

## PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMP MUHAMMADIYAH 2 DEPOK SLEMAN TAHUN 2016

### *THE EFFECTS OF SMALL SIDED GAMES EXERCISE TOWARDS THE PASSING SKILLS OF THE FUTSAL EXTRACURRICULAR MEMBERS IN SMP MUHAMMADIYAH 2 DEPOK SLEMAN 2016*

Oleh: Agung Setyadi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, amelalliswell@gmail.com.

#### **Abstrak**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman yang sering melakukan kesalahan *passing*. Pada pertandingan melawan SMP N 1 Depok Sleman di *Mache Cup* 2014, *passing* yang berhasil hanya setengah dari *passing* keseluruhan yang dilakukan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman. Metode penelitian ini merupakan eksperimen semu, *one group pretest-posttest design* dengan *treatment* sebanyak 16 kali (Tjalik Sugiardo, 1999: 25). Instrumen yang digunakan berupa tes mengoper bola rendah dari Subagio Irianto (1995) yang diuji kembali dan disesuaikan untuk tes *passing* futsal oleh Dica Febri Wardana (2015: 32) dengan validitas 0,710 dan reliabilitas 0,703. Subjek penelitian adalah peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman sebanyak 20 siswa. Teknik analisis data menggunakan uji hipotesis dengan analisis uji t. Hasil penelitian diperoleh nilai  $t_{hitung} (4,358899) > t_{tabel} (1,729)$ , menunjukkan bahwa “Ada pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman”.

Kata kunci: *small sided games*, keterampilan *passing* futsal, SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman.

#### **Abstract**

*This research was caused by the futsal extracurricular members in SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman whom often make mistake passing. When the competition against SMP N 1 Depok Sleman in Mache Cup 2014, only a half passing was done successfully by them from all passing which was done. The purpose of this research was to find out the effect of small sided games exercise towards the passing skills of the futsal extracurricular members in SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman. The method of this research is quasi experiment, one group pretest-posttest design with treatment 16 times (Tjalik Sugiardo, 1999: 25). The instrumen used the low pass ball test from Subagio Irianto (1995) which has been tested again and be adapted to passing futsal test by Dica Febri Wardana (2015: 32) with validity 0,710 and reliability 0,703. The subject of research were futsal extracurricular members in SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman which consist by 22 students. The analyzed data technic was using hypothesis test with analyzed t-test. The result of this research is gained t count value  $(4,358899) > t table (1,729)$ , it showed that “There were an effect of small sided games exercise towards the passing skills of the futsal extracurricular members in SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman”.*

Keywords: *Small Sided games*, *Passing skills futsal*, SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman

#### **PENDAHULUAN**

Futsal merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari berbagai kalangan. Mulai dari anak-anak hingga orang dewasa menggemari olahraga futsal. Futsal digemari sebagian besar masyarakat dunia karena

permainannya yang menarik dan menghibur.

Futsal juga mudah untuk dimainkan, hanya membutuhkan sebuah bola futsal dan lapangan yang tidak terlalu luas untuk dapat bermain futsal.

Futsal ditemukan di Uruguay oleh Juan Carlos Ceriani, terobosan ini dilakukan di Montevideo pada saat Uruguay menjadi tuan rumah Piala Dunia tahun 1930. Olahraga baru itu dinamai *futebol de salao* (bahasa Portugis) atau *futbol sala* (bahasa Spanyol) yang memiliki makna sama, yaitu sepakbola ruangan. Dari kedua bahasa itulah muncul singkatan futsal yang mendunia hingga sekarang (Asmar Jaya, 2008: 1).

Futsal memang memiliki perbedaan dengan sepakbola. Seperti ukuran lapangan, ukuran gawang, bola yang digunakan, aturan, dan jumlah pemain. Namun pada intinya permainan futsal memiliki filosofi yang sama dengan permainan sepakbola yaitu mencetak angka atau memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan serta menghindari kemasukan bola di gawang sendiri. Aturan permainan di olahraga futsal sengaja dibuat sangat ketat oleh FIFA agar pertandingan berjalan *fair play* dan sekaligus untuk menghindari cedera berkaitan dengan lapangan yang digunakan (untuk pertandingan internasional) bukan dari rumput tetapi dari kayu atau *rubber/plastic*.

