

PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP AKURASI PASSING DI LA BRAVA FUTSAL CLUB

Moch. Bagus Ariffudin

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
bagus.18065@mhs.unesa.ac.id

Made Pramono

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
madepramono@unesa.ac.id

Abstrak

Futsal ialah permainan sebuah tim dimainkan oleh 5 pemain, termasuk seseorang penjaga gawang. Di mana setiap tim menendang bola ke gawang musuh dan melakukan yang terbaik pada setiap pertandingan. Dalam futsal memerlukan kekompakan pada setiap pemain serta harus bisa memaksimalkan secara baik pada setiap pertandingan. Hal ini didukung menggunakan kemampuan skill pemain pada bermain futsal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan small sided games terhadap akurasi passing, di La Brava Futsal Club. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif metode analisis Uji-T dengan dua variable, yaitu : Latihan small sided games dan akurasi passing. Populasi dalam penelitian ini tim La Brava Futsal Club yang berjumlah 25 orang putra. Sampel menggunakan *Teknik proposional sampling* karena peneliti mendapatkan saran dari pelatih dengan sampel 10 orang atlet yang memenuhi kriteria. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat yang signifikan data pada pre test dan post test dengan mean 7,700 dan 7,500. Serta dalam error man menunjukkan yang signifikan pre test 0,54 dan post test 0,48.

Kata Kunci: Small sided games, akurasi Passing.

Abstract

Futsal is a team game played by 5 players, including a goalkeeper. Where each team kicks the ball into the enemy's goal and does their best in every match. In futsal requires cohesiveness in every player and must be able to maximize well in every match. This is supported by using the skills of players in playing futsal. This study aims to determine the effect of small-sided games on passing accuracy. at La Brava Futsal Club. This research uses descriptive quantitative research method T-test analysis method with two variables, namely: Small sided games practice and passing accuracy. The population in this study was the La Brava Futsal Club team, which consisted of 25 men. The sample used proportional sampling technique because the researcher got advice from the coach with a sample of 10 athletes who met the criteria. Based on the results of this study, it can be concluded that there are significant data in the pre-test and post-test with a mean of 7,700 and 7,500. And the error man shows a significant pre-test 0.54 and post-test 0.48.

Keywords: *Small sided games, Passing accuracy*

PENDAHULUAN

Futsal merupakan olahraga yang sudah dikenal dan berkembang di Indonesia sejak tahun 2000-an. Pada periode inilah futsal mulai dikenal. Permainan ini merupakan permainan beregu untuk mencetak skor sebanyak mungkin. Futsal ialah permainan sebuah tim dimainkan oleh 5 pemain, termasuk seseorang penjaga gawang. Di mana setiap tim menendang bola ke gawang musuh dan melakukan yang terbaik pada setiap pertandingan. Futsal didukung oleh berbagai kalangan sosial, berasal kelas bawah sampai kelas menengah serta kelas atas, yang sebagai dasar popularitas futsal di dunia.

Keberhasilan dalam bermain futsal dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah teknik dan strategi. Gaya bermain futsal merupakan suatu keterampilan yang harus dikuasai oleh pemain. Jika suatu permainan didasari dengan gaya, maka suatu pertandingan tersebut akan dapat menghasilkan sesuatu yang baik. Dalam futsal memerlukan kekompakan pada setiap pemain serta harus bisa memaksimalkan secara baik pada setiap pertandingan. Hal ini didukung menggunakan kemampuan skill pemain pada bermain futsal. Latihan yang berfokus serta serius pelatih ialah peran penting yang sangat lebih banyak didominasi pada menghasilkan seseorang atlet hingga menjadi profesional dengan daya saing teknis, fisik dan mental yang kuat.

Faktor dalam futsal yang mempengaruhi kinerja puncak merupakan faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor unik terdiri dari kesehatan fisik dan mental, dominasi keterampilan tepat, daya tahan, strategi, aspek psikologis yang mental baik, dan kemampuan untuk menjadi tim futsal yang juara. Pemain futsal pada sebuah permainan sangat membutuhkan support serta backup.

Ada sejumlah kondisi tubuh yang perlu dipertimbangkan untuk menunjang prestasi futsal diantaranya adalah kecepatan kelincahan, kekuatan menggiring bola, serta keterampilan bermain futsal. Apabila tingkatan kondisi tubuh itu rendah, Hal ini dapat meningkatkan tingkat keterampilan atlet saat bermain futsal. Kondisi tubuh atlet sangat berpengaruh terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan program latihannya. Dalam prakteknya hal ini seringkali terjadi sebagai akibatnya setiap pemain perlu mengeluarkan semua

keterampilan mereka untuk memberikan kinerja yang baik.

