

PENGARUH LATIHAN PASSING MENGGUNAKAN TARGET TERHADAP HASIL AKURASI PASSING DALAM PERMAINAN FUTSAL PESERTA DIDIK EKSTRAKULIKULER SMK SETIA NEGARA

Randa Dwi Nauval Lubis^{1)*}, M. Al Ghani²⁾, Muhammad Aspar³⁾

^{1,2,3)}Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jakarta , Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirindeu, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419.

*nauvallubis21@gmail.com

accepted: 16 01 2023

revised: 06 03 2023

Approved: 12 04 2023

ABSTRACT

This writing is motivated by the results of students' badminton training that have not been maximized, so researchers are moved to examine what causes the results of passing exercises that have not been maximized and put forward improvements by using target passing exercises. The purpose of this study was to determine the effect of targeting passing exercises on the results of passing accuracy in futsal games for extracurricular students at Setia Negara Vocational School, when participating in extracurricular activities. The technique used is an experimental model, and the hypothesis is the result of the passing accuracy of the futsal extracurricular students at Setia Negara Vocational School who are influenced by target passing exercises. The results of the calculations which show the calculation of the t-test $-3.058 > -t$ table -0.000 and a significance of $0.0001 > 0.05$, clearly shows that there is no significant difference in the results of the accuracy of passing futsal extracurricular students at SMK Setia Negara using passing exercises target. Thus it can be said that passing exercises use targets for the results of passing accuracy in futsal games for extracurricular students at SMK Setia Negara. Principals, teachers, parents and students, as well as future researchers, are expected to benefit from the findings of this study.

Key words: *Passing Using Target, Accuracy Results*

ABSTRAK

Penulisan ini dilatar belakangi oleh adanya hasil latihan badminton peserta didik yang belum maksimal, sehingga peneliti tergerak untuk meneliti apa penyebab hasil latihan passing yang belum maksimal dan mengedepankan perbaikan dengan menggunakan latihan passing menggunakan target. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan passing menggunakan target terhadap hasil akurasi passing dalam permainan futsal peserta didik ekstrakurikuler SMK Setia Negara, saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Teknik yang digunakan adalah model eksperimen, dan hipotesisnya adalah hasil akurasi passing peserta didik ekstrakurikuler futsal SMK Setia Negara yang dipengaruhi oleh latihan passing menggunakan target. Hasil perhitungan yang menunjukkan perhitungan uji-t $-3,058 > -t$ tabel $-0,000$ dan signifikansi $0,0001 > 0,05$, jelas menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada hasil akurasi passing peserta didik ekstrakurikuler futsal di SMK Setia Negara dengan menggunakan latihan passing target. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa latihan passing menggunakan target terhadap hasil akurasi passing dalam permainan futsal peserta didik ekstrakurikuler SMK Setia Negara. Kepala sekolah, guru, orang tua, dan peserta didik, serta peneliti masa depan, diharapkan dapat mengambil manfaat dari temuan penelitian ini.

Kata kunci: *Passing Menggunakan Target, Hasil Akurasi..*

PENDAHULUAN

Olahraga dibagi menjadi tiga kategori menurut Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN). Pendidikan olahraga adalah prosedur pendidikan yang terorganisir dengan baik dan berorientasi pada kemajuan. Tergantung pada tingkat pendidikan siswa, instruksi formal dan informal disediakan. Bahan ajar ini membentuk karakter anak yang sehat jasmani dan rohani, dan saat ini dipersyaratkan di tingkat nasional dalam kurikulum SD dan SMP berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Jasmani dan Olahraga (PJO). PJO (Pendidikan Jasmani dan Olahraga) merupakan salah satu mata pelajaran di sekolah yang disebut Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional (Kurikulum 2006) dan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Kurikulum 2013).

