

Pengaruh Model Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Klub Youngma Futsal Kota Padangsidimpuan

Sakinah Hestiana Hasibuan¹, Muhammad Arnando², Aldo Naza Putra³, Mardepi Saputra⁴

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Sakinahhestiana18@gmail.com, 171050@fik.unp.ac.id, aldoaquino87@fik.unp.ac.id,

mardepi@fik.unp.ac.id.

DOI JPDO : <https://doi.org.10.24036/JPDO.8.1.2025.123> Vol (8), No (5) Mei 2025

Kata kunci : Futsal, Model Latihan, Variasi, Passing, Pemain

Abstrak : Masalah penelitian ini adalah rendahnya prestasi yang diduga disebabkan oleh kemampuan *passing* yang tidak akurat pada pemain Youngma Futsal Kota Padangsidimpuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh model latihan variasi terhadap peningkatan kemampuan *passing* Youngma Futsal Kota Padangsidimpuan. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy experiment*). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2024 di lapangan Glory Futsal. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampel Sensus (*sampling jenuh*), maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 16 orang pemain. Instrumen dalam penelitian ini tes *passing*. Uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* nilai signifikansi Sig. Untuk *pre test* eksperimen sebesar 0,196 lebih besar dari 0,05. Dan nilai signifikasni Sig. untuk *post test* eksperimen sebesar 0,073 Teknik analisis data menggunakan rumus statistik analisis uji t Sig. (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$ (SPSS v.22), Berdasarkan table *paired samples test* diketahui nilai Sig. (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$. Selanjutnya uji-t dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Model Latihan Variasi Terhadap *Passing* pemain Klub Youngma Futsal Kota Padangsidimpuan. Skor rata-rata hasil *passing* bola futsal pada tes awal (*pretest*) adalah hasil *pretest* dengan nilai rata-rata 11,25, sedangkan skor rata-rata hasil *passing* tes akhir (*posttest*) adalah 16,19 meningkat sebesar 4,94.

Keywords : *Futsal, Training Model, Variation, Passing, Player*

Abstract : *The problem of this research is the low performance which is thought to be caused by the inaccurate passing ability of Youngma Futsal players in Padangsidimpuan City. The aim of this research is to find out how much influence various training models have on improving the passing ability of Youngma Futsal in Padangsidimpuan City. This type of research is a quasi experiment. This research was carried out in July-August 2024 at the Glory Futsal field. The sampling technique used the Census sampling technique (saturated sampling), so the number of samples in this study was 16 players. The instrument in this research was a passing test. The data normality test uses the Shapiro-Wilk significance value of Sig. For the experimental pre-test, it was 0.196 which was greater than 0.05. And the significance value of Sig. for the experimental post test it was 0.073. The data analysis technique used the statistical formula for t test analysis Sig. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$ (SPSS v.22), Based on the paired samples test table, the Sig value is known. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$. Furthermore, the t-test can be concluded that there is an influence of the Variation Training Model on the Passing of Youngma Futsal Club players in Padangsidimpuan City. The average score of the futsal ball passing results in the initial test (pretest) was the pretest result with an average value of 11.25, while the average score of the final test passing results (posttest) was 16.19, an increase of 4.94.*

PENDAHULUAN

Futsal adalah salah satu cabang olahraga bola besar yang dimainkan di dalam ruangan dengan ukuran lapangan yang lebih kecil dari lapangan sepakbola, yang dimainkan oleh dua tim masing-masing tim terdiri dari 5 pemain.

Menurut Mulyono (2017: 5) semua pemain memiliki tugasnya masing-masing, namun dapat berperan aktif dalam setiap posisi menyerang dan bertahan, hal ini dikarenakan adanya karakteristik permainan futsal yang sangat cepat dan intensitas yang tinggi terhadap perubahan situasi.

Menurut Yulifri (2012: 3), untuk kemampuan teknik dasar yang harus dimiliki oleh pemain futsal yaitu: menendang bola (*kick*), mengumpan bola (*passing*), menggiring bola (*dribbling*), menahan bola (*controlling*), menendang bola ke gawang lawan (*shooting*), menyundul bola (*heading*), dan umpan lambung (*chipping*). Salah satu teknik utama yang harus dimiliki oleh pemain futsal adalah *passing*.

