



**PENGARUH METODE LATIHAN *WALL PASS DRILL*
DAN *GAP GAME* TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *PASSING*
(Eksperimen pada *Club Futsal Cahs Hamas Semarang Tahun 2018*)**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

oleh

Bayu Setiawan

6301413029

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

ABSTRAK

Bayu Setiawan. 2019. ***Pengaruh Metode Latihan Drill Wall Pass dan Gap Game Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing (pada Club Futsal Cahs Hamas Semarang Tahun 2018)***. Skripsi. Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Srie Haryono, S.Pd, M.Or. dan Arif Setiawan, M.Pd.

Permasalahan penelitian adalah 1) Apakah ada pengaruh latihan *gap game* terhadap hasil kemampuan *passing* futsal Tahun 2018. 2) Apakah ada pengaruh latihan *wall pass drill* terhadap hasil kemampuan *passing* futsal. 3) Apakah ada perbedaan pengaruh antara latihan *gap game* dan *wall pass drill* terhadap hasil kemampuan *passing* futsal.

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi penelitian ini adalah seluruh pemain Cahs Hamas Semarang Tahun 2018 berjumlah 20 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Analisis statistik yang dipakai untuk mengolah data penelitian ini adalah rumus *uji beda*.

Hasil penelitian; 1) Pada kelompok 1 (*gap game*) diketahui nilai t-tes (t_{hitung}) $2,409 > t_{tabel}$ $2,262$, berarti ada pengaruh yang signifikan, 2) Pada kelompok 2 (*wall pass drill*) diketahui nilai t_{hitung} $1,174 < t_{tabel}$ $2,262$, berarti tidak ada pengaruh yang signifikan, 3) Hasil uji beda post test kelompok 1 dan 2 terdapat dan dari uji beda post tes diketahui peningkatan hasil lemparan kelompok 1 lebih besar dari kelompok 2 atau $1,4 > 0,8$ atau sebesar $14\% > 8\%$, berarti latihan *gap game* memberikan pengaruh lebih baik untuk hasil kemampuan *passing* pada pemain Cahs Hamas Semarang Tahun 2018 jika dibandingkan dengan latihan *wall pass drill*.

Simpulan penelitian 1) Ada pengaruh latihan *gap game* terhadap hasil kemampuan *passing*, dimana lemparan ke dalam pemain Cahs Hamas Semarang tahun 2018 lebih baik setelah diberikan latihan *gap game*. 2) Tidak ada pengaruh signifikan latihan *wall pass drill* terhadap hasil kemampuan *passing*. 3) Latihan *gap game* memberi pengaruh yang lebih baik untuk hasil kemampuan *passing* pada pemain pemain Cahs Hamas Semarang tahun 2018 jika dibandingkan dengan latihan *wall pass drill*.

Kata Kunci : *passing, gap game, wall pass drill, futsal*.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini, saya :

Nama : Bayu Setiawan
NIM : 6301413029
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : "PENGARUH METODE LATIHAN *WALL PASS DRILL*
DAN *GAP GAME* TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *PASSING* (Eksperimen pada *Club* Futsal
Cahs Hamas Semarang Tahun 2018)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Unnes dan sanksi hukum sesuai yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia".

Semarang, 20 Januari 2019

METERAI
TEMPEL
97074AFF816703E81
6000
ERAMBU RUPIAH
Bayu Setiawan
NIM.6301413029

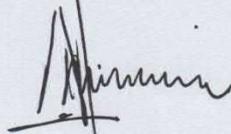


LEMBAR PERSETUJUAN

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Nama : Bayu Setiawan
NIM : 6301413029
Judul : Pengaruh Metode Latihan *Drill Wall Pass* dan *Gap Game*
Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* (pada *Club Futsal*
Cahs Hamas Semarang Tahun 2018)
Hari : Senin
Tanggal : 17-06-2019

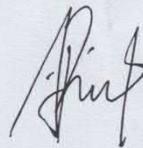
Pembimbing I



Sri Haryono, S.Pd, M.Or.

NIP. 196311131998021001

Pembimbing II



Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd.

