

**PENGARUH *SMALL SIDED GAMES* DAN *PASSING SUPPORT* TERHADAP  
*PASSING* PADA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMA INSTITUT INDONESIA  
SEMARANG**

Muhammad Arif

Email : [arifkcg@gmail.com](mailto:arifkcg@gmail.com)<sup>1</sup>  
Universitas PGRI Semarang

**Abstract**

*The purpose of this study was to determine the effect of small sided games and passing support exercises on improving passing skills in futsal extracurricular at the Indonesian Institute of Senior High School Semarang. This type of research is a quantitative experiment, with a two group pretest posttest design. The sample used in this study amounted to 16 students. Test the data requirements using normality and homogeneity tests. Hypothesis testing using t-test. Based on the results of the study, the results of the calculation of the t-test for small-sided games were obtained by Sig. (2-tailed)  $0.01 < 0.05$ . Meanwhile, the passing support exercise has a sig (2-tailed) of  $0.000 < 0.05$ . The difference test results showed that the small sided games exercise had a 22% increase in passing skills, while the passing support exercise had a 16% increase in passing skills. The conclusion of this study is that there is an effect of small sided games and passing support exercises on improving passing skills in futsal extracurricular activities at the Indonesian Institute of Senior High School Semarang. In addition, from the research data obtained, it can also be concluded that the use of small-sided games exercises is better than passing support in improving passing skills. The suggestion that researchers can convey is that the coach must be able to become a facilitator for athletes in order to improve their abilities in a complex manner. in an effort to improve passing skills in futsal extracurricular at the Indonesian Institute of High School Semarang.*

**Keywords:** *small sided games, passing support, passing skills, futsal*

**Abstrak**

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mencari tau pengaruh dari latihan *small sided games* dan *passing support* terhadap peningkatan *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang. Penelitian menggunakan jenis kuantitatif eksperimen, desain yang digunakan adalah *two group pretest-posttest design*. Sampel penelitian memiliki jumlah total 16 siswa. Data penelitian dianalisis menggunakan Uji persyaratan dan uji hipotesis. Hasil penelitian menyatakan jika latihan *small sided games* diperoleh Sig. (2-tailed)  $0,01 < 0,05$ . Sedangkan untuk latihan *passing support* memiliki sig (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ . Uji perbedaan hasil diperoleh bahwa latihan *small sided games* mengalami peningkatan 22% terhadap keterampilan *passing*, sedangkan latihan *passing support* mengalami peningkatan 16% terhadap keterampilan *passing*. Penelitian ini dapat ditarik simpulan bahwa ada pengaruh latihan *small sided games* dan *passing support* terhadap peningkatan keterampilan *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang. Selain itu dari data penelitian yang diperoleh juga dapat disimpulkan bahwa penggunaan latihan *small sided games* lebih baik daripada *passing support* dalam meningkatkan keterampilan *passing*. Saran yang dapat peneliti sampaikan adalah pealtih harus mampu menjadi membimbing atlet dalam mengembangkan keterampilan, khususnya *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang.

**Kata kunci :** *small sided games, passing support, keterampilan passing, futsal*

## PENDAHULUAN

Variasi sepak bola dalam ruangan yang disebut futsal dimainkan oleh sepuluh pemain dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan.. Menurut (Lhaksana, 2012:5) Futsal adalah olahraga dengan aturan yang lebih ketat yang menggunakan lapangan yang lebih kecil dan dimainkan dengan cepat dan dinamis. Olahraga tim seperti futsal menuntut tingkat fisik, kebijaksanaan, dan teknik yang tinggi. Jika setiap pemain memahami cara melakukan keterampilan dasar dengan baik dan benar, maka kerjasama tim dalam permainan futsal berjalan sesuai dengan pendekatan pelatih. (Rukiyati., 2017:11).

