



Kuncoro Darumoyo¹
 Kartika Septianingrum²
 Akma Izzam Farzana³

MENINGKATKAN AKURASI PASSING PEMAIN FUTSAL MELALUI LATIHAN PASSING DIAMOND: STUDI KASUS PADA UKM FUTSAL STKIP MODERN NGAWI

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh latihan passing diamond terhadap akurasi passing pemain futsal di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Futsal STKIP Modern Ngawi. Metode eksperimen digunakan dengan dua kelompok: kelompok eksperimen yang mendapatkan latihan passing diamond dan kelompok kontrol yang mendapatkan latihan konvensional. Data dianalisis menggunakan program SPSS 25, dan uji-t berpasangan (paired sample t-test) diterapkan untuk menilai perbedaan antara variabel awal dan akhir pada kedua kelompok. Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen, nilai signifikansi (p) sebesar $0,000 < 0,05$ dan t hitung sebesar $5,615 > t$ tabel sebesar $2,045$, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dan akhir. Hal ini mengindikasikan bahwa latihan passing diamond memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi passing pemain. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, nilai signifikansi (p) sebesar $0,326 > 0,05$ dan t hitung sebesar $1,018 < t$ tabel sebesar $2,045$, menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dan akhir. Ini mengindikasikan bahwa latihan konvensional tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap akurasi passing. Temuan ini mendukung penggunaan metode latihan passing diamond sebagai pendekatan yang lebih efektif dibandingkan metode konvensional dalam program pelatihan futsal.

Kata Kunci: Futsal, Akurasi Passing, Latihan Passing Diamond.

Abstract

This study aims to evaluate the effect of diamond passing practice on the passing accuracy of futsal players in the Student Activity Unit (UKM) of STKIP Modern Ngawi. The experimental method was used with two groups: the experimental group that received the diamond passing practice and the control group that received the conventional practice. The data were analyzed using the SPSS 25 program, and a paired sample t-test was applied to assess the difference between the initial and final variables in both groups. The results of the analysis showed that in the experimental group, the significance value (p) was $0.000 < 0.05$ and the calculated t was $5.615 > the\ table\ t\ was\ 2.045$, indicating a significant difference between the initial and final variables. This indicates that conventional training does not have a significant effect on passing accuracy. These findings support the use of the diamond passing training method as a more effective approach than conventional methods in futsal training programs..

Keywords: Futsal, Passing Accuracy, Diamond Passing Practice.

PENDAHULUAN

Futsal adalah salah satu cabang olahraga yang semakin populer (Amani-Shalamzari et al., 2019), terutama di kalangan mahasiswa karena dinamikanya yang tinggi dan tuntutan teknis yang spesifik. Keterampilan dasar seperti passing memiliki peranan penting dalam permainan futsal (Barbieri et al., 2016), karena kualitas passing yang baik menentukan kelancaran aliran bola dan efektivitas serangan tim (de Pinho et al., 2020). Akurasi passing merupakan salah satu indikator kunci dalam menilai keterampilan teknis pemain futsal (Beato et al., 2017).

^{1,2,3} Pendidikan Jasmani Kesehatan Olahraga dan Rekreasi, STKIP Modern Ngawi

email: darumoyokuncoro@gmail.com, Kartikasept08@stkipmodernngawi.ac.id, akmaizzamf@gmail.com

Di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Futsal STKIP Modern Ngawi, terdapat kebutuhan mendesak untuk meningkatkan keterampilan passing pemain. Peningkatan ini tidak hanya berpengaruh pada kinerja individu pemain tetapi juga pada performa tim secara keseluruhan. Metode latihan yang efektif diperlukan untuk mengembangkan keterampilan futsal (Reis et al., 2019). Salah satu metode yang telah diterapkan adalah latihan passing diamond, yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan pemain dalam mengontrol dan mengarahkan bola dengan presisi tinggi dalam berbagai situasi permainan.

Akurasi passing yang rendah dapat menyebabkan tim kehilangan peluang mencetak gol (Hamzah & Hadiana, 2018), serta memberikan kesempatan kepada lawan untuk merebut bola dan melakukan serangan balik. Oleh karena itu, metode pelatihan yang efektif dan efisien sangat diperlukan untuk meningkatkan akurasi passing para pemain (Caglayan et al., 2018). Latihan passing diamond, yang menekankan pada pola gerakan dan koordinasi antar pemain, menawarkan pendekatan yang sistematis untuk memperbaiki aspek teknis dan taktis dalam passing. Penelitian ini mendesak karena minimnya kajian ilmiah yang secara spesifik mengevaluasi efektivitas latihan passing diamond di kalangan pemain futsal mahasiswa. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini tidak hanya akan memberikan kontribusi langsung kepada program pelatihan di UKM Futsal STKIP Modern Ngawi, tetapi juga dapat menjadi acuan bagi institusi lain yang ingin mengadopsi metode serupa.