NIP. 197805252005011002

Mengetahui,

Ketua Jurusan


Soedjatmiko, S.Pd, M.Pd.
NIP. 197208151997021001

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Bayu Setiawan NIM. 6301413029. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Judul Pengaruh Metode Latihan *Drill Wall Pass* dan *Gap Game* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* (pada Club Futsal Cahs Hamas Semarang Tahun 2018) telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, tanggal 25 Juli 2019

Panitia Ujian


Ketua
Prof. Dr. Tendiyo Rahayu, M.Pd
NIP. 19591019 198503 001

Sekretaris


Tri Tunggal Setiawan, S.Pd, M.Kes.
NIP. 196803021997021001

Dewan Penguji

1. Drs. Wahadi, M.Pd.
NIP. 196101141986011001

(Penguji 1)

2. Sri Haryono, S.Pd, M.Or.
NIP. 196911131998021001

(Penguji 2)

3. Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd.
NIP. 197208151997021001

(Penguji 3)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Noto ati ben uripe mukti. Noto roso ben uripe ora ciloko. Noto ilat ben ora kwalat. Noto polah ben ora salah. - KH. Munif Muhammad Zuhri -

PERSEMBAHAN :

Ibundaku tersayang Patmi dan Ayahandaku Nur Kwat Santoso atas segala pengorbanan, doa dan dukungan kepada saya.

Adikku Adi Rian Prasetyo dan Raif Aqil Annaqi serta keluarga saya yang selalu sabar memberi motivasi dan langkah hidupku.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puja dan puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti mendapat kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Metode Latihan *Drill Wall Pass* dan *Gap Game* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* (pada *Club Futsal Cahs Hamas Semarang Tahun 2018*)”.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak pihak yang memberikan bantuan baik moral dan material dari berbagai pihak, untuk itu tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan fasilitas sarana dan prasarana selama ini.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNNES yang telah memberikan ijin dan pengesahan dalam penelitian ini.
4. Bapak Sri Haryono, M.Or. dan Arif Setiawan, S.Pd M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, petunjuk hingga terselesainya skripsi ini.
5. Bapak dan ibu dosen PKLO FIK UNNES yang telah memberikan bekal ilmu selama duduk dibangku kuliah selama ini.
6. Karyawan FIK UNNES yang telah memberikan bantuan pelayanan selama peneliti menyelesaikan skripsi ini.

7. Jamhuri selaku Kepala Pengelola dan Seluruh Staff kepelatihan Cahs Hamas Semarang yang telah memberikan ijin peneliti untuk membantu pelaksanaan penelitian.
8. Semua pemain Cahs Hamas Semarang yang telah berkenan menjadi sampel penelitian dan membantu selama pelaksanaan penelitian.
9. Teman-teman FIK UNNES atas segala kesempatan, bimbingan dan pengalaman selama ini.
10. Sahabat seperjuangan PKLO angkatan 2013 yang selalu menemani perkuliahan selama ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu atas bantuan yang telah diberikan dalam penyusunan skripsi ini.

Atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan kepada peneliti, semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat, hidayah dan pahala yang setimpal atas kebaikan yang mereka berikan selama ini.

Akhir kata peneliti berharap semoga skripsi ini berguna bagi para pembaca. Amin.

Semarang, 20 Januari 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Pembatasan Masalah.....	5
1.4 Rumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS	
2.1 Landasan Teori.....	7
2.1.1 Olahraga Futsal.....	7
2.1.2 Teknik Dasar Futsal.....	8
2.1.3 Teknik Dasar Mengumpan (<i>Passing</i>).....	8
2.1.4 Konsep Dasar Latihan.....	11
2.1.5 Metode Latihan <i>Passing</i>	14
2.1.6 Cash Hamas.....	16
2.2 Kerangka Berfikir.....	17
2.2.1 Pengaruh Latihan <i>Passing Wall Pass</i>	19
2.2.2 Pengaruh Latihan <i>Gap Game</i>	20
2.2.3 Perbedaan Pengaruh Latihan.....	20
2.3 Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	23
3.2 Variabel Penelitian.....	24
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Penarikan Sampel.....	25
3.3.1 Populasi.....	25
3.3.2 Sampel.....	25
3.4 Instrumen Penelitian.....	25
3.5 Prosedur Penelitian.....	27
3.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penelitian.....	28
3.7 Teknik Analisis Data.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	32

