

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berbagai penelitian di bidang kepelatihan olahraga menunjukkan bahwa penerapan metode latihan yang bervariasi mampu meningkatkan penguasaan teknik dasar permainan. Suwiwa et al. (2020) menjelaskan bahwa variasi model latihan dalam pembelajaran permainan bola tidak hanya meningkatkan keterampilan teknik peserta didik, tetapi juga mendorong partisipasi aktif selama proses latihan. Melalui variasi gerakan yang dilakukan secara berulang dalam berbagai situasi, peserta didik memperoleh pengalaman belajar yang lebih beragam sehingga koordinasi gerak, ketepatan, dan kemampuan beradaptasi terhadap kondisi permainan berkembang secara lebih optimal.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Satyawati et al. (2021) yang menyatakan bahwa penerapan latihan teknik dasar yang dipadukan dengan aktivitas permainan kecil (*small-sided games*) mampu meningkatkan kemampuan teknik dasar permainan bola, termasuk keterampilan melakukan passing secara akurat. Bentuk latihan yang menyerupai situasi pertandingan memberikan kesempatan kepada pemain untuk tidak hanya menguasai teknik, tetapi juga mengembangkan kemampuan mengambil keputusan secara cepat dan tepat sesuai dengan dinamika permainan.

Sejalan dengan penelitian tersebut, Tisna et al. (2020) menjelaskan bahwa latihan teknik yang dilakukan secara berulang dan dikombinasikan dengan berbagai bentuk variasi latihan mampu meningkatkan kualitas penguasaan keterampilan

dasar olahraga permainan. Variasi latihan yang melibatkan interaksi antarpemain memberikan stimulus motorik yang lebih kompleks sehingga pemain mampu menyesuaikan arah, kekuatan, serta waktu pelaksanaan passing dengan lebih efektif. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa metode latihan yang bervariasi memiliki keunggulan dibandingkan latihan yang bersifat monoton karena mampu mengembangkan aspek teknik, koordinasi, dan pengambilan keputusan secara bersamaan.

Bukti empiris mengenai efektivitas latihan passing bervariasi juga diperlihatkan oleh penelitian Marsuna et al. (2024), yang menemukan bahwa latihan *short passing* dengan metode bervariasi pada pemain sepak bola usia 15–17 tahun memberikan peningkatan akurasi passing yang signifikan ($p < 0,05$). Hasil tersebut didukung oleh penelitian Fatmala et al. (2019) yang menyimpulkan bahwa latihan passing bervariasi menggunakan kaki bagian dalam mampu meningkatkan akurasi passing secara signifikan. Selain itu, penelitian Manurung dan Dewi Maya Sari et al. (2024) juga menunjukkan bahwa latihan passing bervariasi pada peserta didik usia 10–12 tahun di sekolah sepak bola memberikan peningkatan kemampuan passing bawah yang signifikan. Keseluruhan hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa variasi latihan merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan akurasi passing pada berbagai kelompok usia dan tingkat kemampuan.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di SMK 1 Singaraja serta didukung oleh berbagai temuan penelitian yang relevan, dapat disimpulkan bahwa metode latihan bervariasi memiliki potensi yang cukup besar dalam meningkatkan

akurasi passing. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis pengaruh metode latihan passing bervariasi terhadap akurasi passing peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMK 1 Singaraja. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi pelatih maupun pihak sekolah dalam meningkatkan kualitas pembinaan olahraga futsal di lingkungan sekolah.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian diatas, penulis mengemukakan identifikasi masalah yang muncul sebagai berikut:

1. Kurangnya Akurasi Passing Permainan Futsal Dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri 1 Singaraja, masih sering ditemukan kesalahan operan seperti bola tidak tepat sasaran, terlalu lemah atau terlalu kuat, serta miskomunikasi antar pemain. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat akurasi operan siswa masih rendah.
2. Belum Optimalnya Metode Latihan Teknik Dasar Passing Latihan yang digunakan dalam pembinaan teknik passing cenderung monoton dan kurang sistematis. Banyak siswa belum diberikan metode latihan yang berfokus secara khusus pada peningkatan akurasi passing, seperti latihan passing bervariasi secara konsisten dan bertahap.
3. Kebutuhan Akan Metode Latihan yang Efektif dan Terukur Diperlukan metode latihan yang sederhana, terarah, dan sesuai dengan kondisi siswa untuk meningkatkan kemampuan dasar futsal, khususnya akurasi dalam

melakukan passing. Salah satu metode yang potensial untuk diterapkan adalah latihan passing bervariasi karena melatih ketepatan, komunikasi, dan kerja sama.

