

---

**PENGARUH LATIHAN PASSING AKTIF SEGITIGA TERHADAP AKURASI PASSING  
PADA PEMAIN LABSCHOOL FUTSAL ACADEMY PADANG**

**Muhammad Fadli<sup>1</sup>, Alimuddin<sup>2</sup>, Didin Tohidin<sup>3</sup>, Hadi Pery Fajri<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Negeri Padang, Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Negeri Padang, Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

<sup>3</sup>Universitas Negeri Padang, Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

<sup>4</sup>Universitas Negeri Padang, Ilmu Keolahragaan, Padang, Indonesia

\*Coresponding Author. Email: [muhammadfadlimf0812@gmail.com](mailto:muhammadfadlimf0812@gmail.com)

\*Email Author: [muhammadfadlimf0812@gmail.com](mailto:muhammadfadlimf0812@gmail.com), [alimuddin@fik.unp.ac.id](mailto:alimuddin@fik.unp.ac.id)  
[didintohidin@fik.unp.ac.id](mailto:didintohidin@fik.unp.ac.id), [hadiperyfajri@fik.unp.ac.id](mailto:hadiperyfajri@fik.unp.ac.id)

---

*Received: 3 Mei artikel dikirim; 10 Mei Revised: 17 Mei artikel revisi; 24 Mei Accepted: 30 Mei artikel diterima*

---

**Abstrak:** permasalahan dari penelitian ini adalah akurasi *passing* pemain Labschool Futsal Academy Padang masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh latihan *passing* aktif segitiga terhadap akurasi *passing* pada pemain Labschool Futsal Academy Padang. Jenis penelitian adalah eksperimen semu dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Labschool Futsal Academy Padang yang berjumlah 16 orang. Sampel yang diambil dari hasil "*total sampling*". Instrumen yang digunakan adalah tes *passing* pada futsal Dermawan (2016). Analisis data menggunakan SPSS 22. Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh latihan *passing* aktif segitiga terhadap akurasi *passing* pada pemain Labschool Futsal Academy Padang diketahui nilai rata-rata pre-test sebesar 14,12, standar deviasi 1,89 dan nilai rata-rata post-test 17,93, standar deviasi 1,98 dengan presentase peningkatan sebesar 26,98%. Berdasarkan nilai pre-test dan post-test dengan menggunakan uji t-paired *sample test* didapatkan t hitung 28,038 > t tabel 1,753. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapatnya pengaruh latihan *passing* aktif segitiga terhadap akurasi *passing* pada pemain Labschool Futsal Academy Padang.

**Kata Kunci:** Latihan, *passing* aktif segitiga, akurasi *passing*

**THE EFFECT OF ACTIVE TRIANGLE PASSING TRAINING ON THE PASSING  
ACCURACY OF LABSCHOOL FUTSAL ACADEMY PADANG**

**Abstract:** The problem of this research is that the passing accuracy of Labschool Futsal Academy Padang players is still low. This study aims to determine whether there is an effect of active triangular passing exercises on passing accuracy in Labschool Futsal Academy Padang players. This type of research is quasi-experimental with data collection techniques using observation. The population in this study were 16 Labschool Futsal Academy Padang players. Samples taken from the results of "total sampling". The instrument used was the passing test on Dermawan futsal (2016). Data analysis using SPSS 22. Based on the results of research on the effect of active triangular passing exercises on passing accuracy in Labschool Futsal Academy Padang players it is known that the pre-test average value is 14.12, the standard deviation is 1.89 and the post-test average value is 17.93, a standard deviation of 1.98 with an increase of 26.98%. Based on the pre-test and post-test values using the t-paired sample test, it was obtained t count 28.038 > t table 1.753. The results showed that there was an effect of active triangular passing exercises on passing accuracy for Labschool Futsal Academy Padang players.

**Keywords:** Exercise, triangular active passing, passing accuracy

---

**PENDAHULUAN**

Olahraga mempunyai peran yang penting dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan *modern* sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dalam kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kebutuhan tubuh agar tetap sehat.

