

## **PENGARUH LATIHAN *PASSING* GERAK DINAMIS TERHADAP KETEPATAN *PASSING* TIM FUTSAL LASKAR FC U-18 TANJUNG JABUNG BARAT**

**Muhammad Hannan Rasyidi<sup>1</sup>, Hendri Munar<sup>2</sup>, Ahmad Muzaffar<sup>3</sup>**

Universitas Jambi, Jambi, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

Email: [muhammadhannanrasyidi@gmail.com](mailto:muhammadhannanrasyidi@gmail.com)<sup>1</sup>, [hendrimunarfik@unja.ac.id](mailto:hendrimunarfik@unja.ac.id)<sup>2</sup>,  
[muzaffar.fkip@unja.ac.id](mailto:muzaffar.fkip@unja.ac.id)<sup>3</sup>

### **Keywords**

### **Abstract**

*Dynamic Passing Drills, Passing Accuracy, Futsal, U-18 Team*

*This study aims to determine the effect of dynamic movement passing drills on the passing accuracy of the Laskar FC U-18 futsal team from Tanjung Jabung Barat. Observations were made during evening training sessions, where some players still struggled with passing accuracy. Common mistakes included players focusing only on the ball without paying attention to the direction of the pass, such as the teammate's position ahead, left, or right. This affected the smooth execution of tactical and strategic drills. The research design used was the "One Group Pretest-Posttest Design" with a total sample of 16 Laskar FC futsal players. Data analysis showed significance values of 0.238 and 0.064 for the pretest and posttest (both greater than 0.05), indicating that the data follows a normal distribution. The t-test analysis showed a significance value of 0.00 (less than 0.05) and a t value of 13.729 (greater than the t-table value of 1.7531), indicating a significant effect. The conclusion of this study is that dynamic movement passing drills have a significant impact on the passing accuracy of the Laskar FC U-18 futsal team from Tanjung Jabung Barat.*

*Latihan Passing Gerak Dinamis, Ketepatan Passing, Futsal, Tim U-18*

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan passing gerak dinamis terhadap ketepatan passing tim futsal Laskar FC U-18 Tanjung Jabung Barat. Observasi dilakukan saat tim melakukan latihan di malam hari, di mana sebagian pemain masih kurang tepat dalam melakukan passing. Kesalahan yang sering terjadi antara lain pemain hanya fokus pada bola tanpa memperhatikan arah tujuan passing, seperti teman yang berada di depan, kiri, atau kanan. Hal ini mempengaruhi kelancaran latihan taktik dan strategi. Desain penelitian yang digunakan adalah "One Group Pretest-Posttest Design" dengan sampel total sebanyak 16 pemain futsal Laskar FC. Hasil analisis data menunjukkan nilai signifikansi pada pretest dan posttest adalah 0,238 dan 0,064 (lebih besar dari 0,05), yang berarti data berdistribusi normal. Uji-t menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,00 (kurang dari 0,05) dan t hitung 13,729 (lebih besar dari t tabel 1,7531), yang menandakan adanya pengaruh signifikan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah latihan passing gerak dinamis berpengaruh signifikan terhadap ketepatan passing tim futsal Laskar FC U-18 Tanjung Jabung Barat.*

## **1. PENDAHULUAN**

Olahraga, sebagai aktivitas fisik yang terstruktur, memiliki banyak manfaat bagi kebugaran tubuh serta kinerja otak. Salah satu olahraga yang semakin populer di kalangan pemuda Indonesia adalah futsal, termasuk tim Laskar FC U-18 yang berbasis di Tanjung Jabung Barat. Futsal merupakan olahraga dengan tempo cepat yang membutuhkan keterampilan teknik dasar, seperti passing, dribbling, shooting, dan stopping. Dalam permainan futsal, ketepatan passing menjadi faktor kunci dalam keberhasilan taktik tim. Oleh karena itu, kemampuan passing yang baik sangat penting untuk mencapai tujuan tim.

Namun, hasil observasi terhadap latihan tim Laskar FC U-18 menunjukkan bahwa sebagian pemain masih mengalami kesulitan dalam hal ketepatan passing, serta gerakan yang kurang aktif saat latihan. Ketidakmampuan untuk melakukan passing yang tepat dan bergerak secara dinamis selama permainan dapat menghambat kelancaran taktik tim. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan suatu metode latihan yang dapat meningkatkan ketepatan passing sekaligus melatih pemain untuk bergerak lebih aktif saat melakukan passing. Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah latihan passing gerak dinamis, yang memadukan keterampilan passing dengan gerakan aktif di lapangan.