Ukuran lapangan yang lebih kecil dan jumlah pemain yang lebih sedikit membuat permainan futsal lebih dinamis karena gerakan yang cepat dan berbeda dengan sepakbola, maka dari itu biasanya jumlah gol yang diciptakan dalam permainan futsal jauh lebih banyak. Di samping itu, pemain futsal juga mempelajari teknik dasar seperti *passing*, *control*, *dribbling*,

dan *shooting*. Disisi teknik dasar permainan futsal dibentuk. Maka dari itu di Eropa/Amerika Latin, futsal telah dimainkan dari usia muda (5 tahun ke atas). Seperti beberapa pemain sepakbola yang terkenal memulai karirnya dari futsal, antara lain, Ronaldinho, Robinho, Zidane dll (Futsal *Coaching Clinic* Modul, 2013: 1).

SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman yang beralamatkan di Jl. Swadaya IV, Karangasem, Condongcatur, Depok, Sleman merupakan sekolah yang memiliki kegiatan ekstrakurikuler yang cukup banyak. Salah satunya adalah ekstrakurikuler futsal. Ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman cukup banyak peminatnya. Pada tahun 2016 terdapat 27 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal yang terdiri dari 10 siswa kelas VII, 10 siswa kelas VIII, dan 7 siswa kelas IX. Hal tersebut tentunya sangat mendukung berjalannya ekstrakurikuler futsal untuk meningkatkan prestasi sekolah. Fasilitas penunjang kegiatan futsal di sekolah tersebut masih kurang memadai. Di sekolah terdapat lapangan, dua gawang futsal, rompi, dan 12 *cone*. Namun bola yang digunakan untuk latihan hanya tersedia 3 bola. Kondisi bola yang digunakan untuk latihan cukup baik.

Dalam hal prestasi, tim futsal SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman masih belum begitu bagus dikarenakan pembinaan ekstrakurikuler yang terbilang belum lama yaitu baru 2 tahun sejak berdiri. Pada tiga *event* 2 tahun terakhir yang diikuti, pencapaian tertinggi hanya pada babak 8 besar.

Tabel 1. Prestasi Futsal SMP Muhammadiyah 2 Depok

No.	Event	Tahun	Hasil
1.	Futsal Pelajar Nasional	2014	Perdelapan Final
2.	Mache Cup	2015	Perempat Final
3.	Junior Super Futsal	2015	Babak Penyisihan

Sumber: Guru Olahraga SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman (2015)

Futsal adalah olahraga permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan. Oleh karena itu, diperlukan kerjasama antar pemain lewat *passing* yang akurat dan *control* bola yang baik, bukan mencoba untuk melewati lawan. Karena permainan berangkat dengan falsafah 100% *ball possession*. Akan tetapi melalui *timing* dan *positioning* yang tepat dapat merebut kembali bola dari lawan (Modul *Coaching Clinic* Futsal, 2013: 4).

Di lapangan masih terlihat beberapa kesalahan yang sering dilakukan oleh anak saat melakukan permainan. Pada pertandingan melawan SMP N 1 Depok Sleman di *Mache Cup* 2014, *passing* yang berhasil hanya setengah dari *passing* keseluruhan yang dilakukan. Kesalahan yang dilakukan seperti pada saat *passing* masih kurang akurat, kaki tumpuan yang terlalu jauh dengan bola, dan perkenaan kaki dengan bola yang tidak tepat. Di dalam permainan futsal teknik *passing* sangatlah penting. Maka teknik ini harus dikuasai karena teknik *passing* termasuk teknik dasar dari futsal. Tanpa keterampilan *passing* yang baik, permainan tidak dapat berjalan dengan baik. Oleh karena itu,

diperlukan metode latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *passing* siswa. Keterampilan *passing* siswa yang bagus tidak hanya karena keterampilan tekniknya saja yang baik, namun keterampilan taktik dan mental yang baik akan semakin menyempurnakan keterampilan *passing* siswa. Maka dari itu, diperlukan suatu metode yang tepat.