4.1.1 Deskripsi Data	32
4.1.2 Hasil Uji Prasarat Analisis	33
4.1.2.1 Uji Normalitas	33
4.1.2.2 Uji homogenitas	34
4.1.3 Uji Hipotesis	35
4.2 Pembahasan	39
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	43
5.2 Saran	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Deskripsi Data Penelitian	32
4.2 Uji Normalitas.....	34
4.3 Uji Homogenitas.....	35
4.4 Uji Hipotesis	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Teknik <i>Passing</i> dalam olahraga Futsal	9
2.2 Teknik Latihan <i>Wall Passing</i>	15
2.3 Teknik Latihan <i>Gap Game</i>	16
2.4 Cahs Hamas	17
2.5 Kerangka Berfikir	19
3.1 Desain Penelitian	24
3.2 Instrumen <i>Passing</i>	26
4.1 Histogram	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Penetapan Dosen Pembimbing.....	47
2. Surat Ijin Penelitian.....	48
3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	49
4. Daftar Program Latihan.....	50
5. Daftar Nama Petugas Penelitian.....	53
6. Daftar Kategori Tingkat Kemampuan <i>Passing</i>	54
7. Data Nama Pemain Cahs Hamas.....	55
8. Kelompok Regu	56
9. Hasil Pre Tes	57
10. Hasil Post Test <i>Passing</i>	58
11. Dokumentasi Penelitian	59

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga Futsal merupakan suatu cabang olahraga yang sangat berkembang pesat di masyarakat sekarang ini. Hampir sebagian masyarakat mengenal bahkan memainkan olahraga futsal, mulai dari anak kecil sampai orang dewasa, hal tersebut juga dibuktikan oleh artikel perkembangan futsal dinyatakan bahwa perkembangan futsal saat ini banyak dipengaruhi pengusaha dalam pertumbuhan jumlah pembangunan lapangan futsal (Agus Wiyanto dkk:2012). Secara tidak langsung pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pertumbuhan pembangunan lapangan futsal dan pertumbuhan orang memainkan futsal pun kian terus berkembang.

Futsal telah berkembang juga didukung oleh pendapat ahli lain yang menyatakan dalam kurun waktu 10 tahun terakhir bahwa permainan futsal telah dimainkan lebih dari 30 juta perempuan di seluruh dunia (Richard Moore dkk, 2014:109). Olahraga futsal telah memasuki babak baru dalam perkembangannya, kini televisi swasta nasional dalam kurun waktu 3 tahun ini futsal sudah mulai sering menayangkan secara *live* maupun siaran tunda atau tayangan ulang yang merupakan bagian dari layanan olahraga dan hiburan masyarakat. Hal tersebut secara tidak langsung mempengaruhi banyak aspek perkembangan olahraga futsal seperti halnya perkembangan taktik bermain.

Perkembangan taktik dan strategi permainan futsal telah banyak berubah secara pesat dan begitu banyak macamnya. Semakin banyaknya pelatih yang muncul mengasumsikan pertumbuhan jumlah pemain yang terbina juga semakin banyak. Perkembangan dan pergeseran pemahaman pemain maupun pelatih

didukung pula dengan digencarkannya pelatihan-pelatihan atau penataran pelatih tingkat nasional hingga internasional. Hal inilah yang akhirnya memunculkan banyak pelatih dengan pemahaman futsal yang lebih mendalam serta memiliki karakteristik yang berbeda-beda setiap individunya. Pendapat tersebut dikuatkan dengan pernyataan tentang perkembangan kepelatihan futsal yang baik dan terdepan dipengaruhi oleh tingkat kualifikasi pendidikan serta pelatihan pelatih akan dapat berdampak pada kinerja futsal yang signifikan terutama bagaimana dapat meningkatkan perkembangan dalam hal penentuan pengambilan keputusan dan kecerdasan pemain (Richard Moore dkk, 2014:110).

