

## PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES DAN LATIHAN RONDO TERHADAP KETEPATAN PASSING PADA PEMAIN CLUB FUTSAL ALDIFA BANJARMASIN

Zanzabil Adwa Fitriani<sup>1\*</sup>, Boyke Adam Hatena Manopo<sup>2</sup>, Eko Juli Fitrianto<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yograkarta, Yogyakarta, Indonesia

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

\* zanzabiladwa.2021@student.uny.ac.id

**(Received: July 2022 / Revised: September 2022 / Accepted: September 2022)**

**ABSTRAK** : Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Small Sided Games* (SSG) dan latihan *Rondo* terhadap ketepatan *passing* pada pemain klub Futsal Aldifa Banjarmasin. Metode eksperimen yang dipakai pada penelitian ini dengan desain penelitian "*Two Group Pre-test and Post-test Design*". Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang dengan teknik *sampling* menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengelompokan *treatment* dilakukan dengan cara *MSOP* (*Match Subject Ordinal Pairing*). Instrumen penelitian menggunakan pengembangan instrument tes dalam mengukur kemampuan pada sepakbola yang diadopsi dari DR. Norbert Rogalski dan DR. Ernst Dagel. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Data yang diperoleh dari tes awal dan tes akhir ketepatan *passing* yang sudah melalui tahapan uji prasyarat dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan uji-t. Adapun uji hipotesis kelompok SSG diperoleh bahwa nilai ( $6.678 > 2.262$ ), sedangkan uji hipotesis kelompok rondo diperoleh ( $2.372 > 2.262$ ). Dengan demikian dari hasil tersebut membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari masing-masing latihan tersebut. Hasil uji t diperoleh ( $1.310 < 2.101$ ), dengan demikian hasil uji-t menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Namun melihat dari angka selisih rata-rata posttest kelompok yang dimana SSG sebesar 6.80 sedangkan *Rondo* 5.90 sehingga memiliki selisih 0.900 lebih tinggi kelompok SSG. Maka hasil ini membuktikan bahwa dari kedua metode latihan pada penelitian ini sama-sama memberikan pengaruh akan tetapi pada kelompok SSG memberikan dampak yang lebih baik dalam hal ketepatan *passing* dibandingkan latihan *Rondo* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin.

**KATA KUNCI** : Latihan *Small Sided Games*; Latihan *Rondo*; Ketepatan *Passing*

**ABSTRACTS** : This study was conducted to determine the effect of the *Small Sided Games* (SSG) and *Rondo* exercises on the accuracy of *passing* on the players of the Futsal club Aldifa Banjarmasin. The experimental method used in this research is the "*Two Group Pre-test and Post-test Design*" research design. The sample in this study amounted to 20 people with a sampling technique using *purposive sampling* technique. The treatment grouping was done using *MSOP* (*Match Subject Ordinal Pairing*). The research instrument used the development of a test instrument to measure football ability which was adopted from DR. Norbert Rogalski and DR. Ernst Dagel. Data analysis in this study used prerequisite tests which included normality and homogeneity tests. The data obtained from the initial test and final test of graduation accuracy that have gone through the prerequisite test stage are followed by hypothesis testing using the t-test. The value of the SSG group hypothesis test was obtained ( $6,678 > 2,262$ ), while the rondo group hypothesis test was obtained ( $2,372 > 2,262$ ). Thus from these results prove that there is a significant effect of each of these exercises. The results of the t-test were obtained ( $1.310 < 2.101$ ), thus the results of the t-test showed that there was no significant difference between the two groups. However, if it is seen from the number of differences in the average posttest of the group where the SSG is 6.80 while *Rondo* is 5.90, so it has a



*difference of 0.900 which is higher in the SSG group. So these results prove that the two training methods in this study have the same effect, but the SSG group has a better effect in terms of passing accuracy compared to Rondo training on Aldifa Banjarmasin futsal club players.*

