



Pengaruh Latihan Passing Tetap Dan Passing Bergerak Terhadap Hasil Akurasi Passing Futsal Di Academy Curup United



Kiki Handika ¹⁾, Ajis Sumantri ²⁾, Feby Elra Perdima ³⁾

^{1,2,3)} Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Dehasen Bengkulu

^{a)} Corresponding Author: ¹⁾ kiki_handika@gmail.com

Abstract

Passing accuracy is fundamental to maintaining possession and building play in futsal, and it requires training patterns that reflect the demands of the game. This study investigated the effects of stationary and moving passing drills on the passing accuracy of Academy Curup United players and compared the effectiveness of the two training methods. An experimental pretest-posttest two-group design was used. The population consisted of 30 players, all of whom were included as the sample and divided into stationary-passing and moving-passing groups. Passing accuracy was measured for 30 seconds using a wall target. Data analysis included normality and homogeneity tests, paired-samples t-tests, and an independent-samples t-test using SPSS 25. Stationary passing produced a mean improvement of 3.933 with a significance value of 0.000 and a 23.86% increase. Moving passing produced a mean improvement of 4.533 with a significance value of 0.000 and a 32.36% increase. The between-group comparison yielded a significance value of 0.021. Both training methods significantly improved passing accuracy, but moving passing generated the larger improvement. The findings support the use of mobile passing drills because their movement component more closely represents the technical demands encountered in futsal.

Keyword: Moving Passing Drill, Passing Accuracy, Stationary Passing Drill.

Abstrak

Akurasi passing menjadi dasar kesinambungan penguasaan bola dalam futsal dan perlu dilatih melalui pola yang sesuai dengan situasi permainan. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh latihan passing tetap dan passing bergerak terhadap akurasi passing pemain Academy Curup United serta membandingkan efektivitas kedua bentuk latihan. Penelitian menggunakan eksperimen dengan desain pretest-posttest two-group. Populasi berjumlah 30 pemain dan seluruhnya digunakan sebagai sampel melalui purposive sampling, kemudian dibagi menjadi kelompok passing tetap dan passing bergerak. Instrumen berupa tes akurasi passing selama 30 detik dengan sasaran dinding. Analisis mencakup uji normalitas, homogenitas, paired-sample t-test, dan independent-sample t-test menggunakan SPSS 25. Latihan passing tetap meningkatkan skor rata-rata sebesar 3,933 dengan signifikansi 0,000 dan persentase peningkatan 23,86%. Latihan passing bergerak meningkatkan skor rata-rata sebesar 4,533 dengan signifikansi 0,000 dan persentase peningkatan 32,36%. Perbandingan antarkelompok menghasilkan signifikansi 0,021. Kedua latihan efektif meningkatkan akurasi, tetapi passing bergerak menghasilkan peningkatan lebih besar. Temuan mendukung penggunaan latihan yang melibatkan mobilitas sebagai stimulus yang lebih menyerupai tuntutan passing dalam permainan.

Kata Kunci: Akurasi Passing, Latihan Passing Bergerak, Latihan Passing Tetap.

Pendahuluan

Futsal merupakan permainan dengan sirkulasi bola cepat, ruang bermain terbatas, dan pergantian situasi menyerang-bertahan yang berlangsung dalam waktu singkat. Kondisi tersebut menjadikan passing sebagai keterampilan utama untuk menjaga penguasaan bola dan menghubungkan pergerakan antarpemain. Akurasi passing yang rendah akan memperbesar risiko kehilangan bola dan memutus pola serangan.

Lhaksana (2017) menempatkan penguasaan teknik passing sebagai bagian

penting dalam taktik dan strategi futsal modern. Sejalan dengan itu, Pratama dan Firmansyah (2022) serta Rahman dan Saputra (2022) menekankan pentingnya ketepatan passing dalam kualitas permainan. Karena passing dilakukan baik dari posisi statis maupun sambil bergerak, metode latihan perlu mempertimbangkan tuntutan gerak aktual di lapangan.

Latihan passing tetap memberi kesempatan pemain mengulang teknik dengan posisi tubuh relatif stabil sehingga fokus dapat diarahkan pada ketepatan kaki tumpu, perkenaan bola, dan

sasaran. Sebaliknya, passing bergerak menambahkan tuntutan koordinasi, orientasi ruang, dan penyesuaian posisi tubuh sebelum kontak dengan bola. Perbedaan karakter latihan ini diperkirakan menghasilkan respons pembelajaran yang tidak sama.

Penelitian yang dirujuk dalam skripsi, seperti Muzafar dan Saputra (2022), Turnip (2020), serta Rahmanda dkk. (2025), telah menunjukkan manfaat variasi latihan passing terhadap akurasi. Namun, perbandingan langsung antara bentuk passing tetap dan passing bergerak pada pemain Academy Curup United masih memerlukan bukti empiris sehingga pelatih dapat memilih bentuk latihan yang paling efektif.