Lhaksana (2006) futsal merupakan olahraga beregu yang cepat dan dinamis dengan *passing* yang akurat yang memungkinkan terjadinya banyak gol. Sedangkan menurut Shahda Halim (2009) futsal adalah permainan sejenis sepak bola yang dimainkan dalam lapangan yang lebih kecil, dimainkan 10 orang (masing-masing tim 5 orang), menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih berat dari pada yang digunakan dalam sepak bola, dan gawang yang digunakan dalam futsal lebih kecil. Pendapat lain dilontarkan oleh *United State Soccer Federation* (USSF) bahwa futsal merupakan *mini-soccer* yang biasa dimainkan dalam lapangan seukuran dengan lapangan basket dalam berbagai jenis permukaan yang sangat ekonomis dan aman dimainkan. Olahraga ini bertujuan untuk membangun keterampilan, membutuhkan persyaratan refleks yang cepat, kecepatan berfikir dan ketepatan mengumpan serta merupakan permainan yang menarik untuk dimainkan oleh anak-anak maupun orang dewasa.

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki. Selain lima pemain utama, setiap regu juga diizinkan memiliki pemain cadangan. Tidak seperti permainan sepak bola dalam ruangan lainnya, lapangan futsal dibatasi garis,

bukan net atau papan. Gerakan teknik dasar *passing* adalah gerakan yang harus dikuasai oleh pemain futsal, tanpa teknik *passing* yang baik permainan tidak akan menghasilkan sebuah alur permainan yang baik, untuk menghasilkan sebuah permainan dengan alur baik maka seorang atlet harus mempunyai teknik *passing* yang benar. Karena teknik *passing* adalah salah satu komponen utama yang paling berpengaruh pada keberhasilan pertandingan atau permainan untuk mendapatkan poin. Pada tim futsal Cahs Hamas Semarang pada hari rabu, 4 Juni 2018 dengan jumlah pemain 20 orang. Pada saat uji coba kemampuan *passing* kaki dalam, dalam permainan 5 menit babak pertama dihasilkan 29 passing tepat sasaran, 17 passing tidak tepat sasaran. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Pengaruh Metode Latihan *Drill Wall Pass* dan *Gap Game* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* (pada Club Futsal Cahs Hamas Semarang Tahun 2018)”.

Sebagai alasan pemilihan judul dalam skripsi ini adalah dalam permainan futsal *passing* merupakan salah satu teknik yang memiliki manfaat besar untuk meningkatkan kualitas permainan. Karena dengan area yang sempit dan alur yang cepat pemain futsal dituntut untuk mempunyai *passing* yang baik dikaki kanan maupun kiri, tetapi realitanya masih banyak pemain futsal yang tidak menggunakan dan tidak bisa menggunakan kanan dan kirinya dengan baik (terkecuali pemain kidal).

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan yang menekankan analisis pertandingan sangat penting bagi sebuah tim, permainan futsal selalu berkembang dari waktu ke waktu. Suatu tim apabila tidak dapat mengikuti perubahan tersebut akan sulit rasanya bisa beradaptasi dengan kondisi yang ada. Menciptakan permainan yang baik dan tidak melakukan kesalahan diwaktu

lampau setiap tim harus memiliki kemampuan *passing* yang baik guna memperoleh kemenangan karena mengumpan adalah syarat utama untuk mendistribusikan bola menuju gawang.

Secara umum *Club Futsal Cahs Hamas* kini belum memiliki kemampuan mengumpan yang baik, akan tetapi kondisi tersebut bisa saja berubah sewaktu-waktu jika tim mau mengevaluasi. Apalagi futsal merupakan olahraga tim berkarakteristik sangat dinamis, tidak stabil dan kompleks sehingga membutuhkan penanganan yang tepat agar mendapat prestasi optimal. Penelitian metode *passing* sangat berguna untuk meningkatkan kinerja tim dalam pertandingan dan mendistribusikan bola maupun melewati lawan.

Berdasarkan latar belakang masalah ditemukan pada tim futsal Cahs Hamas Semarang tingkat kemampuan *passing* yang masih lemah dengan mengakibatkan tingkat akurasi *passing* yang kurang tepat atau *out target*.