4. Belum Diketahui Pengaruh Pelatihan Passing Bervariasi Terhadap Akurasi Passing Meskipun metode latihan passing bervariasi sering digunakan dalam pelatihan futsal, efektivitasnya terhadap peningkatan akurasi operan pada siswa ekstrakurikuler belum dikaji secara ilmiah. Hal ini menimbulkan pertanyaan mengenai seberapa besar pengaruh latihan tersebut dalam meningkatkan kemampuan passing yang akurat

1.3 Batasan Masalah

Adapun Batasan Masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Subjek Penelitian Dibatasi pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMK Negeri 1 Singaraja. Penelitian ini hanya melibatkan peserta didik yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal, tidak mencakup siswa non-ekstrakurikuler maupun dari sekolah lain.
2. Jenis Teknik yang Diteliti Dibatasi pada Passing Kaki Bagian Dalam. Fokus latihan dalam penelitian ini adalah passing menggunakan kaki bagian dalam, karena teknik ini merupakan teknik dasar yang paling umum digunakan dalam permainan futsal.
3. Metode Latihan yang Digunakan adalah Latihan *Passing* Bervariasi. Penelitian menggunakan metode latihan yang spesifik, yaitu latihan bervariasi, yang dilakukan secara berulang dengan jarak tertentu, tanpa menggunakan metode latihan lain seperti permainan kecil, drill individu, atau latihan bebas.

4. Variabel Terikat yang Dikaji adalah Akurasi *Passing* Hasil yang diukur dalam penelitian ini terbatas pada tingkat akurasi passing (operan), dan tidak mencakup kecepatan, kekuatan, atau teknik lain seperti dribbling, shooting, atau kontrol bola.
5. Waktu Penelitian Dibatasi Sesuai Jadwal Latihan Selama Periode Tertentu. Penelitian ini dilakukan dalam kurun waktu tertentu (misalnya 4 minggu atau 12 kali pertemuan), sehingga pengaruh jangka panjang tidak menjadi fokus kajian.
6. Instrumen Penilaian Menggunakan Tes Akurasi Passing
7. Penilaian akurasi passing dilakukan dengan menggunakan instrumen tes yang telah distandarisasi (misalnya passing ke target tertentu), sehingga tidak menggunakan observasi pertandingan atau analisis video.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan pada penelitian ini, yaitu apakah ada pengaruh yang signifikan antara pelatihan passing bervariasi dengan akurasi passing peserta didik ekstrakurikuler futsal di SMK 1 Singaraja?

1.5 Tujuan Penelitian

Terkait dengan rumusan masalah yang di jelaskan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini, yaitu untuk mengetahui tingkat signifikansi peningkatan antara pelatihan passing bervariasi dengan akurasi passing siswa ekstrakurikuler futsal di SMK Negeri 1 Singaraja setelah diberikan metode latihan passing bervariasi.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan olahraga, khususnya dalam cabang olahraga futsal. Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memperkuat teori bahwa metode latihan yang terstruktur dan spesifik, seperti latihan passing bervariasi, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar permainan, khususnya akurasi operan. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan metode latihan teknik dasar futsal secara efektif dan efisien.

- b. Penelitian ini secara teoritis bermanfaat untuk memperkaya kajian ilmiah dalam bidang pelatihan olahraga, khususnya futsal, dengan menambahkan bukti empiris mengenai efektivitas metode latihan passing bervariasi terhadap peningkatan akurasi operan. Hasil penelitian ini juga dapat memperkuat teori pembelajaran motorik yang menyatakan bahwa pengulangan dan kerja sama dalam latihan teknik dasar dapat meningkatkan keterampilan spesifik dalam permainan. Dengan demikian penelitian ini berperan dalam mengembangkan dasar-dasar teori latihan teknik yang aplikatif dalam pendidikan jasmani dan olahraga.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi sekolah

Manfaat praktis dari penelitian ini bagi pihak sekolah adalah turut berperan dalam meningkatkan kualitas program latihan ekstrakurikuler futsal di SMK

1 Singaraja. Melalui penerapan metode latihan passing bervariasi yang terbukti mampu meningkatkan akurasi operan, sekolah dapat mengintegrasikan metode tersebut secara terstruktur dalam proses pelatihan. Penerapan ini berpotensi memperbaiki kemampuan teknik dasar siswa, terutama dalam hal kerja sama tim dan kontrol bola, yang pada akhirnya dapat menunjang pencapaian prestasi dalam kompetisi futsal antar sekolah. Selain itu, temuan dari penelitian ini bisa dimanfaatkan oleh guru pendidikan jasmani maupun pelatih sebagai acuan dalam merancang program latihan yang lebih efektif dan didasarkan pada hasil penelitian ilmiah.

b) Bagi Guru/Pelatih

Guru olahraga dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam menyusun dan menerapkan metode latihan yang lebih sistematis dan efisien, terutama untuk meningkatkan ketepatan operan siswa dalam permainan futsal. Dengan memahami dampak positif dari latihan passing bervariasi, guru memiliki dasar untuk memasukkan metode ini ke dalam kegiatan ekstrakurikuler sebagai bagian dari pembelajaran teknik dasar futsal. Selain itu, temuan penelitian ini juga dapat digunakan sebagai alat evaluasi dalam menentukan strategi latihan yang paling sesuai dengan karakteristik dan kemampuan peserta didik, sehingga pembinaan keterampilan bermain dapat berjalan secara lebih efektif dan terarah

c) Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti adalah dapat berkontribusi dalam penerapan ilmu keolahragaan dalam pelatihan, mengetahui hasil penelitian dan dapat

menyimpulkan mana pelatihan yang lebih baik, dan dapat berkontribusi dalam memajukan ilmu keolahragaan.

