



## Pengaruh metode latihan *short passing diamond* dan *short passing triangle* terhadap peningkatan kemampuan passing accuracy peserta ekstrakurikuler Futsal MAN 2 Kota Madiun

Habib Hafidhurriq<sup>1</sup>, Andri Wahyu Utomo<sup>2</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas PGRI Madiun, Jalan Setiabudi No 85 Madiun, Jawa Timur, Indonesia  
Email: [habibhafid21@gmail.com](mailto:habibhafid21@gmail.com)<sup>1</sup>, [andri@unipma.ac.id](mailto:andri@unipma.ac.id)<sup>2</sup>

Received: Mei 2022. Accepted: Juni 2022 . Published: Agustus 2022

### Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *short passing diamond* terhadap peningkatan *passing accuracy* pada siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun; pengaruh latihan *short passing triangle* terhadap peningkatan *passing accuracy* pada siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun; pengaruh antara latihan *short passing diamond* dan *short passing triangle* terhadap peningkatan *passing accuracy* pada siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, dengan desain penelitian *two groups pretest-posttest group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun berjumlah 50 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun yang berjumlah 20. Instrumen penelitian menggunakan *passing accuracy test*. Metode latihan dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok 1 menggunakan *short passing diamond* dan kelompok 2 menggunakan *short passing triangle*. Teknik analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikansi 5% dengan uji prasyarat uji normalitas, uji homogenitas. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan diperoleh hasil terdapat pengaruh *passing accuracy* pada kelompok *short passing diamond* yaitu peningkatannya sebesar 14,30%; terdapat pengaruh *passing accuracy* pada kelompok *short passing triangle* sebesar 14,30%, kedua latihan *passing accuracy* yaitu *short passing diamond* dan *short passing triangle* keduanya sama-sama efektifnya dalam meningkatkan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun. Berdasarkan dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *short passing diamond* dan *short passing triangle* terhadap *passing accuracy* pada siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun; latihan *passing accuracy* kedua latihan sama-sama efektifnya dalam meningkatkan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun; kedua metode tersebut tidak mempunyai perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun.

**Kata Kunci:** futsal, passing accuracy, short passing diamond, short passing triangle.

### Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of short passing diamond training on increasing passing accuracy in male extracurricular students MAN 2 Madiun City; the effect of short passing triangle exercises on increasing passing accuracy in male extracurricular students MAN 2 Madiun City; the effect of short passing diamond and short passing triangle exercises on increasing passing accuracy in male extracurricular students MAN 2 Madiun City. This study used an experimental method, with a two-group pretest-posttest group design. The population in this study were 50 students of MAN 2 Madiun City extracurriculars.

*The sample in this study were 20 male extracurricular students of MAN 2 Madiun City. The research instrument used a passing accuracy test. The training method in this study was divided into two groups, namely group 1 using short passing diamonds and group 2 using short passing triangles. The data analysis technique uses the t test with a significance level of 5% with the prerequisite test for normality test, homogeneity test. Based on the results of the research that has been carried out, the results show that there is an effect of passing accuracy in the short passing diamond group, namely an increase of 14.30%; there was an effect of passing accuracy in the short passing triangle group of 14.30%, the two passing accuracy exercises namely short passing diamond and short passing triangle were both equally effective in increasing the passing accuracy of male extracurricular students MAN 2 Madiun City. Based on the results of this study it can be concluded that there is an effect of short passing diamond and short passing triangle exercises on passing accuracy in male extracurricular students MAN 2 Madiun City; the passing accuracy exercises for both exercises were equally effective in increasing the passing accuracy of the male extracurricular MAN 2 Madiun City students; the two methods have no significant difference in effect on the passing accuracy ability of the male extracurricular MAN 2 Madiun City students. Keyword Example: power; leg muscles; volleyball player.*