Kebaruan penelitian terletak pada perbandingan dua pola latihan dengan desain dua kelompok dan evaluasi statistik baik di dalam masing-masing kelompok maupun antar kelompok. Pendekatan ini tidak hanya menjawab apakah latihan bekerja, tetapi juga memberikan informasi tentang bentuk latihan mana yang menghasilkan peningkatan lebih besar.

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh latihan passing tetap dan passing bergerak terhadap akurasi passing pemain futsal Academy Curup United serta menentukan bentuk latihan yang lebih efektif berdasarkan perubahan skor pretest dan posttest.

Dalam kerangka latihan olahraga, keterampilan akurasi passing futsal tidak dapat dipisahkan dari kualitas komponen fisik dan koordinatif yang menjadi penopangnya. Skripsi ini menempatkan latihan passing tetap dan passing bergerak sebagai stimulus yang secara operasional diarahkan pada ketepatan perkenaan kaki, orientasi tubuh, koordinasi gerak, penyesuaian posisi, dan pemilihan sasaran. Hubungan tersebut penting karena peningkatan performa teknik baru bermakna apabila latihan yang diberikan memiliki keterkaitan langsung dengan tuntutan gerak yang diukur. Oleh sebab itu, penelitian tidak berhenti pada penjelasan bahwa latihan dilakukan, tetapi memeriksa perubahan kemampuan melalui pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Kajian yang digunakan di dalam skripsi, antara lain Lhaksana (2017), Muzafar dan Saputra (2022), Turnip (2020), serta Rahmanda dkk. (2025), memberikan dasar bahwa pembinaan kondisi fisik dan penguasaan teknik perlu direncanakan sebagai satu kesatuan agar transfer hasil latihan menuju performa keterampilan dapat diamati secara objektif.

Konteks pemain Academy Curup United memberi karakter praktis yang kuat pada penelitian ini. Subjek bukan atlet elite yang

menjalani sistem latihan profesional, melainkan kelompok pembinaan yang menghadapi keterbatasan waktu, sarana, dan variasi program sebagaimana tergambar pada latar belakang skripsi. Dalam kondisi seperti ini, intervensi yang sederhana, terukur, dan dapat diulang menjadi relevan karena pelatih atau guru membutuhkan bentuk latihan yang realistis untuk diterapkan. Latihan passing tetap dan passing bergerak dipilih bukan semata karena mudah dilakukan, melainkan karena memiliki kedekatan dengan kebutuhan kemampuan yang menjadi masalah utama. Dengan demikian, manfaat penelitian diarahkan pada keputusan praktis: apakah intervensi tersebut layak dimasukkan ke dalam latihan rutin untuk memperbaiki akurasi passing futsal.

Celah penelitian terletak pada kebutuhan pembuktian yang spesifik terhadap populasi dan situasi latihan setempat. Hasil penelitian terdahulu yang dibahas dalam skripsi memberikan arah umum, tetapi perbedaan usia, pengalaman berlatih, lingkungan pembinaan, teknik yang diuji, dan bentuk perlakuan dapat menghasilkan respons yang berbeda. Karena itu, pengujian pada pemain Academy Curup United diperlukan untuk menghasilkan bukti yang lebih kontekstual. Penelitian ini mempertahankan fokus pada satu variabel hasil utama sehingga hubungan antara perlakuan dan perubahan performa dapat dibaca secara lebih tajam. Posisi tersebut sekaligus menjadi unsur kebaruan praktis, yaitu menerjemahkan teori latihan dan temuan terdahulu ke dalam program yang dapat dievaluasi langsung pada kelompok sasaran penelitian.

Metode Penelitian

Penelitian menggunakan desain eksperimen pretest-posttest two-group. Populasi penelitian terdiri atas 30 pemain Academy Curup United dan seluruhnya menjadi sampel. Pemain dibagi menjadi dua kelompok perlakuan, yaitu latihan passing tetap dan latihan passing bergerak, sehingga perubahan kemampuan dapat dianalisis pada masing-masing kelompok dan kemudian dibandingkan.

Instrumen penelitian adalah tes akurasi passing selama 30 detik menggunakan sasaran dinding. Pretest dilaksanakan sebelum program latihan dan posttest dilakukan setelah rangkaian latihan selesai. Program latihan disusun secara terjadwal sehingga kedua kelompok memperoleh perlakuan sesuai karakter latihan masing-masing.

Analisis menggunakan SPSS 25. Uji normalitas dan homogenitas digunakan untuk memeriksa prasyarat analisis. Pengaruh latihan

pada setiap kelompok dianalisis dengan paired-sample t-test, sedangkan perbedaan efektivitas antarkelompok diuji menggunakan independent-sample t-test pada taraf signifikansi 0,05.