Metode latihan passing gerak dinamis mengajarkan pemain untuk melakukan passing sambil bergerak, yang tidak hanya membantu menciptakan ruang tetapi juga mendukung strategi tim dengan lebih efektif. Dengan metode ini, pemain diajarkan untuk beradaptasi dengan kondisi permainan yang cepat dan dinamis, yang memungkinkan mereka untuk membuat keputusan yang lebih tepat dalam waktu yang singkat. Dengan demikian, metode ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan teknis pemain, terutama dalam hal ketepatan passing, yang merupakan aspek vital dalam futsal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh latihan passing gerak dinamis terhadap ketepatan teknik passing pemain futsal Laskar FC U-18. Berdasarkan identifikasi masalah yang dihadapi oleh tim, penelitian ini akan fokus pada pengaruh latihan tersebut terhadap peningkatan ketepatan passing pemain. Dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana latihan passing gerak dinamis dapat membantu tim Laskar FC U-18 dalam meningkatkan kemampuan passing mereka, serta bagaimana metode ini dapat diterapkan dalam latihan futsal untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan Futsal Tri Putra Kuala Tungkal Tanjung Jabung Barat selama bulan Desember hingga Januari, dengan frekuensi latihan tiga kali seminggu dan total 18 pertemuan. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan satu kelompok eksperimen yang diberi perlakuan, menggunakan metode One Group Pretest-Posttest Design. Kelompok tersebut terlebih dahulu menjalani tes awal (pretest) untuk mengukur ketepatan passing futsal sebelum latihan, kemudian setelah diberikan latihan passing gerak dinamis, dilakukan tes akhir (posttest) untuk mengetahui perubahan ketepatan passing futsal. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain tim futsal Laskar FC yang berjumlah 16 orang, dan seluruh anggota tim dijadikan sampel dengan menggunakan teknik total sampling.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes ketepatan passing yang dilakukan dengan cara pemain melakukan passing ke tembok menggunakan kaki kiri dan kaki kanan secara bergantian. Penilaian didasarkan pada jumlah passing yang tepat, yang dikategorikan dalam empat tingkat: sangat baik, baik, kurang, dan sangat kurang. Teknik analisis data meliputi uji normalitas menggunakan Kolmogorov Smirnov, uji homogenitas dengan Levene test, dan uji hipotesis dengan Paired Sample t-test untuk mengetahui perbedaan rata-rata ketepatan passing sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan SPSS versi 23 untuk memastikan hasil yang valid dan dapat dianalisis secara statistik.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini membahas beberapa hal berdasarkan hasil analisis data untuk mengetahui dan menjawab hipotesis penelitian. Secara rinci hasil penelitian yang meliputi uji normalitas, uji homogenitas varians, dan uji hipotesis penelitian.

Berikut ini merupakan hasil tes awal dan tes akhir:

**Tabel 1. Hasil tes awal dan tes akhir ketepatan passing**

No	Nama	Tes Awal	Tes Akhir
1	Dali	12	17
2	Dika	13	16
3	Yolan	16	19
4	Nanda	12	17

5	Febri	14	17
6	Syukur	12	17
7	Boy	11	13
8	Afan	14	17
9	Adip	12	18
10	Yahya	13	17
11	Danil	10	14
12	Libby	10	16
13	Fiqri	12	17
14	Isan	11	17
15	Iyen	12	16
16	Ipan	13	17
Jumlah		197	265
Rata-rata		12.31	16.56

### **Deskripsi Data**

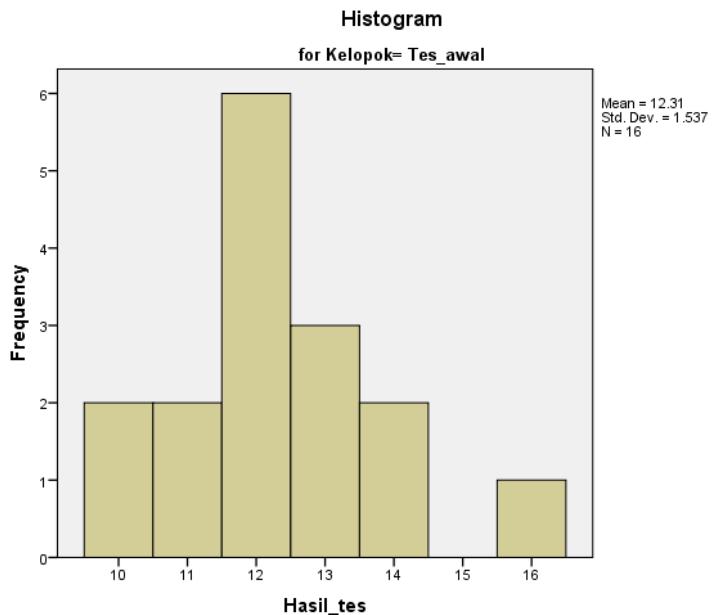
Deskripsi data adalah hasil yang diperoleh dari tes ketepatan *passing* dengan 16 orang sampel dilakukan perhitungan rata-rata, simpangan baku, kemampuan tertinggi dan kemampuan terendah. Hasilnya dapat dilihat secara lebih besar pada tabel berikut.