**KEYWORD :** *Small Sided Games Training; Rondo Training; Passing Accuracy.*

---

## **1. PENDAHULUAN**

Futsal yang dikutip oleh (Windoro et al., 2019) merupakan jenis olahraga permainan yang banyak disenangi oleh masyarakat seluruh dunia. Sedangkan menurut (Ramaci et al., 2015) futsal ialah olahraga yang dimainkan oleh 2 tim yang berisikan 5 orang dan termasuk olahraga yang populer yang dimana peminat olahraga ini melebihi 30 juta pemain dari 100 negara. Oleh karena itu futsal salah satu olahraga pilihan masyarakat yang digunakan sebagai hobi, hiburan, serta menjaga kebugaran dan kesehatan (Wijaya Kusuma, 2021). Dari hasil kutipan yang sudah dijelaskan maka definisi futsal yang dipahami peneliti adalah olahraga yang dominan dijadikan sebagai hiburan, hobi, beraktivitas fisik dan juga prestasi. Hal tersebut juga senada dengan (UU No 3 Tahun 2005, 2005) bahwa olahraga merupakan aktivitas manusia yang dilakukan secara terencana dan terprogram untuk membina, mendidik, bahkan mengembangkan kemampuan, serta juga menjelaskan tentang olahraga sebagai pendidikan, olahraga sebagai rekreasi dan olahraga sebagai prestasi.

Olahraga futsal juga serupa dengan sepak bola. Namun yang membedakan pada permainan futsal ialah adanya modifikasi aturan permainan dan lapangan serta jumlah pemain. Menurut (Badaru, 2017) futsal adalah olahraga yang serupa dengan sepakbola, hal tersebut terlihat dari teknik dasar yang digunakan dalam permainan serta dalam permainnya pula juga memerlukan kekuatan stamina, mental, serta strategi. Adapun perbedaan dari kedua olahraga tersebut terlihat dari hal mendasar yaitu dari pola melakukan serangan maupun bertahan. Yang dimana model permainan dalam futsal lebih dominan menggunakan permainan dari kaki ke kaki maksudnya ialah melakukan operan- operan pendek karena ukuran lapangan yang kecil daripada sepak bola. Hal ini senada dengan (Lhaksana, 2012) bahwa karakteristik dalam permainan futsal melibatkan individu saling bekerja sama melalui *passing* yang tepat serta futsal berangkat dengan 100% ball possession. Maka dari pernyataan diatas dapat kita pahami dalam permainan futsal, *passing* adalah teknik yang paling dominan dilakukan.

Dalam permainan futsal individu dituntut untuk menguasai teknik *passing* yang baik, dikarenakan dalam hal ini berguna sebagai kontrol alur permainan, menguasai permainan, dan memberikan operan dari kaki ke kaki pemain serta bola yang dikuasai akan dipertahankan. Dari segi kemampuan individu yang mampu melakukan ketepatan yang tinggi dalam hal mengarahkan bola tepat sasaran maka operan yang dilakukan merupakan operan yang berkualitas. Individu yang memiliki pemahaman taktik yang baik tapi tidak ditunjang dengan teknik dasar yang baik salah satunya *passing* maka taktik yang diberikan pelatih tidak akan jalan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* individu yang tinggi memberikan dampak yang baik dalam permainan futsal salah satunya mampu mengarahkan bola sesuai arah yang dikehendaki. Dengan demikian pemain harus melakukan latihan yang rutin agar terjadi otomatisasi sehingga dapat memiliki kemampuan ketepatan *passing* yang tinggi.

Peningkatan kemampuan, seperti halnya peningkatan teknik pada cabang olahraga dapat dilakukan secara sistematis yang disebut dengan latihan (Budiwanto, 2012). Sedangkan menurut (Roediyanto & Budiwanto, 2008 dalam Septianwari, 2020) latihan merupakan aktivitas yang diberikan pada atlet guna meningkatkan kemampuan secara terprogram hingga atlet bisa meraih prestasi terbaik atau tertinggi dengan pemberian metode yang berurutan, terarah, bertahap, meningkat dan berulang-ulang. Dengan demikian berdasarkan 2 kutipan yang sudah dijelaskan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa latihan digunakan untuk meningkatkan kemampuan atlit dengan cara sistematis dan teratur guna mampu



menampilkan kemampuan terbaik. Dalam hal ini yaitu latihan *passing*. Maka dari itu metode latihan *Small Sided Games* dan *Rondo* salah satu latihan yang dapat diterapkan dalam hal meningkatkan *passing* pada permainan futsal.