Pada salah satu pasal dalam UU No 11 Tahun 2022 yaitu pasal 1 ayat 12 disebutkan olahraga prestasi adalah yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Saat ini olahraga futsal mengalami perkembangan pesat, khususnya dikalangan tingkat SMA. Hal ini terlihat semakin banyak jasa yang menawarkan fasilitas futsal untuk mengadakan kejuaraan-kejuaraan futsal antar sekolah menengah atas. Kemenangan di tentukan oleh banyaknya gol yang di cetak ke gawang lawan, dalam sebuah pertandingan tentunya tidak langsung memenangkan pertandingan, usaha memenangkan pertandingan tentu memerlukan proses untuk meraihnya, untuk mendapatkan prestasi yang maksimal dalam permainan futsal selain pemain harus memiliki kekuatan, kelincahan, kelentukan, daya tahan dan juga harus mempunyai keterampilan dasar bermainnya. Penguasaan keterampilan dasar salah satunya untuk meningkatkan prestasi, tingkat keterampilan yang dimiliki para pemain menentukan penampilannya dalam bermain futsal.

Futsal membutuhkan teknik atau keterampilan khusus, baik itu teknik dalam membawa bola maupun teknik menahan bola. Tidak heran apabila seorang pemain futsal secara teknis lebih baik dibandingkan dengan para pesepakbola konvensional. Futsal adalah suatu jenis olahraga yang memiliki aturan tegas tentang kontak fisik. *Sliding tackle* (menjegal dari belakang), *body charge* (benturan badan), dan aspek kekerasan lain seperti dalam permainan sepakbola tidak diizinkan dalam futsal. Ini menjadi salah satu alasan utama mengapa pertandingan futsal digemari banyak orang, terutama kaum ibu yang tak perlu mencemaskan cedera dan perkelahian.

Menurut Mulyono (2017) "futsal adalah salah satu di antara cabang olahraga yang termaksud bentuk permainan bola besar". Sepak bola berkembang menjadi alternatif olahraga futsal, karena lebih efisien untuk digunakan lahan serta ukuran lapangan yang agak lebih kecil. Futsal dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri atas lima pemain, salah satunya adalah kiper, futsal mempunyai karakteristik di antaranya adalah semua pemain aktif berpartisipasi secara merata dan kapan saja bisa main walaupun dalam keadaan fase bertahan atau menyerang, eksekusi sangat cepat dengan tingkat presisi yang sangat tinggi sehingga dapat mengejutkan lawan kemudian melakukan langkah cepat sepanjang permainan.

Menurut Hawindri (2016) futsal merupakan "suatu permainan yang dilakukan di dalam ruangan yang menggunakan lapangan berukuran kecil dan disertai dengan peraturan yang ketat dan mengandalkan fisik yang maksimal". Futsal merupakan olahraga beregu yang didasarkan atas teknik, pengolahan bola dan pemahaman setiap pemain terhadap permainan. Prinsip dalam permainan futsal yaitu memasukkan bola ke gawang lawan dengan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan oleh lawan, bagi tim yang mencetak gol terbanyak maka tim itu yang memenangkan pertandingan.

Menurut Rahmani (2014) "Futsal adalah sebentuk permainan bola (seperti sepakbola) yang terlahir dari ketidak mampuan orang-orang dalam membuat lapangan bola kaki. Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing regu beranggotakan lima orang, tujuannya adalah memasukkan bola ke dalam gawang lawan, dengan cara memanipulasi bola dengan kaki, tim yang banyak menciptakan gol maka tim tersebut yang memenangkan pertandingan".

*Passing* merupakan salah satu strategi penting dalam permainan futsal dimana Kepada salah satu rekannya, seorang pemain mengirimkan umpan atau umpan cepat. Karena teknik *passing* ini sering digunakan sepanjang permainan, sangat penting bagi setiap pemain untuk menguasainya. dibandingkan dengan *passing* bola yang lebih jarang dilakukan di lapangan kecil. Menurut Aji (2016) "*Passing* yang baik dan benar sangat dibutuhkan pada permainan futsal, karena dalam menguasai teknik ini maka akan mempermudah teman kita untuk menerima bola". Mengoper juga dapat dilakukan dengan kaki bagian dalam dan luar.