Menurut Hermans (2011: 31) "*Passing* adalah cara untuk mengoper bola kepada rekan tim untuk memulai suatu serangan, tujuannya untuk membuka ruang agar lawan tidak dapat menguasai bola dan dapat mencetak gol sebanyak-banyaknya, oleh karena itu kemampuan *passing* sangat diperlukan oleh setiap pemain futsal".

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga bola besar yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim berjumlah lima pemain. Menurut Mulyono (2014: 1) "Futsal merupakan jenis permainan yang dimainkan dengan segala aspek yang lebih sederhana dibandingkan sepakbola. Futsal dapat dimainkan dilapangan yang ukurannya lebih kecil dari lapangan sepakbola, dengan jumlah pemain yang lebih sedikit". Menurut Feri Kurniawan

(2011: 104) "Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim berjumlah lima pemain, yang tujuannya untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan memanipulasi bola dengan kaki dan kerjasama tim di dalam lapangan".

Sejak tahun 1998-1999, futsal sudah di kenal di Indonesia dengan Induk Organisasi FFI (*Federation Futsal Indonesia*), yang berada di bawah perlindungan PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia), kemudian PSSI berada di bawah naungan FIFA (*Federation Internationale de Football Association*). Namun sejarah futsal di Indonesia resmi diawali pada tahun 2002. Indonesia di tunjuk untuk menjadi tuan rumah oleh *AsianFootball Confederation* (AFC) dalam penyelenggaraan putaran final kejuaraan futsal tingkat Asia di Jakarta. Putaran kejuaraan futsal tingkat Asia di Jakarta diselenggarakan pada tanggal 22-30 Oktober 2002 di Istora Senayan Gora Bung Karno. Salah satu tokoh yang berjasa dalam membawa dan mengembangkan futsal di Indonesia adalah Justinus Lhaksana. Ia adalah seorang pelatih futsal yang memiliki sertifikat kepelatihan dari Asosiasi Sepak Bola Belanda. Ia bersama Almarhum Ajie Massaid mendirikan Tifosi AMFC pada tahun 2003, salah satu klub futsal profesional pertama di Indonesia. Sejak diperkenalkan secara resmi pada tahun 2002, futsal terus berkembang di Indonesia.

Namun kebanyakan yang terjadi saat ini, ketika melakukan *passing* tidak tepat pada sasaran atau tidak akurat. Sehingga pemain lawan dapat dengan mudah memotong bola atau membaca arah serangan. Dengan memiliki teknik dasar *passing* yang akurat dapat menunjang pemain futsal untuk menguasai suatu pertandingan.

Menurut Aldo Naza Putra, dkk (2022) pola pembinaan yang baik sangat dibutuhkan terutama teknik, taktik, fisik dan mental maka para pemain harus menguasai empat komponen tersebut agar dapat meningkatkan kemampuan dalam bermain.

Menurut Lhaksana (2011: 17) "Untuk dapat melakukan teknik *passing* yang baik diperlukan kemampuan kondisi fisik yang baik, kondisi fisik tersebut diantaranya: daya ledak otot tungkai (*power*), kekuatan otot (*strength*), kelenturan (*flexibility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*)".

Jumlah *passing* yang dibutuhkan untuk mencetak gol ke gawang lawan adalah kurang lebih 7 kali *passing* tergantung situasional untuk melakukan *passing*. Guna memperbaiki kemampuan teknik dasar *passing* dalam olahraga futsal maka dibutuhkan *passing* yang bervariasi.

Menurut Yogatama & Irawadi (2013), "Ada dua cara untuk melakukan *passing* diantaranya: operan pendek yang diberikan kepada teman yang jaraknya dekat dengan menggunakan tendangan mendatar (*short passing*), dan tendangan jarak jauh yang diberikan kepada teman yang jauh dengan menggunakan tendangan melambung (*long passing*)".