Latihan *Small Sided Games* adalah suatu metode latihan yang diterapkan dalam permainan futsal yang hampir menyerupai permainan sesungguhnya dengan melakukan perubahan seperti halnya aturan, ukuran lapangan serta orang yang terlibat dalam permainan. Menurut (Roni et al., 2018) mendefinisikan *Small Sided Games* adalah metode yang memiliki manfaat dalam hal memberikan peningkatan pada ketepatan *passing* dengan metode permainan yang memiliki tingkat tekanan yang tinggi dalam hal melakukan *passing* dikarenakan adanya modifikasi aturan dan ukuran lapangan permainan. Sedangkan menurut (Aprianto et al., 2021) *Small Sided Games* merupakan latihan yang memiliki dampak baik untuk meningkatkan suatu teknik dikarenakan metode ini dapat menciptakan situasi permainan sebenarnya yang dimana metode ini juga menggabungkan beberapa aspek seperti teknik, taktik bahkan fisik. Dengan demikian ketepatan *passing* dapat dilakukan dengan metode latihan *Small Sided Games*, dikarenakan metode tersebut menuntut pemain seakan-akan pemain sedang dalam permainan sesungguhnya yang dimana seperti menghadapi situasi tekanan yang tinggi serta metode latihan ini pula memberikan variasi latihan. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan (Jamshad & Praveen, 2017) bahwa keuntungan yang didapatkan dalam latihan *Small Sided Games* dibandingkan permainan sebenarnya adalah pemain lebih banyak dalam menyentuh bola dan banyak melibatkan pemain dalam permainan. Dengan demikian pemberian latihan *Small Sided Games* pada ketepatan *passing* adalah dengan memodifikasi aturan permainan, ukuran lapangan, dan jumlah pemain sehingga pemain harus berpikir cepat dan melakukan *passing* yang akurat, hal yang akan terjadi jika *passing* tidak baik atau tidak tepat sasaran maka akan menyebabkan bola yang dikuasai mudah direbut oleh lawan yang dikarenakan faktor ukuran lapangan yang dimodifikasi dan juga melakukan metode *Small Sided Games* secara berkelanjutan akan dapat memberikan dampak yang baik pada teknik dasar salah satunya teknik *passing*.

Adapun latihan lain yang bisa diberikan untuk meningkatkan *passing* yaitu latihan *Rondo*. *Rondo* dikenal dengan istilah kucing-kucingan merupakan latihan yang diterapkan dalam sepakbola maupun futsal untuk meningkatkan kemampuan *passing* yang mengharuskan minimal tiga orang untuk saling mengoper bola (Sugiyanto et al., 2019). Menurut (DiBernardo, 2014) *Rondo* berbeda dengan latihan penguasaan bola lainnya karena para pemain mengambil ruang yang telah ditentukan sebelumnya, namun variasi dari *Rondo* juga melibatkan gerakan diluar ruang *Rondo* yang telah ditentukan. Dengan demikian latihan *Rondo* merupakan latihan yang melibatkan 2 kelompok dalam satu tempat permainan yang memiliki tugas berbeda yang dimana ada lebih banyak kelompok penguasa bola dan lebih sedikit kelompok perebut. Tujuan dari latihan *Rondo* yaitu untuk dapat melakukan operan antar pemain atau beberapa keterampilan guna mempertahankan penguasaan bola. Maka dari itu dalam latihan *Rondo passing* merupakan peran penting dalam metode latihan ini.

Permasalahan yang ada pada penelitian ini ditemukan ketika peneliti sedang mengobservasi dan melakukan wawancara pada salah satu klub futsal di Banjarmasin yaitu klub futsal Aldifa Banjarmasin, peneliti menemukan permasalahan yang ada dalam klub tersebut yaitu hal *passing*, dimana para pemain sering melakukan kesalahan *passing* maka secara umum *passing* para pemain tersebut dapat dikatakan masih buruk. Pernyataan tersebut dibenarkan ketika peneliti menonton laga uji coba klub futsal Aldifa Banjarmasin menghadapi AFT FC dan hasil laga tersebut klub futsal Aldifa Banjarmasin mengalami kekalahan yang disebabkan para pemain sering melakukan kesalahan mendasar, salah satunya sering melakukan salah *passing* sehingga menyebabkan bola yang dikuasai mudah direbut oleh lawan dan mengakibatkan mudahnya lawan melakukan serangan yang akhirnya tercipta gol untuk lawan. Hal tersebut dibenarkan oleh pelatih klub futsal Aldifa Banjarmasin bahwa penyebab kekalahan yang dialami klub futsal