1. Fakta kajian ilmiah tentang metode latihan *passing gap game* belum ada.
2. *Passing* merupakan cara utama untuk mendominasi permainan mencetak gol untuk mencapai kemenangan.
3. Menurut penelitian yang sudah ada, tim yang menguasai bola atau *ball possession* lebih banyak Penelitian "*Activity Profile Differences Between Sub-elite Futsal Teams*" oleh Sera N. Degramac dkk (2015) diketahui penelitian ini memberikan fakta bahwa tim yang lebih sukses adalah tim dengan intensitas tinggi menutup atau mempersempit, meng-cover jarak lawan serta penguasaan bola yang lebih tinggi cenderung dapat mengontrol permainan dan memenangkan pertandingan.
4. *Passing* merupakan teknik yang efektif untuk melewati lawan.
5. Variasi latihan dalam futsal masih sedikit, sehingga peneliti ingin memberikan referensi jenis latihan *passing* dalam futsal.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah terdapat 2 faktor yaitu perbedaan pengaruh latihan *wall pass* dan *gap game*. Dalam penelitian ini masalah dibatasi pada masalah ada apa tidaknya perbedaan pengaruh pada latihan *wall pass* dan *gap game* terhadap kemampuan *passing* kaki kanan dan kiri dengan akurasi yang baik.

1.4 Rumusan Masalah

Suatu penelitian pasti tidak lepas dari permasalahan. Sebab permasalahan merupakan suatu yang akan diteliti, dianalisis dan dipecahkan. Permasalahan yang timbul dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh latihan *wall pass* terhadap kemampuan *passing*?
2. Apakah ada pengaruh latihan *gap game* terhadap peningkatan kemampuan *passing* ?
3. Mana yang memberikan pengaruh leboh baik antara latihan *wall pass* dan *gap game* terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal Cahs Hamas Semarang tahun 2018?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian dan dan permasalahan, maka tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Menguji pengaruh latihan *wall pass* terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal Cahs Hamas Semarang tahun 2018.
2. Menguji pengaruh latihan *gap game* terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal Cahs Hamas Semarang tahun 2018.
3. Menguji latihan yang berpengaruh lebih baik antara latihan *wall pass* dan *gap game* terhadap peningkatan kemampuan *passing* pada tim futsal Cahs Hamas Semarang tahun 2018.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari hasil penelitian ini bagi pemain, pelatih dan para peminat olahraga futsal pada khususnya, diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman atau dasar untuk memberi informasi ilmiah dalam pelaksanaan *passing*. Selain itu diharapkan dapat meningkatkan prestasi futsal terutama memilih latihan yang efektif dan efisien. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai perbandingan untuk melakukan penelitian yang ada kaitannya dengan latihan *wall pass* dan *gap game* terhadap peningkatan kemampuan *passing*, dan diharapkan memberi sumbangan yang positif pada pengembangan ilmu pengetahuan dan teori kepelatihan cabang olahraga futsal, khususnya pada kemampuan *passing*.

BAB II

LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Olahraga Futsal

Olahraga Futsal merupakan permainan sepakbola yang dilakukan di dalam ruangan, dilakukan oleh lima pemain setiap tim berbeda dengan sepakbola konvensional yang jumlah pemainnya sebelas orang tiap tim. Ukuran lapangan dan ukuran bola pun lebih kecil dibandingkan ukuran yang digunakan dalam sepakbola lapangan rumput. (Justinus Lhaksana, 2011:5). Menurut Putri Agil Raksiswi (2013) futsal adalah salah satu olahraga yang sangat populer akhir-akhir ini. Olahraga permainan bola besar ini dengan cepat berkembang dan digemari di Indonesia karena lapangan futsal yang tidak membutuhkan lahan terlalu luas. Futsal adalah olahraga yang terdiri dari durasi pendek yang memiliki intensitas tinggi *maximal* hingga sub-maksimal dalam periode kerjanya, secara acak dan bergantian (Sera N. Degramac *et al.*, 2015:112).

. Futsal adalah permainan sepakbola yang dilakukan dalam ruangan dan berlangsung sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang sangat kecil, hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antar pemain lewat *passing* yang akurat, bukan hanya untuk melewati lawan (Justinus Lhaksana, 2011:7).