**Keywords:** futsal, passing accuracy, short passing diamond, short passing triangle.

## PENDAHULUAN

Olahraga futsal modern ini, mengalami banyak perubahan besar tidak hanya dari segi kesehatan melainkan segi bisnis industri, bukan hanya di kota besar namun di kota kecil perkembangan olahraga sangat signifikan sehingga para penggiat olahraga tidak ragu untuk memulai bisnis di bidang olahraga. Menurut (Ashari 2019)), Pada tahun 2002, olahraga futsal menembus ke Indonesia dengan cepat memasuki jantung penggemar sepak bola. Dari lingkungan sekolah, kampus perusahaan, sekarang kompetisi futsal sering dipertandingkan, mulai tingkat SD, SMP, SMA, antar Universitas, perkantoran maupun antar klub. Dengan demikian, perkembangan futsal sangat cepat dan diminati dari berbagai kalangan karena dari segi jumlah pemain tak memerlukan banyak pemain layaknya cabang olahraga sepakbola (Rahmadianti and Sugihartono 2019). Futsal adalah salah satu olahraga bagus yang dibuat oleh seseorang dan menjadi olahraga alternatif bagi penggemar sepak bola (Indrawan and Primaditya 2021).

Futsal saat ini telah termasuk dalam bidang pendidikan, banyak sekolah yang membuat olahraga futsal menjadi kegiatan tambahan di luar jam sekolah yang biasa disebut ekstrakurikuler (Mailani 2016). Ekstrakurikuler merupakan suatu wadah atau alat yang digunakan untuk menyalurkan minat dan bakat serta kreativitas siswa pada satu atau beberapa kegiatan tertentu (Alfinanda and Florean 2020). Proses menyalurkan minat, bakat dan kreativitas tentunya harus didukung oleh pelatih yang memiliki pemahaman yang cukup (Bangun 2016). Pelatih dalam kegiatan

ekstrakurikuler futsal yang harus menguasai dan memahami teknik dan taktik dalam olahraga futsal sehingga pelatih dapat menyediakan berbagai macam variasi teknik dan taktik dalam olahraga futsal (Ariffudin and Pramono 2021).

MAN 2 Kota Madiun menetapkan futsal menjadi salah satu kegiatan ekstrakurikuler dan pada akhirnya saat ini MAN 2 Kota Madiun telah memiliki GOR sebagai tempat latihannya. Seiring berjalannya waktu banyak gelar juara yang mampu diraih oleh FUMANDA, bahkan menjadi tim yang sangat disegani pada masanya, dengan raihan juara dan prestasi gemilang yang terus diraih serta sadar akan potensi yang dimiliki siswanya.

Para peserta ekstrakurikuler menyatakan bahwa latihan *passing* dilakukan setiap harinya memang kurang efektif dikarenakan program latihan yang di berikan kurang berpola dan tidak ada variasi gerakan mengumpan yang lain, dengan demikian jika hal ini dibiarkan saja kemungkinan menjadi juara pada kompetisi berikutnya akan sempit, bahkan kemungkinan akan tetap berhenti pada babak empat besar, mengingat lawan sudah mampu meningkatkan kualitas *passing* yang dimiliki (MAHARDIKA and MARHAENI, D. A. I. N WIDIARTINI 2015). Peneliti berasumsi bahwa ada variasi latihan *passing* agar permainan yang dijalankan tidak monoton. Latihan yang dilakukan terus menerus tanpa berbagai model pelatihan yang berbeda akan menyebabkan perasaan mengganggu pemain selama pelatihan rutin. Proses meningkatkan kemampuan *passing accuracy* dari pemain membutuhkan model pelatihan bagian inovatif dan memiliki banyak variasi dalam pelatihan sehingga pemain dapat dengan cepat meningkatkan *passing accuracy* mereka (Oppici et al. 2018). Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh latihan short passing diamond dan short passing triangle terhadap peningkatan *passing accuracy* peserta ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang dilakukan adalah penelitian eksperimen untuk mengetahui adanya pengaruh akan perlakuan yang diberikan. Penelitian dilaksanakan di GOR MAN2 Kota Madiun pada bulan Januari 2022 hingga bulan Desember 2022. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah adalah siswa kelas X-XII futsal MAN 2 Kota Madiun sebanyak 48 pemain. Sampel yang digunakan

dalam penelitian ini sebanyak 20 siswa putra yang nantinya dibagi menjadi dua kelompok.

