul skripsi **“Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik *Passing* Olahraga Futsal Menggunakan Model Latihan Ber- variasi terhadap Tim Futsal SMA 2 Negeri Kota Probolinggo”**.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan teknik *passing* terhadap pemain futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo.

Metode

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peningkatan efektivitas latihan keterampilan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam dengan penerapan model latihan bervariasi terhadap tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota

Probolinggo. Sesuai dengan tujuan penelitian maka pendekatan yang digunakan adalah penelitian tindakan olahraga. Konsep Penelitian Tindakan Olahraga (PTO) menurut Kristiyanto (2010:11) adalah “mengkhusus pada *venue* atau fasilitas sesuai dengan karakteristik cabang olahraga yang bersangkutan”. Jadi dalam penelitian ini, yaitu menggunakan model latihan yang sesuai dengan karakteristik dalam olahraga futsal. Di tim Futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo banyak pemain yang kurang menguasai teknik *passing*. Untuk itu peneliti akan melakukan tindakan olahraga untuk membangkitkan teknik *passing* menggunakan kaki bagian dalam terhadap tim Futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dengan cara memberikan model latihan *passing*. Dalam penelitian tindakan olahraga terhadap tim Futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo ada beberapa tahap yang dilakukan yaitu observasi, pengamatan, pelaksanaan dan refleksi. Observasi awal dilakukan pada tanggal 24 Januari di lapangan SMA Negeri 2 Kota Probolinggo terhadap Tim Futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Pengamatan Dari hasil pengamatan latihan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo kurang baik. Pelaksanaan dilakukan bulan April sampai Juni dengan model latihan teknik *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Peneliti melakukan refleksi dalam setiap kegiatan latihan, agar kegiatan selanjutnya ada peningkatan untuk teknik *passing*.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan Olahraga (PTO) yang dalam pelaksanaannya menuntut kehadiran peneliti di lapangan. Kehadiran peneliti sangat diperlukan

karena peneliti juga berperan membantu pelatih tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam mengamati (*observe*), membuat perencanaan tinakan, pengumpulan data, penganalisa data sekaligus sebagai pelapor hasil penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti membutuhkan kerja sama pelatih SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Penelitian Tindakan Olahraga ini dilaksanakan di Lapangan futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo Jl. KI Hajar Dewantara. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap 2015 pada bulan April 2016.

Subjek penelitian tindakan Olahraga ini adalah pemain futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo, yang berjumlah 14 orang yang terdiri siswa kelas X, kelas XI dan kelas XII dan perlu diberi model latihan bervariasi teknik futsal *passing* menggunakan kaki bagian dalam untuk meningkatkan keterampilan teknik *passing* futsal *passing* menggunakan kaki bagian dalam, terutama pada ketepatan dan gerakan atau langkah-langkah melakukan *passing* futsal *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data tentang proses latihan teknik *passing* futsal *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Data diperoleh dari observasi pada saat proses pembelajaran. Sumber data penelitian ini adalah pemain futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Menurut Winarno (2011:137) pengumpulan data merupakan proses mengidentifikasi dan mengoleksi informasi yang dilakukan oleh peneliti, sesuai dengan tujuan penelitian”.

Menurut Winarno (2011:137) “Pengumpulan data merupakan proses mengidentifikasi dan mengoleksi

informasi yang dilakukan oleh peneliti, sesuai dengan tujuan penelitian”. Dengan demikian kegiatan pengumpulan data harus dilakukan berdasarkan teknik yang tepat sehingga diperoleh data yang benar-benar relevan dan bermanfaat. Prosedur pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. Menurut Sugiyono (2013:203) menyatakan bahwa “observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Kalau wawancara dan kuesioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga objek-objek alam yang lain. Observasi dilakukan oleh pengamat dengan menggunakan lembar observasi. Pengamat menggunakan lembar observasi untuk mengamati pemunculan aspek-aspek berupa perilaku pelatih, atlet dan berbagai hal yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung.

Catatan lapangan yang dibuat merupakan catatan peneliti yang ada di lapangan, yaitu jadwal latihan atlet dan program latihan atlet yang tidak tertulis melainkan secara lisan. Analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan mendeskripsikan temuan-temuan yang ada pada proses pembelajaran berlangsung.

