

## **PENGARUH LATIHAN *DIAMOND PASSING* TERHADAP KETEPATAN *PASSING* FUTSAL**

(Studi Eksperimen pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMK NEGERI 1BLORA)

**Miftakhul Khusna Dizki Pratama<sup>1</sup>, Pungki Indarto<sup>2</sup>, Agam Akhmad Syaukani<sup>3</sup>**

Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>1,2,3</sup>

a810200073@student.ums.ac.id<sup>1</sup>

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengukur pengaruh dan seberapa besar signifikan pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan *passing* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri 1 Blora. Penelitian dilaksanakan pada 29 Juli - 10 September 2024 di SMK Negeri 1 Blora. Metode penentuan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel 20 siswa. Data diperoleh melalui *pre-test* dan *post-test*. Metode analisis yang digunakan adalah uji normalitas, homogenitas, dan uji t untuk menguji hipotesis. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa *Diamond Passing* pada *passing* futsal dapat memberikan dampak secara signifikan dengan nilai  $0.000 < 0.05$  hal ini menunjukkan adanya pengaruh dan dapat dilihat nilai *tcount* > *ttable* yaitu dengan angka  $5.140 > 1,724$ , menunjukkan bahwa latihan *Diamond Passing* memberikan dampak atau memberikan pengaruh terhadap *passing* futsal siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Blora. Simpulan, ada pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan *passing* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal.

Kata Kunci : *diamond passing*, futsal, *passing*

### **ABSTRACT**

*This research aims to measure the influence and how significant the impact of diamond passing training is on the passing ability of students who take part in the futsal extracurricular at SMK Negeri 1 Blora. The research was conducted on 29 July - 10 September 2024 at SMK Negeri 1 Blora. The sampling method was carried out using a purposive sampling method with a sample size of 20 students. Data was obtained through pre-test and post-test. The analytical methods used are the normality test, homogeneity test, and t-test to test the hypothesis. The research results show that Diamond Passing in futsal passing can have a significant impact with a value of  $0.000 < 0.05$ . This shows that there is an influence and it can be seen that the *tcount* > *ttable* value is  $5.140 > 1.724$ , showing that Diamond Passing practice has an impact or influence on passing. futsal extracurricular students at SMK Negeri 1 Blora. In conclusion, there is an influence of diamond passing training on the passing ability of students who take part in extracurricular futsal.*

*Keywords: diamond passing, futsal, passing*

### **PENDAHULUAN**

Futsal adalah permainan bola yang melibatkan dua tim, futsal menjadi populer karena merupakan versi kecil dari sepak bola dan dapat dimainkan di lapangan yang lebih kecil. Sebab itulah, banyak orang lebih memilih futsal dibandingkan sepak bola karena olahraga ini lebih mudah dimainkan (Nosa et al., 2019). Olahraga ini memiliki peran penting dalam perkembangan pemain sepak bola, karena futsal membutuhkan perubahan kecepatan, reaksi cepat, daya tahan, kekuatan otot, serta kerja jantung yang

tinggi (Clanet, 2015). Keberhasilan seseorang dalam bermain futsal diukur dari penguasaan keterampilan futsalnya. Untuk menguasai keterampilan dasar futsal, perlu berlatih secara rutin dan disiplin.

Salah satu latihan yang dapat dilakukan dalam meningkatkan keterampilan bermain futsal adalah dengan menerapkan metode *Diamond Passing*. *Diamond passing* merupakan metode latihan *passing* di mana pemain membentuk pola berbentuk wajik atau *diamond* sejajar dengan arah umpan, dengan posisi pemain yang terus berputar. Setiap set latihan memiliki jarak yang konsisten, yaitu 10 meter. Pola latihan ini berjalan secara diagonal untuk meningkatkan akurasi umpan pendek dan penguasaan bola pemain yang berpartisipasi dalam latihan tersebut (Rivki et al., 2023).