Kurikulum 2006 dan 2013 menunjukkan bahwa PJOK merupakan komponen penting pendidikan umum, yang berupaya mendorong tumbuhnya atribut fisik, keterampilan motorik, berpikir kritis, bersosialisasi, menalar, stabilitas tindakan emosional, moral, dan aspek hidup sehat. Dengan tujuan mencapai tujuan pendidikan nasional, kegiatan jasmani, olahraga dan kesehatan yang direncanakan dan dipilih secara metodis harus mempromosikan kebersihan lingkungan. Olahraga prestasi adalah olahraga yang membantu peserta didik tumbuh menjadi orang dewasa yang terencana, berjenjang, dan tahan lama melalui penerapan ilmu dan teknologi keolahragaan (UU SKN) secara efektif. Ruang lingkup olahraga prestasi dalam pasal 20 ayat (1) mengatur bahwa olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi peserta didik untuk meningkatkan harkat dan martabat bangsa. Kemudian, dalam pasal 27 ayat (1) ditunjukkan bahwa pelatihan dan pengembangan olahraga tingkat tinggi dilakukan dan diarahkan untuk mencapai prestasi baru, Menurut (Harsono, 2015. Hal 50) Latihan (*Training*) adalah proses yang sistematis dari

berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah latihan atau aktivitasnya. Sedangkan menurut (Mulya, Gumilar dkk. 2015. Hal 138) adalah Latihan yang menyeluruh memberikan kemungkinan perkembangan yang lebih mantap untuk pembentukan prestasi pada waktunya. Penjelasan di atas mengarah pada kesimpulan bahwa kegiatan latihan harus dilakukan secara metodis, bertahap, dan sering, dengan jumlah beban latihan yang semakin meningkat, untuk mencapai tujuan akhir suatu penampilan, yaitu meningkatkan kinerja yang optimal. Futsal adalah cabang olahraga yang dimainkan dengan dua team dan setiap team berisi 5 pemain dan bertujuan untuk mencetak goal sebanyak mungkin. Menurut (Lhaksana. J, 2012: 7-8), Futsal merupakan olahraga yang berenergi tinggi karena bola terus menerus dioper dari satu pemain ke pemain berikutnya, pemain harus terus bergerak, dan keberhasilan dalam permainan membutuhkan keterampilan dan kerja keras.

Dalam permainan futsal memerlukan teknik dasar yaitu, *dribbling* (menggiring), *passing* (mengoper), *control* (menahan), *shooting* (menembak). Semua teknik dasar itu perlu di kuasai oleh semua pemain, agar terciptanya permainan yang indah di dalam lapangan dan bisa memenangkan pertandingan.

Secara umum kondisi teknik dasar peserta didik SMK Setia Negara kurang baik. Hal ini sesuai dengan pernyataan pelatih yang sebutkan pada saat wawancara, “teknik dasar peserta didik masih perlu banyak latihan lagi, terutama pada passing. Masih banyak peserta didik melakukan passing dengan akurasi atau ketepatan yang kurang baik, contohnya ketika latihan passing masih ada beberapa peserta didik yang melakukannya tetapi tidak tepat dengan sasaran ataupun pasangan latihannya.”

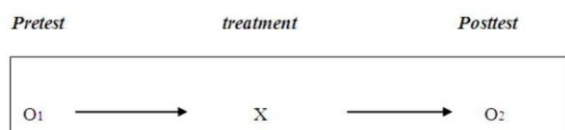
Hal tersebut menjelaskan bahwa banyak dari peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal SMK Setia Negara belum baik dalam melakukan teknik-teknik dasar futsal. Dalam permainan futsal pula memerlukan teknik dasar yang mumpuni atau baik, permainan futsal ini bukan hanya satu atau

dua orang saja melainkan tim, maka dari itu setiap pemain wajib sekali untuk menguasai teknik dasar yang cukup baik.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Menurut Ali Maksum (2012:65) penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui sebab dan akibat diantara variabel. Menurut Sugiyono (2016: 72) penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mengetahui pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.

Gambar 1. Desain Penelitian



Keterangan

X1 = *passing* menggunakan target

Y = hasil akurasi *passing*

Populasi menurut Ali Maksum (2012:53) adalah setiap orang atau benda yang diteliti. Menurut Sugiyono (2016:80), objek/subjek populasi adalah orang-orang yang memiliki atribut dan karakteristik tertentu yang diputuskan oleh peneliti untuk diteliti dan darinya dapat diambil kesimpulan 30 peserta didik SMK Setia Negara Kota Depok mengikuti ekstrakurikuler yang menjadi populasi penelitian.

Sesuai permasalahan yang akan diteliti, maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan *Data pre-test* untuk penelitian ini dikumpulkan dari jumlah peserta didik yang bisa melakukan latihan *passing* terhadap *cone* sebanyak 10 kali dan data *post-test* dikumpulkan dari rangkaian kegiatan yang sama. Selanjutnya sampel dikenai metode latihan *passing* berotasi dan Latihan *passing* berpasangan.