**Tabel 2. Deskripsi data tes awal (*pretest*)**

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Tes_awal	16	10	16	12.31	1.537	2.363
Valid N (listwise)	16					

Data tes awal diperoleh *pre-test* ketepatan *passing* diperoleh rata-rata sebesar 12.31 standar deviasi 1.537 dengan kemampuan terbaik mendapat skor 16 dan kemampuan terendah mendapat skor 10.



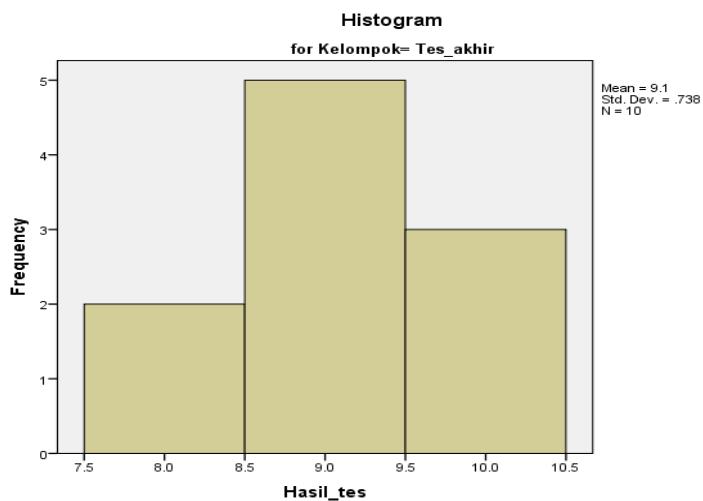
**Gambar 1. Histogram Hasil *Pretest* ketepatan *passing***

Setelah diberi perlakuan (*treatment*) berupa latihan *passing* gerak dinamis sebanyak 16 kali pertemuan, para sampel melakukan tes akhir (*post test*) berupa tes ketepatan *passing*. Sehingga didapatkan data dibawah ini.

**Tabel 3. Deskripsi Data Tes Akhir**  
**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Tes_akhir	16	13	19	16.56	1.413	1.996
Valid N (listwise)	16					

Data hasil tes akhir ketepatan *passing* setelah diberikan latihan *passing* gerak didapat rata-rata 16.56 Standar Deviasi 1.413 dengan kemampuan rendah 13 dan kemampuan terbaik 19.



**Gambar 2. Histogram Hasil *Post-Test* ketepatan *passing***

### Analisis Data

Pada rancangan penelitian telah dikemukakan bahwa untuk melihat Pengaruh Latihan *Passing* Gerak Dinamis Terhadap Ketepatan *Passing* Tim Futsal Laskar Fc U-18 Tanjung Jabung Barat. Akan digunakan analisis statistik menggunakan aplikasi IBM *SPSS Statistics 23* yaitu uji normalitas, uji homogenitas varians dan uji *t*.

### Uji Normalitas *Shapiro-Wilk Test*

Uji normalitas yang digunakan adalah uji normalitas *Shapiro-Wilk* dengan kriteria data berdistribusi normal apabila nilai signifikan  $> a = (0.05)$ . Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai signifikan untuk data *pre test* dan *post test* secara keseluruhan 0,238 dan 0,064  $> 0.05$ . Maka berdasarkan analisis data ini dapat disimpulkan data *pre test* dan *post test* berdistribusi normal hasilnya eksplisit seperti terlihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 4. Tests of Normality**

**Tests of Normality**

	Kelopok	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil_tes	Tes_awal	.206	16	.069	.929	16	.238
	Tes_akhir	.309	16	.000	.816	16	.064

a. Lilliefors Significance Correction

### **Uji Homogenitas varians**

Uji homogenitas varians bertujuan untuk melihat apakah data *pre test* dan *post test* mempunyai variasi yang homogen apa tidak. Rumus yang digunakan uji dikatakan homogen apabila nilai signifikan  $> 0,05$ .