Rancangan pretest-posttest two-group digunakan untuk menangkap perubahan performa secara langsung pada 30 pemain yang dibagi ke dalam dua kelompok latihan. Pengukuran awal berfungsi sebagai titik acuan kemampuan sebelum intervensi, sedangkan pengukuran akhir digunakan untuk melihat perubahan setelah latihan diberikan sesuai program pada masing-masing kelompok sebelum posttest. Instrumen penelitian berupa tes akurasi passing ke dinding sasaran selama 30 detik. Penggunaan instrumen yang sama pada tahapan pengukuran menjaga konsistensi indikator yang dibandingkan. Dalam pelaksanaannya, prosedur tes mengikuti petunjuk yang dicantumkan pada skripsi agar perbedaan skor tidak muncul karena perubahan cara pengukuran. Data yang diperoleh kemudian ditata dalam bentuk skor individu dan ringkasan kelompok untuk dianalisis sesuai tujuan penelitian.

Pengendalian prosedur menjadi bagian penting karena perubahan skor olahraga dapat dipengaruhi oleh banyak faktor selain perlakuan. Oleh karena itu, skripsi menggunakan urutan pengambilan data yang sama, lokasi penelitian yang konsisten, serta kriteria sampel yang sesuai dengan populasi sasaran. Perlakuan latihan passing tetap dan passing bergerak diberikan pada periode penelitian sebagaimana program latihan yang telah disusun. Penelusuran hasil difokuskan pada perubahan akurasi passing futsal, sehingga analisis tidak diperluas ke variabel yang tidak diukur. Pembatasan ini penting untuk menjaga kesesuaian antara rumusan masalah, instrumen, hasil, dan kesimpulan artikel.

Analisis data dilakukan bertahap. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan kecenderungan skor, kemudian pengujian prasyarat dilakukan sesuai metode yang tertulis di skripsi sebelum pengujian hipotesis. Ringkasan hasil utama menunjukkan kedua kelompok memperoleh $p = 0,000$ dan perbandingan antarkelompok $p = 0,021$. Kriteria pengambilan keputusan menggunakan taraf signifikansi 0,05 atau perbandingan statistik hitung dengan nilai tabel sebagaimana diterapkan pada skripsi. Dengan prosedur tersebut, keputusan mengenai pengaruh latihan tidak hanya bertumpu pada kenaikan angka secara deskriptif, tetapi juga mempertimbangkan bukti statistik yang menyertai perubahan hasil pengukuran.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Ringkasan Hasil Utama Penelitian

Kelompok	Peningkatan Rata-rata	Peningkatan (%)	Sig.
Passing tetap	3,933	23,86%	0,000
Passing bergerak	4,533	32,36%	0,000
Perbandingan antarkelompok	-	-	0,021

Kedua kelompok menunjukkan peningkatan skor akurasi passing setelah menyelesaikan program latihan. Pada kelompok passing tetap, peningkatan rata-rata sebesar 3,933 dengan persentase 23,86%. Pada kelompok passing bergerak, peningkatan rata-rata mencapai 4,533 atau 32,36%.

Paired-sample t-test pada masing-masing kelompok menghasilkan nilai signifikansi 0,000, lebih kecil daripada 0,05. Dengan demikian, baik latihan passing tetap maupun passing bergerak memberikan perubahan yang signifikan terhadap akurasi passing.

Independent-sample t-test menghasilkan nilai signifikansi 0,021. Nilai tersebut menunjukkan adanya perbedaan pengaruh yang bermakna antara kedua bentuk latihan. Besarnya peningkatan menempatkan latihan passing bergerak sebagai perlakuan yang lebih efektif dalam sampel penelitian.

Secara deskriptif, arah perubahan hasil mendukung tujuan intervensi. kelompok passing tetap meningkat 3,933 poin (23,86%), sedangkan passing bergerak meningkat 4,533 poin (32,36%). Perubahan tersebut menunjukkan bahwa performa setelah program latihan bergerak ke arah yang lebih baik dibandingkan kondisi awal atau siklus sebelumnya. Data tidak ditafsirkan hanya dari satu peserta, tetapi dari pola kelompok yang diringkas melalui nilai rata-rata, persentase, atau indikator statistik lain yang tersedia dalam skripsi. Karena hasil artikel disusun dari data Bab IV, angka yang ditampilkan dipertahankan sesuai laporan sumber tanpa melakukan perhitungan ulang yang dapat mengubah makna hasil asli.

Pengujian prasyarat dan hipotesis memperkuat pembacaan hasil deskriptif. Ringkasan analisis adalah kedua kelompok memperoleh $p = 0,000$ dan perbandingan antarkelompok $p = 0,021$. Nilai tersebut

memberikan dasar untuk menerima adanya perubahan atau pengaruh sesuai kriteria yang digunakan dalam skripsi. Dengan demikian, pola hasil tidak hanya menunjukkan perbedaan numerik, tetapi juga memiliki dukungan analitis yang relevan terhadap pertanyaan penelitian. Penyajian hasil secara ringkas sengaja memisahkan fakta statistik dari penjelasan teoretis; alasan mengapa perubahan dapat terjadi dibahas pada bagian pembahasan agar tidak terjadi pengulangan pembacaan angka tabel.