Salah satu sekolah di Blora yang memiliki ekstrakurikuler futsal adalah SMK NEGERI 1 BLORA. Pada dasarnya dalam berlatih SMK Negeri 1 Blora memiliki kendala dalam permainan yang dilakukan sehingga membuat beberapa prestasi dalam dunia futsal menjadi terhalang. Dari observasi dan pengamatan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa hal tersebut disebabkan karena kurangnya kemampuan siswa ekstrakurikuler dalam melakukan ketepatan tendangan *passing* menjadi salah satu masalah yang harus ditemukan solusinya.

Dalam menangani masalah yang terjadi di SMK Negeri 1 Blora, peneliti melakukan uji coba atau eksperimen dengan menggunakan latihan metode *diamond passing* yang akan diterapkan pada 20 siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Blora. Untuk memenuhi tujuan penelitian yaitu mengukur pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan *passing* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri 1 Blora dan menentukan seberapa signifikan pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan *passing* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri 1 Blora.

## **KAJIAN TEORI**

Olahraga merupakan kebutuhan penting bagi kesehatan tubuh setiap orang. Ada berbagai macam cara dan jenis olahraga, mulai dari yang ringan hingga yang intens. Melakukan olahraga tidaklah sulit. Bahkan, aktivitas sehari-hari seperti berjalan-jalan bisa dianggap sebagai bentuk olahraga karena membantu menggerakkan tubuh dan membakar kalori (Susanto, 2016). Olahraga adalah kebutuhan yang berkelanjutan dalam hidup, berperan sebagai sarana untuk menjaga kesehatan fisik, mental, dan sosial.

Teknik *passing* dalam pertandingan futsal sangat sering digunakan dan menjadi keterampilan yang sangat penting dibandingkan dengan teknik lainnya. Oleh karena itu, latihan teknik dasar *passing* futsal menjadi keharusan bagi para pemain. Futsal dikenal dengan penekanan pada umpan-umpan pendek, atau yang lebih dikenal sebagai *passing*. Teknik dasar *passing* ini esensial untuk mengalirkan bola antar pemain dalam upaya membangun serangan dan mencetak gol (Indarto et al., 2018).

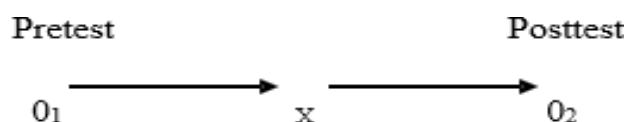
*Diamond passing* merupakan metode latihan *passing* di mana pemain membentuk pola berbentuk wajik atau *diamond* sejajar dengan arah umpan, dengan posisi pemain yang terus berputar. Setiap set latihan memiliki jarak yang konsisten, yaitu 10 meter. Pola latihan ini berjalan secara diagonal untuk meningkatkan akurasi umpan pendek dan penguasaan bola pemain yang berpartisipasi dalam latihan tersebut (Harjanto, 2019).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one group*

*pretest-posttest*. Metode eksperimen melibatkan pemberian perlakuan, yaitu latihan, yang digunakan untuk menentukan hubungan sebab akibat dari pelaksanaan latihan tersebut.

Tes dilaksanakan dua kali dapat dilakukan dengan passing sekuit tenaga diarahkan ketujuan yang tersedia untuk menentukan skor yang diperoleh dan skor dianggap sah apabila dilakukan sesuai peraturan.



**Keterangan :**

- O1** : Pretest
- O2** : Posttest
- X** : Treatment

Waktu pelaksanaan penelitian akan dilaksanakan di Gedung Olahraga di daerah Blora pada Senin 29 Juli 2024, *Treatment* dilaksanakan setelah *pretest* dilakukan sebanyak 12 kali pertemuan dan untuk pelaksanaan *posttest* dilaksanakan pada hari Senin 10 September 2024. Dengan mengambil sampel sebanyak 20 siswa menggunakan metode *purposive sampling*, yang merupakan teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu.