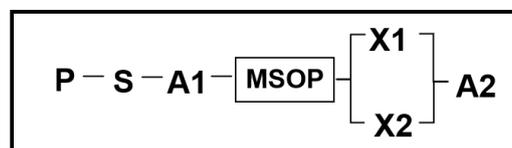
Aldifa Banjarmasin dikarenakan para pemain sering sekali melakukan kesalahan pada teknik dasar *passing* yang dimana teknik dasar mereka masih kurang, sehingga membuat tim futsal Aldifa Banjarmasin sulit untuk mengolah bola dan menciptakan gol. Dan juga dalam model latihan pelatih mengatakan bahwa latihan untuk meningkatkan *passing* sudah diberikan namun latihannya masih monoton atau kurang bervariasi.

Maka dari itu peneliti ingin membantu pelatih untuk meningkatkan kemampuan teknik *passing* para pemain dari klub futsal Aldifa Banjarmasin dengan menggunakan metode latihan *Small Sided Games* dan *Rondo*, yang dimana peneliti berharap kedua model latihan tersebut mampu memperbaiki permasalahan yang ada yaitu ketepatan *passing* para pemain.

Berlandaskan uraian dan permasalahan yang ditemukan maka peneliti hendak melakukan penelitian yang memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh metode latihan *Small Sided Games* dan latihan *Rondo* terhadap ketepatan *passing* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin, serta untuk mengetahui manakah pengaruh yang lebih baik dari kedua metode latihan tersebut.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode eksperimen digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini. Metode eksperimen merupakan metode yang meneliti suatu hal untuk diketahui akibat dari perlakuan yang diberikan (Hardani et al., 2020). Adapun desain dalam penelitian menggunakan "Two group pretest- posttest design" Desain yang digunakan merupakan rancangan eksperimen yang dilakukan dua kelompok yang diberikan latihan yang berbeda. Dengan demikian setiap masing-masing kelompok diberi tes awal (pretest) kemudian diberikan tes akhir (posttest) untuk mengetahui kemampuan ketepatan *passing* akibat dari perlakuan. Adapun gambar desain penelitian yang akan digunakan seperti dibawah ini :



Gambar 1. Desain Penelitian

Keterangan :

P = Populasi

S = Sampel

A1 = Tes Awal

MSOP = Matched Subject Ordinal Pairing

X1 = Small Sided Games

X2 = Rondo

A2 = Tes Akhir

Adapun penelitian ini dilaksanakan di lapangan Upik Indoor Futsal Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan. Penelitian dilaksanakan mulai tanggal 14 Juni 2021 -14 Juli 2021 sebanyak 14 kali pertemuan yang dimana latihan diberikan 12 kali pertemuan serta pada pertemuan awal dan akhir ada pemberian tes yaitu tes sebelum diberikan latihan dan tes sesudah diberikan latihan, latihan dilakukan sebanyak 3 (tiga) kali pertemuan dalam satu minggu. Pada hari senin, rabu, dan jum'at pada pukul 14.00 hingga 16.00 Wita dilakukan latihan yang telah ditentukan.

Dalam penelitian ini populasi berjumlah 50 orang. Purposive sampling pada penelitian ini digunakan untuk teknik pengambilan sampel. Dengan kriteria sebagai berikut ; Pemain yang aktif berlatih di klub futsal Aldifa Banjarmasin; Setuju atau berkenan mengikuti latihan selama 12 pertemuan; Sampel dalam keadaan

sehat yaitu tidak sedang sakit atau cedera; Usia dibawah 20 tahun. Dengan demikian sampel yang digunakan berjumlah 20 orang yang memenuhi kriteria

Teknik dalam mengambil data yang dipakai oleh peneliti ialah tes akurasi short *passing*. Langkah-langkah dalam pengumpulan data yang pertama peserta dikumpulkan dan didata sebagai peserta tes, peserta melakukan tes awal sebelum diberi perlakuan, hasil tes tersebut disusun sesuai ranking yang mendapatkan nilai tertinggi hingga nilai terendah, setelah mendapatkan ranking tes awal kemudian membagi sampel menjadi dua kelompok dengan cara *Matched Subject Ordinal Pairing* (MSOP), cara ini merupakan cara untuk membagi subject yang hamper sama atau hasil yang sama pada tes awal yang bertujuan untuk menyeimbangkan kemampuan teknik *passing* dari masing-masing kelompok. Sehingga setelah melakukan MSOP diperolehnya 2 kelompok yang seimbang kemudian masing-masing kelompok diberikan *treatment* berupa latihan yang sudah disiapkan oleh peneliti dan setelah diberikan 12 kali pertemuan dilanjutkan dengan pengambilan tes akhir. Dalam penelitian ini menggunakan pengembangan instrument tes dalam mengukur kemampuan pada sepakbola yang diadopsi DR. Norbert Rogalski dan DR. Ernst Dage. Berdasarkan hasil uji coba instrument yang pernah dilakukan (Pratama, 2016) diketahui validitas senilai 0.77 dan reliabilitas tes senilai 0.82.

