



Meningkatkan Kemampuan Dan Akurasi *Passing*

Ahmad Hendriawan Pratama

Program Studi Pendidikan Olahraga, FIKKM Universitas Pendidikan Mandalika
Alamat e-mail (hendriawan99@gmail.com)

Abstrak

Tujuan pengabdian ini adalah meningkatkan kemampuan dan akurasi *passing* pemain futsal Random FC, metode yang digunakan adalah pelatihan, dan hasil pengabdian berupa peningkatan hasil kemampuan dan akurasi *passing* pemain futsal Random FC.

Kata Kunci

Kemampuan, Akurasi, *Passing*.

Pendahuluan

Untuk permasalahan masyarakat disini terkait olahraga, mungkin hanya di prasarananya, terkendala kondisi geografis disini yang tidak memungkinkan untuk membuat lapangan, ini untuk cabang olahraga sepak bola dan futsal, untuk cabang olahraga bulu tangkis masyarakat disini biasanya memanfaatkan lapangan di Sekolah Dasar. Dan untuk tim tempat saya berkegiatan ini mereka menyewa lapangan untuk Latihan dan bermain/sparing, yang dimana jadwal mereka 2 kali dalam satu minggu.

Permasalahan di tim Futsal Random Fc

1. Akurasi pemain kurang baik
2. *Passing* para pemain muda direbut lawan
3. Para pemain masih suka *passing* asal-asalan
4. Kurangnya Latihan

Metode Pengabdian

Setelah mendapatkan surat izin penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, peneliti menghadap ke pemain untuk meminta izin tentang penggunaan sebagai subyek penelitian. Setelah di data, penulis mengambil sampel pemain tim Random Futsal club sebanyak 13 orang. Setelah mendapatkan sampel dengan cara populasi maka tahap berikutnya adalah melakukan tes awal short *passing* bola ke sasaran atau gawang kecil. Dalam penelitian ini berlangsung 10 kali pertemuan perlakuan (treatment), dan dua kali pertemuan untuk tes awal (pretest) dan tes akhir (post-test).

Tes awal bertujuan untuk memperoleh data yang di gunakan untuk menyamakan tingkat kemampuan pemain atau teste. Sehingga dapat di ketahui perbedaan hasil yang di capai pemain atau teste selama treatment atau perlakuan 10 kali pertemuan.

Dari tes awal ini, sampel yang berjumlah 13 orang di pasang-pasangkan menjadi 7 pasang. Kemudian membagi sampel menjadi dua kelompok, yang kemudian di beri nama kelompok eksperimen I dan kelompok eksperimen II. Setelah terbentuk 2 kelompok, kemudian di adakan undian untuk menentukan bentuk latihan dari masing-masing kelompok. Selanjutnya kedua kelompok di beri perlakuan, kelompok I di beri perlakuan model latihan *passing* diamond dan kelompok II di beri model latihan *passing* triangle. Tabel pembagian kelompok peneliti



Hasil dan Pembahasan

Pemain lebih suka menggunakan variasi latihan karena pemain akan merasa bosan jika melakukan model latihan yang sama secara terus-menerus, model latihan triangle merupakan salah satu variasi model latihan *passing*. Hal tersebut di sampaikan oleh Sudarmanto Pelatih Kepala PS Hisbul Waton Kabupaten Pekalongan (Wawancara 27 September 2017) dengan adanya model latihan triangle di harapkan dapat menggunakan model latihan tersebut sebagai refrensi latihan atau model latihan triangle dapat di kembangkan dan disesuaikan dengan keadaan dalam tim.

1. Model latihan *passing* triangle lebih berpengaruh dari pada model latihan *passing* diamond terhadap meningkatkan akurasi *passing* pada pemain Random Futsal club tahun 2021.
2. Berdasarkan hasil analisis hipotesis ketiga yang penulis ajukan diterima dimana hasil uji t yaitu $t_{hitung} < 2.101$ dengan signifikansi $0.695 > 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan pengaruh antara latihan *passing* diamond dan *passing* triangle. Model latihan *passing* triangle lebih memberikan pengaruh terhadap akurasi *passing*. Hal ini di sebabkan karena model latihan *passing* triangle merupakan model latihan yang memiliki sudut lebih sedikit dari pada model latihan *passing* diamond, sehingga model latihan tersebut dapat meningkatkan akurasi secara maksimal.

Perbedaan bentuk sudut antara model latihan *passing* diamond dan model latihan *passing* triangle setelah di lakukan penelitian ternyata menimbulkan perbedaan pengaruh akurasi yang cukup besar antara kedua model latihan tersebut. Dengan demikian pelatih dapat menggunakan kedua model latihan tersebut dan pelatih dapat menentukan latihan mana yang efektif dan efisien sesuai dengan kondisi pemain serta fasilitas latihan yang tersedia.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data di atas, dapat di ambil kesimpulan peneliti sebagai berikut:

1. Ada pengaruh model latihan *passing* diamond terhadap akurasi *passing* futsal pada pemain Random Futsal club tahun 2021.
2. Ada pengaruh model latihan *passing* triangle terhadap akurasi *passing* futsal pada pemain Random Futsal club tahun 2021.
3. Model latihan *passing* triangle lebih berpengaruh signifikan dari pada model latihan *passing* diamond terhadap meningkatkan akurasi *passing* pada pemain Random Futsal club tahun 2021.

Saran

Berdasarkan kesimpulan maka saran peneliti adalah:

1. Pelatih dapat menggunakan model latihan *passing* triangle untuk meningkatkan akurasi *passing* karena memberikan pengaruh yang lebih baik dari pada model latihan *passing* triangle terhadap peningkatan akurasi *passing* futsal.
2. Pelatih dapat memberikan arahan atau coaching point memberikan dosis latihan sesuai dengan kebutuhan tim dan target yang akan di capai.
3. Peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut terhadap faktor-faktor dan sampel lain untuk efektifitas model latihan terhadap kemampuan akurasi *passing* sepakbola yang lebih efektif



Daftar Pustaka

- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukadiyanto.(2010). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hery. G. 2003. *Passing And Shooting*. Terjemahan Tim GMS. 2003. : Gapuramitra Sejati Rusli Lutan, Sudrajat Prawirasaputra dan Ucup Yusup. 2000. Dasar-Dasar Kepeatihan. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Santoso Giriwijoyo, dan Dikdik Zafar Sidik. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Lilik Sandyka. (2013). Perbedaan latihan *passing* bawah bervariasi dan latihan *passing* bawah lurus berhadapan terhadap ketepatan *passing* siswa SSB Garuda Muda KU 10-12 Tahun. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.