

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan futsal banyak digemari oleh masyarakat dari kaum pria maupun kaum wanita dan mulai dari anak-anak hingga orang dewasa (Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi, 2020). Tidak hanya itu Futsal sebagai cabang olahraga yang semakin populer di kalangan pelajar memiliki peran penting dalam pengembangan keterampilan motorik dan kerja sama tim. Olahraga futsal dianggap sebagai miniatur cabang olahraga sepakbola atau disebut sepak bola dengan lapangan lebih kecil dan pemain lebih sedikit, yaitu dengan ukuran normal lapangan sepakbola panjang 100-110 meter dan lebar 90-100 meter sedangkan ukuran lapangan futsal standar internasional panjang 38 meter dan lebar 18 meter, begitupun juga dengan jumlah pemain yang bermain sepak bola dan futsal berbeda (Delila et al., 2017). Walaupun permainan futsal banyak dimainkan dengan menggunakan sistem kontrak lapangan/jam, masyarakat tetap gemar memaikannya untuk mengisi waktu luang dan untuk menjaga kebugaran jasmani, seperti anak-anak bermain dilapangan atau tanah kosong (Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi, 2020).

Namun untuk terampil bermain futsal maka teknik dasar permainan perlu dikuasai oleh setiap pemain (Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi, 2020). Adapun beberapa Teknik pada permainan futsal yang perlu di ketahui ialah Passing (Passing), Control / Receiving (Mengontrol/Menerima Bola).

Dribbling (Menggiring Bola), dan Shooting (Menembak Bola ke Gawang). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa latihan teknik dasar futsal seperti passing berperan signifikan dalam meningkatkan kemampuan bermain secara menyeluruh (Ramadhan, 2024). Keterampilan passing yang efektif tidak hanya mempercepat aliran bola tetapi juga meningkatkan peluang mencetak gol. Oleh karena itu, pembinaan teknik passing menjadi salah satu fokus utama dalam ekstrakurikuler futsal di sekolah-sekolah menengah.

Latihan passing pendek berpasangan adalah latihan passing dengan teknik push pass, bentuk latihan passing yang dilakukan dalam jarak tidak terlalu jauh seperti 8-10 meter dengan posisi saling berhadapan yang menggunakan satu bola dalam passing secara bergantian dengan pasangannya, sehingga dapat di katakana bahwasnya Rata-rata peningkatan kemampuan passing melalui latihan berpasangan yang terstruktur berkisar antara 15% Hingga 31% (Candra et al., 2022). Hal ini memberikan basis kuantitatif yang

kuat untuk mendukung temuan awal di SMPN 30 Jakarta.

Latihan passing berpasangan merupakan metode yang banyak digunakan untuk melatih koordinasi dan ketepatan dalam mengoper bola. Metode ini dianggap mampu meningkatkan kecepatan reaksi serta presisi passing pendek secara signifikan (Delila et al., 2017). Meski begitu, sebagian besar penelitian lebih banyak menelaah aspek fisik atau strategi permainan futsal secara umum, sehingga masih sedikit kajian yang secara spesifik menguji efektivitas latihan passing berpasangan dalam konteks latihan di tingkat SMP.

Selain itu data hasil wawancara yang diperoleh dari catatan pelatih ekstrakurikuler menunjukkan bahwa siswa yang rutin melakukan latihan passing berpasangan cenderung memiliki perkembangan kemampuan passing yang lebih baik dibandingkan siswa yang hanya melakukan latihan umum, di sisi lain Kendala terbesar adalah konsistensi. Siswa bisa melakukan passing bagus saat statis, tapi hancur saat di bawah tekanan lawan (pressure). akan tetapi data ini belum didukung dengan analisis kuantitatif yang kuat sehingga masih memerlukan pengujian lebih sistematis untuk memastikan hubungan sebab-akibat antara latihan passing berpasangan dan keterampilan passing pendek.