Setelah semua data terkumpul dilanjutkan untuk menganalisa data untuk menjawab hipotesis dari penelitian ini dengan menggunakan Uji-T. Namun uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji homogenitas harus dilakukan terlebih dahulu sebelum lanjut ke pengujian uji-t atau uji hipotesis.

### 3. HASIL

Data yang digunakan untuk melakukan analisis data penelitian ini berupa hasil ketepatan *passing* setelah diberi *treatment* dan sebelum diberi *treatment*. Berikut uraian data pada penelitian.

Tabel 1. Deskripsi Data Ketepatan *Passing* Sebelum Dan Sesudah Diberi *Treatment*

Statistik	"Tes Awal <i>Small Sided Games</i>	"Tes Akhir <i>Small Sided Games</i>	"Tes Awal <i>Rondo</i>	"Tes Akhir <i>Rondo</i>
<b>Mean</b>	4.70	6.80	4.90	5.90
<b>Median</b>	4.50	6.50	4.50	6.00
<b>Modus</b>	4	5	4	6
<b>Std. Deviasi</b>	1.638	1.619	1.524	1.449
<b>Varians</b>	2.678	2.622	2.322	2.100
<b>Range</b>	5	4	4	4
<b>Minimum</b>	2	5	3	4
<b>Maximum</b>	7	9	7	8

Pada penelitian ini uji prasyarat digunakan terlebih dahulu Sebelum pengujian hipotesis, uji prasyarat tersebut yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Berikut tabel dari uji prasyarat dapat dilihat pada tabel 2 Dan tabel 3 dibawah ini:

Tabel 2. Uji Normalitas

Data	Kolmogorov Smirnov			
	Dhitung	Df	Nilai Kritis n=10 dan Alpha 5%	
<i>Small Sided Games</i>	Pre_SSG	0.2192	10	0.409
	Post_SSG	0.18790	10	0.409
<i>Rondo</i>	Pre_Rondo	0.2724	10	0.409
	Post_Rondo	0.1761	10	0.409

Uji normalitas digunakan sebagai uji untuk mengetahui data apakah berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Dengan pengambilan keputusan nilai Dhitung < dari nilai kritis maka data dinyatakan normal. Sebaliknya jika nilai Dhitung > maka data berdistribusi tidak normal. Pada tabel berikut terlihat nilai Dhitung dari seluruh data < 0.409 maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Homogenitas

	L	df1 (k-1)	df2 (n-k)	F <sub>tabel</sub>
Hasil Ketepatan <i>Passing</i>	0.681	1	18	4.41

Uji homogenitas dilakukan guna mengetahui apakah memiliki varian sama atau berbeda. Uji Levene digunakan sebagai uji homogenitas pada penelitian ini. Uji ini membandingkan nilai L dengan nilai kritis tabel F. Pengambilan keputusan jika nilai L < nilai kritis F maka data disimpulkan memiliki varians yang sama atau homogen. Begitu pula sebaliknya. Berdasarkan tabel diatas nilai diperoleh 0.681 < 4.41 maka dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini bersifat homogen atau varians yang sama.