Pada pengambilan data dan pelaksanaannya peneliti menggunakan Instrumen test yaitu menggunakan tes mengumpan dan mengontrol bola (*Passing-Controlling*), yang diadaptasi dari pengembangan instrumen tes keterampilan futsal menurut (Hulfian, L., & Subakti, 2022).

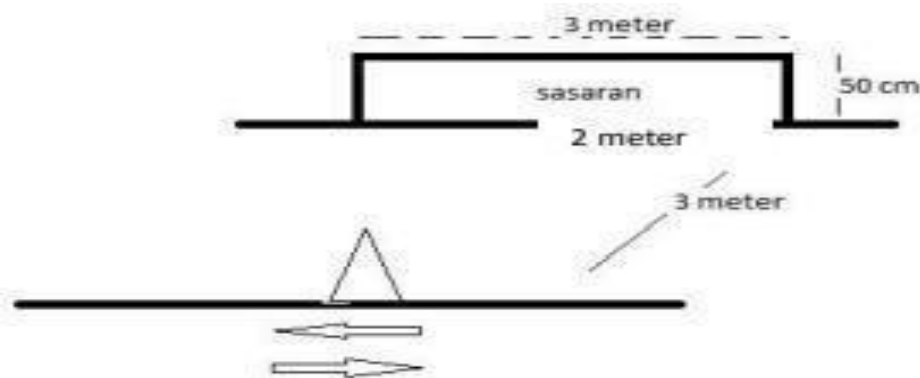
Dalam penelitian yang menjadi partisipan adalah siswa SMK Negeri 1 Blora yang mengikuti ekstrakurikuler, hal ini ditunjukkan melalui keikutsertaan siswa dan melalui persensi kehadiran dalam ekstrakurikuler. SMK Negeri 1 Blora dipilih dalam penelitian ini karena pada pengamatan dan observasi yang telah dilakukan SMK Negeri 1 Blora merupakan salah satu SMK yang berada di Blora, dan memiliki ekstrakurikuler futsal, selain itu kemampuan yang menurun dalam beberapa tahun terakhir menjadi alasan mengapa penelitian dilakukan di SMK Negeri 1 Blora. Siswa SMK Negeri 1 Blora yang mengikuti ekstrakurikuler adalah sejumlah 50 siswa, baik aktif maupun pasif.

Menurut (Priadana, Sidik & Sunarsi, 2021), sampel merupakan representasi atau bagian dari populasi yang akan diteliti, juga dikenal sebagai miniatur populasi. Penelitian ini mengambil sampel sebanyak 20 siswa menggunakan metode *purposive sampling*, yang merupakan teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu. Kriteria sampel meliputi siswa yang sehat, tidak mengalami cedera, dan memiliki kehadiran di atas 75% dalam ekstrakurikuler futsal, dan memiliki kesanggupan untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Instrumen test menggunakan tes mengumpan dan mengontrol bola (*Passing-Controlling*), yang diadaptasi dari pengembangan instrumen tes keterampilan futsal menurut (Hulfian, L., & Subakti, 2022).

Berdasarkan hasil uji coba instrumen tes yang sudah dilakukan diketahui bahwasannya instrumen tes memiliki *validitas* yang tinggi dan *reliabilitas* sedang, sehingga instrumen tes tersebut dapat digunakan untuk tes pengukuran keterampilan futsal. Dalam pelaksanaannya diperlukan beberapa bahan dalam penelitian yaitu (3 bola,