Berdasarkan analisis data yang diperoleh nilai signifikan  $(0.642) > (0,05)$  maka berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa data bervariasi homogeny.

**Tabel 5. Uji Homogenitas Varian**  
**Test of Homogeneity of Variances**

Hasil\_tes

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.220	1	30	.642

### **Uji -t Hipotesis**

Setelah dilakukan uji homogenitas, uji homogenitas dilakukan uji hipotesis untuk mengetahui Pengaruh Latihan *Passing* Gerak Dinamis Terhadap Ketepatan *Passing* Tim Futsal Laskar Fc U-18 Tanjung Jabung Barat Uji-t Hipotesis dapat diterima jika nilai signifikan  $< 0,05$  atau  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Sebaliknya jika nilai signifikan  $> 0,05$  atau  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka hipotesis tidak diterima.

Hasil analisis yang diperoleh dari uji-t menunjukkan data nilai signifikan sebesar  $0.00 < 0,05$  dan nilai  $t_{hitung} 13.729 > 1.7531 t_{tabel}$ . Berdasarkan hasil data analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan.

**Tabel 6. Uji T Hipotesis**

**Paired Samples Test**

	Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference								
				Lower	Upper							
Pair 1	Tes_awal - Tes_akhir	4.250	1.238	.310	4.910	3.590	13.729	15	.000			

## **Pembahasan**

Futsal adalah olahraga kontak fisik yang menuntut kekuatan fisik prima dan ketepatan sebagai salah satu komponen utama kesegaran jasmani, terutama dalam aktivitas yang memerlukan perubahan posisi tubuh secara cepat. Ketepatan passing sangat penting bagi pemain futsal agar aliran bola dapat berjalan cepat dan tepat, mendukung taktik tim dengan efektif. Tanpa ketepatan passing yang baik, strategi permainan akan sulit berjalan optimal, padahal perpindahan bola dan pergerakan tanpa bola secara cepat dan terkoordinasi merupakan keindahan tersendiri dalam futsal yang menarik perhatian penonton.

Passing merupakan teknik dasar dalam futsal yang berfungsi mengoper bola kepada rekan satu tim untuk menciptakan ruang dan peluang mencetak gol. Latihan passing gerak dinamis telah terbukti memberikan hasil positif terhadap ketepatan passing pemain karena melatih kemampuan mereka untuk melakukan umpan dengan cepat, akurat, dan efektif dalam berbagai situasi permainan yang dinamis. Metode latihan ini membantu pemain beradaptasi dengan cepat terhadap tekanan lawan, pergerakan rekan tim, dan kondisi lapangan yang berubah-ubah, sehingga meningkatkan respons dan koordinasi dalam permainan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dari tes awal hingga tes akhir setelah penerapan latihan passing gerak dinamis selama kurang lebih enam belas kali pertemuan. Pada tes awal, rata-rata ketepatan passing pemain adalah 12,3, sedangkan pada tes akhir meningkat menjadi 16,56. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas latihan tersebut, yang juga didukung oleh antusiasme pemain selama sesi latihan dan minimnya kendala dalam pelaksanaan. Dengan demikian, latihan passing gerak dinamis terbukti mampu meningkatkan ketepatan teknik passing tim futsal Laskar FC U-18 secara signifikan.

## **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil yang di peroleh maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Latihan *Passing* Gerak Dinamis Terhadap Ketepatan *Passing* Tim Futsal Laskar Fc U-18 Tanjung Jabung Barat. Hasil analisis yang diperoleh dari uji-t menunjukkan data nilai signifikan sebesar  $0.00 < 0,05$  dan nilai  $t_{hitung} 13.729 > 1.7531$  t tabel.