*Small sided games* merupakan suatu metode latihan dengan menyajikan situasi permainan seperti permainan sesungguhnya yang membuat pemain mendapatkan penguasaan aspek teknik, taktik, dan fisik. Latihan *small sided games* lebih banyak menerapkan secara langsung latihan fisik, teknik, dan taktik dalam sebuah permainan. Pemain dituntut untuk menghadapi situasi tekanan seolah-olah seperti dalam permainan yang sesungguhnya. *Small sided games* memungkinkan pemain mengalami situasi yang hadapi selama bermain seperti pertandingan yang sebenarnya. Dengan mengalami situasi ini selama latihan, pemain dapat meningkatkan teknik, taktik, dan aspek fisiologis permainan pemain (Adam Owen, 2004: 50).

Berdasar uraian masalah diatas, metode yang digunakan untuk mengatasinya dengan menggunakan latihan *small sided games*. Tujuannya agar peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman meningkat keterampilan bermain futsanya, khusus untuk keterampilan *passing*. Oleh karena itu, untuk membuktikannya, peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan

*Small Sided Games Terhadap Keterampilan Passing Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman Tahun 2016*".

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2013: 107).

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman yang beralamatkan di Jl. Swadaya IV, Karangasem, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta. Frekuensi ekstrakurikuler futsal dalam seminggu dilakukan sebanyak 3 kali.

Penelitian dilaksanakan di dua tempat yaitu pada hari Senin di lapangan *indoor* Telaga Futsal 2 dan pada hari Kamis dan hari Sabtu di lapangan *outdoor* SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman. Penelitian dilakukan selama 6 minggu, dari tanggal 10 Maret 2016 – 16 April 2016. *Treatment* dilakukan sebanyak 16 kali (Tjalik Sugiardo, 1999: 25), dilaksanakan 3 kali dalam seminggu pada pukul 15.30 – 17.00 WIB.

### Target/Subjek Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Suharsimi Arikunto, 2010: 173). Dalam penelitian ini, populasi yang akan diteliti adalah siswa peserta ekstrakurikuler futsal di

SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman sebanyak 27 siswa yang terdiri dari 10 siswa kelas VII, 10 siswa kelas VIII, dan 7 siswa kelas IX.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi peneliti (Suharsimi Arikunto, 2010: 174). Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* (sampel bersyarat). Adapun syarat untuk menjadi sampel dalam penelitian ini adalah hanya siswa dari kelas VII dan VIII.

### Prosedur

Jenis rancangan (*experimental design*) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-Group Pretest-Posttest Design*, yaitu desain penelitian yang diberikan *pretest* untuk mengetahui keadaan awal sebelum diberikan perlakuan serta *posttest* untuk mengetahui keadaan setelah diberi perlakuan (Sugiyono, 2013: 110). Diantara *pretest* dan *posttest* terdapat *treatment* sebanyak 16 kali.

### Data, Instrumen dan Teknik Pengambilan Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur nilai variable yang diteliti (Sugiyono, 2013: 133). Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes mengoper bola rendah (Subagyo Irianto, 1995) yang diuji validitas dan reliabilitas tesnya kembali dan disesuaikan untuk tes *passing* futsal oleh Dica Febri Wardana (2015: 32). Hasil pengujiannya diperoleh nilai validitas tes sebesar 0,710 dan reliabilitas sebesar 0,703.

Data yang akan dikumpulkan yaitu data *pretest* yang diperoleh dari tes mengoper bola rendah dengan kesempatan sebanyak 10 kali

tendangan sebelum sampel diberikan *treatment*, dan data *posttest* yang diperoleh dari tes mengoper bola rendah dengan kesempatan sebanyak 10 kali tendangan setelah sampel diberi *treatment small sided games*.

### Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data yang digunakan yaitu uji-t dengan nilai signifikan 0,05. Apabila nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , maka  $H_a$  diterima.

