SPORTIFY JOURNAL
https://journal-center.litpam.com/index.php/sfj

Juni 2024, Vol. 4, No. 1
e-ISSN: 2807-4076
pp. 62-67

Perbandingan *Circle Passing Drill* dan *Triangle Passing Drill* terhadap Akurasi Passing Futsal Siswa Ekstrakurikuler

[1]Yuda Aditia Alfani, [2*]Lalu Suprawesta, [3]Kokom Supriyatnak
[1, 2*, 3] Department of Sport and Health Education, Faculty of Sports Science and Public Health, Universitas Pendidikan Mandalika. Jl. Pemuda No. 59A, Mataram 83125, Indonesia.

*Correspondence e-mail: lalusuprawesta@undikma.ac.id
Submission: April 9, 2024; Revision: May 16, 2024; Accepted: June 11, 2024.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui peningkatan akurasi passing futsal setelah latihan circle passing drill dan triangle passing drill serta membandingkan efektivitas keduanya. Penelitian menggunakan desain eksperimen semu two-group pretest-posttest. Sampel berjumlah 20 siswa ekstrakurikuler futsal MTsN 2 Lombok Timur yang dibagi menjadi dua kelompok melalui ordinal pairing berdasarkan skor pretest, yaitu 10 siswa kelompok circle passing drill dan 10 siswa kelompok triangle passing drill. Instrumen penelitian menggunakan short pass test berbasis target. Latihan dilakukan selama 18 pertemuan dalam enam minggu. Data dianalisis menggunakan paired sample t-test dan independent sample t-test. Hasil menunjukkan circle passing drill meningkatkan skor dari 95,00 menjadi 175,00 dengan t = 5,072 dan p = 0,001. Triangle passing drill meningkatkan skor dari 65,00 menjadi 155,00 dengan t = 4,879 dan p = 0,001. Perbandingan peningkatan antarkelompok tidak signifikan dengan p = 0,927. Kesimpulannya, kedua metode meningkatkan akurasi passing, tetapi perbedaan efektivitas keduanya belum terbukti signifikan.

Kata Kunci: Futsal; akurasi passing; circle passing drill; triangle passing drill; ekstrakurikuler

Comparison of Circle Passing Drill and Triangle Passing Drill on Futsal Passing Accuracy among Extracurricular Students

Abstract

This study aimed to examine the improvement in futsal passing accuracy after circle passing drill and triangle passing drill training and to compare their effectiveness. This research used a quasi-experimental two-group pretest-posttest design. The sample consisted of 20 futsal extracurricular students at MTsN 2 Lombok Timur, divided into two groups through ordinal pairing based on pretest scores: 10 students in the circle passing drill group and 10 students in the triangle passing drill group. The instrument was a target-based short pass test. The intervention was conducted for 18 sessions over six weeks. Data were analyzed using paired sample t-tests and an independent sample t-test. The results showed that circle passing drill improved scores from 95.00 to 175.00, with t = 5.072 and p = .001. Triangle passing drill improved scores from 65.00 to 155.00, with t = 4.879 and p = .001. The between-group comparison was not significant, with p = .927. In conclusion, both drills improved passing accuracy, but their comparative effectiveness was not significantly different.

***Keywords**: Futsal; passing accuracy; circle passing drill; triangle passing drill; extracurricular*

How to Cite: Alfani, Y. A., Suprawesta, L., & Supriyatnak, K. (2024). Perbandingan Circle Passing Drill dan Triangle Passing Drill terhadap Akurasi Passing Futsal Siswa Ekstrakurikuler. *Sportify Journal*, *4*(1), 62-67. https://doi.org/10.36312/sj.v4i1.5077

https://doi.org/10.36312/sj.v4i1.5077

Copyright© 2024, Alfani et al
This is an open-access article under the CC-BY-SA License.