Sebagai patokan terhadap hasil analisis persentase digunakan klasifikasi sebagai berikut.

1. 76-100% dikatakan baik
2. 56-75% dikatakan cukup baik
3. 40-55% dikatakan kurang baik
4. <40% dikatakan tidak baik

(Sumber: Arikunto, 2006:334)

Hasil persentase diperoleh dari jumlah subjek yang melaksanakan tiap gerakan yang salah dan gerakan yang benar dengan cara pemberian talis di dalam kolom tersebut, kemudian dijumlahkan dibagi dengan seluruh latihan yang dilakukan dan dikalikan dengan 100%. Sedangkan untuk memperoleh data kualitatif dapat dilakukan dengan 3 macam teknik pengumpulan data, yaitu: reduksi data, paparan data, dan penyimpulan hasil analisis

Reduksi Data

Reduksi data dilakukan untuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, dan membuang yang tidak penting, serta mengorganisasikan data, sehingga mudah untuk menarik kesimpulan. Menurut Saukah, dkk (2010:61) “reduksi data adalah proses penyederhanaan data yang dilakukan melalui seleksi, pengelompokan, dan pengorganisasian data mentah menjadi suatu informasi yang bermakna. Data dan atau informasi yang relevan dan terkait langsung dengan pelaksanaan PTK diolah untuk bahan evaluasi”.

Paparan Data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah memaparkan data. Menurut Saukah, dkk (2010:61) “pemaparan data merupakan suatu upaya menampilkan data yang telah direduksi secara jelas dan mudah dipahami dalam bentuk paparan naratif, tabel, grafik, atau perwujudan lainnya yang dapat memberikan gambaran jelas tentang proses dan hasil tindakan yang dilakukan”. Dengan menyajikan data akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi. Merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami.

Penyimpulan Hasil Analisis

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif yang diharapkan adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran objek yang sebelumnya belum terlihat sehingga setelah diteliti menjadi jelas hasilnya.

Evaluasi

Evaluasi dilaksanakan untuk mengetahui keefektifan tindakan dan kesesuaian dampak tindakan dengan apa yang diharapkan peneliti, tindakan yang diberikan dalam upaya meningkatkan keterampilan teknik *passing* tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Menurut Arikunto (2012:29) “subjek evaluasi adalah orang yang melakukan pekerjaan evaluasi. Siap yang dapat disebut sebagai subjek evaluasi untuk setiap tes, ditentukan oleh suatu aturan pembagian tugas atau ketentuan yang berlaku”.

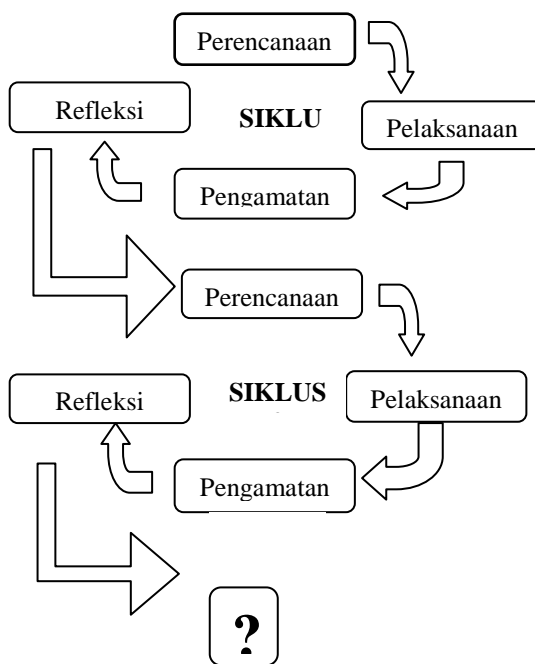
Refleksi

Refleksi tindakan ini meliputi: menganalisis, memaknai, menjelaskan dan menyimpulkan data yang diperoleh dari pengamatan. Hasil refleksi ini dijadikan dasar untuk menyusun perencanaan tindakan siklus selanjutnya.

Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan dua siklus yaitu siklus I dan siklus II, setiap siklus terdiri dari tiga kali pertemuan. Dengan menggunakan dua siklus diharapkan adanya peningkatan aktivitas pembelajaran. Jika digunakan satu siklus dikhawatirkan hasil kurang maksimal, sedangkan jika menggunakan lebih

dari dua siklus dalam penelitian ini terbentur oleh keterbatasan waktu. Dengan dasar tersebut, maka peneliti merencanakan penelitian dengan dua siklus. Pada setiap siklus kegiatan yang dilakukan yaitu: (a) perencanaan, (b) pelaksanaan, (c) pengamatan, dan (d) refleksi. Adapun langkah-langkah penelitian tindakan kelas untuk masing-masing siklus adalah seperti gambar 1.1 berikut



Gambar 1 Alur Pelaksanaan Penelitian Tindakan Olahraga

Perencanaan Siklus 1

Perencanaan dilakukan dengan observasi awal dengan melakukan pengamatan dan dokumentasi kemudian dilakukan pembuatan proposal, setelah menyelesaikan proposal peneliti menyusun rencana pelaksanaan program latihan dan instrumen penelitian dilakukan di tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Menurut Kristiyanto, A (2010:56) “yang tidak boleh dilupakan dalam tahap perencanaan adalah berupa kesepakatan antara peneliti utama dan kolabulator tentang in-

dikator ketercapaian siklus”. Untuk itu peneliti dan pelatih mempunyai kesepakatan bahwa untuk siklus 1 tingkat keberhasilan pemain futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam adalah di $> 70\%$, dan untuk siklus 2 mencapai $> 80\%$. Jadi, jika persentase keberhasilan pemain dalam melakukan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam pada siklus 1 sudah mencapai dari hasil yang sudah disepakati oleh peneliti dan pelatih, maka akan dilanjutkan ke siklus 2, dan jika pada siklus 2 juga tercapai, maka tidak perlu untuk ditindak lanjuti ke siklus berikutnya. Karena hasil tersebut sudah mencapai keinginan yang peneliti dan pelatih inginkan untuk meningkatkan teknik *passing* tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo.

Pelaksanaan Penelitian Siklus 1

Pelaksanaan penelitian dilakukan mulai bulan April 2016 di tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo, dilakukan terhadap 14 pemain dengan dibantu oleh 1 pelatih dan 2 *observer*. Pelaksanaan siklus 1 Pengamatan dilakukan dalam kegiatan model latihan bervariasi olahraga futsal dilakukan oleh 2 *observer* dalam setiap pertemuan. Pengamatan dilakukan baik dari kegiatan keseluruhan pelatihan, pemain futsal, dan model latihan bervariasi teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam yang dibuat oleh peneliti.

Refleksi Tindakan Siklus 1

Refleksi dilaksanakan saat kegiatan pembelajaran selesai dan dilakukan oleh 2 *observer* dan 1 pelatih futsal. Kemudian hasil refleksi tersebut dibuat acuan untuk pertemuan berikutnya. Perencanaan Siklus 2

peneliti menyusun program latihan beserta instrumen penelitian yang dilakukan di tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Pelaksanaan Siklus 2 penelitian dilakukan pada bulan April 2016 di tim futsal putra SMA Negeri 2 Kota Probolinggo. Dilakukan terhadap 14 pemain futsal dan dibantu oleh 2 *observer*.

Pengamatan Siklus 2

Pengamatan dilakukan dalam kegiatan latihan futsal dilakukan oleh 2 *observer* dalam setiap pertemuan. Pengamatan dilakukan baik dari kegiatan keseluruhan pembelajaran, pemain futsal, dan model latihan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam yang telah dibuat oleh peneliti.

Refleksi Tindakan Siklus 2

Dalam siklus kedua diharapkan mengetahui tingkat keberhasilan melakukan keterampilan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam dapat ditingkatkan melalui model latihan bervariasi. Namun apabila tahap ini belum mencapai tingkat keberhasilan yang diharapkan, maka akan dilanjutkan dengan melakukan tindakan pada siklus selanjutnya.