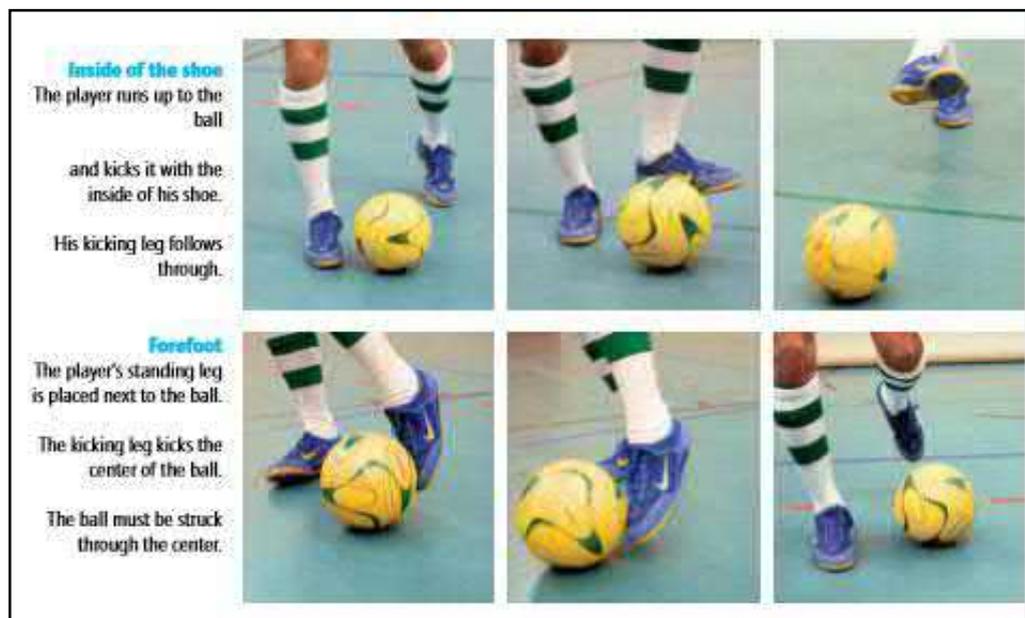
Permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan berukuran lebih kecil dan dimainkan oleh 10 orang (masing-masing tim 5 orang) saja, serta menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih berat dari pada yang digunakan dalam sepakbola dapat disebut futsal (Sahda Halim, 2009:6).

2.1.2 Teknik Dasar Futsal

Futsal telah berkembang dinyatakan oleh ahli dalam kurun waktu 10 tahun terakhir bahwa permainan futsal telah dimainkan lebih dari 30 juta perempuan di seluruh dunia (Richard Moore dkk, 2014:109). Futsal yang pada saat ini dimainkan di Indonesia lebih mengandalkan *skill* individu dan sangat sedikit strategi dan taktik. Modern futsal adalah permainan futsal yang para pemainnya diajarkan bermain dengan sirkulasi bola yang sangat cepat, menyerang dan bertahan, dan juga sirkulasi pemain tanpa bola ataupun *timing* yang tepat. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan menguasai teknik dasar bermain futsal, seperti: 1). Teknik dasar mengumpan (*passing*), 2). Teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), 3). Teknik dasar menahan bola (*control*), 4). Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), 5). Teknik dasar menembak bola (*shooting*), 6). Teknik dasar menyundul bola (*heading*). (J. Lhaksana, 2002:29).

2.1.3 Teknik Dasar Mengumpan (*Passing*)

Passing sangat penting dalam *game* yang serba cepat ini untuk membentuk awal serangan, jadi akurasi karenanya penting. Melewati lawan adalah teknik untuk menyerang dan karena itu sangat sering dilakukan di setiap sesi pelatihan *passing*. Untuk *passing* yang benar (tidak hanya secara teknis tetapi juga pada waktu yang tepat dan untuk pemain yang tepat), gerakan rekan setim sama pentingnya dengan pembawa bola (Vic Hermans:2009). *Passing* merupakan teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain.



Gambar 2.1 Teknik *Passing* dalam olahraga Futsal
Sumber: Vic Hermans, 2009:32.