Uji hipotesis dilakukan setelah data melewati tahap pengujian prasyarat. Kemudian Uji-t pada penelitian ini digunakan sebagai uji yang menjawab hipotesis atau pengujian hipotesis. Dalam penelitian ini terdapat dua uji-t yaitu uji t sampel berpasangan (uji paired t test) dan uji t sampel tidak berpasangan (Uji independent t test). Adapun pengambilan keputusan yaitu membandingkan thitung dan ttabel. Jika nilai thitung > ttabel maka terdapat pengaruh yang signifikan, begitu juga sebaliknya. Berikut hasil uji-t :

Tabel 4. Hasil Uji- t antara data pretest dan posttest latihan *Small Sided Games*

Variabel	Mean	t <sub>hitung</sub>	t <sub>tabel</sub>
Pretest	4.70	6.678	2.262
Posttest	6.80		

Pada tabel berikut ini menentukan hipotesis dengan uji paired t-test yang dimana memperoleh nilai thitung senilai 6.678 dan ttabel 2.262. maka untuk pengambilan keputusan yaitu membandingkannya. Maka terlihat bahwa 6.678 > 2.262, maka dari itu terbukti bahwa ada pengaruh yang signifikan latihan *Small Sided Games* terhadap ketepatan *passing* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin.

Tabel 5. Hasil Uji-t antara data pretest dan posttest latihan *Rondo*

Variabel	Mean	t <sub>hitung</sub>	t <sub>tabel</sub>
Pretest	4.90	2.372	2.262
Posttest	5.90		

Pada tabel berikut ini menentukan hipotesis dengan uji paired t-test yang dimana diperoleh nilai thitung sebesar 2.372 dan ttabel 2.262. maka untuk pengambilan keputusan yaitu membandingkannya. Maka terlihat bahwa 2.372 > 2.262, maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan latihan *Rondo* terhadap ketepatan *passing* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin.

Tabel 6. Hasil Hasil Uji- t antara data posttest latihan *Small Sided Games* dan latihan *Rondo*

Variabel	Mean	t <sub>hitung</sub>	t <sub>tabel</sub>
Latihan <i>Small Sided Games</i>	6.80	1.310	2.101
Latihan <i>Rondo</i>	5.90		



Pada tabel 6 menggunakan uji Independet t-test yang dimana diperoleh nilai thitung 1.310 dan ttabel 2.101. maka untuk pengambilan keputusan yaitu membandingkannya. Maka terlihat bahwa  $1.310 > 2.101$ , maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan rata-rata latihan *Small Sided Games* dan *Rondo* terhadap ketepatan *passing* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin berdasarkan hasil tes akhir. Akan tetapi dilihat dari angka rata-rata menunjukkan bahwa *Small Sided Games* memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan *Rondo* dalam hal peningkatan ketepatan *passing* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin.

---

#### **4. PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang menerapkan latihan *Small Sided Games* yang diberikan pada pemain terjadi peningkatan ketepatan *passing*, maka hal tersebut menyatakan bahwa latihan *Small Sided Games* yang diberikan selama 1 bulan pada penelitian ini memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *passing* para pemain. Hasil Penelitian ini juga memperkuat penelitian sebelumnya yang diteliti oleh (Ameidi et al., 2018) yang memiliki tujuan penelitian untuk mengetahui efek dari pemberian permainan *Small Sided Games* terhadap ketepatan *passing* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 4 Pontianak. Sampel yang digunakan 18 orang dari siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 4 Pontianak. Dan kesimpulan dari penelitiannya adalah terdapat efek yang signifikan pada pemberian permainan *Small Sided Games* terhadap ketepatan *passing* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 4 Pontianak. Maka dari itu latihan untuk meningkatkan *passing* dalam permainan futsal dengan metode *Small Sided Games* mampu memberikan variasi latihan layaknya permainan sebenarnya namun adanya modifikasi aturan permainan hingga ukuran lapangan membuat para pemain tidak merasa bosan dalam berlatih.

Selanjutnya pada hasil penelitian yang menerapkan latihan *Rondo* yang diberikan pada para pemain juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *passing*, maka hal tersebut menyatakan bahwa latihan *Rondo* yang diberikan selama 1 bulan pada penelitian ini memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *passing* para pemain. Hal ini sependapat dengan penelitian (Istighfar, 2020) yang melakukan penelitian dengan metode eksperimen yang memiliki tujuan penelitian untuk mengetahui efek dari latihan kucing-kucingan (*Rondo*) terhadap peningkatan *passing*. Adapun populasi dalam penelitiannya adalah tim futsal MAN 1 Jombang. Dan kesimpulan dari penelitiannya adalah latihan kucing-kucingan memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* pemain futsal di Man 1 Jombang. Dengan demikian metode latihan lain yang dapat digunakan untuk meningkatkan *passing* dapat menggunakan metode latihan *Rondo*. Latihan tersebut tidak memerlukan banyak tempat dan hanya melibatkan beberapa pemain untuk melakukannya. Melainkan itu latihan ini juga akan meningkatkan komunikasi antar pemain agar mampu mempertahankan bola selama mungkin dari pemain perebut atau bertahan.