Meskipun demikian berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Candra et al., 2022), (Hia, 2025), dan (Delila et al., 2017) menyimpulkan bahwasanya Latihan passing berpasangan menunjukkan temuan yang konsisten bahwa latihan *passing* berpasangan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *passing* futsal (terutama akurasi dan ketepatan). Di sisi lain, beberapa penelitian terhadap passing berpasangan juga telah dilakukan. Namun membandingkan latihan *passing* berpasangan dengan model latihan lain. Menurut (Delila et al., 2017) bahwa latihan *passing* berpasangan statis dan latihan *passing* bergerak dinamis sama-sama berpengaruh, namun ada perbedaan pengaruh di antara keduanya terhadap ketepatan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal putri SMP. Tidak hanya itu, studi lain membandingkan *passing* aktif berpasangan dengan *passing* aktif berkelompok, dengan hasil bahwa latihan berpasangan memberikan pengaruh yang lebih baik terhadap akurasi *passing* (Setiawan et al., 2021). Penelitian ini hadir dengan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk memberikan gambaran objektif dan terukur mengenai pengaruh latihan passing berpasangan terhadap kemampuan passing pendek siswa ekstrakurikuler futsal serta untuk memberikan solusi praktis terhadap masalah teknis fundamental dalam futsal (keterampilan *passing* pendek).

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang khusus mengkaji pengaruh latihan passing berpasangan dalam konteks ekstrakurikuler futsal di lingkungan

sekolah menengah pertama, khususnya di SMPN 30 Jakarta. Berdasarkan literatur dan hasil observasi yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa meskipun latihan passing berpasangan sudah dilakukan, belum ada penelitian yang secara sistematis mengukur pengaruhnya terhadap keterampilan passing pendek siswa di SMPN 30 Jakarta. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menutup kesenjangan tersebut serta memberikan data empiris yang mendukung pembinaan teknik futsal secara optimal di sekolah. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini diarahkan untuk menguji secara kuantitatif pengaruh latihan passing berpasangan terhadap keterampilan passing pendek pada siswa ekstrakurikuler futsal SMPN 30 Jakarta. Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan informasi untuk Menyajikan model latihan *passing* berpasangan yang telah teruji efektivitasnya sebagai panduan praktis yang siap diimplementasikan. Dengan demikian, pelatih dapat secara terukur dan terstruktur meningkatkan keterampilan fundamental *passing* pendek siswa, yang merupakan prasyarat mutlak untuk kualitas permainan futsal yang lebih tinggi.

B. Batasan Masalah

Tujuan memperoleh gambaran serta hasil yang jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal ini dilakukan agar penelitian tidak menyimpang dari tujuan maksud serta sasaran penelitian. Dalam hal ini peneliti akan melakukan sebagai langkah untuk memudahkan dalam proses penelitian yang dilaksanakan. Batasan ruang lingkup serta penelitian adalah sebagai berikut :

1. Fokus penelitian ini hanya “Pengaruh Latihan passing berpasangan terhadap peningkatan keterampilan passing pada siswa ekstrakurikuler Futsal SMPN 30 Jakarta”.
2. Metode penelitian ini menggunakan metode Eksperimen yaitu metode penelitian yang mewajibkan peneliti terjun langsung untuk memberikan latihan tentang pengaruh passing berpasangan terhadap keterampilan passing pendek siswa ekstrakurikuler futsal SMPN 30 Jakarta.
3. Subjek penelitian ini di khususkan untuk siswa Ekstrakurikuler Futsal SMPN 30 Jakarta.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah yang diajukan adalah Apakah terdapat pengaruh metode latihan passing berpasangan terhadap peningkatan keterampilan passing pendek pada siswa ekstrakurikuler futsal SMPN 30

Jakarta ?

D. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian mempunyai tujuan atau sasaran yang ingin dicapai dan dituju, oleh sebab itu pada dasarnya berawal dari rumusan masalah yang diajukan, dengan kata lain bahwa tujuan penelitian merupakan pernyataan mengenai ruang lingkup dari kegiatan yang dilakukan, untuk itu tujuan penelitian adalah “Untuk mengetahui pengaruh latihan passing berpasangan terhadap peningkatan keterampilan passing pendek pada siswa ekstrakurikuler futsal SMPN 30 Jakarta”.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan reverensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan kedepannya, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga, terutama terkait dalam melakukan teknik passing dalam futsal. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi pelatih, guru olahraga, dan peneliti lain dalam mengembangkan metode latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan passing pendek.