Passing merupakan gerakan mengumpan bola kepada teman dalam permainan futsal. Di lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yg meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir disepanjang permainan futsal menggunakan *passing* (Justinus Lhaksana, 2009:30). Perbedaan antara futsal dan sepakbola hanya pada *law of the game* saja, sedangkan untuk elemen teknik dasar tetap sama. Secara umum permainan futsal dan sepakbola relatif sama, yaitu memainkan bola dengan kaki (kecuali penjaga gawang boleh menggunakan tangan) untuk menciptakan atau menggagalkan terciptanya gol. Untuk menguasai keterampilan *passing*, diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Langkah–langkah yang harus dilakukan adalah sebagai berikut : 1) Kaki tumpu ditempatkan di samping bola, bukan kaki yang melakukan *passing*. 2) Saat melakukan *passing* gunakanlah kaki bagian dalam. Kunci atau kuatkan tumit agar saat bersentuhan dengan bola

lebih kuat. Kaki dalam dari atas diarahkan ke tengah bola (jantung) dan ditekan ke bawah agar bola tidak melambung. 3) Setelah melakukan gerakan *passing* ikuti dengan gerakan lanjutan yaitu setelah sentuhan dengan bola saat melakukan *passing* ayunan kaki jangan dihentikan.

Teknik-teknik dalam futsal seperti yang diungkapkan oleh Lhaksana (2012:29) adalah: "Teknik dasar mengumpan (*passing*), teknik dasar menahan bola (*control*), teknik dasar mengumpan lambung (*chipping*), teknik dasar menggiring bola (*dribbling*), dan teknik dasar menembak bola (*shooting*). *Passing* digunakan paling banyak sepanjang permainan, dibandingkan dengan teknik dasar yang lain. *Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan oleh setiap pemain, dengan lapangan yang rata dan ukuran yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat. Kata "*pass*" dapat diartikan sebagai mempersembahkan, dalam melakukan *passing* pemain harus mempersembahkan (dalam konteks yang baik dan enak) bola kedepan teman lain dalam satu tim. Sesuai dengan karakteristik permainan futsal, maka teknik *passing* yang dominan digunakan secara datar atau menyusur lantai.

Dari beberapa teknik dasar tersebut, *passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan oleh pemain. Di lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*. Untuk menguasai *passing* di perlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Teknik dalam mengumpan bola, menurut Lhaksana (2012:30) menjelaskan langkah-langkah melakukan *passing*:

- 1) Tempatkan kaki tumpu disamping bola, bukan kaki yang melakukan *passing*.

- 2) Gunakan kaki bagian dalam untuk melakukan *passing*. Kunci atau kuatkan tumit agar saat bersentuhan dengan bola lebih kuat. Kaki dalam dari atas diarahkan ke tengah bola (jantung) dan ditekan ke bawah agar bola tidak melambung.
- 3) Teruskan dengan gerakan lanjutan, yaitu setelah sentuhan dengan bola saat melakukan *passing*, ayunan kaki jangan dihentikan.

Wall pass adalah *passing* dengan tembok, dibagi menjadi 3 bagian dengan ukuran yang sama ditandai dengan marker. Cara melakukannya dengan mendribble dari bagian tengah ketika pelatih menunjuk arah bagian luar, semua anak harus mendribble ke arah itu dan menendang sebanyak 5 kali ke arah tembok dengan durasi yang tidak ditentukan. Setelah selesai melaksanakan tahap tersebut, pelaksana kembali ke bagian tengah dengan membawa bola. *Gap game* adalah pemain berdiri bersebrangan, kemudian melakukan *passing* berpasangan menggunakan satu bola diantara kedua kun. Dengan jarak *passing* 9 yards dan lebar kun 2 yards (1 yards 0,914 m).

2.1.4 Konsep Dasar Latihan

Latihan adalah “suatu proses penyempurnaan atau pendewasaan atlet secara sadar untuk mencapai mutu prestasi maksimal dengan memberi beban-beban fisik, teknik, taktik dan mental secara teratur dan terarah, meningkat, bertahap dan berulang-ulang waktunya” (Suharno HP,1985:7). Tujuan utama dalam latihan adalah memperbaiki tingkat keterampilan maupun unjuk kerja. Tujuan latihan adalah : 1) untuk mencapai dan memperluas perkembangan fisik secara menyeluruh, 2) untuk menjamin dan memperbaiki perkembangan fisik khusus sebagai suatu kebutuhan yang telah ditentukan dalam praktek olahraga, 3) untuk memoles dan menyempurnakan teknik olahraga yang dipilih, 4)

memperbaiki dan menyempurnakan strategi yang penting yang dapat diperoleh dan belajar taktik lawan, 5) menanamkan kualitas kemauan (menambah pengetahuan dalam atlet) (Bompa, 1990:6-8).