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Perbedaan *pretest* dan *posttest* dapat dilihat dari hasil kedua *test*. Apabila ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi, hasil *pretest* dan *posttest* keterampilan *passing* siswa peserta ekstrakurikuler SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Data *Pretest* dan Data *Posttest*

Kelas Interval	Kategori	Pre	Post	Kenaikan	Persentase Kenaikan
0 – 2	Sangat Rendah	0	0	0	0%
3 – 4	Rendah	3	1	2	10%
5 – 6	Sedang	9	4	5	25%
7 – 8	Baik	7	14	7	35%
9 – 10	Sangat Baik	1	1	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>20</b>	<b>20</b>		

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa ada beberapa anak yang keterampilan *passing*nya meningkat, bahkan ada yang keterampilannya menurun. Hal ini disebabkan karena jenis penelitian yang dilakukan merupakan eksperimen semu, dimana peneliti tidak dapat memantau secara penuh kegiatan siswa di luar jadwal latihan. Sehingga keterampilan *passing* dapat dipengaruhi dari berbagai aspek. Siswa yang keterampilan

*passing*nya meningkat lebih banyak dibanding yang lain, dikarenakan siswa tersebut melakukan latihan di luar jadwal latihan. Sedangkan siswa yang keterampilannya menurun karena siswa tersebut mengikuti latihan kurang serius atau tidak mengikuti *treatment* beberapa kali dan siswa yang kondisi fisiknya kurang fit saat pengambilan data *posttest*. Berarti benar bahwa *passing* dipengaruhi beberapa faktor. Mulai dari faktor belajar mengajar, faktor situasional, dan faktor pribadi yang paling berpengaruh.

Dilihat dari faktor-faktor yang mempengaruhi *passing* secara khusus, hasil *pretest* dan *posttest* memperlihatkan jumlah frekuensi siswa yang mempunyai keterampilan *passing* sangat baik sebanyak 1 siswa namun dari siswa yang berbeda. Siswa yang di awal tes mempunyai keterampilan *passing* yang sangat baik, keterampilannya menurun setelah dilakukannya *posttest*. Hal tersebut dikarenakan siswa memiliki masalah pada kakinya sehingga power kaki tidak maksimal. Berdasarkan pengamatan saat *pretest*, *treatment*, dan *posttest* terlihat bahwa koordinasi siswa mempengaruhi *passing*nya. Posisi siswa juga menentukan keterampilan *passing*. Secara rata-rata keterampilan *passing* paling baik dimiliki siswa yang mempunyai posisi di depan.

### SIMPULAN DAN SARAN

#### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Ada pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing*

siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman”. Latihan *small sided games* memberikan pengaruh dengan peningkatan sebesar 1, dilihat dari selisih rata-rata *pretest* dan *posttest*. Berarti latihan *small sided games* mempunyai pengaruh sebesar 16,39% terhadap keterampilan *passing* siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman.

### Saran

Sehubungan dengan kesimpulan diatas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan. Seperti sebagai berikut:

#### 1. Bagi Pelatih

Diharapkan pelatih dapat memberikan evaluasi terhadap latihan *small sided games* untuk dikembangkan menjadi latihan yang lebih baik lagi.

#### 2. Bagi Peserta Ekstrakurikuler

Diharapkan agar lebih aktif dalam latihan serta menjaga keajegan semangat latihan, sehingga keterampilan bermain futsal tetap terjaga bahkan meningkat.

#### 3. Penelitian

Perlu adanya penelitian selanjutnya, dengan memperluas daerah penelitian dan variabel yang lebih kompleks yang berkaitan dengan keterampilan *passing* atau membandingkan latihan *small sided games* dengan latihan model lain, serta dengan menggunakan jumlah subjek penelitian yang lebih banyak.

### DAFTAR PUSTAKA

- Asmar Jaya. (2008). *Futsal: Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Andri Irawan. (2013). *Coaching Clinic Futsal Modul*.
- Dica Febri Wardana. (2015). *Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan Passing dan Dribbling pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMAN 1 Maospati. Skripsi*. FIK UNY.
- Owen A, Twist C, & Ford P. (2004). *Small-sided games: The physiological and technical effect of altering pitch size and player numbers. Insight (Volume 7 tahun 2004)*. Hlm. 50 – 53.
- Puput Triatmoko. (2015). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-kaki Dengan Ketepatan Tembakan Pinalti Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP N 2 Pandak tahun 2014. Skripsi*. FIK UNY.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Tjalik Sugiardo. (1999). *Fisiologi Olahraga*. Yogyakarta: FIK UNY