Menurut Luxbacher (2012) "Passing adalah menendang bola atau mengoper bola dengan kaki asli ke teman". *Passing* atau operan memiliki pengertian operan kepada teman atau bola yang dioperkan dari satu pemain ke pemain lain dalam satu regu. Teknik *passing* dapat dilakukan pada saat kelompok tersebut mengontrol bola. Karena itu, prosedur *passing* dapat membuka pintu berharga bagi kelompok untuk mencetak gol.

Model latihan *passing* aktif segitiga juga dapat meningkatkan kemampuan akurasi *short passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang melakukannya. Latihan ini juga dapat menunjang kemampuan pemain dalam hal *ball feeling* ketika akan mengoper bola kepada rekannya. *Ball feeling* merupakan "rasa" terhadap bola sehingga memudahkan pemain dalam mengatur pemain dalam menguasai bola.

Latihan ini juga dapat meningkatkan kemampuan *passing support* antar pemain. Kendala yang di hadapi dalam model latihan ini yaitu, pemain harus belajar lebih keras dalam mengatur kecepatan *passing*, pemain akan mendapatkan kesulitan untuk mengarahkan bola dengan jarak dan sudut yang berbeda-beda setelah itu pemain harus melakukan pergerakan atau rotasi.

Menurut Harjanto (2019) "*passing triangle* yaitu mempunyai bentuk latihan *passing segitiga* dan jarak lintasan antar sudut yang berbeda". Model latihan *Passing aktif segitiga* adalah model latihan *passing* yang mempunyai bentuk segitiga dengan jarak lintasan antar sudut yang sama. Pada model latihan ini arah lintasan *passing* memiliki jarak 5-7m, jika jarak terlalu jauh maka bola akan mudah di potong oleh lawan. Model persiapan *passing dinamis* tiga sisi dapat bekerja pada ketepatan *passing* pendek serta lebih mengembangkan kapasitas penguasaan bola pemain yang mewujudkannya.

Club Labschool Futsal Academy Padang merupakan salah satu club futsal amatir yang ada di Kota Padang. Labschool Futsal Academy atau yang lebih dikenal dengan Labschool Futsal Academy Padang sudah mulai aktif dari tahun 2012 hingga sekarang. Kegiatan latihan club futsal ini biasa diadakan pada hari senin, rabu dan jumat. Latihan di lakukan di Lapangan Futsal Salingka Tabing

Dalam melakukan *observasi* dan pengamatan pada jalannya latihan futsal di lapangan peneliti menemukan masalah yang di timbulkan dari permainan futsal di antaranya Masih kurangnya kemampuan *passing* pemain sehingga dalam pelaksanaan latihan taktik, strategi atau *set play* tidak berjalan dengan baik. Saat melakukan *passing* arah badan atau *body position* tidak mengarah ke tujuan atau ke teman yang akan menerima *passing*, sehingga *passing* yang dihasilkan masih kurang akurat, kemudian perkenaan kaki ke bola atau *impact* terhadap bola saat akan melakukan *passing* masih kurang baik. Pemain tidak melakukan pergerakan tanpa bola setelah melakukan *passing*. Peneliti ingin mengetahui pengaruh latihan *passing* aktif segitiga terhadap akurasi *passing* pada pemain Labschool Futsal Academy Padang

**METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi eksperimental design*), variabel penelitian dan desain penelitian eksperimen yang dipilih. Desain eksperimen disajikan dalam bentuk kontelasi penelitian sehingga dapat memberikan gambaran untuk menguji aktivitas perlakuan (Sugiyono, 2011). Teknik pengumpulan data ialah observasi, tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Labschool Futsal Academy Padang yang berjumlah 16 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah tes *passing* pada futsal. Analisis data menggunakan SPSS 22.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini diperoleh berdasarkan data dari pre-test dan post-tes yang dilakukan pada tes *passing* futsal dapat dilihat dibawah ini :

**Tabel 1. Distribusi pengujian pres-test dan pengujian post-test**

Hasil	Pre-test	Post-test
Mean	14,12	17,93
Median	14	18
Mode	13	17
Std.Deviation	1,89	1,98
Peningkatan presentase	26,98 %	

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai normal pretest adalah 14,12, standar deviasi 1,89 dan nilai rata-rata *post-test* 17,93, standar deviasi 1,98 dengan presentase sebesar 26,98%.