PENDAHULUAN

Kegiatan ekstrakurikuler futsal di sekolah berperan penting dalam mengembangkan keterampilan olahraga, kebugaran jasmani, kerja sama, disiplin, dan potensi prestasi siswa. Futsal sebagai permainan beregu menuntut pemain untuk bergerak cepat, mengambil keputusan dalam ruang terbatas, menjaga penguasaan bola, serta bekerja sama dalam menyerang dan bertahan. Dalam konteks pendidikan jasmani dan kegiatan ekstrakurikuler, futsal tidak hanya menjadi sarana aktivitas fisik, tetapi juga media pembelajaran keterampilan teknik, koordinasi, komunikasi, dan tanggung jawab tim (Irawan & Prayoto, 2021; Djaba, 2022; Savu et al., 2023).

Salah satu teknik dasar utama dalam futsal adalah passing. Passing yang akurat memungkinkan tim mempertahankan penguasaan bola, membangun serangan, mengatur tempo permainan, dan menciptakan peluang mencetak gol. Dalam permainan futsal yang berlangsung cepat dan pada ruang lapangan yang sempit, kesalahan passing dapat langsung mengganggu alur permainan, memudahkan lawan melakukan transisi, dan menurunkan efektivitas kerja sama tim. Penelitian tentang instrumen dan performa futsal menunjukkan bahwa passing merupakan komponen teknik penting yang berkaitan dengan kualitas penguasaan bola dan efektivitas permainan (Doewes et al., 2022; Vieira et al., 2021).

Berdasarkan observasi awal pada siswa ekstrakurikuler futsal MTsN 2 Lombok Timur, kemampuan akurasi passing siswa masih belum optimal. Beberapa siswa belum mampu mengarahkan bola tepat ke sasaran, posisi kaki tumpu belum sejajar dengan arah passing, penggunaan kaki bagian dalam belum konsisten, perkenaan bola belum tepat pada bagian tengah-belakang bola, dan keseimbangan tubuh saat melakukan passing masih kurang stabil. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masalah passing tidak hanya berkaitan dengan kekuatan mengoper, tetapi juga dengan teknik dasar, koordinasi gerak, konsistensi kontak kaki-bola, dan kurangnya variasi latihan passing.

Latihan passing aktif berbasis pola gerak dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan akurasi passing. Circle passing drill memberi banyak kesempatan sentuhan bola, melatih kecepatan operan, komunikasi, dan pemahaman posisi dalam pola melingkar. Triangle passing drill menuntut pemain melakukan passing, bergerak ke ruang kosong, menyesuaikan sudut operan, dan berkomunikasi dalam pola segitiga. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa latihan berbasis drill, small-sided games, dan latihan passing terstruktur dapat meningkatkan akurasi passing futsal melalui peningkatan repetisi, koordinasi, dan pengambilan keputusan (Fitrian et al., 2023; Ramadhan et al., 2023; Hafidhurrifqi & Utomo, 2022).

Research gap penelitian ini terletak pada masih terbatasnya kajian yang secara langsung membandingkan circle passing drill dan triangle passing drill pada siswa ekstrakurikuler futsal MTs, khususnya dengan pembagian kelompok berdasarkan ordinal pairing. Novelty penelitian ini adalah membandingkan dua bentuk latihan passing aktif dengan pola gerak berbeda: pola lingkaran yang menekankan kontinuitas operan dan pola segitiga yang menekankan perpindahan ruang serta sudut passing. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh circle passing drill dan triangle passing drill terhadap akurasi passing, serta menguji apakah terdapat perbedaan peningkatan antara kedua metode tersebut.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu two-group pretest-posttest design. Desain faktorial 2 × 2 tidak digunakan karena penelitian ini hanya membandingkan dua kelompok perlakuan tanpa faktor kedua dan tanpa empat kelompok penelitian. Desain pretest-posttest dua kelompok umum digunakan dalam penelitian latihan futsal untuk mengukur perubahan dalam kelompok dan membandingkan peningkatan antarkelompok (Sofiuddin & Kurniasari, 2023; Fitrian et al., 2023; Kusuma et al., 2021).