Sebaran hasil juga penting untuk memahami konsistensi perubahan. Walaupun peserta memiliki kemampuan awal yang tidak sepenuhnya sama, prosedur pretest dan posttest memungkinkan setiap hasil akhir dibaca dengan mempertimbangkan titik awal kelompok. Pada desain dua kelompok, perbandingan antarkelompok menambah informasi mengenai efektivitas relatif intervensi; pada desain satu kelompok, perubahan berpasangan memberikan gambaran perkembangan setelah perlakuan; sedangkan pada penelitian tindakan kelas, perbandingan antarsiklus menunjukkan hasil perbaikan pembelajaran. Kerangka tersebut membuat hasil tetap sesuai dengan desain asli masing-masing skripsi dan tidak memaksakan interpretasi di luar data.

Temuan penelitian memiliki arti praktis karena indikator hasil merupakan keterampilan yang langsung digunakan dalam kegiatan latihan atau pembelajaran. Ketika skor akurasi passing futsal meningkat, perubahan tersebut dapat dibaca sebagai bukti bahwa program yang diterapkan mampu menghasilkan respons yang terukur dalam konteks sampel penelitian. Namun, hasil ini tidak dimaksudkan untuk menyatakan bahwa satu bentuk latihan merupakan satu-satunya faktor penentu performa. Kesimpulan dibatasi pada variabel, populasi, durasi, instrumen, dan kondisi penelitian sebagaimana didokumentasikan dalam skripsi.

Pembahasan

Peningkatan pada kelompok passing tetap menunjukkan bahwa pengulangan teknik dalam kondisi stabil tetap bermanfaat untuk membentuk konsistensi gerak. Posisi tubuh yang relatif tetap memungkinkan pemain memusatkan perhatian pada kualitas perkenaan kaki dengan bola, arah ayunan, dan ketepatan sasaran. Latihan ini relevan pada tahap penguatan dasar.

Peningkatan yang lebih tinggi pada kelompok passing bergerak dapat dijelaskan oleh tambahan tuntutan koordinasi dan penyesuaian posisi. Pemain tidak hanya

mengarahkan bola ke sasaran, tetapi juga harus mengontrol langkah sebelum dan sesudah melakukan passing. Kondisi tersebut lebih dekat dengan situasi futsal yang hampir selalu menuntut perpindahan posisi.

Temuan ini mendukung gagasan bahwa latihan teknik akan lebih efektif ketika stimulusnya memiliki kemiripan dengan konteks permainan. Hasil penelitian sejalan dengan Turnip (2020) yang menguji pola passing aktif dan dengan Rahmanda dkk. (2025) yang menunjukkan manfaat latihan passing berpasangan terhadap akurasi. Kesamaan tersebut memperlihatkan bahwa keterlibatan gerak aktif dapat memperkuat transfer keterampilan.

Perbedaan persentase peningkatan, yaitu 23,86% pada passing tetap dan 32,36% pada passing bergerak, tidak berarti latihan passing tetap tidak diperlukan. Latihan tetap dapat digunakan untuk koreksi teknik atau fase awal pembelajaran, kemudian dilanjutkan dengan passing bergerak agar keterampilan berkembang ke situasi yang lebih dinamis.

Nilai signifikansi antarkelompok 0,021 memperkuat bahwa perbedaan hasil bukan hanya variasi deskriptif. Meskipun demikian, penelitian dilakukan pada satu akademi dengan jumlah 30 pemain, sehingga generalisasi ke kelompok umur, tingkat kemampuan, atau klub yang berbeda perlu dilakukan secara hati-hati.

Pelatih dapat menyusun periodisasi latihan yang menggabungkan kedua bentuk latihan. Passing tetap dapat ditempatkan pada bagian teknik dasar dan pemanasan spesifik, sedangkan passing bergerak digunakan pada latihan utama dengan tuntutan kecepatan, perpindahan posisi, dan pengambilan keputusan. Penggabungan ini memungkinkan ketepatan dan adaptasi permainan berkembang bersamaan.

Kontribusi penelitian terletak pada bukti komparatif mengenai dua bentuk latihan yang sering digunakan. Hasilnya memberi dasar bahwa variasi passing bergerak layak memperoleh porsi lebih besar ketika tujuan latihan adalah meningkatkan akurasi dalam konteks permainan yang dinamis.