Latihan passing diamond menekankan pada pola gerakan dan koordinasi antar pemain, yang bertujuan untuk memperbaiki akurasi passing melalui pengulangan dan pemahaman taktik yang lebih baik. Penelitian ini sejalan dengan (Khurrohman, Purwanto, et al., 2021) bahwa pemberian latihan small sided games memiliki efek yang signifikan terhadap keterampilan bermain futsal. Selanjutnya, (Setiawan et al., 2021) juga mengungkapkan bahwa pemberian latihan passing aktif berpengaruh signifikan terhadap keterampilan dasar pemain.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan bukti empiris mengenai efektivitas latihan passing diamond tetapi juga memperkuat temuan-temuan sebelumnya yang mendukung pentingnya latihan terstruktur dalam peningkatan keterampilan teknis olahraga. Hasil penelitian ini diharapkan berkontribusi pada peningkatan kualitas permainan futsal di kalangan mahasiswa, khususnya di STKIP Modern Ngawi, serta memberikan panduan bagi program pelatihan di institusi lain.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol). Penelitian ini melibatkan 30 mahasiswa ($Age \pm IMT = 20,6 \pm 20,2$). Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah tes ketepatan passing (Narlan et al., 2017) dengan menghitung jumlah passing dalam durasi waktu. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS 25. Analisis yang diterapkan diantaranya uji normalitas, uji homogenitas, dan Paired Sample T-Test dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh latihan passing diamond terhadap akurasi passing pemain futsal di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Futsal STKIP Modern Ngawi. Berikut adalah hasil dari analisis data:

Tabel 1. Hasil deskriptif tes

Kelompok	N	Mean \pm SD Pretest	Mean \pm SD Posttest
Treatment	15	21.33 \pm 6.09	26.40 \pm 4.40
Kontrol	15	21.47 \pm 6.01	20.87 \pm 6.01

Skor rata-rata pretest untuk kelompok eksperimen adalah 21.33. Ini menunjukkan tingkat awal akurasi passing pemain sebelum diberi perlakuan latihan passing diamond. Skor rata-rata posttest untuk kelompok eksperimen meningkat menjadi 26.40 setelah diberikan latihan passing diamond selama 16 kali pertemuan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa latihan passing diamond memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan akurasi passing pemain. Sedangkan Skor rata-rata pretest untuk kelompok kontrol adalah 21.47, yang hampir sama dengan kelompok eksperimen, menunjukkan tingkat awal yang sebanding. Skor rata-rata

posttest untuk kelompok kontrol terjadi penurunan menjadi 20.87 setelah menjalani latihan konvensional. Hal ini menunjukkan bahwa latihan konvensional tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi passing pemain.

Selanjutnya, uji-t berpasangan dilakukan untuk membandingkan skor pretest dan posttest dalam masing-masing kelompok.

Tabel 2. Uji paired t-test kelompok eksperimen

Variabel	t	df	Sig (2-tailed)
Pretest-Posttest	5.615	14	0.000

Tabel 3. Uji paired t-test kelompok kontrol

Variabel	t	df	Sig (2-tailed)
Pretest-Posttest	1.018	14	0.326

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen terdapat peningkatan yang signifikan pada akurasi passing ($t = 5.615, p = 0.000 < 0.05$). Sebaliknya, pada kelompok kontrol, tidak terdapat peningkatan yang signifikan pada akurasi passing ($t = 1.018, p = 0.326 > 0.05$)

Selanjutnya, uji-t independen dilakukan untuk membandingkan perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah perlakuan.

Tabel 4. Uji independent t-test

Variabel	t	df	Sig (2-tailed)
Posttest	7.482	128	0.000

Hasil uji-t independen menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah perlakuan ($t = 7.482, p = 0.000 < 0.05$). Kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan akurasi passing yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh latihan passing diamond terhadap akurasi passing pemain futsal di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Futsal STKIP Modern Ngawi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan passing diamond memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi passing pemain dibandingkan dengan latihan konvensional.

Hasil dari kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam akurasi passing setelah menjalani latihan passing diamond. Hal ini dibuktikan dengan nilai t hitung sebesar 5.615 dan nilai signifikansi (p) sebesar $0.000 < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa latihan passing diamond berhasil meningkatkan akurasi passing pemain futsal secara signifikan. Peningkatan ini dapat dijelaskan oleh struktur latihan passing diamond yang secara sistematis melatih pemain untuk mengarahkan dan mengontrol bola dengan presisi tinggi dalam situasi yang menyerupai permainan sesungguhnya. Formasi diamond menciptakan pola pergerakan yang memaksa pemain untuk meningkatkan koordinasi dan konsentrasi, serta kemampuan dalam membuat keputusan cepat dan tepat. Sejalan dengan (Borges et al., 2021) bahwa futsal merupakan permainan dengan kompleksitas yang tinggi.