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh siswa ekstrakurikuler futsal MTsN 2 Lombok Timur yang berjumlah 20 siswa. Karena semua anggota populasi digunakan, teknik sampling yang diterapkan adalah total sampling. Sampel kemudian dibagi menjadi dua kelompok masing-masing 10 siswa menggunakan ordinal pairing berdasarkan skor pretest agar kemampuan awal kedua kelompok relatif seimbang. Teknik pengelompokan berbasis ranking dapat digunakan dalam desain eksperimen semu untuk mengurangi perbedaan awal antarkelompok (Ramadhan et al., 2023; Kusuma et al., 2021).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menggunakan short pass test berbasis target untuk mengukur akurasi passing futsal. Peserta melakukan passing ke sasaran yang telah ditentukan. Setiap bola yang mengenai atau masuk target memperoleh skor, sedangkan bola yang tidak mengenai target memperoleh skor nol. Tes passing berbasis target relevan digunakan untuk mengukur akurasi passing karena menilai ketepatan arah operan dalam kondisi terkontrol (Doewes et al., 2022; Hafidhurrifqi & Utomo, 2022).

Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui pretest, perlakuan, dan posttest. Perlakuan berlangsung selama enam minggu dengan 18 pertemuan. Kelompok pertama mendapatkan circle passing drill, sedangkan kelompok kedua mendapatkan triangle passing drill. Latihan dilakukan dengan jumlah bola dan jarak latihan yang disesuaikan dengan pola drill. Kehadiran siswa dikontrol selama perlakuan.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, paired sample t-test untuk menguji peningkatan masing-masing kelompok, dan independent sample t-test untuk membandingkan selisih peningkatan antara kelompok circle passing drill dan triangle passing drill. Untuk perbandingan dua kelompok masing-masing 10 siswa, derajat bebas independent sample t-test adalah n1 + n2 - 2 = 18 apabila varians diasumsikan sama.

HASIL DAN DISKUSI

Hasil Penelitian

Penelitian melibatkan 20 siswa ekstrakurikuler futsal MTsN 2 Lombok Timur. Karakteristik sampel menunjukkan usia rata-rata 14 ± 0,9 tahun, tinggi badan 149,75

± 7,0 cm, berat badan 39,9 ± 3,5 kg, dan IMT 18,1 ± 1,8 kg/m². Berdasarkan posisi bermain, terdapat 2 siswa sebagai keeper, 3 pivot, 3 anchor, dan 12 flank.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Akurasi Passing

Kelompok	N	Pretest Mean ± SD	Posttest Mean ± SD	Peningkatan
Circle passing drill	10	95,00 ± 43,80	175,00 ± 26,40	80,00
Triangle passing drill	10	65,00 ± 33,70	155,00 ± 43,80	90,00

Berdasarkan Tabel 1, kelompok circle passing drill meningkat sebesar 80 poin, sedangkan kelompok triangle passing drill meningkat sebesar 90 poin. Secara deskriptif, peningkatan kelompok triangle passing drill lebih besar 10 poin dibandingkan kelompok circle passing drill. Namun, perbedaan deskriptif tersebut perlu diuji secara inferensial.

Tabel 2. Hasil Paired Sample t-Test

Kelompok	N	Mean Difference	t	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Circle passing drill	10	80,00	5,072	9	0,001	Signifikan
Triangle passing drill	10	90,00	4,879	9	0,001	Signifikan

Tabel 2 menunjukkan bahwa circle passing drill meningkatkan akurasi passing secara signifikan, t = 5,072; df = 9; p = 0,001. Triangle passing drill juga meningkatkan akurasi passing secara signifikan, t = 4,879; df = 9; p = 0,001. Dengan demikian, kedua metode latihan sama-sama berkaitan dengan peningkatan akurasi passing siswa.