**5. DAFTAR PUSTAKA**

- Ahsani, R., Nugraha, U., & Yanto, A. H. (2023). Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Ketepatan Passing pada Futsal di BWSS VI Kota Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 12(2), 75-83.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Erfandy, W., Asmawi, M., & Sulaiman, I. (2018). Model Latihan Keterampilan Shooting Futsal (Diyu) Untuk Usia Sma. *Jurnal Penjaskesrek*, 5(2), 190-197.
- Frayogha, J. (2019). Pengaruh Latihan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Akurasi Shooting Pemain Futsal. *Jurnal Patriot*, 1(3), 919-931.
- Hanafi, I., & Christina Yuli Hartati, S. (2015). Penerapan Modifikasi Permainan Terhadap Hasil Belajar Shooting Pada Permainan Futsal (Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 28 Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1), 189-194.
- Harsono. 2018. Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Dan Kesehatan. Bandung: Rosdakarya.
- Hasibuan, M. H. (2018, November). Pengembangan Model Latihan Passing Dan Receiving The Ball Pada Permainan Futsal. In Prosiding Seminar dan Lokakarya Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta (Vol. 3, No. 01, pp. 217-234).
- Irawan, Andri. 2009. Teknik Dasar Modern Futsal. Pena Pundi Aksara. Jakarta.
- Ismail, R. H. A., & Parlindungan, D. P. (2024). Pengaruh Latihan Passing Aktif Segitiga Dan Segiempat Terhadap Ketepatan Passing Pemain Pada Tiki Taka Futsal Akademi Jakarta. *Journal SportIndo*, 1(2), 15-20.
- Janin Fana Gumilang. 2015. Sumbangan Daya Ledak Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut Dan Kekuatan Otot Lengan Bahu Terhadap Kemampuan Accuracy Smash Normal Pada Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Bola Voli Putra Universitas Negeri Semarang Tahun 2012. Skripsi. Jurusan Kepelatihan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.
- Jaya, A. (2008). Futsal Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-Tips Permainan. Yogyakarta. Pustaka Timur.
- Kurniawan. Feri. 2012. Buku Pintar Pengetahuan Olahraga. Laskar Aksara. Jakarta.
- Lhaksana, Justinus. 2011. Taktik dan Strategi Futsal Modern. Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group).

- Lhaksana, Justinus. 2012. Taktik dan strategi futsal modern. Jakarta: Be Champion.
- M. Asriady Mulyono. 2017. Buku Pintar Futsal. Jakarta. Anugrah.
- Murhananto.2008. Dasar-dasar Permainan Futsal. Kawan Pustaka :Jakarta.
- Narlan, Abdul. (2017). Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal. E-journal. Siliwangi vol 3, No. 2 ISSN: 2476-9312.
- Noviada, G., Kanca, I. N., Darmawan, G. E. B., & Or, M. (2014). Metode pelatihan taktis passing berpasangan statis dan passing sambil bergerak terhadap keterampilan teknik dasar passing control bola futsal. Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha, 2(1).
- Oktavia, R. D., & Hariyanto, D. (2017). Pengaruh latihan passing berpasangan statis dan latihan passing bergerak dinamis terhadap ketepatan passing pada permainan futsal. Jp. jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan), 1(1), 30-41.
- Republik Indonesia. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan. Jdih.BPK Ri, 1-89, Undang-Undang (UU) Nomor 11 Tahun 2022.
- Sahda Halim.2009. 1 Hari Pintar Main Futsal. Yogyakarta: Media Presindo.
- Sari, P. R., & Nugraha, U. (2022). Pengaruh Latihan Wall Pass Terhadap Ketepatan Passing Tim Futsal Putri Tanjung Jabung Barat. Indonesian Journal of Sport Science and Coaching, 4(1), 91-99.
- Setiawan, W. A., Festiawan, R., Heza, F. N., Kusuma, I. J., Hidayat, R., & Khurrohman, M. F. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif dan Pasif. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 7(2), 270-278.
- Setyawan, D., Adi, S., & Wahyudi, U. (2017). Upaya meningkatkan keterampilan teknik passing futsal menggunakan model latihan bervariasi terhadap Tim Futsal SMA Negeri 2 Kota Probolinggo (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang).
- Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung:Alfabeta.
- Sukadiyanto, 2011. Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Jakarta Lubuk Agung.
- Susworo A, Saryono & Yudanto (2009) Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal. JURNAL.IPTEK OLAHRAGA.
- Utomo, M. P., Arifai, A., & Nugroho, R. A. (2023). Pengaruh Latihan Diamond Passing terhadap Ketepatan Passing Futsal SMAN 13 Bandar Lampung. Journal Of Physical Education, 4(2), 8016.

Wijayanti, D. I. P. R., & Kushartanti, B. W. (2014). Model tes keterampilan dasar futsal bagi pemain KU 10-12 tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), 32-45.

Zulkarnaim, M., Mas' ud, H., & Maemunah, M. (2022). Pengaruh Latihan Wall Pass dan Drill Pass terhadap Ketepatan Passing Siswa Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 1(3), 239-244.