Berdasarkan hasil penelitian dari pengujian hipotesis ketiga yaitu membandingkan antara kedua latihan manakah yang lebih baik terhadap ketepatan *passing*. Terlihat bahwa dari hasil penelitian menyatakan bahwa kedua latihan sama-sama memberikan pengaruh namun melihat dari angka selisih rata-rata posttest kelompok yang dimana *Small Sided Games* sebesar 6.80 sedangkan *Rondo* 5.90 sehingga memiliki selisih 0.900 lebih tinggi kelompok *Small Sided Games*. Dengan demikian dapat dinyatakan pada penelitian ini *Small Sided Games* lebih baik dibandingkan *Rondo* dari segi ketepatan *passing*. Hasil tersebut juga sependapat dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Aditiya, 2021) yang dimana kesimpulan pada penelitian ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan dalam efek latihan dari *Rondo* dan *Small Sided Games*. Dengan demikian perlakuan yang diberikan berupa latihan *Rondo* dan *Small Sided Games* merupakan latihan yang dapat digunakan untuk memperbaiki teknik *passing* dalam permainan futsal. Namun pada penelitian ini untuk menjawab hipotesis ketiga yaitu manakah latihan yang memberikan pengaruh lebih baik terhadap *passing* dan hipotesis dari peneliti latihan *Small Sided Games* memberikan efek yang lebih baik. Maka hipotesis yang diberikan peneliti terbukti atau valid, hal tersebut



dilihat dari nilai selisih rata-rata pada posttest dari latihan *Small Sided Games* lebih tinggi dibanding latihan *Rondo*.

Efek yang diberikan dalam menerapkan latihan *Small Sided Games* lebih baik dikarenakan metode tersebut memberi stimulus terhadap pemain layaknya permainan sebenarnya yang dimainkan dengan memperkecil ukuran lapangan dan mengurangi jumlah pemain sehingga mampu memberikan pemain banyak terhadap sentuhan bola, lebih aktif dalam permainan dan disenangi oleh pemain dan dalam metode *Small Sided Games* pemain dituntut untuk berkonsentrasi tinggi dalam melakukan operan untuk melakukan bertahan maupun menyerang.. Sedangkan metode *Rondo* pemain hanya melakukan *passing* satu sama lain untuk menguasai bola ditempat yang telah ditentukan dan juga *Rondo* lebih menekan pada hal penguasaan bola dan tidak ada tujuan atau target sehingga membuat pemainnya hanya berdiam diri ditempat.

---

## 5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Menurut data yang dianalisis dan pengujian hipotesis dalam penelitian ini dan akhirnya memperoleh hasil penelitian maka dalam penelitian ini membuktikan hipotesis penelitian dan menyimpulkan bahwa ada pengaruh latihan *Small Sided Games* terhadap peningkatan ketepatan *passing* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin. Dan diperoleh nilai rata-rata kelompok *Small Sided Games* meningkat sebesar 2.100. Ada Pengaruh latihan *Rondo* terhadap ketepatan *passing* pada pemain klub Futsal Aldifa Banjarmasin. Dan diperoleh nilai rata-rata kelompok *Rondo* meningkat sebesar 1.00. Berdasarkan hasil penelitian tidak ada perbedaan rata-rata yang signifikan antara metode *Small Sided Games* dan *Rondo* dalam hal ketepatan *passing* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin. Namun melihat dari angka selisih rata-rata posttest kelompok yang dimana *Small Sided Games* sebesar 6.80 sedangkan *Rondo* 5.90 sehingga memiliki selisih 0.900 lebih tinggi kelompok *Small Sided Games*. Maka hasil ini membuktikan bahwa dari kedua metode latihan pada penelitian ini sama-sama memberikan pengaruh akan tetapi pada kelompok *Small Sided Games* memberi dampak yang lebih baik dalam hal ketepatan *passing* dibandingkan latihan *Rondo* pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin.