Hasil

Siklus 1

Perencanaan Tindakan 1

Peneliti dan pelatih segera mempersiapkan program latihan setelah mengetahui kesulitan yang dialami oleh tim futsal SMA Negeri 2 kota Probolinggo, yaitu merencanakan program latihan dengan tiga kali pertemuan pada siklus 1. Untuk mengatasi hal ini, peneliti menggunakan model latihan bervariasi. Bentuk model latihan bervariasi yang akan

diberikan, yaitu: 1) *passing* berpasangan yaitu pemain saling berbaris berhadapan berjarak 5 meter dengan mengumpan bola secara bergantian, 2) *passing* berotasi yaitu, pemain membentuk segi empat dan saling berhadapan pemain saling bergantian mengumpan bola, 3) *passing* membentuk *diamond* berotasi yaitu pemain berbaris membentuk jajaran genjang terdiri dari 4 sudut setiap sudut diisi 2 pemain membentuk barisan ke belakang, model latihan ini menggunakan satu lapangan futsal, 4) *passing* membentuk formasi segitiga yaitu pemain dibagi menjadi 3 kelompok dan semua pemain berbaris membentuk formasi segitiga, setiap pemain melakukan *passing* secara bergantian tanpa mengontrol bola, 5) *passing* menggunakan lawan yaitu pemain dibagi menjadi 2 kelompok setiap kelompok terdiri dari 7 pemain, setiap kelompok membentuk lingkaran yang terdiri dari 5 pemain dan 2 pemain berada ditengah lingkaran untuk menjadi lawan, tugas 5 pemain melakukan *passing* dan tugas 2 pemain yang berada di dalam lingkaran merebut *passing* yang dilakukan oleh 5 pemain tersebut, 6) *passing* lari berpasangan dengan 1 kali sentuhan yaitu 2 pemain secara berpasangan pemain 1 dan pemain 2 bergantian melakukan *passing* dengan 1 kali sentuhan, setelah melakukan *passing* pemain berlari di setiap *cone* yang sudah ditentukan untuk menerima *passing* dan langsung di umpan kembali kepada pemain lainnya. Selain itu peneliti dan pelatih menyusun, (1) rencana program latihan teknik dasar *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada tim futsal SMA Negeri 2 kota Probolinggo, (2) menyiapkan lembar observasi untuk *observer*

dalam melakukan pengamatan selama proses latihan berlangsung.

Pelaksanaan Tindakan 1

Pelaksanaan tindakan 1 dilaksanakan pada tanggal 11, 13, dan 16 April 2016. Pada pelaksanaan tindakan 1 peran pelatih yaitu mengatur jalannya proses latihan teknik dasar *passing* menggunakan kaki bagian dalam, peneliti dan *observer* mengamati bagaimana proses latihan berlangsung dan di catat pada lembar observasi yang sudah disediakan.

Pada pelaksanaan tindakan 1 dilakukan dalam 3 kali pertemuan, setiap pertemuan diberikan 2 model latihan. Pelaksanaan model latihan pada pertemuan pertama yaitu: 1) *passing* berpasangan, 2) *passing* berotasi. Untuk pertemuan kedua model latihan yang diberikan yaitu: 1) *passing* membentuk *diamond* berotasi, 2) *passing* membentuk formasi segitiga. Pertemuan ketiga model latihan yang diberikan yaitu: 1) *passing* menggunakan lawan, 2) *passing* lari berpasangan dengan 1 kali sentuhan. Dalam pelaksanaan tindakan 1, pemain melakukan latihan dengan baik. Mulai dari pemanasan, latihan inti, pendinginan dan mendengarkan evaluasi dari pelatih yang diberikan pada akhir latihan. Namun, dilihat pada sisi kehadiran para pemain, ada salah tiga pemain yang terlambat. Pelatih juga memberi hukuman kepada pemain yang tidak serius pada saat latihan berlangsung.

Pengamatan Tindakan 1

Dari hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 11, 13, dan 16 April 2016, dengan materi teknik dasar *passing* menggunakan kaki bagian dalam pada futsal diperoleh hasil sebagai berikut. Dari hasil observasi pada tingkat keberhasilan

teknik *passing* pada saat gerakan awal 63,01%, tingkat keberhasilan pada saat perkenaan bola 61,7% dan tingkat keberhasilan pada saat gerakan akhir 61,11%.

Refleksi 1

Setelah melaksanakan pengamatan pada siklus 1, peneliti dan pelatih melakukan refleksi. Dilihat dari hasil penelitian pada siklus 1, dapat disimpulkan bahwa pada pelaksanaan siklus 1 pada tim futsal SMA Negeri 2 kota Probolinggo sudah mengalami peningkatan dalam melakukan teknik *passing* menggunakan kaki bagian dalam, namun masih kurang baik. Untuk itu peneliti akan melakukan penelitian pada siklus 2 dengan model latihan yang dibuat oleh peneliti.