Menurut Mulyono (2014: 53) "*Passing* pada umumnya dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, selain itu *passing* juga dilakukan dengan menggunakan kaki bagian luar, tumit, punggung kaki, serta ujung kaki. Untuk melakukan beberapa *passing* di atas pada saat pertandingan, perlu kiranya untuk melihat situasi permainan agar dapat melakukan *passing* tersebut".

Karena *passing* merupakan teknik yang sangat penting yang harus dimiliki oleh

pemain futsal, maka diperlukan latihan khusus dalam peningkatan kemampuan *passing*, salah satunya adalah bentuk latihan variasi.

Menurut Udin S Winaprata (2009: 91) "Variasi adalah bentuk latihan yang berbeda-beda setiap pertemuan yang diberikan kepada atlet untuk meningkatkan kemampuan teknik *passing*, agar cara bermain tim bisa lebih baik dalam kondisi apapun, yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi atlet serta mengurangi kejenuhan dan kebosanan, serta meningkatkan kemampuan fisiknya".

Menurut Hendri (2011: 32) "Latihan Variasi adalah bentuk perubahan latihan satu ke latihan yang lainnya, atau suatu bentuk latihan dasar yang menggabungkan beberapa keterampilan Teknik dasar bermain futsal, tujuannya untuk mengatasi kebosanan dan kejenuhan, oleh karena itu dibutuhkan latihan variasi untuk meningkatkan kemampuan *passing* supaya tidak monoton, agar proses latihan berjalan dengan lancar".

Menurut Yulifri (2012: 77) "Faktor-faktor yang mempengaruhi *passing* diantaranya adalah posisi badan, tumpuan kaki, perkenaan bola pada kaki, pandangan dan kondisi fisik". Agar dapat meningkatkan *passing* yang baik dan akurat maka dibutuhkan latihan yang terarah dan teratur.

Menurut Sukadiyanto (2010: 1) menyatakan latihan merupakan suatu "Proses perubahan ke arah yang lebih baik yaitu untuk meningkatkan: kualitas fisik, kemampuan fungsional, peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih. Jadi untuk mencapai suatu prestasi dibutuhkan latihan yang terprogram dan sistematis, sehingga terjadi perubahan adaptasi tubuh.

Latihan merupakan suatu aktivitas olahraga yang dilakukan secara sistematis dalam waktu yang lama. Untuk meningkatkan beban latihan secara progresif dan fokus pada individu yang mengarah pada ciri-ciri fisiologis (fisik) dan psikologis (mental) pemain untuk mencapai tujuan yang sudah ditentukan”.

Salah satu klub futsal yang ada di Kota Padangsidempuan adalah Youngma futsal. Youngma futsal didirikan pada tanggal 18 Oktober 2015 tepatnya di Glory Futsal Kota Padangsidempuan. Youngma futsal melakukan latihan tiga kali dalam seminggu yaitu pada hari Senin, Kamis, dan Sabtu.

Klub ini juga sudah mengikuti berbagai pertandingan baik antar sekolah, umum maupun tarkan, dan klub ini juga sudah pernah mendapatkan prestasi juara 1 di Turnamen Nina CUP 2 tahun 2022 dan juara 3 di Turnamen Untemanis CUP 1 pada tahun 2023.

Berdasarkan hasil observasi peneliti sudah melakukan wawancara terhadap pelatih youngma futsal Kota Padangsidempuan. Dari hasil observasi dan wawancara tersebut terjadi penurunan prestasi yang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu: 1) sarana dan prasarana, 2) program latihan yang kurang efisien, 3) teknik, taktik, fisik, dan mental, 4) keseriusan atlet dalam mengikuti latihan. Namun berdasarkan pengamatan pada klub Youngma dalam bermain futsal masih banyak pemain yang mengalami kesulitan pada teknik dasar *passing*.