Untuk rekomendasi dari peneliti dan merujuk pada hasil penelitian yaitu bagi staff kepelatihan atau klub futsal Aldifa Banjarmasin kedua latihan dapat diterapkan dalam hal meningkatkan ketepatan *passing*. Dan untuk pemain yang sudah memiliki ketepatan *passing* yang baik agar dapat lebih meningkat lagi

---

## REFERENSI

- Aditiya, I. (2021). *EFEKTIVITAS MODEL LATIHAN SMALL SIDED GAMES DAN EL RONDO TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN PASSING PADA SSB CANDRABHAGA UMUR 13 TAHUN* [Universitas Negeri Jakarta]. <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/15658>
- Ameidi, D., Simanjuntak, V. G., & Triansyah, A. (2018). *SMALL SIDED GAMES FUTSAL TERHADAP KETEPATAN PASSING MENDATAR EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMA NEGERI 4 PONTIANAK*. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 7(2), 44–68.
- Aprianto, W., Julian, N., & Indrawati, P. (2021). The Effect of *Small Sided Games* Training on *Passing Accuracy* in Football Players. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 5(2).
- Badaru, B. (2017). *Latihan Taktik BEYB Bermain Futsal Modern* (W. Wediasti (ed.); 1st ed.). Cakrawala Cendekia.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Kepelatihan Olahraga*. FIK Universitas Negeri Malang.
- DiBernardo, M. (2014). The Science of *Rondo* “ Progressions , Variations & Transitions .” In *CreateSpace Independent Publishing Platform*.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (H. Abadi (ed.); 1st ed.). Pustaka Ilmu.



- Istighfar, A. (2020). Peningkatan Kemampuan *Passing* Bola Melalui Latihan Kucing – Kucingan Pada Ekstrakurikuler Futsal Di Madrasah Aliyah Negeri 1 Jombang. *Journal STAND : Sports Teaching and Development*, 1(1), 56–62. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i1.2328>
- Jamshad, M., & Praveen, A. (2017). Effect of *Small Sided Games* on selected physical and performance related variables among young soccer players. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 4(3), 450–453.
- Lhaksana, J. (2012). *Taktik dan Strategi Futsal Modern* (D. Anggoro (ed.); I). Be Champion (Penebar Swadaya Group).  
[https://books.google.co.id/books?id=ANtjCgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?id=ANtjCgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Pratama, M. N. F. (2016). Pengaruh Latihan *Passing* Menggunakan Target Terhadap Kemampuan *Passing* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola Di MAN Pacitan Kabupaten Pacitan [Universitas Negeri Yogyakarta]. In *Ilmu Keolahragaan* (Vol. 9, Issue 2). <https://123dok.com/document/z1d03mpz-pengaruh-menggunakan-terhadap-kemampuan-ekstrakurikuler-sepakbola-kabupaten-pacitan.html>
- Ramacı, S. N. D. O. Ğ., Watsford, M. L., & Murphy, A. J. (2015). *Activity profile differences between sub-elite futsal teams . Activity Profile Differences Between Sub-elite Futsal Teams sport with over 30 million players in over number of studies published on futsal with. January.*
- Roni, Risyanto, A., & Haris, I. N. (2018). PENGARUH LATIHAN *Small Sided Games* TERHADAP KETEPATAN UMPAN (*PASSING*) PADA PEMAIN SEPAK BOLA MAHARDIKA FC. *Biormatika : Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 4(2), 218–226. <http://ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/download/303/276>.
- Septianwari, H. (2020). *Pengaruh Latihan Icky Shuffle dan Hop Scotch terhadap Peningkatan Kelincahan dan Power Otot Tungkai*. 6(1).
- Sugiyanto, S., Ilahi, B. R., & Defliyanto, D. (2019). Implementasi Metode *Rondo* Untuk Meningkatkan Teknik *Passing* Mahasiswa Pada Mata Kuliah Futsal Penjas Prodi Penjas FKIP UNIB. *Kinestetik*, 3(1), 10–18. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i1.8767>
- UU No 3 Tahun 2005. (2005). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan. *Presiden RI*, 1, 1–53.
- Wijaya Kusuma, I. D. M. A. (2021). Teknik yang paling dominan pada pertandingan futsal putra profesional. *Jurnal Keolahragaan*, 9(1), 18–25. <https://doi.org/10.21831/jk.v9i1.31853>
- Windoro, D., Kristiyanto, A., & Riyadi, S. (2019). Decision Making Tactics of Indonesian Futsal Women Goalkeepers. *International Journal of Advances in Social and Economics*, 2(2), 60–65.