Sebuah program pelatihan yang tepat sangat penting bagi atlet untuk meningkatkan kondisi tubuh mereka. Latihan merupakan proses pelaksanaan kegiatan menurut program latihan yang diselenggarakan dengan sistematis dan dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan atlet guna mencapai prestasi yang maksimal, terutama ketika mempersiapkan suatu pertandingan (Budiwanto, 2012). Mengajarkan pemain futsal semenjak usia dini adalah kunci untuk mengembangkan atlet yang baik, dan menentukan atlet berbakat merupakan dasar untuk sukses pada mencapai tingkat kinerja yang lebih tinggi pada masa depan. Pada program latihan yang benar adalah pelatih harus bisa membawa kesenangan dalam penyampaian materi disetiap latihan dengan baik. Sebab anak-anak masih menyukai permainan yang mereka rasa nyaman dan sekaligus mampu dipelajari. seseorang pelatih bisa meningkatkan kesenangan atlet pada upaya menaikkan segi performa atlet dalam latihan futsal.

La Brava FC merupakan salah satu klub yang ada di Surabaya, Jawa Timur. Saat ini La Brava FC di asuh oleh pelatih Nur'alim Hanifa Wijaya. Beberapa kali La Brava FC mengikuti kejuaraan diantaranya tahun 2022 namun hasil yang didapati mengalami kekalahan di babak semi final, karena dalam pertandingan keterampilan melakukan passing kurang maksimal sehingga hal tersebut perlu dilakukan khusus untuk meningkatkan akurasi passing agar ketika mengikuti kejuaraan akan mendapatkan hasil yang lebih baik. Tom Goodman (2004: 3), permainan sampingan kecil merupakan variasi untuk latihan. menurut Hill Hass et al. (2011: 41) "Permainan lapangan kecil sering kali mengganti peraturan serta menggunakan jumlah pemain yang lebih sedikit daripada futsal tradisional." Futsal di biasanya serta peraturan berubah. diperlukan waktu untuk mengontrol bola, jadi berlatihlah menggunakan menyederhanakan jumlah bidang serta pemain untuk menghilangkan tekanan permainan.

Untuk bermain futsal, Anda perlu menguasai teknik dasar futsal. untuk menciptakan permainan futsal yang terbaik, pemain wajib mampu menguasai teknik bermain. ada 2 teknik dasar futsal. menggunakan istilah lain, ini merupakan teknik off-ball. ialah, seluruh gerakan off-ball, termasuk lari cepat menggunakan

berputar, melompat serta melompat, gerakan trik tubuh, dan gerakan khusus penjaga gawang. Teknik memakai bola diantaranya menemukan bola (merasakan bola), mengoper bola (passing), mendapatkan serta mengontrol bola, menendang (menembak) bola, dll.

Berdasarkan observasi di lapangan didapatkan data bahwa klub futsal La Brava FC mempunyai kelemahan dalam hal akurasi passing, ini ditunjukkan pada saat pertandingan passing mayoritas masih belum akurat, sehingga lawan melakukan serangan balik dan menyebabkan kekalahan.

Latihan yang bisa dimanfaatkan untuk peningkatan akurasi passing salah satunya yaitu small sided games. Pendekatan Small Side Game artinya permainan sederhana yang memudahkan pembelajaran futsal, serta pendidik dapat mengubah peraturan sinkron dengan kreativitas pendidik, sehingga peserta didik tak harus mengikuti hukum standar permainan, Anda dapat lebih praktis mendapatkan materi yang tersaji. berdasarkan Putera (Setyadi, hlm. 2016), permainan sampingan kecil meliputi latihan untuk memperkecil lapangan yang sebenarnya serta mengurangi jumlah pemain.

Sesuaikan ketersediaan lapangan serta ikuti teknik yang diajarkan untuk memaksimalkan ruang bepergian peserta didik sehingga cara Anda memainkan perubahan permainan ini tak terikat oleh hukum baku. Teknik dasar pada futsal ialah passing, shooting. Teknik ini paling seringkali dilakukan oleh pemain buat menguasai lapangan. Umpan adalah perjuangan mengoper bola pada sahabat menggunakan memakai kaki bagian pada, luar, serta belakang.