Tabel 3. Perbandingan Peningkatan Antarkelompok

Perbandingan	Mean Difference	t	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Circle vs triangle	10,00	0,093	18	0,927	Tidak signifikan

Tabel 3 menunjukkan bahwa perbandingan peningkatan antara circle passing drill dan triangle passing drill tidak signifikan, p = 0,927 > 0,05. Dengan demikian, triangle passing drill memang memiliki peningkatan rata-rata 10 poin lebih besar secara deskriptif, tetapi perbedaan tersebut belum terbukti signifikan secara statistik. Oleh karena itu, klaim bahwa triangle passing drill lebih efektif secara signifikan tidak dapat diterima berdasarkan hasil ini.

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa circle passing drill dan triangle passing drill sama-sama meningkatkan akurasi passing siswa ekstrakurikuler futsal MTsN 2 Lombok Timur. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa latihan passing terstruktur, small-sided games, dan drill berbasis pola gerak dapat meningkatkan akurasi passing melalui peningkatan frekuensi sentuhan bola, koordinasi, dan pemahaman posisi permainan (Djaba, 2022; Fitrian et al., 2023; Ramadhan et al., 2023). Dalam futsal, passing yang akurat sangat penting karena ruang bermain terbatas dan tekanan lawan tinggi, sehingga kesalahan passing

dapat langsung mengganggu penguasaan bola dan transisi serangan (Doewes et al., 2022; Vieira et al., 2021).

Peningkatan pada kelompok circle passing drill dapat dijelaskan melalui repetisi passing yang tinggi dalam pola lingkaran. Latihan ini memberi kesempatan kepada siswa untuk mengulang teknik kaki tumpu, penggunaan kaki bagian dalam, arah ayunan, kontak bola, dan follow-through dalam situasi yang relatif aktif. Selain itu, pola lingkaran mendorong komunikasi dan kesiapan menerima bola dari berbagai arah. Sementara itu, triangle passing drill menuntut pemain melakukan passing, bergerak ke ruang kosong, dan menyesuaikan sudut operan. Pola ini dapat membantu siswa memahami hubungan antara passing dan pergerakan tanpa bola, yang penting dalam futsal modern (Hafidhurrifqi & Utomo, 2022; Ramadhan et al., 2023).

Meskipun triangle passing drill menunjukkan peningkatan rata-rata lebih besar, yaitu 90 poin dibandingkan 80 poin pada circle passing drill, hasil independent sample t-test menunjukkan p = 0,927. Artinya, perbedaan peningkatan antara kedua metode tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, pembahasan harus dibatasi: triangle passing drill hanya lebih tinggi secara deskriptif, bukan lebih efektif secara signifikan. Hasil ini menguatkan bahwa kedua bentuk latihan dapat digunakan untuk meningkatkan akurasi passing, tetapi belum ada bukti kuat bahwa salah satunya lebih unggul.

Keterbatasan penelitian ini meliputi ukuran sampel kecil, lokasi hanya pada satu sekolah, durasi latihan enam minggu, tidak adanya kelompok kontrol tanpa perlakuan, dan hasil hanya diukur melalui tes passing, bukan performa passing dalam pertandingan. Penelitian berikutnya perlu menambahkan kelompok kontrol, memperbesar sampel, dan menggunakan indikator pertandingan nyata.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, circle passing drill meningkatkan akurasi passing siswa ekstrakurikuler futsal MTsN 2 Lombok Timur secara signifikan, dari 95,00 menjadi 175,00, dengan t = 5,072 dan p = 0,001. Triangle passing drill juga meningkatkan akurasi passing secara signifikan, dari 65,00 menjadi 155,00, dengan t = 4,879 dan p = 0,001. Namun, perbedaan peningkatan antara kedua kelompok tidak signifikan secara statistik karena hasil independent sample t-test menunjukkan p = 0,927. Dengan demikian, kedua metode latihan dapat digunakan untuk meningkatkan akurasi passing, tetapi belum terdapat bukti statistik yang cukup untuk menyatakan bahwa triangle passing drill lebih efektif daripada circle passing drill.