Beberapa faktor yang mempengaruhi teknik *passing* terhadap pemain Youngma diantaranya: 1) *Passing* yang kurang akurat sehingga bola tidak bergulir tepat pada sasaran, 2) Perkenaan kaki pada bola tidak tepat sehingga bola melenceng, 3)

Kekuatan, ketepatan, kelenturan dan keseimbangan yang kurang stabil, 4) Posisi badan yang tidak terarah, 5) Tumpuan kaki tidak sejajar dengan bola, 6) dan kondisi fisik yang kurang stabil. Untuk itu peneliti ingin meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* di klub Youngma futsal Kota Padangsidempuan.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *eksperimen semu* yaitu dengan menggunakan *one grup pretest-posttest*. Metode eksperimen merupakan salah satu metode penelitian untuk menimbulkan suatu keadaan atau kejadian, kemudian diteliti bagaimana akibatnya menurut Suharsimi Arikunto dalam Seto (2015: 30).

Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari perlakuan yang diberikan. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemain putra usia 16 tahun dari Klub YoungmaFutsal Kota Padangsidempuan. Kemudian dilakukan *pre-test* atau test awal, setelah dilakukan tes awal maka pemain diberikan perlakuan yang dan diakhiri dengan *post-test* atau tes akhir.

Untuk mendapatkan hasil yang baik apabila hasil tes setelah melakukan perlakuan memiliki perubahan yang signifikan dari hasil sebelum dilakukan perlakuan. Pelatihan dalam penelitian ini adalah latihan teknik *passing* dengan menggunakan model latihan variasi terhadap kemampuan *passing* dalam permainan futsal di Klub Youngma Futsal Kota Padangsidempuan.



Gambar 1. *Passing* Futsal
Sumber: Dokumentasi Penelitian



Gambar 4. *Passing* Futsal
Sumber: Dokumentasi Olahraga



Gambar 2. *Passing* Futsal
Sumber: Dokumentasi Penelitian



Gambar 5. *Passing* Futsal
Sumber: Dokumentasi Penelitian



Gambar 3. *Passing* Futsal
Sumber: Dokumentasi Penelitian



Gambar 6. *Passing* Futsal
Sumber: Dokumentasi Penelitian

HASIL

1. Deskripsi Data

Data yang diperoleh sebagai hasil penelitian adalah kuantitas melalui tes sebelum dan sesudah perlakuan Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Passing Futsal Dengan Menggunakan Model Latihan Variasi Klub Youngma Futsal Kota Padangsidempuan.

Variabel-variabel yang ada dalam penelitian ini yaitu model latihan variasi yang dilambangkan dengan X sebagai variabel bebas, sedangkan dengan kemampuan teknik dasar passing yang dilambangkan dengan Y sebagai variabel terikat.

Eksperimen dilaksanakan pada tanggal 8 Juli 2024 sampai tanggal 12 Agustus 2024. Pre-Test diambil pada tanggal 8 Juli 2024 dan Post Test diambil pada tanggal 12 Agustus 2024 di lapangan Glora Futsal Kota Padang sidempuan. Treatmen dilakukan selama 16 kali pertemuan dengan frekuensi 3 (Tiga) kali dalam seminggu, yaitu pada hari senin, kamis dan sabtu.

1. Hasil Pre-Test (Tes Awal)

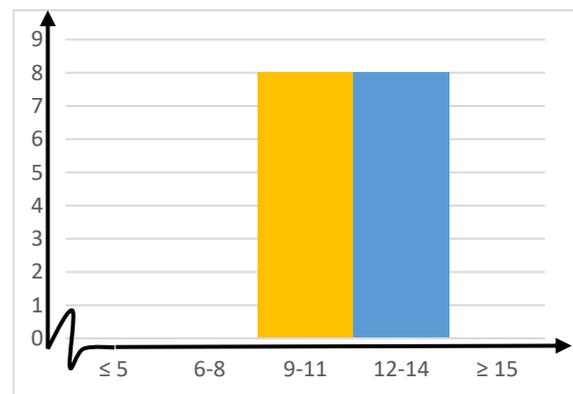
Berdasarkan analisis data tes awal kemampuan passing pemain Futsal Klub Youngma Kota Padangsidempuan, maka dari 16 orang sampel diperoleh skor maksimal 14 dan skor minimal 9. Kemudian diperoleh standar deviasi 1,61 dan skor rata-rata 11,25. Distribusi frekuensi data awal (pre test) kemampuan passing pemain Futsal Klub Youngma Kota Padangsidempuan, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal (pre test) Kemampuan Passing