Passing ditinjau dari footwork ini dibagi 3 bagian yaitu pada bagian luar, bagian dalam, serta kaki bagian belakang. terdapat juga gerakan menyialip ini merupakan (1) sempurna pada sebelah bola, (2) kaki penekanan pada sebelah bola, (3) kaki mengayun ke belakang mirip sudut 90°, (4) badan relatif miring. mampu dilakukan mirip ini. Ke depan, (5) melihat antara bola serta gawang, (6) menggoyangkan kaki buat memukul bagian tengah bola, (7) kaki bagian dalam, luar, atau belakang, (8) menyentuh bola yang terus beranjak sesudah kaki lolos.

Dalam futsal, tujuannya merupakan memberikan bola kepada rekan satu tim buat membentuk ruang bagi pemain buat memenangkan gawang lawan dan buat

menyediakan area pertahanan untuk mencegah pemain bertahan membentuk konsesi. Small side practice adalah bentuk latihan yang memodifikasi permainan futsal menggunakan batasan-batasan mirip jumlah pemain, berukuran lapangan, serta batasan usang bermain. sebab teknik operan, pemain wajib pintar memakai teknik operan. mensugesti permainan futsal. Mengoper bola artinya alat penghubung antar pemain. waktu menyerang area lawan, setiap pemain wajib melakukan operan yang benar. tetapi, Bila Anda tidak hati-hati, agresi yang didesain akan gagal.

Skema program latihan merupakan adaptasi strategi menguntungkan bagi seseorang pemain (Aas, Outts, Awson, dan Owsell, 2010; Coutts, Rowsell, dan Dawson, 2009). Maka dari itu memaksimalkan keterampilan strategi pemain, pelatih perlu merancang sesi latihan yang baik (Travassos et al., 2013). Dengan banyaknya penggunaan metode pelatihan small-side game saat ini, peneliti ingin mengetahui manfaat metode pelatihan small-side game terkait penggunaan akurasi operan bagi pemain futsal. Pertanyaan tentang cara melatih small side games untuk mengoper akurasi. Bidang horizontal sepak bola adalah apakah metode pelatihan small side game berpengaruh positif terhadap akurasi operan.

Disaat pertandingan banyaknya proses menciptakan kolaborasi tim pada saat dilapangan, begitu juga dengan taktik strategi dalam permainan. Pemain futsal pada saat sebelum berkompetisi membutuhkan training program khusus supaya pemain bisa nyaman pada saat pertandingan (Reilly, 2007).

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini mempunyai tujuan untuk melihat bagaimana pengaruh latihan small sided games terhadap akurasi passing pada pemain futsal. Hal tersebut dapat mempengaruhi sebuah pertandingan yang diikuti. Sehingga diharapkan mampu untuk meningkatkan akurasi passing atlet futsal La Brava FC ketika bertanding, dan dapat diharapkan juga bisa memenangkan sebuah pertandingan.

METODE

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis deskriptif penelitian kuantitatif dengan menggunakan deskriptif dengan pengolahan statistik dari dua variabel, yaitu: small sided games dan akurasi passing.

B. Tempat dan Waktu penelitian

1. Gor Nisrina Futsal Center Made
2. Waktu penelitian adalah waktu yang digunakan peneliti selama penelitian. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 27 Januari 2022

C. Populasi Dan Sampel

Sampel dalam penelitian ini yang berjumlah 10 orang putra di La Brava Futsal Club

D. Variabel Penelitian

Small sided games, akurasi passing.

E. Instrument Penelitian

1. Instrumen pengukuran ketepatan passing. bawah Peralatan yang digunakan :

1. Lapangan futsal
2. Cone Futsal
3. Stopwatch
4. Peluit
5. Alat tulis. Petugas : seorang pencatat menangkap pengamat tendangan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini mengadopsi *batteray test*. Dalam teknik tes passing, bawah yakni dengan variabel terikat dengan dapat hasil uji validitas (Pre Test uji-t) dan uji hipotesis.

G. Teknik Analisis Data

Pada analisis data, data yang diperoleh dianalisa dengan uji-t, sebelumnya dilakukan uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov test, dan uji homogenitas dengan uji F yang menggunakan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada hasil ini bisa dipaparkan dan dijelaskan semua data yang sudah diperoleh menggunakan penelitian yang sudah dilakukan. Data di penelitian ini berasal hasil uji validitas dengan (Pre Test Uji-t) , Uji Hipotesis small sided games terhadap pengaruh akurasi passing. Data pada hasil pre test dan post test ini adalah rangkaian 2 variabel yaitu Small sided games dan akurasi passing. Atlet futsal La Brava Futsal Club yang dilakukan menjadi sampel penelitian yang sudah ditentukan selama penelitian.