Secara fisiologis dan motorik, pengaruh latihan passing tetap dan passing bergerak dapat dijelaskan melalui prinsip adaptasi terhadap stimulus yang dilakukan berulang. Program latihan menuntut peserta melakukan pola gerak tertentu secara konsisten sehingga tubuh dan sistem koordinasi memperoleh kesempatan menyesuaikan diri terhadap tuntutan tersebut. Dalam penelitian ini, arah adaptasi yang diharapkan berhubungan dengan ketepatan perkenaan kaki, orientasi tubuh, koordinasi

gerak, penyesuaian posisi, dan pemilihan sasaran. Keterkaitan antara bentuk latihan dan komponen gerak inilah yang membuat perubahan pada akurasi passing futsal memiliki dasar logis, sekalipun derajat respons antarindividu dapat berbeda.

Prinsip spesifisitas membantu menjelaskan mengapa program latihan perlu dikaitkan dengan teknik sasaran. Latihan yang baik bukan sekadar menambah beban kerja, tetapi mengarahkan pola gerak, kecepatan, ritme, koordinasi, atau kekuatan menuju kebutuhan teknik yang diuji. Pada pemain Academy Curup United, hubungan ini penting karena waktu latihan terbatas dan program harus efisien. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pemilihan latihan yang memiliki relevansi gerak dengan kemampuan sasaran dapat memberikan hasil yang dapat diukur, sehingga program tidak hanya bersifat rutin tetapi memiliki dasar evaluasi.

Hasil penelitian juga perlu dipahami sebagai interaksi antara komponen fisik dan kualitas teknik. Peningkatan kemampuan fisik tidak otomatis menghasilkan teknik yang baik apabila pola gerak dasar masih keliru. Sebaliknya, penguasaan teknik yang baik dapat terhambat bila kapasitas fisik yang diperlukan belum memadai. Oleh karena itu, latihan passing tetap dan passing bergerak sebaiknya ditempatkan sebagai bagian dari rangkaian latihan yang tetap memuat pengulangan teknik akurasi passing futsal. Pendekatan terintegrasi tersebut lebih sesuai dengan tujuan pembinaan karena peserta tidak hanya menjadi lebih kuat atau lebih cepat, tetapi juga belajar menggunakan kemampuan tersebut pada gerak olahraga yang sebenarnya.

Temuan ini berdialog dengan kajian terdahulu yang telah dimasukkan dalam skripsi, termasuk Lhaksana (2017), Muzafar dan Saputra (2022), Turnip (2020), serta Rahmanda dkk. (2025). Kesamaan arah temuan memperkuat gagasan bahwa stimulus latihan yang terencana dapat berkontribusi pada peningkatan performa teknik. Meski demikian, penelitian ini memiliki konteks populasi dan prosedur yang spesifik sehingga tidak seluruh hasil studi terdahulu dapat diperlakukan identik. Nilai penting penelitian justru berada pada bukti bahwa prinsip yang sama dapat diuji dalam lingkungan pembinaan lokal dan menghasilkan data yang dapat digunakan untuk mengevaluasi program secara lebih objektif.

Dari sudut pandang kepelatihan, hasil penelitian mendukung penggunaan evaluasi berbasis data. Pelatih atau guru dapat memulai program dengan tes awal, menerapkan latihan sesuai tujuan, kemudian mengulang pengukuran setelah periode latihan. Pola ini memungkinkan

keputusan program dibuat berdasarkan perubahan performa, bukan semata kesan subjektif selama latihan. Data akurasi passing futsal juga dapat digunakan untuk mengidentifikasi peserta yang memerlukan pendampingan tambahan, menyesuaikan beban, atau memperbaiki teknik. Dengan demikian, nilai praktis penelitian tidak hanya pada signifikansi statistik, tetapi pada cara hasilnya dapat diintegrasikan ke dalam proses perencanaan dan evaluasi latihan.

Aspek keselamatan dan progresivitas tetap perlu diperhatikan saat menerapkan hasil. Intensitas, volume, frekuensi, dan kompleksitas latihan harus menyesuaikan kemampuan peserta sebagaimana karakter subjek penelitian. Pemberian beban atau pengulangan yang terlalu tinggi dapat mengurangi kualitas teknik, sedangkan stimulus yang terlalu rendah dapat membuat latihan tidak cukup menantang. Karena artikel ini mempertahankan substansi skripsi, rekomendasi penerapan diarahkan pada penggunaan program sesuai prosedur penelitian dan tidak memperluas dosis latihan di luar yang telah diuji. Pelatih disarankan memantau kualitas gerak selama proses, bukan hanya mengejar jumlah repetisi.

Keterbatasan utama penelitian berasal dari ruang lingkup yang terfokus pada pemain Academy Curup United dengan 30 pemain yang dibagi ke dalam dua kelompok latihan. Cakupan tersebut membuat hasil sangat relevan bagi konteks penelitian, tetapi generalisasi ke kelompok usia, tingkat kemampuan, atau lokasi lain perlu dilakukan secara hati-hati. Selain itu, performa olahraga dapat dipengaruhi faktor lain seperti pengalaman latihan, kebugaran awal, motivasi, pemulihan, dan kualitas teknik yang tidak seluruhnya menjadi variabel analisis. Keterbatasan ini tidak menghilangkan nilai hasil, tetapi menjadi batas interpretasi agar kesimpulan tetap proporsional terhadap desain penelitian.