Uji normalitas pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji kolmogorov-smirnof Kriteria yang digunakan uji taraf signifikansi sebesar sig 0,05 (5 %) kriteria pengujian "diterima" jika L hitung >L tabel dan sebaliknya. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas data penelitian.**

Test	L hitung	L tabel	Sig.	Keterangan
Pre-Test	0,500	0,213	0,05	Normal
Post-Test	0,339	0,213	0,05	Normal

Dari hasil pada tabel di atas, diketahui data-data akurasi passing pada pemain Labschool Futsal Academy Padang diperoleh pre-test L hitung  $0,500 > L$  tabel  $0,213$  dan post-test L hitung  $0,339 > L$  tabel  $0,213$ , Hasil dapat disimpulkan bahwa data-data penelitian berdistribusi normal.

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kriteria homogenitas yaitu jika  $F$  hitung  $> F$  tabel maka distribusi data homogen dan jika  $F$  hitung  $< F$  tabel maka distribusi tidak homogen. Hasil uji homogenitas dapat dilihat di bawah ini:

**Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian.**

Test	F hitung	F tabel	Sig.	Keterangan
Akurasi passing	30,957	4,60	0,05	Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas di atas data-data akurasi Passing pada pemain Labschool Futsal Academy Padang diperoleh nilai  $F$  hitung  $30,957 > F$  tabel  $4,60$  dengan hasil yang diperoleh tersebut dapat disimpulkan bahwa varians bersifat homogen.

Paired Sampel t test digunakan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* aktif segitiga terhadap akurasi *passing* pada pemain Labschool Futsal Academy Padang. Uji-t test pada Paired Sampel t test dalam penelitian ini menggunakan uji kolmogorov-smirnof. kriteria pengujian jika  $t$  hitung  $>$  dari  $t$  tabel maka sebaran dikatakan pengaruh terhadap variabel dan jika  $t$  hitung  $<$   $t$  tabel sebaran dikatakan tidak adanya pengaruh terhadap variabel. Hasil uji hipotesis (uji-t) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4. Hasil Uji Paired Sampel t-test.**

Pretest-Postest	df	t tabel	t hitung	P	Sig. 5%
Akurasi <i>Passing</i>	15	1,753	28,038	0,000	0,05

Berdasarkan hasil uji paired sampel t- test diketahui bahwa nilai  $t$  hitung  $28,038 > t$  tabel  $1,753$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *passing* aktif segitiga terhadap akurasi *passing* pada pemain Futsal Labschool Futsal Academy Padang.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian ,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dibuktikan dengan  $t$  hitung  $>$  dari  $t$  tabel ( $28,038 > 1,753$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan “terdapat pengaruh latihan *passing* aktif segitiga terhadap akurasi *passing* pada pemain Labschool Futsal Academy Padang”.

### DAFTAR PUSTAKA

Aji, Sukma. (2016). Buku Olahraga Paling Lengkap, Jakarta: PT. Serambi Distribusi.

Dermawan, D. (2016). Skripsi Pengembangan Instrumen Tes Passing Futsal. FIK. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Medan.

Harjanto, D. S. (2019). Pengaruh model latihan passing diamond dan triangle terhadap akurasi passing, Universitas Negeri Semarang, Semarang.

Hawindri (2016). Survey Minat Dan Motivasi Pemain Futsal Siswa Smp Negeri 21 Makassar. Skripsi. Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.Hlm 27.

Luxbacher, J. (2012). Sepak Bola: Langkah-Langkah Menuju Sukses. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

### **Jurnal Ilmu Keolahragaan I (3), 2023**

Muhammda Fadli<sup>1</sup>, Alimuddin<sup>2</sup>, Didin Tohidin<sup>3</sup>, Hadi Pery Fajri<sup>4</sup>

Mulyono, Asriady. (2017). Buku Pintar Panduan Futsal. Jakarta: PT Laskar Aksara.

Rahmani., Mikanda. (2014). Buku Super Lengkap Olahraga. Jakarta: Dunia Cerdas.

Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Pendidikan. Alfabeta, Bandung.

Undang-undang RI No. 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan Pasal 1 Ayat 12