#### Teknik Pengumpulan Data

1. Tes awal (pretest)

Tes awal (*pretest*) bertujuan untuk menentukan kemampuan awal sebelum perlakuan latihan dilakukan, serta perangkan untuk menentukan kelompok 1/*short passing diamond* dan kelompok 2/*short passing triangel* melalui *ordinal pairing*

2. Tes akhir

Tes akhir (*posttest*) tujuannya untuk mengambil data setelah perlakuan dari kelompok 1/*short passing diamond* dan kelompok 2/*short passing triangel* yang kemudian hasil data tes tersebut dibandingkan sesuai dengan hipotesis penelitian.

#### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Uji normalitas

Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan metode *shapiro wilk*. Hipotesis berupa  $H_0$  data berdistribusi normal dan  $H_a$  tidak berdistribusi normal. Kriteria pengujian yaitu  $H_0$  ditolak jika  $p < 0,05$  atau  $H_0$  diterima jika  $p > 0,05$ .

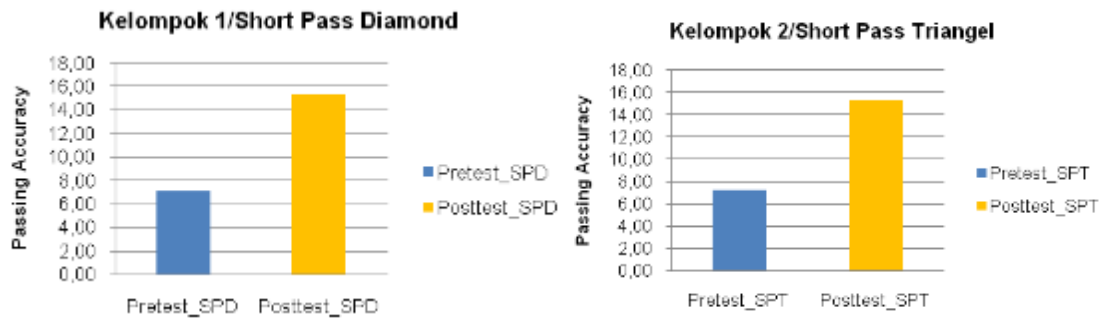
2. Uji homogenitas

Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan t test jika hasil analisis menunjukkan nilai p (sig) > dari 0.05, maka data tersebut homogen, tetapi jika hasil analisis data menunjukkan nilai p (sig) < dari 0.05, maka data tersebut tidak homogen.

3. Uji t

*Independent sample t test* digunakan untuk menguji pengaruh variabel *independent* terhadap variabel *dependent* tes ini digunakan untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan *short passing diamond* dan *short passing triangel* terhadap peningkatan kemampuan *passing accuracy* siswa ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun.

## HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Diagram nilai mean kemampuan passing accuracy pada siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun

Hasil penelitian mengenai perbandingan nilai pretest dan posttest ditunjukkan dengan semakin meningkatkan kemampuan kelincahan yaitu mean *pre-test* 7.10 pada *post-test* meningkat pada 15.30.

Tabel 1. Hasil uji normalitas

Tests of Normality							
	Kelompok Perlakuan	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Passing Accuracy	Pretest SPD	.215	10	.200*	.964	10	.835
	Posttest SPD	.164	10	.200*	.947	10	.629
	Pretest SPT	.155	10	.200*	.965	10	.838
	Posttest SPT	.165	10	.200*	.952	10	.689

\*. This is a lower bound of the true significance.  
 a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) *pretest* kelompok 1/*short passing diamond* sebesar 0,835 lebih besar dari 0,05 yang dapat diartikan sebagai data hasil penelitian dari kemampuan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun dapat disimpulkan berdistribusi normal. Selain itu pada *posttest* nilai signifikansi sebesar 0,629 juga dapat diartikan data berdistribusi normal. Kelompok 2/*short passing triangel* pada pretest nilai signifikansi sebesar 0,838 adalah lebih besar 0,05 yang dapat diartikan data hasil penelitian kemampuan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun dapat disimpulkan berdistribusi normal. Pada *posttest* kelompok 2/*short passing triangel* nilai signifikansi sebesar 0,689 lebih besar dari nilai signifikansi 0,05 juga dapat diartikan data berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil uji homogenitas