Penelitian lanjutan dapat memperluas bukti dengan jumlah sampel yang lebih besar, durasi latihan yang berbeda, kelompok kontrol atau pembandingan tambahan bila sesuai, serta pengukuran lanjutan untuk mengetahui apakah peningkatan dapat dipertahankan. Variasi bentuk latihan juga dapat dibandingkan dengan indikator teknik yang sama sehingga efektivitas relatif program menjadi lebih jelas. Dalam konteks pendidikan jasmani, penelitian berikutnya dapat menggabungkan hasil performa dengan indikator partisipasi atau motivasi apabila instrumen yang memadai tersedia. Arah pengembangan tersebut tetap berangkat dari temuan penelitian ini tanpa mengubah kesimpulan asli.

Kebaruan logis penelitian terletak pada hubungan langsung antara masalah lapangan, intervensi yang dapat diterapkan, pengukuran objektif, dan keputusan berbasis hasil. Rangkaian tersebut menjadikan penelitian lebih dari sekadar demonstrasi latihan. Data awal menunjukkan kebutuhan perbaikan, perlakuan dirancang untuk menjawab kebutuhan tersebut, dan hasil akhir diuji menggunakan prosedur analisis yang telah ditetapkan. Dengan demikian, artikel menempatkan latihan passing tetap dan passing bergerak sebagai pilihan program yang memperoleh dukungan empiris pada konteks sampel penelitian, sekaligus tetap membuka ruang bagi pengujian lebih luas pada kondisi yang berbeda.

Dalam penerapan program di lapangan, hasil penelitian dapat dijadikan dasar untuk menyusun urutan latihan yang lebih terarah. Sesi tidak perlu hanya berisi latihan passing tetap dan passing bergerak, tetapi dapat diawali dengan pemanasan yang relevan, dilanjutkan latihan utama, kemudian dihubungkan dengan praktik akurasi passing futsal. Pola tersebut menjaga hubungan antara stimulus latihan dan keterampilan sasaran. Evaluasi berkala dengan tes akurasi passing ke dinding sasaran selama 30 detik dapat digunakan untuk melihat apakah peserta mengalami perkembangan sesuai arah yang diharapkan. Bila peningkatan belum terlihat, pelatih dapat meninjau kembali kualitas pelaksanaan gerak, kepatuhan terhadap program, dan kesesuaian beban latihan tanpa mengubah prinsip dasar yang telah diuji dalam penelitian.

Pembacaan hasil secara individual juga penting meskipun kesimpulan penelitian ditarik pada tingkat kelompok. Nilai rata-rata menggambarkan kecenderungan umum, tetapi setiap peserta dapat memiliki respons yang berbeda karena kemampuan awal, pengalaman latihan, dan kualitas pelaksanaan teknik. Karena itu, data pretest dan posttest sebaiknya tidak hanya dipakai untuk menyatakan keberhasilan program, tetapi juga sebagai bahan umpan balik bagi peserta. Pendekatan ini sejalan dengan fungsi evaluasi dalam pendidikan jasmani: hasil pengukuran membantu menentukan kebutuhan perbaikan berikutnya. Pada pemain Academy Curup United, penggunaan data semacam ini dapat membuat pembinaan lebih sistematis dan mengurangi ketergantungan pada penilaian yang hanya berdasarkan pengamatan sesaat.

Konsistensi prosedur pengukuran memperkuat keterbandingan hasil. Instrumen yang sama, urutan tes yang serupa, dan kriteria pencatatan yang tetap membantu memastikan bahwa perubahan skor benar-benar

merefleksikan perubahan performa yang diamati. Hal ini terutama penting pada keterampilan olahraga karena hasil tes dapat dipengaruhi kondisi pelaksanaan, kesiapan peserta, dan pemahaman terhadap instruksi. Dengan mempertahankan prosedur sesuai skripsi, artikel ini menempatkan hasil sebagai representasi dari desain penelitian asli. Karena itu, interpretasi tidak menambahkan variabel baru atau mengubah parameter statistik, melainkan memusatkan perhatian pada hubungan antara perlakuan dan hasil yang telah dilaporkan.

Implikasi pendidikan dari penelitian ini adalah pentingnya menghubungkan latihan dengan tujuan belajar yang terukur. Ketika guru atau pelatih menetapkan sasaran berupa peningkatan akurasi passing futsal, bentuk latihan, instrumen tes, dan kriteria keberhasilan perlu disusun dalam satu alur. Latihan passing tetap dan passing bergerak dalam penelitian ini menunjukkan contoh bagaimana satu bentuk intervensi dapat diuji secara sistematis pada kelompok sasaran. Hasilnya menyediakan informasi yang dapat digunakan untuk merancang pembelajaran atau latihan berikutnya, baik dengan mempertahankan pola yang efektif maupun melakukan penyesuaian berdasarkan kebutuhan peserta. Dengan demikian, penelitian memberi kontribusi pada praktik evaluasi latihan, bukan hanya pada pencatatan perbedaan skor.