lakban hitam, cone, meteran, bidang datar dengan dinding tembok didepannya atau papan ukuran 2m x 50cm, *stopwacth*, alat tulis, dan pluit). Pelaksanaan akan dilakukan dengan *Testee* akan berdiri dibelakang garis sejauh 2 M dengan sikap kaki yang siap menendang, apabila aba-aba telah diberikan maka *Testee* menendang bola ke arah dinding dan menahan kembali ketika bola kembali ke arah *Testee*, Setelah menahan bola, *Testee* menggeser bola dengan kaki kanan ke sebelah kiri cone (corong) apabila *Testee* memulai menendang bola di sebelah kanan cone (corong). Begitu juga sebaliknya, apabila *Testee* mulai menendang di sebelah kiri cone (corong) maka setelah menahan bola harus langsung menggeser bola ke sebelah kanan cone (corong) dengan kaki kiri. Lakukan kegiatan ini dalam kurun waktu 30 detik.

Perhitungan sekora yang sah adalah dengan menghitung dari setiap perolehan satu kali kegiatan menendang, menahan, dan mengontrol bola yang sah. Skor tidak dihitung apabila bola yang ditendang tidak mendarat/naik lebih tinggi dari 50cm. Skor tidak dihitung apabila bola tidak ditahan dengan telapak kaki/kaki bagian dalam. Skor tidak dihitung apabila menahan bola di depan garis batas tendang. Dan hasil akhir adalah jumlah tendangan dan control bola selama 30 detik.



Gambar. Ilustrasi instrument test *passing*

Pada penelitian yang dilakukan dprosedur yang harus dilakukan dalam setaip penelitian yang dilakukan adalah, memsatkan peserta yang mengikuti adalah siswa yang sama dalam setiap rangkaian penelitan yang dilakukan, data yang telah dicatat tidak boleh tertukar antar siswa. Latihan akan dimulai apabila semua siswa sudah hadir pada lokasi. Setiap latihan dilakukan akan diawali dengan doa dan pemberian arahan mengenai latihan yang akan dilakukan.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1  
Deskripsi Statistik Akurasi *Passing* Tes Awal dan Tes Akhir

Variabel	Tes	N	Max	Min	Mean
Pre-test	Pre	20	19	13	16.30
Post-test	Post	20	21	16	118.25

Sumber: Analisis data primer tahun 2024

Sebanyak 20 siswa yang memiliki keterampilan dalam *passing* futsal. Pada uji coba *passing* dengan variabel pre-test sebanyak 20 siswa memiliki nilai paling tinggi adalah 19 kali dan nilai paling rendah 13 kali melakukan *passing* dalam kurun waktu 30 detik. Sedangkan pada uji coba setelah siswa menjalani latihan *Diamond passing* diperoleh hasil bahwa ketepatan *passing* yang dilakukan siswa SMK Negeri 1 Blora

menjadi mengkat yaitu diperoleh bahwa nilai paling tinggi adalah 21 kali dan nilai paling rendah 16 kali melakukan *passing* futsal dalam kurun waktu yang sama yaitu selama 30 detik.

### Uji normalitas

Tabel 2  
Hasil Uji Normalitas

Varbel	Sig	Kesimpulan
<i>Pre-Test</i> Passing Futsal	0,200>0,05	Normal
<i>Post-Test</i> Passing Futsal	0,122>0,05	Normal

Sumber: Analisis data primer tahun 2024

Data yang diperoleh dapat dikatakan data normal berdasarkan hasil analisis melalui SPSS dan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov Test*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh pada data *pre-test* dengan nilai sig 0,200>0.05 yang menunjukkan data normal dan sedangkan pada data *post-test* dengan nilai sig 0,122>0.05 yang juga menunjukkan data normal. Sehingga dapat dilakukan analisis lebih lanjut dan data yang dihasilkan pada penelitian ini memenuhi syarat dalam analisis uji t.

### Uji homogenitas

Tabel 3  
Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data

Variabel	Sig	Kesimpulan
<i>Pre-Test</i>	0,200	Homogen
<i>Post-Test</i>	0,122	Homogen

Sumber: Analisis data primer tahun 2024

Dari hasil pengujian dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dapat dilihat bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini memiliki variabel homogen karena berdasarkan kriteria yang telah dipaparkan pada teori diatas menunjukkan nilai sig > 0.05.