2. Manfaat Praktis

- a.** Bagi siswa ekstrakurikuler futsal: Memberikan pemahaman dan latihan yang tepat sehingga keterampilan passing pendek mereka dapat meningkat secara signifikan, yang akan menunjang performa saat pertandingan.
- b.** Bagi pelatih futsal: Memberikan dasar atau metode latihan passing berpasangan yang efektif untuk diterapkan dalam sesi latihan guna meningkatkan kemampuan teknik pemain.
- c.** Bagi SMPN 30 Jakarta: Sebagai acuan dalam menyusun program latihan futsal yang lebih terstruktur dan berfokus pada pengembangan keterampilan teknis pemain.

3. Manfaat Sosial

Penelitian ini diharapkan dapat mendorong siswa untuk lebih giat dan disiplin dalam latihan futsal, sehingga dapat meningkatkan prestasi olahraga sekolah dan membangun semangat kebersamaan serta sportifitas di kalangan siswa.

F. Definisi Oprasional

Batasan istilah diperlukan untuk mencegah kebingungan dan menghindari perbedaan pandangan serta pendapat yang dapat menyebabkan kesalahan dalam

menafsirkan serta memahami permasalahan yang sedang diteliti. Berikut adalah definisi istilah yang digunakan dalam penelitian ini.

1. Passing Berpasangan

Menurut (Candra et al., 2022) passing berpasangan merupakan metode efektif untuk melatih teknik dasar passing karena fokus pada pengulangan gerakan dan peningkatan koordinasi motorik serta kecepatan reaksi antar pemain. Latihan ini tidak hanya mengasah ketepatan perkenaan bola dengan kaki, tetapi juga secara simultan meningkatkan koordinasi visuomotor, peramalan (*anticipation*), serta kecepatan pengambilan keputusan (reaksi) pemain untuk menyesuaikan kekuatan dan arah *passing* berdasarkan umpan balik dari pasangannya, menjadikannya *drill* yang sangat holistik.

pengaruh antara latihan passing berpasangan dan passing bergerak terhadap ketepatan passing pada peserta ekstrakurikuler futsal putri SMP Negeri 21 Malang. Hal ini ditunjukkan dengan adanya 1) Ada pengaruh latihan passing berpasangan statis terhadap hasil ketepatan passing dalam permainan futsal, 2) Ada pengaruh latihan passing bergerak dinamis terhadap hasil ketepatan passing dalam permainan futsal, 3) Tidak ada perbedaan yang signifikan antara pengaruh latihan passing berpasangan statis dan passing bergerak dinamis terhadap ketepatan passing (Delila et al., 2017).

Metode latihan *passing* secara berpasangan terbukti secara signifikan dapat meningkatkan keterampilan mengoper bola. Hal ini dikarenakan arah sasaran latihan menjadi lebih nyata dan fokus pada teman di hadapannya (Rumakat & Pratama, 2024).

Pada Hakikatnya latihan Passing secara berpasangan ini menstimulasi kemampuan koordinasi visuomotor, kemampuan mengantisipasi bola (*anticipation*), serta kecepatan pengambilan keputusan (*reaction speed*) dalam menyesuaikan kekuatan (*power*) dan arah operan berdasarkan umpan balik (*feedback*) dari pasangan.

2. Latihan

Menurut (Setiawan et al., 2021) latihan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan secara berulang dengan intensitas dan durasi tertentu untuk meningkatkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, serta koordinasi tubuh.

Di dalam ruang lingkup olahraga (seperti futsal), latihan merupakan instrumen utama yang memberikan efek langsung terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar individu, salah satunya adalah teknik *passing* (Setiawan et al., 2021).

Olahraga untuk prestasi maupun kesehatan wajib berpedoman pada program

dan prinsip latihan yang dipahami dengan baik. Program latihan merupakan strategi pelatih dalam mempersiapkan atlet secara terencana dan terprogram. Dalam menyusunnya, komponen penting seperti frekuensi, intensitas, repetisi, interval, set, dan durasi harus dikuasai serta disusun secara matang (Sari et al., 2022).