Seorang pemain futsal yang sukses perlu memiliki beberapa kemampuan mendasar, termasuk kemampuan mengelola bola dan persepsi bahwa bola adalah perpanjangan dari dirinya sendiri. Pemain yang memiliki kemampuan dasar yang baik biasanya juga mahir bermain futsal. Kecepatan, daya ledak, kekuatan otot, daya tahan, fleksibilitas, keseimbangan, akurasi, koordinasi, kekuatan, dan kelincahan adalah faktor lain yang terkait dengan kebugaran. Enam disiplin teknik penanganan bola, menggiring bola, menendang atau mengoper bola, menghentikan bola, menyelesaikan bola, dan menjaga gawang merupakan tambahan keterampilan dasar futsal yang harus dimiliki setiap pemain (Sukirno, 2010:4-12).

*Passing* adalah salah satu taktik paling populer karena sangat penting saat mengoper bola ke teman yang mencoba mencetak gol. Teman-teman dapat menerima bola dengan lebih mudah dengan operan yang sempurna, dan permainannya menghibur untuk ditonton. Futsal memiliki tiga teknik *passing* yang berbeda: *passing* kaki dalam, *passing* kaki luar, dan *passing* dengan sol sepatu. *Passing* biasanya dilakukan pada saat-saat tertentu, dengan operan kaki bagian dalam digunakan saat mengoper bola jarak dekat, operan kaki bagian luar digunakan saat posisi rapat, dan operan dengan sol sepatu dalam keadaan tertentu.. Menurut (Anam, 2013:79) Kemampuan memfokuskan gerakan pada suatu sasaran inilah yang dimaksud dengan komponen *passing*. Targetnya bisa berupa objek yang perlu diserang secara langsung atau dari jarak jauh..

Berdasarkan observasi dilakukan oleh peneliti di ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang ditemukan masalah pada keterampilan *passing* peserta ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang, peneliti mengamati bahwa peserta masih suka bermain sesuka hatinya karena masih masa-masa perkembangan dan metode melatihnya yang kurang kreatif dan inovatif karena pelatih masih menerapkan metode latihan jaman dulu atau kurang update dalam saat melatih. Menjadikan salah satu faktor dimana anak sering salah melakukan keterampilan *passing*.

Latihan *small sided games* merupakan praktik yang berkembang melalui penyajian skenario permainan yang memungkinkan pemain mempelajari berbagai aspek, taktik, teknik, dan hukum fisika secara bersamaan. Latihan *small sided games* adalah cara yang lebih efektif untuk melatih keterampilan teknis, taktis, dan fisik yang diperlukan untuk menangani keadaan tekanan seolah-olah mereka berada dalam permainan nyata.

Latihan *passing support* dirancang untuk menciptakan ruang bagi pemain sehingga mereka dapat menerima umpan dari teman lebih mudah dan menipu lawan. Rentang gerak yang luas memudahkan rekan kerja untuk memberikan umpan balik. Tujuannya tidak selalu arah passing. Drop pass, yang diberikan kepada rekan setim di belakang Anda, adalah salah satu bentuk operan yang sangat baik. Umpan ini dapat membuka ruang dan melebarkan pertahanan lawan, yang merupakan keuntungan besar.

Dari penjelasan yang telah dipaparkan, maka penelitian ini membahas tentang “Pengaruh Latihan *Small Sided Games* dan *Passing Support* untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Institut Indonesia Semarang”

## **METODE PENELITIAN**

Jenis metodologi yang digunakan peneliti adalah kuantitatif eksperimen dengan jenis *quasi eksperimental*. Menurut (Sugiyono, 2016:72) Metode penelitian eksperimental adalah metode yang digunakan untuk menyelidiki bagaimana perlakuan yang berbeda mempengaruhi orang dalam pengaturan yang diawasi dengan cermat. Desain yang digunakan dalam penelitian adalah *two groups pretest-posttest desain*, serta sampel berjumlah 16 siswa. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*.

Data penelitian dikumpulkan dengan tes menggunakan instrumen tes *passing* dinding dengan validitas sebesar 0,95 dan reliabilitas 0,72. Analisis data dalam penelitian ini memakai uji prasyarat dan uji hipotesis.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah mencari tau pengaruh *Small Side Games* dan *Passing Support* terhadap keterampilan *passing* siswa pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Institut Indonesia Semarang.