Data yang diperoleh berasal penelitian ini berupa hasil pre test dan posttest. pada analisis hasil penelitian memakai SPSS 28.0.1 dengan menggunakan uji-t sebelumnya dilakukan uji normalitas memakai Kolmogorov-Smirnov test, serta uji homogenitas menggunakan uji F.

Tabel 1 Hasil penelitian Pre test dan Post test

NO	NAMA	PRE TEST	POST TEST
----	------	----------	-----------

1.	A.1	10	10
2.	A.2	10	9
3.	A.3	9	8
4.	A.4	9	8
5.	A.5	8	8
6.	A.6	7	8
7.	A.7	6	7
8.	A.8	6	6
9.	A.9	6	5
10.	A.10	6	6

Tabel 1 pada data hasil penelitian yaitu pada hasil total nilai dalam hasil test small sided games, akurasi passing. pada atlet LA BRAVA FUTSAL CLUB.

Tabel 2 Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Unstandardized Residual	
N		10	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	.69908412	
Most Extreme Differences	Absolute	.193	
	Positive	.193	
	Negative	-.139	
Test Statistic		.193	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.		.361
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.349
		Upper Bound	.373

Tabel 2 hasil uji normalitas Kolmogrov smirnov untuk melihat apakah variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal. Jika signifikansi (Sig) yang diperoleh dari perhitungan lebih besar dari 0,005 maka data terdistribusi, dan jika lebih kecil dari 0,05 maka data yang diuji tidak normal. Uji normalitas data Kolmogrovsmirnov menggunakan hasil Sig 0.361

Tabel 3 Uji Homogenitas

ANOVA					
	Sum of Square	df	Mean Square	F	Sig.

Pre Test	Between Groups	5.600	2	2.800	.956	.429
	Within Groups	20.500	7	2.929		
	Total	26.100	9			
Post Test	Between Groups	.000	2	.000	.000	1.000
	Within Groups	20.500	7	2.929		
	Total	20.500	9			

Tabel 3 Uji Homogenitas untuk mengetahui kesamaan variansi atau untuk menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogeny. Varians dikatakan homogeny apabila nilai Sig > 0,005. Uji homogenitas menggunakan rumus uji F pada berikut ini :

$$F = \frac{MSp}{MSe}$$

Dimana :

MSp=Mean Square antar perlakuan

MSe=Mean Square error (dalam perlakuan)

F = Statistik F

Dalam hasil uji homogenitas dengan hasil pre test 0,43 dan hasil post test 1,00

Tabel 4 Uji Hipotesis TEST-T

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	7.7000	10	1.70294	.53852
	Post Test	7.5000	10	1.50923	.47726

Tabel 4 Uji hipotesis test-t digunakan untuk membedakan dua buah mean apakah diterima atau ditolak dalam uji-t. hasil analisis dikatakan signifikan apabila $t_{hitung} >$ dari t_{tabel} dengan db=(n-1) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Pembahasan

Hal ini didasarkan pada dampak pelatihan sisi kecil pada akurasi operan. Klub Futsal La Brava mendemonstrasikan bahwa latihan permainan kecil memiliki dampak yang signifikan terhadap akurasi operan, berdasarkan prinsip-

prinsip tahap penelitian, yang dilakukan secara sistematis dan iteratif dan dilakukan sesuai dengan metode di Klub Futsal Labrava.

Dengan hasil uji normalitas yang tertera pada table 2 menunjukkan hasil Sig 0,361 yang dimana masih kurang dari hasil 0,05 sehingga hal ini menjelaskan bahwasanya latihan small sided games terhadap akurasi passing. masih sangat kurang dan perlu ditingkatkan kembali pada program latihan.

Hasil pada table 4 uji hipotesis test-t menunjukkan data pada pre test dan post test dengan mean 7,700 dan 7,500. Serta dalam error man menunjukan yang signifikan pre test 0,54 dan post test 0,48. Maka dalam hasil analisis dikatakan signifikan apa bila $t_{hitung} >$ dari t_{tabel} . yang akan terjadi pada hasil ini membuktikan maka small side game berpengaruh signifikan terhadap akurasi operan pemain futsal. Tingginya skor akurasi menembak pada kelompok eksperimen muda ditimbulkan oleh pola norma pemain menyentuh bola pada lapangan waktu bermain. Ini mencerminkan keunggulan pola pada hal jalur, menembak, taktik, serta teknologi fisik. Efektif buat pengambilan keputusan (Aguiar, 2007. Gonçalves, Botelho, Lemmink & Sampaio, nd).