### Uji hipotesis

Tabel 4  
Hasil Uji T

Collinearity Statistics	B	T	Sig
Constant	1.751	0.617	0.545
Post Test	0.797	5.140	0.000

Sber: analisis data primer 2024

Dari hasil analisis uji t dapat dilihat bahwa pada dasarnya besaran pengaruh latihan *Diamond Passing* pada *passing* futsal dapat memberikan dampak secara signifikan hal ini ditunjukkan melalui tabel diatas pada kolom sig dengan nilai  $0.000 < 0.05$  hal ini menunjukkan adanya pengaruh akan tetapi juga dapat dilihat melalui hasil uji t yang ditunjukkan melalui kolom t yang menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu dengan angka  $5.140 > 1,724$ . Berdasarkan teori diatas menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh memiliki arti bahwa latihan *Diamond Passing* memberikan dampak atau memberikan pengaruh terhadap *passing* futsal siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Blora.

## PEMBAHASAN

Sebanyak 20 siswa yang memiliki keterampilan dalam *passing* futsal. Pada uji coba *passing* dengan variabel pre-test sebanyak 20 siswa memiliki nilai paling tinggi adalah 19 kali dan nilai paling rendah 13 kali melakukan *passing* dalam kurun waktu 30 detik. Sedangkan pada uji coba setelah siswa menjalani latihan *Diamond passing* diperoleh hasil bahwa ketepatan *passing* yang dilakukan siswa SMK Negeri 1 Blora menjadi mengkat yaitu diperoleh bahwa nilai paling tinggi adalah 21 kali dan nilai paling rendah 16 kali melakukan *passing* futsal dalam kurun waktu yang sama yaitu selama 30 detik. Berdasarkan hasil analisis diperoleh pada data *pre-test* dengan nilai sig  $0,200 > 0,05$  yang menunjukkan data normal dan sedangkan pada data *post-test* dengan nilai sig  $0,122 > 0,05$  yang juga menunjukkan data normal. Sehingga dapat dilakukan analisis lebih lanjut dan data yang dihasilkan pada penelitian ini memenuhi syarat dalam analisis uji t. Dari hasil pengujian dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dapat dilihat bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini memiliki variabel homogen karena berdasarkan kriteria yang telah dipaparkan pada teori diatas menunjukkan nilai sig  $> 0,05$ . Dari hasil analisis uji t dapat dilihat bahwa pada dasarnya besaran pengaruh latihan *Diamond Passing* pada *passing* futsal dapat memberikan dampak secara signifikan hal ini ditunjukkan melalui tabel diatas pada kolom sig dengan nilai  $0,000 < 0,05$  hal ini menunjukkan adanya pengaruh akan tetapi juga dapat dilihat melalui hasil uji t yang ditunjukkan melalui kolom t yang menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu dengan angka  $5,140 > 1,724$ . Berdasarkan teori diatas menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh memiliki arti bahwa latihan *Diamond Passing* memberikan dampak atau memberikan pengaruh terhadap *passing* futsal siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Blora.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa siswa dengan jumlah 20 Pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMK Negeri 1 Blora. Mekanisme  $H_0$  diterima, dimana  $H_a$ : Terdapat pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan. Berdasarkan hasil pembahasan besar pengaruh latihan *diamond passing* terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri 1 Blora.  $H_0$  diterima dengan keterangan  $H_a$ : Latihan *diamond passing* berpengaruh besar terhadap kemampuan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMK Negeri 1 Blora.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2016). Teknik Analisis Kualitatif. *Makalah Teknik Analisis Ii*, 1–7. [Http://Staffnew.Uny.Ac.Id/Upload/132232818/Pendidikan/Analisis+Kuantitatif.Pdf](http://Staffnew.Uny.Ac.Id/Upload/132232818/Pendidikan/Analisis+Kuantitatif.Pdf)
- Clanet, C. (2015). Sports Ballistics. *Annual Review Of Fluid Mechanics*, 47, 455– 478. <https://doi.org/10.1146/annurev-fluid-010313-141255>
- Danuri, & Maisaroh, S. (2019). Metodologi Penelitian. In *Samudra Biru*.
- Gustian, G., & Jatmika, H. M. (2018). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Futsal Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Smp Negeri Se-Kecamatan Wonosari Daerah Istimewa Yogyakarta. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 7(4).
- Harjanto, D. S. (2019). *Pengaruh Model Latihan Passing Diamond Dan Triangle Terhadap Akurasi Passing*.