Siklus 2

Berdasarkan hasil evaluasi dan refleksi pada siklus 1 yang dilakukan oleh peneliti dan pelatih, maka dilakukan beberapa perubahan pada latihan teknik *passing* futsal yang dilakukan pada siklus 2. Peneliti mempersiapkan rancangan pelaksanaan latihan teknik *passing* futsal untuk siklus dengan 3 kali pertemuan. Selain itu, peneliti juga mempersiapkan lembar observasi untuk peneliti dan *observer* dalam mengamati kegiatan latihan berlangsung. Rencana latihan yang akan diberikan pada siklus 2, yaitu: 1) *passing* berpasangan yaitu pemain saling berbaris berhadapan berjarak 5 meter dengan mengumpan bola secara bergantian, 2) *passing* berotasi yaitu, pemain membentuk segi empat dan saling berhadapan pemain saling bergantian mengumpan bola, 3) *passing* membentuk *diamond* berotasi yaitu pemain berbaris membentuk jajaran genjang terdiri dari 4 sudut

setiap sudut diisi 2 pemain membentuk barisan ke belakang, model latihan ini menggunakan satu lapangan futsal, 4) *passing* membentuk formasi segitiga yaitu pemain dibagi menjadi 3 kelompok dan semua pemain berbaris membentuk formasi segitiga, setiap pemain melakukan *passing* secara bergantian tanpa mengontrol bola, 5) *passing* menggunakan lawan yaitu pemain dibagi menjadi 2 kelompok setiap kelompok terdiri dari 7 pemain, setiap kelompok membentuk lingkaran yang terdiri dari 5 pemain dan 2 pemain berada di tengah lingkaran untuk menjadi lawan, tugas 5 pemain melakukan *passing* dan tugas 2 pemain yang berada di dalam lingkaran merebut *passing* yang dilakukan oleh 5 pemain tersebut, 6) *passing* lari berpasangan dengan 1 kali sentuhan yaitu 2 pemain secara berpasangan pemain 1 dan pemain 2 bergantian melakukan *passing* dengan 1 kali sentuhan, setelah melakukan *passing* pemain berlari di setiap *cone* yang sudah ditentukan untuk menerima *passing* dan langsung di umpan kembali kepada pemain lainnya.

Dalam melaksanakan tindakan 2, semua pemain melakukan latihan dengan serius dan lebih baik dibandingkan dengan siklus 1. Semua pemain juga mendengarkan instruksi dari pelatih dengan baik. Bukan hanya itu, semua pemain juga melakukan pemanasan dan pendinginan secara bersama-sama yang dipimpin oleh salah satu pemain.

Pelaksanaan Tindakan 2

Pelaksanaan tindakan 2 dilaksanakan pada hari Senin, Rabu, Sabtu, tanggal 18, 20, dan 23 April 2016 dimulai pukul 15.00-17.00 WIB di lapangan SMA Negeri 2 kota Probolinggo. Pada pelaksanaan tindak-

an 2 peran pelatih yaitu mengatur jalannya proses latihan teknik dasar *passing* menggunakan kaki bagian dalam, peneliti dan *observer* mengamati bagaimana proses latihan berlangsung dan dicatat pada lembar observasi yang sudah disediakan.

Dalam melaksanakan pada tindakan 2 dilakukan 3 kali pertemuan. Setiap pertemuan diberikan 2 model latihan. Pelaksanaan model latihan pertemuan pertama yaitu: 1) *passing* berpasangan, 2) *passing* berotasi. Untuk pertemuan kedua model latihan yang diberikan yaitu: 1) *passing* membentuk *diamond* berotasi, 2) *passing* membentuk formasi segitiga. Untuk pertemuan ketiga model latihan yang diberikan yaitu: 1) *passing* menggunakan lawan, 2) *passing* lari berpasangan dengan 1 kali sentuhan.