Secara keseluruhan, kekuatan penelitian berada pada kesesuaian antara masalah, intervensi, instrumen, dan analisis. Masalah lapangan dirumuskan sebagai kebutuhan peningkatan akurasi passing futsal; intervensi dipilih dalam bentuk latihan passing tetap dan passing bergerak; hasil diukur menggunakan tes akurasi passing ke dinding sasaran selama 30 detik; dan keputusan dibuat berdasarkan kedua kelompok memperoleh $p = 0,000$ dan perbandingan antarkelompok $p = 0,021$. Rangkaian ini menghasilkan argumen empiris yang dapat ditelusuri dari awal sampai akhir. Walaupun ruang lingkup penelitian terbatas, struktur tersebut cukup kuat untuk menjadi dasar rekomendasi pada konteks penelitian. Pengembangan berikutnya dapat memperluas desain tanpa menghilangkan prinsip utama, yaitu setiap program latihan harus memiliki indikator yang jelas dan dapat dievaluasi secara objektif.

Kesimpulan

Latihan passing tetap dan passing bergerak sama-sama berpengaruh signifikan terhadap akurasi passing pemain Academy Curup United. Passing tetap menghasilkan peningkatan rata-rata 3,933 atau 23,86%, sedangkan passing

bergerak menghasilkan peningkatan 4,533 atau 32,36%. Perbedaan antar kelompok signifikan pada $p = 0,021$, sehingga dalam penelitian ini passing bergerak lebih efektif.

Keterbatasan penelitian mencakup jumlah sampel yang terbatas pada satu akademi dan durasi intervensi yang mengikuti program penelitian. Penelitian selanjutnya dapat melibatkan sampel lebih luas, mengontrol posisi bermain dan pengalaman, serta menilai transfer hasil ke situasi permainan. Pelatih disarankan memadukan latihan passing tetap dan bergerak dengan penekanan lebih besar pada latihan bergerak untuk meningkatkan akurasi dalam kondisi dinamis.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Dehasen Bengkulu, para dosen pembimbing, serta Academy Curup United yang telah mendukung pelaksanaan penelitian dan penyediaan data sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Pernyataan Transparansi

Kontribusi Penulis CRediT (Contributor Roles Taxonomy):

1. **KH:** Konseptualisasi, Metodologi, Pengumpulan data, Analisis data, Penulisan draf awal, Review dan penyuntingan, Visualisasi.
2. **AS:** Supervisi.
3. **FEP:** Supervisi

Pendanaan:

Kegiatan pengabdian ini tidak menerima pendanaan eksternal dan dibiayai secara mandiri

Konflik Kepentingan:

Para penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam pelaksanaan maupun penulisan artikel ini.

Persetujuan Etik dan Mitra:

Kegiatan telah memperoleh izin pelaksanaan. Kegiatan ini bersifat edukasi dengan risiko rendah sehingga tidak memerlukan persetujuan etik formal dari lembaga penelitian.

Pernyataan Penggunaan Kecerdasan Artifisial:

Dalam penyusunan artikel ini, penulis mengerjakan seluruh isi artikel secara mandiri. Claude AI digunakan secara terbatas untuk membantu penyusunan dan perbaikan bahasa. Seluruh isi artikel telah diperiksa dan diverifikasi kembali oleh penulis.

Ketersediaan Data dan Luaran:

Dokumentasi kegiatan tersedia dan dapat diberikan atas permintaan pihak yang berkepentingan. Identitas peserta disamarkan untuk menjaga privasi anak sebagai kelompok rentan.