Instrumen penelitian menurut Arikunto (2006: 136), adalah perangkat yang akan digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi yang dibutuhkan, perangkat dan elemen peneliti sebagai pengumpulan data bertujuan membuatnya lebih sederhana serta tepat, menyeluruh, metodis, dan sederhana untuk

dianalisis. Observasi dan dokumentasi adalah metode pengumpulan data utama penelitian ini. Menurut Widoyoko (2014:46) observasi merupakan “pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap unsur- unsur yang nampak dalam suatu gejala pada objek penelitian”. Menurut Sugiyono (2018:476) dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian.

Analisis data uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data tersebut normal atau tidak, sehingga memungkinkan dilakukannya analisis data yang tepat dengan menggunakan SPSS 25. Uji normalitas yang dilakukan yakni uji normalitas *kolmogorov-smirnov* dan menggunakan software SPSS 25. Uji homogenitas Tujuan dari tes homogen adalah untuk menjamin bahwa varians masing- masing kelompok adalah sama atau sebanding. untuk membandingkan sesuatu secara akurat. Hasil uji homogenitas harus sesuai dengan total responden penelitian karena tidak semua jawaban dicerminkan secara akurat oleh data yang diperoleh, maka pengolahan data dapat dilanjutkan ke pengukuran pengaruh atau hubungan dan pengujian hipotesis. Ali Maksum (2012:49) menegaskan bahwa tujuan pengujian hipotesis adalah untuk menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan didukung oleh bukti empiris berupa data. Hanya ada satu hipotesis yang benar dalam sebuah penelitian, dan itu adalah teori yang telah terbukti benar atau diterima. Data Pre-test dan Post-test dibandingkan dalam penelitian ini, dan signifikansi hasil hipotesis ditetapkan, tujuan dari hipotesis penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* menggunakan target terhadap hasil akurasi *passing* di SMK Setia Negara Kota Depok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SMK Setia Negara Kota Depok’. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh latihan *passing* menggunakan target terhadap hasil akurasi *passing* peserta didik

ekstrakurikuler Futsal SMK Setia Negara Kota Depok.

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah suatu variable normal atau tidak. Cek normalitas menggunakan SPSS 25. data dari hasil uji normalitas dengan bantuan program SPSS 25, semua data tersebut yaitu yaitu 0,186, 0,219 dan 0,265 > 0,05 memenuhi batas toleransi uji normalitas Kolmogrov-Smirnov pada taraf signifikansi 5%. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa distribusi semua kelompok data penelitian adalah normal.

Berdasarkan hasil uji homogenitas, data pretest dan posttest *passing* menggunakan target dan juga data peningkatan yang untuk Latihan *passing* menggunakan target dengan taraf signifikan adalah 0,699, 0,699, 0,941 > 0,05 > 0,05. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa data penelitian adalah homogen.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel X (Latihan *passing menggunakan target*) dan variable Y (Hasil akurasi *passing*).

Dengan demikian berdasarkan temuan penelitian secara keseluruhan maka rumusan masalah pada penelitian ini telah terjawab. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh latihan *passing menggunakan target* terhadap hasil akurasi *passing* peserta didik ekstrakurikuler SMK Setia Negara Kota Depok.

SIMPULAN

Simpulan berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan bahwasannya terdapat pengaruh latihan *passing menggunakan target* terhadap hasil akurasi *passing* peserta didik SMK Setia Negara Kota Depok. Hal ini dibuktikan dengan t hitung -6,117 dengan taraf

signifikansi t tabel sebesar $0,000 < 0,05$ terdapat pengaruh Latihan *passing menggunakan target* tetapi tidak signifikan terhadap hasil akurasi peserta didik ekstrakurikuler futsal di SMK Setia Negara Kota Depok. Hal ini tercantum dengan t hitung sebesar -6,117 .> -t tabel sebesar $0,000 < 0,05$.

REFERENSI

- Ali, M. (2012). Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press.
- Arikunto. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Kuncoro, R. adi C. (2016). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Futsal Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Sragen. Journal of Chemical Information and Modeling.
- Lhaksana, J. (2012.) Taktik dan strategi futsal Modern. Jakarta. Be Champion. Jakarta. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 2(3), 661 – 666.
- Sukadiyanto. (2010). Pengantar teori dan metodologi melatih fisik. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.