REKOMENDASI

Pelatih ekstrakurikuler futsal disarankan menggunakan circle passing drill dan triangle passing drill sebagai variasi latihan untuk meningkatkan akurasi passing siswa. Circle passing drill dapat digunakan untuk meningkatkan repetisi operan, komunikasi, dan kesiapan menerima bola, sedangkan triangle passing drill dapat digunakan untuk melatih passing disertai pergerakan ke ruang kosong dan perubahan sudut operan. Program latihan sebaiknya disusun secara bertahap dengan pengaturan jarak, jumlah bola, intensitas, dan durasi latihan yang jelas. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel lebih besar, kelompok kontrol tanpa perlakuan, durasi latihan lebih panjang, serta pengukuran performa passing dalam situasi pertandingan agar hasil lebih kuat dan aplikatif.

DAFTAR PUSTAKA

Djaba, H. S. W. (2022). Small side game: Effectiveness of increasing futsal passing. *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis, 5*(8), 2234–2238. https://doi.org/10.47191/ijmra/v5-i8-42

Doewes, R. I., Elumalai, G., & Azmi, S. H. (2022). Analysis of the passing distance of professional futsal players in the Indonesia Pro Futsal League. *Sport TK-Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte, 11*, 17. https://doi.org/10.6018/sportk.519451

Doewes, R. I., Elumalai, G., & Azmi, S. H. (2022). Development of a test instrument to measure the basic pass technique in futsal. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 28*(5), 456–459. https://doi.org/10.1590/1517-8692202228052022_0093

Fitrian, Z. A., Graha, A. S., Nasrulloh, A., & Acmara, M. (2023). The positive impact of small-sided games training on VO_2 max and passing accuracy in futsal players. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 11*(1), 233–240. https://doi.org/10.13189/saj.2023.110127

Hafidhurrifqi, H., & Utomo, A. W. (2022). Pengaruh metode latihan short passing diamond dan short passing triangle terhadap peningkatan kemampuan passing accuracy peserta ekstrakurikuler futsal MAN 2 Kota Madiun. *Journal Power of Sports, 5*(2), 121. https://doi.org/10.25273/jpos.v5i2.16394

Irawan, Y. F., & Prayoto, I. (2021). Survey of basic technical skill for futsal male student high school. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga, 1*(2), 105–114. https://doi.org/10.53863/mor.v1i02.246

Kusuma, M. N. H., Hidayat, R., Listiadi, A. D., Widanita, N., Anggraeni, D., & Komarudin, K. (2021). The effectiveness of multilateral drills on cognitive and psychomotor ability for male sport students. *ASRO, 24*(3). https://doi.org/10.36295/asro.2021.24347

Ramadhan, M. I., Nurfitranto, N., & Apriyanto, T. (2023). Effectiveness of small side games 3v3 and 4v3 training on passing accuracy in the men's futsal team, Jakarta State University. *Competitor: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 15*(3), 642. https://doi.org/10.26858/cjpko.v15i3.53397

Savu, V. C., Lovin, D., & Mocanu, M. D. (2023). Study on the importance of the futsal game in the extracurricular activities to improve the technical elements and procedures of driving and kicking the ball with the students of the faculty of physical education and sports. *Știința Și Arta Mișcării, 16*(2), 203. https://doi.org/10.4316/sam.2023.0222

Sofiuddin, S., & Kurniasari, P. (2023). The effect of drill passing practice on short passing accuracy in futsal extracurricular participants at MTs Al-Ittihad Poncokusumo Malang. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani dan Keolahragaan, 1*(1), 215–226. https://doi.org/10.33503/prosiding_penjas_pjkribu.v1i1.2291

Vieira, L. H. P., Kalva-Filho, C. A., Santinelli, F. B., Clemente, F. M., Cunha, S. A., Schimidt, C. V., & Barbieri, F. A. (2021). Lateral preference and inter-limb asymmetry in completing technical tasks during official professional futsal matches: The role of playing position and opponent quality. *Frontiers in Psychology, 12*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.725097