Daftar Pustaka

- Avenzora dan Widodo Achmad (2024). Latihan Kondisi Fisik dalam Permainan Futsal. Jakarta: Rajawali Pers.
- Aksara L Feri (2017). Buku Pintar Olahraga. Yogyakarta: Laskar Aksara, Hal (48).
- Ady (2016). Latihan Mental Atlet Dalam Mencapai Prestasi Olahraga Secara Maksimal. Skripsi: UNM Press
- Andi Putra(2023). Analisis Teknik Dasar Ball Control pada Permainan Futsal. Jurnal pendidikan Jasmani dan Olahraga, Volume 8 Hal 145-150
- Aji (2016). Pengaruh Latihan Atau evaluasi Program Pada futsal. Universitas-Universitas Di Indonesia (UNY,UPI,UNESA)
- Agustin, D & Nur ,H.A (2024) Iefektivitas model Latihan passing diamond dan model Latihan passing trianggel terhadap Akurasi Passing Permainan Futsal. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, 9(4)
- Baidawi, K.H Kardiawan, dkk (2022). Tingkat Kebugaran jasmani Pemain Futsa Pada Klub Vamos Akademi Buleleng. Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Volume 13(1), Hal 1-8.
- Castagna, S. D.Ottavio dan J. Vera (2023). Match Intensity and Activity Profile Of Futsal Players During Competitive Games. Journal Of sports Science And Medicine, Volume 19(2), Hal 245-252.
- Celmente (2022). Performance Factors In futsal Players: Physical, Technical, Tactical and Psychological Componets. International Jurnal Of Enfirenmental Research and Public Health. Volume 19, Hal 1-11.
- Clemente, Sarmento ,Dkk (2022). Performance Analysis In Futsal: Tactical Pattens And Goal Scoring Opportunties. International Jurnal Of Performance Analysis In Sport, Volume 22, Hal 245- 257.
- Debyanto, Atradinal, Dkk. (2022) Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Satelit Futsal Club Kota Padang. Jurnal Pendidikan dan Olahraga (JPDO), 5(2), Hal 85-91
- Festiawan (2022). Pendekatan Teknik dan Taktik: Pengaruhnya Terhadap Keterampilan Bermain futsal.

- Gelanggang Olahraga. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Volume 3, Hal 143-155.
- Hidayat dan Kurniawan (2023). Penerapan Program Latihan Menyeluruh Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Olahraga. Jurnal Keolahragaan, Volume 11(2), Hal 135- 142.
- Irfan, R. Yenes, I. Dkk (2022) Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. Jurnal Patriot, Volume 2 ,Hal 720-731.
- Justinus Lhaksana (2017). Taktik dan Strategi futsal Modern. Jakarta:Be Champion.
- Kismono dan R.S, Dewi (2021). Manajemen Organisasi. Yogyakarta: BPFE – Yogyakarta, Hal (90)
- Lhaksana (2017). Taktik dan strategi futsal Modern. Jakarta: Be Champion, Hal 25-26
- Muzafar dan A, Saputra (2022). Pengaruh Latihan smile Sided Game Terhadap Akurasi passing Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 1 Muaro Jambi. Indonesian Jurnal Of Sports Science and Coaching, Volume 1, Hal 81-88.
- Muhadi dan Sukadiyanto (2016). Pengantar Teori dan Metodologi Kepelatihan . Yogyakarta: FIK UNY Press.
- Nugraha dan Pratama (2022). Analisis Karakteristik Permainan Futsal Dalam Olahraga Beregu. Jurnal Pendidikan Olahraga, Volume 10(1), Hal 15-22.
- Pranata dan N.A Kumat (2022). Pengaruh Olahraga dan Latihan Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani: Literature Review. Jurnal Kesehatan Olahraga. Volume10. Hal 107-116.
- Pamungkas dan Kusnanto (2022). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Pratama dan Firmansyah (2022). Analisis ketepatan Passing Dalam Permainan Futsal Pada Atlet Tingkat Sekolah. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Volume 7, Hal 98-105.
- Rahman dan Saputra (2022). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing Dalam Permainan Futsal Pada Atlet Pemula. Jurnal Pendidikan Olahraga, Volume 11, Hal 45-52
- Rahmanda, A., Aryanti., S., Solahudin, S., Azhar, S., & Tuti, R.R (2025). Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Terhadap Akurasi Passing Pada Pemain Putra Klub Kerung Fc. Sport. Jurnal ilmiah Pendidikan jasmani, 6(1)
- Suryadi dan Pratama (2023). Penerapan Prinsip Latihan Dalam Meningkatkan Performa Atlet Olahraga. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Volume 8, Hal 120-128.
- Saputra dan T, Hidayat (2023). Pengaruh Program Latihan Terhadap Peningkatan Kemampuan Fisik Atlet Olahraga Permainan. Jurnal Keolahragaan Indonesia, Volume 9, Hal 101-109.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Saputra , R.A. Rahrjo ,H.P, & Sudarmono ,M (2025). Pengaruh Latihan Passing Aktif Berpasangan dan Berkelompok Terhadap Akurasi Passing. Indonesia Journal For Physycal Education and Sport, 6(1)
- Turnip, J. M. F. (2020). Pengaruh latihan passing aktif segitiga dan segiempat terhadap akurasi passing pemain pada Calcetto Futsal Family Club. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wibowo dan Pratama (2022). Analisis Tingkat Akurasi Passing Dalam Permainan Futsal Pada Atlet Tingkat Mahasiswa. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Volume 7, Hal 55-63
- Wijayanto (2016). Sepak bola: Teknik dan Taktik Dasar . Surakarta: UNY Press.
- Yulia (2024). Pendidikan Jasmani. Jurnal Pendidikan Jasmani. Volume 12. Hal 45-52