No	Kategori	Fa	Fr (%)	
1	≥ 15	Baik Sekali	0	0%
2	12 - 14	Baik	8	50%
3	9 - 11	Sedang	8	50%
4	6 - 8	Kurang	0	0%
5	≤ 5	Kurang Sekali	0	0%
Total			16	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel di atas, kemampuan passing pemain Futsal Klub Youngma Kota Padang sidempuan dari 16 sampel diperoleh 8 orang (50%) pada kategori sedang dan 8 orang (50%) pada kategori baik.



Gambar 7. Histogram Pretest

2. Hasil Post-Test (Tes Akhir)

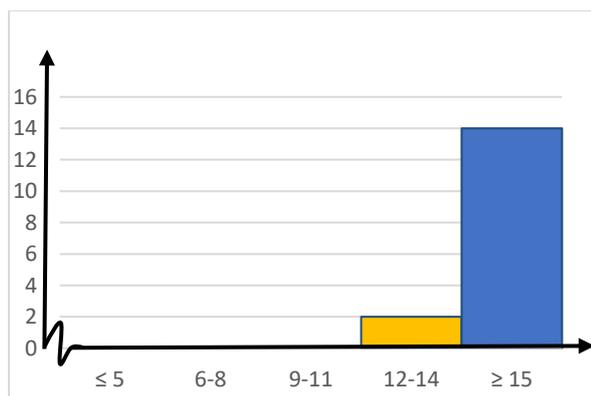
Berdasarkan analisis data tes akhir kemampuan passing pemain Futsal Klub Youngma Kota Padangsidempuan, maka dari 16 orang sampel diperoleh skor maksimal 18 dan skor minimal 14. Kemudian diperoleh standar deviasi 1,42 dan skor rata-rata 16,18. Distribusi frekuensi data akhir (post test) kemampuan passing pemain Futsal Klub Youngma Kota Padangsidempuan, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Tes Akhir (*post test*) Passing

No	Kategori		Fa	Fr (%)
1	≥ 15	Baik Sekali	14	88%
2	12 - 14	Baik	2	12%
3	9 - 11	Sedang	0	0%
4	6- 8	Kurang	0	0%
5	≤ 5	Kurang Sekali	0	0%
Total			16	100%

Sumber: Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel di atas, kemampuan *passing* pemain Futsal Klub Youngma Kota Padangsidempuan dari 16 sampel diperoleh 2 orang (13%) pada kategori baik dan 14 orang (88%) pada kategori baik sekali.



Gambar 8: Histogram *Posttest*

A. Uji Persyaratan Analisis

Hipotesis penelitian ini diuji dengan menggunakan analisis uji t. Sebelum dilakukan analisis uji t, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis data, yaitu uji normalitas masing-masing dari variabel. Uji normalitas data dari variabel-variabel dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dikarenakan jumlah sampel dibawah 50 orang, yaitu uji normalitas selebaran data.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dengan taraf nyata (α) = 0,05. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Shapiro-Wilk* dengan SPSS, yang pertama jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal. Yang kedua sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan tabel *output* SPSS tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansi Sig. untuk *pre test* eksperimen sebesar 0,196 lebih besar dari 0,05. Dan nilai signifikansi Sig. untuk *post test* eksperimen sebesar 0,073. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Shapiro-Wilk* di atas, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

B. Uji Homogenitas

Uji homogenitas atau uji *statistic* yang dilakukan sebelum membandingkan dua kelompok atau lebih, agar perbedaan yang ada bukan disebabkan adanya perbedaan data dasar. Dasar pengambilan keputusan uji homogenitas adalah: Apabila kemungkinan nilai sig. < 0,05 maka varians dari dua atau lebih kelompok populasi atau sampel data yaitu tidak homogen. Apabila kemungkinan nilai sig. > 0,05 maka varians dari dua atau lebih kelompok atau sampel data yaitu homogen.

Berdasarkan hasil *Test of Homogeneity of Variances* diatas maka yang diperoleh hasil Sig. 051 yang mana data tersebut dikatakan homogen karena > 0.05.

Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.331	4	11	.051

Hasil: Berdasarkan hasil *Test of Homogeneity of Variances* diatas maka yang diperoleh hasil Sig. 051 yang mana data tersebut dikatakan homogen karena > 0.05 .

C. Pengujian Hipotesis

Berdasarkan analisis komparasi dengan rumus uji beda mean (uji t) yang dilakukan maka diperoleh hasil analisis uji beda mean (uji t). Dasar pengambilan keputusan uji independen sampel t test. Yang pertama, jika nilai *Sig. (2-tailed)* $> 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak ada pengaruh yang signifikan, yang kedua jika nilai *Sig. (2-tailed)* $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan.

Berdasarkan *table output paired samples statistics* di atas jumlah data adalah 16. Nilai rata-rata atau *mean* untuk *pre test* adalah 11.25 sementara untuk nilai rata-rata atau *mean post test* adalah 16,19. Standar deviasi atau simpangan baku adalah untuk *pre test* 1,61 dan untuk *post test* 1,42 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara *pre test* dan *post test* sebesar 4,94. Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwasannya hasil *pre test* dan *post test* memiliki hubungan yang signifikan (*Sig.* $0,00 < 0,05$). Nilai *pearson correlation* sebesar 0,965 atau 96,5%.

Berdasarkan *table paired samples test* diketahui nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji t maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat

pengaruh yang signifikan Model Latihan Variasi Terhadap kemampuan *passing* pemain Klub Youngma Futsal Kota Padang sidempuan.

PEMBAHASAN

Seperti halnya dengan hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan Model Latihan Variasi Terhadap *Passing* pemain Klub Youngma Futsal Kota Padang sidempuan. Permainan futsal membentuk seorang pemain agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan lawan. Dengan bermain futsal, pemain bisa mengembangkan kemampuannya dengan baik (Muzaffar & Saputra, 2019).

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	11.250	16	1.612	.403
	Post Test	16.19	16	1.424	.356

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada pemain futsal Klub Youngma Futsal Kota Padangsidempuan. Penelitian dilakukan dengan Model Latihan Variasi, menganalisis uji pengaruh antara tes awal (*pretest*), perlakuan (*traetment*) dan tes akhir (*posttest*). Adapun pelaksanaan tersebut dilakukan dengan rincian 1 kali *pretest*, 16 kali pertemuan *treatment* dan 1 kali *posttest*. Penelitian ini dilakukan dengan model *pre-experimental design*.

Pelaksanaan tes dalam penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali, yaitu tes sebelum dan sesudah yang diberikan *treatment*. Pelaksanaan tes pertama

bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal pemain (*pretest*), sebelum diberikan treatment pada pemain, sedangkan tes kedua atau tes akhir (*posttest*) bertujuan mengetahui peningkatan kemampuan setelah diberikan treatment pada pemain.

Upaya dalam meningkatkan kemampuan yang dimiliki pemain secara umum berjalan dengan baik, namun dalam pelaksanaan di lapangan sedikit mengalami kendala atau keterbatasan diantaranya adalah penyesuaian suasana latihan yang setiap pertemuannya berbeda-beda karena setiap pemain tidak semuanya dalam kondisi yang baik, pemain juga terkadang terlambat dikarenakan mengikuti les atau kegiatan lainnya.

Namun beberapa kendala tersebut semaksimal mungkin dioptimalkan oleh peneliti, untuk mengatasi hal tersebut dengan terus memberikan motivasi, semangat, serta mendorong mereka selalu bekerja sama tanpa harus memikirkan bahwa latihan tersebut sebagai beban yang sangat berat, menciptakan suasana yang humoris pada suasana latihan sehingga berjalan dengan baik.

Setiap pemain futsal harus memiliki keterampilan Teknik dasar yang bagus itu menjadi faktor yang penting dalam futsal. Menurut Alvarez & Vera dalam (Ardiyanto, E. 2023) permainan futsal juga mengandalkan kemampuan teknik yang sangat tinggi dari masing-masing pemain tanpa terkecuali. Bentuk keterampilan dasar futsal antara lain; teknik dasar menendang (*passing*), teknik dasar menahan bola (*controll*), teknik dasar lambung (*chip*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*) dan teknik menembak (*shooting*) (Festiawan, 2020).