### **1. Pengaruh *Small Side Games***

Analisis data *pretest* dan *posttests* kelompok *Small Side Games* didapatkan hasil yang terlihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 1. Uji Hipotesis *Small Side Games***

Kel	Paired Differences		Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation		
<i>PreTest Small Side Games - PostTest Small Side Games</i>	-2.750	1.282	7	.001

Sumber : Analisis Data 2022

Analisis data pada table 1. dilakukan dengan memakai *t-test* untuk mencari pengaruh dari latihan *small side games*. Latihan tersebut dapat dikatakan memiliki pengaruh jika signifikansi sig (2-tailed) < 0,05, begitu juga dengan sebaliknya.

Hasil penelitian memperlihatkan hasil bahwa *pretest* dan *posttest small side games* memiliki sig (2-tailed) sebesar 0,001 < 0,05, maka dapat ditarik simpulan jika *small side games* mempengaruhi keterampilan *passing* siswa pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Institut Indonesia Semarang.

## 2. Pengaruh *Passing Support*

Analisis data *pretest* dan *posttests* kelompok *Passing Support* didapatkan hasil yang terlihat pada tabel ini.

**Tabel 2. Uji Hipotesis *Passing Support***

Kel	Paired Differences		Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation		
<i>PreTest Passing Support - PostTest Passing Support</i>	-2.000	.926	7	.000

Sumber : Analisis Data 2022

Dari tabel 2. terlihat jika hasil *pretest* dan *posttest* kelompok *Passing Support* memiliki sig (2-tailed) sebesar 0,000 < 0,05, sehingga bisa ditarik simpulan jika Latihan *passing support* mempengaruhi keterampilan *passing* siswa pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Institut Indonesia Semarang.

## 3. Perbandingan *Small Side Game* dan *Passing Support*

Analisi ini bertujuan untuk mencari tau latihan manakah yang lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* siswa pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Institut Indonesia Semarang. Hasil analisis dijabarkan pada tabel berikut:

**Tabel 3. Uji Perbedaan Hasil**

Kelompok	Rerata Pretest	Rerata Posttest	Selisih Rata-rata	Presentase (%)
<i>Small Side Game</i>	12.50	15.25	2,75	22%
<i>Passing Support</i>	12.38	14.38	2	16%

Sumber: Analisis Data 2022

Dari tabel 3. Dapat dilihat bahwa *small side game* memiliki perbedaan rerata data awal dan akhir sebesar 2,7 dengan *presentase* kenaikan sebesar 22%. sedangkan *passing Support* memiliki *presentase* kenaikan sebesar 16% dengan perbedaan rerata data awal dan akhir sebesar 2. Dari hasil tersebut dapat ditarik simpulan jika *small side game* memiliki pengaruh lebih baik terhadap keterampilan *passing* siswa pada Ekstrakurikuler Futsal SMA Institut Indonesia Semarang.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari uraian hasil penelitian sehingga bisa ditarik simpulan seperti berikut: 1) Ada pengaruh latihan *small sided games* terhadap keterampilan *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang; 2) Ada pengaruh latihan *passing support* terhadap keterampilan *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang; 3) Latihan *small sided games* lebih berpengaruh daripada *passing support* terhadap keterampilan *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang.

Berdasarkan simpulan tersebut, sehingga seperti berikut saran yang dapat disampaikan: 1) Bagi pelatih, harus mampu menjadi fasilitator bagi atlet agar dapat meningkatkan kemampuannya secara kompleks. 2) Bagi pemain, dengan adanya penelitian ini dapat mengetahui bahwa latihan *small sided games* dan *passing support* memiliki pengaruh yang dalam meningkatkan keterampilan *passing* sehingga siswa disarankan dapat bisa lebih meningkatkan keterampilan *passing* pada ekstrakurikuler futsal SMA Institut Indonesia Semarang .

## DAFTAR PUSTAKA

Anam, K. (2013). *Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepak Bola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun*. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia. Vol 3, No 2.

Lhaksana, J. (2012). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: BeChampion.

Rukiyati. (2017). *Pendidikan Moral di Sekolah*. Jurnal Humanika, 17 [1], 1-11.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.21831/hum.v17i1.23119>.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

Sukirno. (2010). *Belajar Bermain Futsal*. Depok, Arya Duta.