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene	df1	df2	Sig.
		Statistic			
Hasil Passing Accuracy	Based on Mean	1.071	1	18	.314
	Based on Median	.755	1	18	.396
	Based on Median and with adjusted df	.755	1	16.465	.397
	Based on trimmed mean	1.057	1	18	.318

Berdasarkan uji homogenitas menunjukkan bahwa nilai sig. pada based on mean sebesar 0,314 yang berarti nilai signifikansi > 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa varian sampel tersebut adalah sama atau dapat diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa varian populasi adalah homogen.

Tabel 3. Hasil uji t

Group Statistics		Kelompok Perlakuan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Passing Accuracy		Kelompok1/SPD	10	15.30	2.359	.746
		Kelompok2/SPT	10	15.30	3.057	.967

Independent Samples Test		Levene's Test t-test for Equality of Means for Equality of Variances								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil Passing Accuracy	Equal variances assumed	1.071	.314	.000	18	1.000	.000	1.221	-2.565	2.565
	Equal variances not assumed			.000	16.914	1.000	.000	1.221	-2.577	2.577

Hasil uji t mengenai pengaruh latihan kelompok1/*short passing diamond* dan kelompok2/*short passing triangel* terhadap peningkatan kemampuan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun memperoleh nilai Sig. (2-tailed) karena homogen menerapkan pada *equad variances assumed* sebesar 1,000 yang artinya lebih besar dari nilai  $\alpha$  0,05 maka dapat diketahui  $H_0$  di terima dan  $H_a$  di tolak, sehingga dapat diketahui bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua latihan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun terhadap peningkatan kemampuan *passing accuracy*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan yaitu ada pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan antara latihan *passing accuracy short passing diamond* dan *short passing triangel* siswa putra ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun, tetapi kedua variabel ini tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap metode satu dan lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Alfinanda, N. F, and M. R. Florean. 2020. "Identifikasi Nilai Pendidikan Karakter Dalam Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Drumbband." *EduHumaniora*

*Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru* 12(2): 137–47.

- Ariffudin, M. B, and M. Pramono. 2021. "Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Akurasi Passing Di La Brava Futsal Club." *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)* 1(2): 95–101.
- Ashari, R. F. 2019. "PENGEMBANGAN TAKTIK MENYERANG MENGGUNAKAN FORMASI 3-1 BERBASIS BUKU PANDUAN DAN APLIKASI ANDROID PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL MAN 2 MADIUN."
- Bangun, S. Y. 2016. "Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikandi Indonesia." *Publikasi Pendidikan* 6(3): 157.
- Indrawan, M. N, and P. Primaditya. 2021. "Desain Sepatu Futsal League Striker Dengan Fitur 3D Touch Bumper Pada Medial Sepatu Guna Meningkatkan Kemampuan Kontrol Penerimaan Bola." *Jurnal Sains dan Seni ITS* 10(1): F1–8.
- MAHARDIKA, I. M. G. A, and D. N. K. MARHAENI, D. A. I. N WIDIARTINI. 2015. "Pengaruh Variasi Pelatihan Passing Terhadap Kemampuan Melakukan Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Pada Siswa Smalb Slb B Negeri Sidakarya Tahun Ajaran 2014/2015." *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan Indonesia* 5(1).
- Mailani, A. 2016. "Tingkat Keterampilan Bermain Futsal Peserta Didik Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Imogiri Bantul." *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi* 5(4).
- Oppici, L, D Panchuk, F. R Serpiello, and D. Farrow. 2018. "Futsal Task Constraints Promote Transfer of Passing Skill to Soccer Task Constraints." *European journal of sport science* 18(7): 947–54.
- Rahmadianti, T, and T. Sugihartono. 2019. "Analisis Perkembangan Ekstrakurikuler Futsal Ditingkat SMP Negeri Kota Bengkulu." *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani* 3(2): 223–29.