Semua Teknik dasar diatas perlu dikuasai dan dipahami oleh para pemain, oleh sebab

itu untuk mendapatkan kinerja yang terbaik dan perlu dikembangkan secepatnya, dan sangat penting untuk mendapatkan kualitas pencapaian yang terbaik.

Model latihan yang digunakan juga harus memenuhi tujuan pelatihan agar diperoleh pelatihan yang efektif dan mempengaruhi tingkat keberhasilan anak. Maka dari itu dibutuhkan model latihan variasi *passing* agar dapat meningkatkan keterampilan dasar khususnya keterampilan *passing*.

Passing merupakan bagian dari teknik yang harus selalu dilatih disetiap sesi latihan untuk memperoleh gerakan yang baik dan benar, bukan hanya tentang gerakan tetapi juga ketepatan arah *passing* tersebut (Ramadhan, 2019).

Banyaknya kesalahan yang dilakukan saat *passing* sangat merugikan tim dan akan selalu menjadi hambatan untuk membangun setiap serangan kelawan. *Passing* merupakan teknik olah fisik futsal yang menggunakan teknik tertentu untuk dapat memberikan bola kepada salah satu teman dalam satu tim, dibutuhkan operan yang akurat (Ardiyanto, E. 2023).

Kemampuan mengoper atau *passing* juga akan menentukan kemampuan tim untuk menang dalam sebuah permainan (Yarobi, M. 2023). Selain itu, melalui keterampilan mengoper atau *passing* yang baik, akan tercipta kondisi permainan yang harmonis di antara kaki ke kaki.

Pemain futsal harus memiliki kemampuan teknik untuk *passing* atau mengoper bola. *Passing* yang baik, cermat, atau akurasi operan yang tepat akan memudahkan untuk mencetak gol ke gawang lawan (Yarobi, M. 2023).

Di dalam olahfisik futsal untuk mendapatkan sebuah kemenangan diperlukan kerjasama tim yang baik antar sesama pemain dengan cara melakukan

passing yang memudahkan teman untuk menerimanya.

Jadi prinsip *passing* bukan hanya untuk melewati lawan, tetapi untuk memberikan umpan ke teman dan untuk memulai strategi penyerangan. Ini merupakan langkah awal dalam menyusun strategi menyerang tim.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atlet youngma kota padang sidempuan, maka pengujian hipotesis dapat ditarik kesimpulan bahwa berdasarkan *table paired samples test* diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji t maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan Model Latihan Variasi Terhadap Klub Youngma Futsal Kota Padang sidempuan.

Selanjutnya uji-t dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Model Latihan Variasi Terhadap *Passing* pemain Klub Youngma Futsal Kota Padangsidempuan. Skor rata-rata hasil *passing* bola futsal pada tes awal (*pretest*) adalah hasil *pretest* dengan nilai rata-rata 11,25, sedangkan skor rata-rata hasil *passing* tes akhir (*posttest*) adalah 16,19 meningkat sebesar 4,94.

Kemudian uji homogenitas berdasarkan hasil *Test of Homogeneity of Variances* diketahui nilai Sig. sebesar $0,51 > 0,05$, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji homogenitas maka data tersebut dikatakan homogen. Jadi, model latihan variasi dapat meningkatkan kemampuan *passing* pemain futsal Klub Youngma Futsal Kota Padangsidempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanto, E. (2023). Pengaruh Latihan Variasi *Passing* Terhadap Peningkatan Passing Pada Tim Putra Ukm Futsal STKIP PGRI Pacitan (*Doctoral Dissertation, STKIP PGRI PACITAN*).
- Ariyanto, D., Putra, A. N., Emral, E., & Wulandari, I. (2023). Kemampuan Teknik Dasar Pemain Futsal Klub Seggeh Rimbo Bujang Kabupaten Tebo. *Jurnal JPDO*, 6(3), 103-108.
- A Fadhillah, D Damrah, E Emral, M Arnando - *Jurnal JPDO*, 2023. Kemampuan Teknik Dasar Bermain Futsal Siswa Ekstrakurikuler SMA Lubuk linggau, 6 (11) 1-9.
- Arnando, M., Firdaus, K., & Kibadra, F. U. (2018). Pengetahuan Gizi Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Padang. *Jurnal MensSana*. 3(2), 1-6.
- Arie Asnaldi. dkk. 2019. Sosialisasi Program Latihan Motor Ability Kepada Asisten Pelatih Dojo Lembaga Karate-DO Indonesia Se-Kecamatan Koto Tengah.
- Arsil. (2008). Pembinaan Kondisi Fisik. Padang. FIK-UNP Padang.
- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal*, 1(2), 160.
<https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2556>