Pengamatan Tindakan 2

Dari hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 18, 20 dan 23 April 2016, yaitu pada hari Senin, Rabu dan Sabtu dengan materi teknik dasar futsal *passing* menggunakan kaki bagian dalam diperoleh hasil sebagai berikut Dari hasil observasi tingkat keberhasilan *passing* pada saat gerakan awal 78,57%, tingkat keberhasilan pada saat perkenaan bola 79,12% dan tingkat keberhasilan pada saat gerakan akhir 79,72%.

Refleksi 2

Setelah melakukan penelitian pada siklus 2, peneliti dan pelatih melakukan refleksi. Dilihat dari hasil penelitian pada siklus 2 dapat disimpulkan bahwa tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo mengalami peningkatan dalam melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam. Untuk itu, peneliti akan melakukan refleksi terhadap penelitian pada siklus 1 dan

2 yang akan dibahas pada refleksi akhir.

Refleksi Akhir

Setelah melaksanakan kegiatan pada siklus 2, peneliti dan pelatih melakukan refleksi. Dilihat dari hasil penelitian dapat disimpulkan pada siklus 1 mengalami peningkatan di siklus 2. Dari hasil data pada tingkat keberhasilan tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo dalam melakukan teknik dasar *passing* futsal mengalami peningkatan pada siklus 2. Berdasarkan data dapat disimpulkan bahwa dalam latihan teknik *passing* futsal dengan menggunakan beberapa model latihan dapat meningkatkan teknik dasar *passing* futsal pada tim futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo.

Model latihan yang diberikan pada siklus 1 yaitu: 1) *passing* berpasangan yaitu pemain saling berbaris berhadapan berjarak 5 meter dengan mengumpan bola secara bergantian, 2) *passing* berotasi yaitu pemain membentuk segi empat dan saling berhadapan pemain saling bergantian mengumpan bola, 3) *passing* membentuk *diamond* berotasi yaitu pemain berbaris membentuk jajaran genjang terdiri dari 4 sudut setiap sudut diisi 2 pemain membentuk barisan ke belakang, model latihan ini menggunakan satu lapangan futsal, 4) *passing* membentuk formasi segitiga yaitu pemain dibagi menjadi 3 kelompok dan semua pemain berbaris membentuk formasi segitiga, setiap pemain melakukan *passing* secara bergantian tanpa mengontrol bola, 5) *passing* menggunakan lawan yaitu pemain dibagi menjadi 2 kelompok setiap kelompok terdiri dari 7 pemain, setiap kelompok membentuk lingkaran yang terdiri dari 5 pemain dan 2 pemain berada di

tengah lingkaran untuk menjadi lawan, tugas 5 pemain melakukan *passing* dan tugas 2 pemain yang berada di dalam lingkaran merebut *passing* yang dilakukan oleh 5 pemain tersebut, 6) *passing* lari berpasangan dengan 1 kali sentuhan yaitu 2 pemain secara berpasangan pemain 1 dan pemain 2 bergantian melakukan *passing* dengan 1 kali sentuhan, setelah melakukan *passing* pemain berlari di setiap *cone* yang sudah ditentukan untuk menerima *passing* dan langsung di umpan kembali kepada pemain lainnya. Sedangkan model latihan yang diberikan pada siklus 2 yaitu: 1) *passing* berpasangan yaitu pemain saling berbaris berhadapan berjarak 5m dengan mengumpan bola secara bergantian, 2) *passing* berotasi yaitu pemain membentuk segi empat dan saling berhadapan pemain saling bergantian mengumpan bola, 3) *passing* membentuk *diamond* berotasi yaitu pemain berbaris membentuk jajaran genjang terdiri dari 4 sudut setiap sudut diisi 2 pemain membentuk barisan ke belakang, model latihan ini menggunakan satu lapangan futsal, 4) *passing* membentuk formasi segitiga yaitu pemain dibagi menjadi 3 kelompok dan semua pemain berbaris membentuk formasi segitiga, setiap pemain melakukan *passing* secara bergantian tanpa mengontrol bola, 5) *passing* menggunakan lawan yaitu pemain dibagi menjadi 2 kelompok setiap kelompok terdiri dari 7 pemain, setiap kelompok membentuk lingkaran yang terdiri dari 5 pemain dan 2 pemain berada di tengah lingkaran untuk menjadi lawan, tugas 5 pemain melakukan *passing* dan tugas 2 pemain yang berada di dalam lingkaran merebut *passing* yang dilakukan oleh 5 pemain tersebut, 6) *passing* lari berpasangan dengan 1 kali