Dalam ruang lingkup olahraga prestasi maupun kesehatan (seperti futsal), latihan berfungsi sebagai instrumen utama yang memberikan dampak langsung terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar individu, termasuk teknik mengoper bola (*passing*). Secara konseptual, latihan didefinisikan sebagai serangkaian kegiatan sistematis yang dilakukan secara berulang guna mengoptimalkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, serta koordinasi tubuh.

3. Passing Pendek

Menurut (Faturohman et al., n.d.) passing pendek adalah suatu keterampilan dasar dalam permainan futsal yang dilakukan dengan mengoper bola kepada rekan satu tim dalam jarak pendek untuk mempertahankan tempo permainan dan memudahkan penguasaan bola. Kemampuan teknis ini bukan sekadar tindakan mengoper, melainkan sebuah keputusan strategis yang esensial untuk menjaga stabilitas *ball possession*, mengatur ritme permainan (*tempo control*), serta menciptakan superioritas numerik dan ruang sebelum melakukan penetrasi ke pertahanan lawan. Dengan demikian, penguasaan keterampilan *passing* pendek yang presisi adalah prasyarat mutlak bagi efektivitas kolektif sebuah tim futsal.

Secara mendalam, kemampuan melakukan teknik passing jarak pendek ini bukan sekadar menendang bola, melainkan sebuah bentuk keterampilan teknik dasar yang mengombinasikan antara kemampuan koordinasi dan pengendalian tubuh secara optimal, terutama dalam penguasaan bola. (Rohendi, 2020)

Akan tetapi (Mufid Abdillah, 2019.) mengatakan Tes passing pendek berpasangan menggunakan gawang ini digunakan sebagai salah satu alternatif instrumen untuk mengukur tingkat ketepatan (*accuracy*) passing bawah jarak pendek pada pemain sepak bola.

Secara taktis, penguasaan *passing* pendek yang presisi berfungsi sebagai keputusan strategis yang esensial untuk mempertahankan tempo permainan (*tempo control*), menjaga stabilitas penguasaan bola, serta menciptakan superioritas numerik dan ruang sebelum melakukan penetrasi ke area pertahanan lawan. *Passing* pendek yang presisi bertindak sebagai alat manipulasi spasial (ruang) dan temporal (waktu) yang memaksa lawan bermain mengikuti skenario yang diinginkan oleh tim.

4. Futsal

Menurut (Saputro, 2024) Futsal adalah olahraga bola kecil yang dimainkan di dalam ruangan dengan durasi pertandingan lebih singkat daripada sepak bola konvensional, dan menuntut ketepatan passing serta pengambilan keputusan yang cepat. Oleh karena itu, pemain dituntut menguasai keterampilan teknis fundamental, di mana ketepatan (*accuracy*) dan kekuatan *passing* yang optimal menjadi prasyarat utama untuk menjamin transisi bola yang lancar dan efisiensi serangan.

Salah satu jenis cabang olahraga permainan yang sangat digemari di seluruh dunia. Olahraga ini pada asal mulanya berasal dari cabang olahraga sepak bola yang kemudian disederhanakan (Candra et al., 2022). Pendapat tersebut di perkuat berdasarkan (Rumakat & Pratama, 2024) yang mengatakan Futsal merupakan olahraga kontak fisik yang menuntut kekuatan fisik prima karena dimainkan dengan intensitas yang tinggi. Ciri khas utama dari olahraga ini adalah gerakannya yang menarik, menghibur, serta berpindah secara cepat dengan berlari setiap waktu, sehingga membuat perpindahan bola di dalam permainan mengalir dengan sangat cepat.

Futsal merupakan cabang olahraga permainan hasil modifikasi dan penyederhanaan dari sepak bola konvensional yang dimainkan di dalam ruangan (*indoor*) dengan durasi pertandingan yang lebih singkat. Karakteristik utama dari olahraga kontak fisik ini dicirikan oleh intensitas permainan yang tinggi, pergerakan dinamis yang konstan, serta laju perpindahan bola yang sangat cepat.