- Asnaldi, A., FIK-UNP, Z., & M, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16. <https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.75>
- Danny, S., Sapto, A., & Usman, W. (2011). Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik *Passing* Futsal Menggunakan Model Latihan Bervariasi Terhadap Tim Futsal Sma Negri 2 Kota Probolinggo, 1–13.
- Fadlilah, A. I. H. (2023). Pengaruh Latihan *Short Passing* Berbasis Android Dalam Permainan Sepak Bola (Studi Eksperimen Pada Siswa SSB Mitra United Usia 10 Tahun) (*Doctoral Dissertation*, Universitas Siliwangi).
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik Dan Taktik: Pengaruhnya Terhadap Keterampilan Bermain Futsal. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 143-155.
- Fikri, Z., & Fahrizqi, E. B. (2021). Penerapan Model Latihan Variasi *Passing* Futsal. *Journal Of Physical Education*, 2(2), 23-28.
- Ginting, S. S. (2019). Analisis Kemampuan Teknik *Control*, *Heading* Dan *Passing* Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 13 Kota Bengkulu. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 118-124.
- Girsang, F. H., & Supriadi, A. (2021). Pengaruh Variasi Latihan *Shooting After Dribbling* Dan *Shooting After Passing* Terhadap Akurasi *Shooting* Pada Atlet Usia 11-13 Tahun Ssb Soccer Pratama Tahun 2021. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, 2(1), 53-61.
- Gunawan, G., & Mahfud, I. (2022). Pengaruh Latihan *Dribble* Dengan Metode Bermain Terhadap Hasil *Dribble* Sepak Bola Ssb Mitra Utama Lampung Selatan. *Journal Of Physical Education*, 3(2), 49-58.
- Hermans, (2011). Upaya Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Futsal. (31).
- Irawan, A., & Fitranto, N. (2020). Profil Kondisi Fisik Tim Futsal Liga Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta 2019. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education*, 4(2), 72-82.
- Syafaruddin, S. (2018). Tinjauan Olahraga Futsal. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2).
- Supriady, A. (2021). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Nias KBB. *Musamus Journal Of Physical Education And Sport (MJPES)*, 3(02), 141-151.
- WIGUNA, A. P. (2023). Pengaruh Latihan *Leg Crul* Dan *Leg Extention* Terhadap Kemampuan *Shooting* Pada Tim Futsal Saka FC (*Doctoral Dissertation*, Universitas Hamzanwadi).
- Yarobi, M. (2023). Pengaruh Latihan Metode Drill Terhadap Kemampuan Akurasi *Passing* Bola Permainan Futsal Pada Siswa Ekstrakurikuler SMPN 1 BEBER. *Journal Of Physical Education And Sport Science*, 5(2), 5-9.

Yuniarto, A., Supriyadi, S., & Sudjana, I. N. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis *Mobile Learning* Teknik Dasar Dan Peraturan Permainan Futsal. *JP. JOK* (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan), 2(1), 51-62.

Yulifri, (2012). Kemampuan Teknik dasar *passing*, (3).

Yuniarto, A., Supriyadi, S., & Sudjana, I. N. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis *Mobile Learning* Teknik Dasar Dan Peraturan Permainan Futsal. *JP. JOK* (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan), 2(1), 51-6