sentuhan yaitu 2 pemain secara berpasangan pemain 1 dan pemain 2 bergantian melakukan *passing* dengan 1 kali sentuhan, setelah melakukan *passing* pemain berlari di setiap *cone* yang sudah ditentukan untuk menerima *passing* dan langsung di umpan kembali kepada pemain lainnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian keterampilan teknik dasar *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam yang dilakukan terhadap pemain SMA Negeri 2 Kota Probolinggo, dapat disimpulkan bahwa melalui model latihan *passing* futsal keterampilan pemain dalam melakukan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam yang awalnya tingkat keberhasilan rata-rata di atas 60% bisa meningkat hingga mencapai tingkat keberhasilan 78,98 %.

Kesimpulan Hasil

Berikut ini merupakan hasil kesimpulan dari siklus 1 dan 2: Siklus (1) Hasil penilaian teknik *passing* futsal pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo pada siklus 1, yaitu: pada sikap awal atlet memiliki persentase kebenaran 63,01%, pada sikap perkenaan bola memiliki persentase kebenaran 61,7% dan pada sikap akhir (gerakan lanjutan) memiliki persentase kebenaran 61,11%. Siklus (2) Hasil penilaian teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam dengan model latihan bervariasi pada tim futsal SMA Negeri 2 kota Probolinggo pada siklus 2, yaitu: pada sikap awal pemain memiliki persentase kebenaran 78,57%, pada sikap perkenaan bola memiliki persentase kebenaran 79,12% dan pada sikap akhir (gerakan

lanjutan) memiliki persentase kebenaran 79,72%.

Saran

Dari hasil dan uraian di atas, maka saran yang dapat diberikan kepada pelatih dan pemain futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo maupun peneliti lain yaitu Bagi pelatih futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo, penelitian ini bermanfaat sebagai model latihan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* olahraga futsal menggunakan kaki bagian dalam. Bagi pemain futsal SMA Negeri 2 kota Probolinggo, hendaknya model latihan *passing* ini bisa terus dijadikan model latihan bervariasi terhadap teknik *passing* olahraga futsal agar meningkatkan keterampilan *passing* futsal. Kepada peneliti lain, Penelitian Tindakan Olahraga ini dapat dijadikan sebagai referensi peneliti lain untuk meningkatkan teknik *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam dengan model latihan yang lebih bervariasi agar atlet tidak mudah bosan pada saat melakukan latihan teknik futsal. Bagi tim lain atau Ekstrakurikuler di sekolah lain, model latihan *passing* futsal bervariasi ini dapat dijadikan panduan melatih teknik untuk meningkatkan keterampilan *passing*.

Daftar Rujukan

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, S, dkk. 2006. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Faidzin, M.A. 2016. Upaya peningkatkan keterampilan *passing* kaki bagian dalam

sepakbola menggunakan model permainan bagi peserta ekstrakurikuler sepakbola SMK Negeri 10 Malang

Winarno, M. E. 2011. *Metedeologi Penelitian dalam Pendi di kan Jasmani*. Malang: Me dia Cakra Press.

Kristiyanto, A. 2010. *Penelitian Tinda kan Kelas (PTK)*. Surakarta: UPT Penerbitan dan Pence- takan UNS (UNS Press).

Lhaksana, J. 2011. *Taktik dan Teknik Futsal Modern*. Depok: Be- Champion (Penebar Swadaya Group).

Mulyono, M. A. 2014. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta: Niaga Swadaya.

Purwadi, dkk. 2011. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga* Jakarta: Universitas Terbuka

Sudijono, A. 2008. *Pengantar Statistik Pendidikan: Pendekatan Ku- antitatif, Kualitatif dan R&D*. Jakarta: CV Rajawali.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Trianto. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas* (Amri, S, Ed). Jakarta: Buku Berkualitas Prima

UM. 2010. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah: Skripsi, Tesis< Diser tasi, Artikel, Makalah, Tu gas Akhir dan laporan Penelitian*. Malang: Universitas Negeri Malang.

Wiarso, G. 2015. *Panduan Ber- olahraga Untuk Kesehatan dan Kebugaran*. Yogyakarta: Graha Ilmu.