- Hermawan, Y. R., & Purbodjati. (2021). Perkembangan Ekstrakurikuler Olahraga Futsal Di Madrasah Ibtidai'yah Negeri 15 Magetan Dalam Peningkatan Kebugaran Jasmani. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(4), 229–240.
- Hulfian, L., & Subakti, S. (2022). Tingkat Validitas Dan Reliabilitas Instrument Tes Keterampilan Bermain Futsal. *Academia: Jurnal Inovasi Riset Akademik*, 2(1), 27–3.
- Janir, D. (2012). Statistik Deskriptif & Regresi Linierber Ganda Dengan Spss. *Jurnal April 52, April 2012*, H. 13.
- Lhaksana, J. (2012). *Taktik & Strategi Futsal Modern*. Be Champion. Markhamah, Utsman, A., Seno, U., Rohmawati, N. A., & Digna, D. (2022). *Merajut Talenta Inovasi Sejak Dini*. Muhammadiyah University Press.
- Maryami, D. (2017). Profil Kondisi Fisik Pemain Putih Abu-Abu Futsal Universitas Negeri Yogyakarta (Paf Uny) Menuju Women Pro Futsal League Tahun 2016. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 6(1).
- Mulyono, M. A. (2017). *Buku Pintar Futsal*. Anugrah.
- Nadzalan, A. M., Badaru, B., Adila, F., Imron, F., Haryono, S., & Hidayah, T. (2022). The Effectiveness Of The Wall Pass And Diamond Pass Practice Method On Short Passing Accuracy. *Sciences*, 10(5), 871–877.
- Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017). Physical And Physiological Demands Of Futsal. *Journal Of Exercise Science & Fitness*, 15(2), 76–80.
- Nosa, V. T. A., Sulaiman, I., Nurdin, F., & Praniata, A. R. (2019). Model Pembelajaran Shooting Futsal Untuk Siswa Sma. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(1), 27. <https://doi.org/10.31571/Jpo.V8i1.1218>
- Nuryadi, N., Astuti, D., Utami, S., & M Budiantara, M. B. (2027). *Dasar Dasar Statistik Penelitian*.
- Priadana, Prof. Dr. H.M Sidik, M. ., & Denok Sunarsi, S. P. M. M. Ch. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books.
- Rivki, M., Bachtiar, A. M., Informatika, T., Teknik, F., & Indonesia, U. K. (2023). *Pengaruh Model Latihan Passing Diamond Dan Triangle Terhadap Akurasi Passing*. 112.
- Sucipto. (2015). *Pembelajaran Futsal (Implementasi Pendekatan Taktis)*. Cv. Bintang Warliartika.
- Sujak, & Aqib, Z. (2022). *Penringnya Pendidikan Karakter Bagi Pesrta Didik Di Sekolah*. Andi Publisher.
- Susanto, T. (2016). *Buku Pintar Olahraga*.
- Syarifudin, B. (2010). *Panduan Ta Keperawatan Dan Kebidanan Dengan Spss* (B. Syarifudin, Ed.). Grafindo Litera Media. Wiarto, G. (2022). *Olahraga Permainan*. Guepedia.