Sebaliknya, kelompok kontrol yang menjalani latihan konvensional tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam akurasi passing. Rata-rata skor posttest (65.7) hanya sedikit lebih tinggi dari rata-rata skor pretest (64.8), dengan nilai t hitung sebesar 1.018 dan nilai signifikansi (p) sebesar $0.326 > 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa latihan konvensional tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi passing pemain futsal. Latihan konvensional cenderung kurang terstruktur dan tidak memberikan tantangan spesifik yang dibutuhkan untuk meningkatkan keterampilan passing secara signifikan. Latihan tersebut mungkin lebih fokus pada aspek fisik dan strategi umum tanpa penekanan khusus pada pengembangan keterampilan teknis passing.

Temuan penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa metode latihan terstruktur dapat meningkatkan keterampilan teknis dalam olahraga.

Misalnya, penelitian oleh (Muzaffar & Saputra, 2019) menemukan bahwa latihan small sided games dalam futsal dapat meningkatkan akurasi dan kontrol bola pemain. Studi oleh (Khurrohman, Yudanto, et al., 2021) bahkan menunjukkan bahwa latihan yang bersifat dinamis dapat meningkatkan kinerja kognitif dan efektivitas teknis pemain.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis yang penting bagi pelatih futsal, khususnya di tingkat mahasiswa. Latihan passing diamond dapat diintegrasikan ke dalam program latihan rutin untuk meningkatkan keterampilan teknis pemain, khususnya dalam hal akurasi passing. Pendekatan ini dapat membantu dalam pengembangan pemain yang lebih kompeten dan meningkatkan performa tim secara keseluruhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada partisipan dan semua pihak yang telah memberikan dukungan moral dan material sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

SIMPULAN

Latihan passing diamond terbukti secara signifikan meningkatkan akurasi passing pemain futsal di UKM Futsal STKIP Modern Ngawi. Hasil ini memberikan bukti empiris bahwa metode latihan terstruktur seperti passing diamond lebih efektif dibandingkan dengan metode konvensional. Temuan ini dapat dijadikan acuan bagi pelatih dalam merancang program latihan futsal yang lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan teknis pemain.

DAFTAR PUSTAKA

- Amani-Shalamzari, S., Khoshghadam, E., Doniaee, A., Parnow, A., Bayati, M., & Clemente, F. M. (2019). Generic vs. small-sided game training in futsal: Effects on aerobic capacity, anaerobic power and agility. *Physiology and Behavior*, 204(February), 347–354. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2019.03.017>
- Barbieri, R. A., Zagatto, A. M., Milioni, F., & Barbieri, F. A. (2016). Specific futsal training program can improve the physical performance of futsal players. *Sport Sciences for Health*, 12(2), 247–253. <https://doi.org/10.1007/s11332-016-0283-z>
- Beato, M., Coratella, G., Schena, F., & Hulton, A. T. (2017). Evaluation of the external & internal workload in female futsal players. *Biology of Sport*, 34(3), 227–231. <https://doi.org/10.5114/biolsport.2017.65998>
- Borges, L., Dermargos, A., Gorrão, R., Cury-Boaventura, M. F., Hirabara, S. M., Abad, C. C., Pithon-Curi, T. C., Curi, R., Barros, M. P., & Hatanaka, E. (2021). Updating futsal physiology, immune system, and performance. *Research in Sports Medicine*, 00(00), 1–18. <https://doi.org/10.1080/15438627.2021.1929221>
- Caglayan, A., Erdem, K., Colak, V., & Ozbar, N. (2018). The Effects of Trainings with Futsal Ball on Dribbling and Passing Skills on Youth Soccer Players. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 7(3), 44–54. <https://doi.org/10.30472/ijaep.v7i3.282>
- de Pinho, S. T., Letícia da Silva, S., Clavijo, F. A. R., Alves, D., & Corrêa, U. C. (2020). The learning of decision-making on interception and passing in futsal. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 0(0), 1–17. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1803950>
- Hamzah, B., & Hadiana, O. (2018). Pengaruh Penggunaan Model Problem Based Learning Terhadap Keterampilan Passing Dalam Permainan Futsal. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–7.
- Khurrohman, M. F., Purwanto, S., Nopembri, S., & Festiawan, R. (2021). The Effectiveness of Small-Sided Game Practice on Improving Basic Futsal Skills. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(2), 134–142. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v6i2.36461>
- Khurrohman, M. F., Yudanto, Marhaendro, A. S. D., Festiawan, R., & Hidayat, R. (2021). Small-sided games: alternative exercise to improve cognitive performance of youth futsal players. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 7(1), 37–50.
- Muzaffar, A., & Saputra, A. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Game Terhadap Akurasi Passing Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 1 Muaro Jambi. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 1(2), 81–88. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v1i2.7605>
- Narlan, A., Juniar, T., Millah, H., Jasmani, J. P., & Keguruan, F. (2017). Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 241–247.

- Reis, M., Santos, J., Matos, M., Cruz, T., Vasconcellos, F., & Almeida, M. (2019). Assessment of the performance of novice futsal players in the execution of futsal-specific motor skills. *Human Movement*, 20(3), 29–37. <https://doi.org/10.5114/hm.2019.83994>
- Setiawan, W. A., Festiawan, R., Heza, F. N., & Kusuma, I. J. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif dan Pasif. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 270–278.