Small Side Games (SSG) sudah sebagai metode latihan yang berkembang. Manfaat latihan SSG dapat meningkatkan akurasi passing, karena permainan dapat mewakili situasi permainan dimana aspek teknis, strategis dan fisik dapat digabungkan. Berdasarkan (Casamichana, Castellano, dan Dellal, 2013), jelas lebih menguntungkan daripada (SSG). Segera setelah pemanasan dimulai, Anda dapat mempresentasikan situasi permainan yang sebenarnya kepada pemain.

Berdasarkan (Pinder, Davids, & Renshaw, 2011), praktik teknik yang dilakukan dengan benar berulang kali menghasilkan norma dan otomatisasi refleks yang sangat baik. Dalam hal latihan, pemain cenderung mengoper. Dalam permainan lapangan kecil, dapat mendorong pemain untuk meningkatkan akurasi operan mereka.

Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pelatih untuk meningkatkan akurasi operan dan tendangan pemain futsal. Untuk memenuhi keinginan tim untuk bermain dengan baik dalam permainan dan menjadi juara tim.

PENUTUP

Simpulan

Hasilnya, ditemukan bahwa metode pelatihan permainan lapangan kecil untuk akurasi operan program pelatihan perlu ditingkatkan lagi. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu pelatih meningkatkan akurasi operan mereka.

Saran

Berdasarkan penelitian ini, pelatih Labrava Futsal Club diharapkan memahami dan memperhatikan dengan seksama peningkatan akurasi passing. Terutama untuk pemain dengan akurasi operan lebih bagus untuk menjadi lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguiar, M., Gonçalves, B., Botelho, G., Lemmink, K., & Sampaio, J. (n.d.). Footballers movement behaviour during 2-, 3-, 4- and 5-a-side small-sided games. (March 2015), 37–41. <https://doi.org/10.1080/02640412015.1022571>
- Andri Irawan. (2009). Teknik Dasar Modern Futsal . Jakarta: Pena.
- Asmar Jaya. (2008). Futsal Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-Tips Permainan. Yogyakarta. Pustaka Timur
- Athanasius Fikal Setiawan. (2009). Pengaruh Modifikasi Latihan Small-Sided Games Terhadap Peningkatan Daya Tahan Aerobik dan Anaerobik Siswa Sekolah Sepakbola Matra Usia 11-12 Tahun. Skripsi. FIK UNY.
- Ben Buckley. (2013). Optus Small Sided Football Handbook. Diakses <http://www.smallsidedfootball.com.au/>. Pada tanggal 27 Januari 2022, pjam 20.40 WIB.
- Casamichana, D., Castellano, J., & Dellal, A. (2013). Influence of different training regimes on physical and physiological demands during small-sided soccer games: Continuous VS. Intermittent Format. 690–697.
- Ganesha Putra. (2004). Mengelola Organisasi “Small-Sided Games”. Jakarta. Tabloid Olahraga BOLA.
- Justinus Lhaksana. (2011). Taktik dan Strategi Futsal Modern. Jakarta: Be Champion.
- Karim, A. (2010). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Ketepatan Passing. Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola MTs Ali Maksum Bantul. Skripsi. Yogyakarta: UNY.
- Kusuma, I. A. (2015). Pengaruh Latihan Passing. Berpasangan Terhadap Kemampuan Passing. Bawah Siswa Sekolah Sepak Bola Kalasan Usia 10-12 Tahun. In Skripsi. Yogyakarta: UNY.
- Maksum, Ali. 2008. Metode Penelitian Dalam Olahraga. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya
- Muhammad Asriady Mulyono. (2014). Buku Pintar Panduan Futsal. Jakarta:Laskar Aksara.
- Murhananto. (2006). Dasar-dasar Permainan Futsal (Sesuai Dengan Peraturan Futsal FIFA.) Jakarta: PT. Kawan Pustaka.
- Pinder, R. A., Davids, K., & Renshaw, I. (2011). Representative Learning Design and Functionality of Research and Practice in Sport. 146–155.
- Rahmani, M. (2014). Buku Super Lengkap Olahraga. Jakarta Timur: Dunia Cerdas.
- Roeslan Hatta (2006). Peraturan Permainan Futsal . Jakarta: Difamata Sport E.O.
- Rohmad Nur Ichsan. (2013). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Akurasi Passing. Mendatar Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMP Negeri 1 Nglipar Gunungkidul. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Subagyo Irianto, pdkk. (1995). Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola Bagi Siswa Sekolah Sepakbola PUSPOR IKIP Yogyakarta. Laporan Penelitian. Yogyakarta: FPOK Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan
- Tim Penyusun. 2014. Pedoman Penulisan Skripsi Universitas Negeri Surabaya.Surabaya :Unesa University Press.