2.1.4.1 Prinsip-Prinsip Latihan

Untuk membuat dan mencapai program latihan yang baik dan benar harus disusun berdasarkan prinsip tertentu yaitu;

Overload, konsistensi, spesifikasi dan individualitas.

- 1) *Overload* : suatu prinsip latihan dimana pembebanan dalam latihan harus melebihi ambang rangsang terhadap fungsi fisiologis yang dilatih. Pembebanan latihan harus selalu bertambah pada waktu tertentu, sehingga secara teratur latihan itu semakin semakin berat dengan ketentuan-ketentuan tertentu.
- 2) Konsistensi : keajegan untuk melakukan latihan dalam waktu yang cukup lama. Untuk mencapai kondisi yang baik diperlukan latihan setidaknya 3 kali perminggu. Latihan 1 kali perminggu tidak akan meningkat kualitas fisik, sedangkan latihan 2 kali perminggu hanya menghasilkan peningkatan yang kecil. Sebaliknya latihan 5-6 perminggu tidak dianjurkan.
- 3) Spesifikasi : latihan yang spesifik atau khusus akan mengembangkan efek biologis dan menimbulkan adaptasi atau penyesuaian dalam tubuh. Prinsip latihan spesifik adalah latihan harus mirip atau menyerupai gerakan-gerakan olahraga yang dilakukan, juga dalam latihan fisik.
- 4) Individualitas : Prinsip individualitas ini perlu dipahami karena sebenarnya tidak ada program latihan yang langsung cocok untuk semua atlet. Masing-masing latihan harus dibuat cocok bagi individu atau perorangan (Depdiknas, 2000:103-104).

2.1.4.2 Faktor-Faktor Latihan

Agar dalam melakukan latihan dapat berhasil dengan baik dan tercapai prestasi yang maksimal, maka dalam latihan selain harus memperhatikan beberapa prinsip dasar, juga harus memperhatikan faktor-faktor dari latihan. Menurut Bompa (1990:56) bahwa “faktor-faktor latihan itu meliputi persiapan fisik, persiapan taktik, persiapan teknik, kejiwaan, dan secara teori harus tergabung dalam semua program-program olahraga”. Mengenai faktor tersebut, dijelaskan sebagai berikut:

1) Persiapan Fisik

Latihan fisik pada prinsipnya adalah memberikan tekanan fisik pada tubuh secara teratur, sistematis, berkelanjutan dan berkesinambungan sehingga meningkatkan kemampuan didalam melakukan kerja. Sedangkan komponen kondisi fisik yang harus dilatih dan dikembangkan oleh seorang atlet sebagai penunjang prestasi.

2) Persiapan Teknik

Persiapan teknik adalah latihan untuk mempermahir teknik gerakan yang diperlukan agar altet mampu melakukan gerakan pada cabang olahraga yang ditekuni. Latihan teknik juga dimaksudkan untuk membentuk dan mengembangkan kebiasaan motorik atau perkembangan. Kesempurnaan teknik gerakan tersebut sangatlah penting karena akan menentukan gerakan keseluruhan.

3) Persiapan Taktik

Taktik dalam olahraga dapat diartikan siasat yang digunakan untuk memperoleh kemenangan dengan menggunakan kemampuan teknik individu, fisik dan mental.

4) Persiapan Psikologis

Latihan mental adalah latihan yang lebih menekankan pada perkembangan kedewasaan atlet serta perkembangan emosional dan implusif guna mempertinggi mental atlet terutama apabila atlet dalam situasi stres yang kompleks. Keempat faktor tersebut harus diberikan secara seimbang. Pada umumnya kesalahan yang dilakukan pelatih adalah mengabaikan faktor psikologis karena pelatih hanya terfokus pada persiapan fisik, teknik, dan taktik saja (Suharno Hp, 1988:101).

2.1.5 Metode Latihan *Passing*

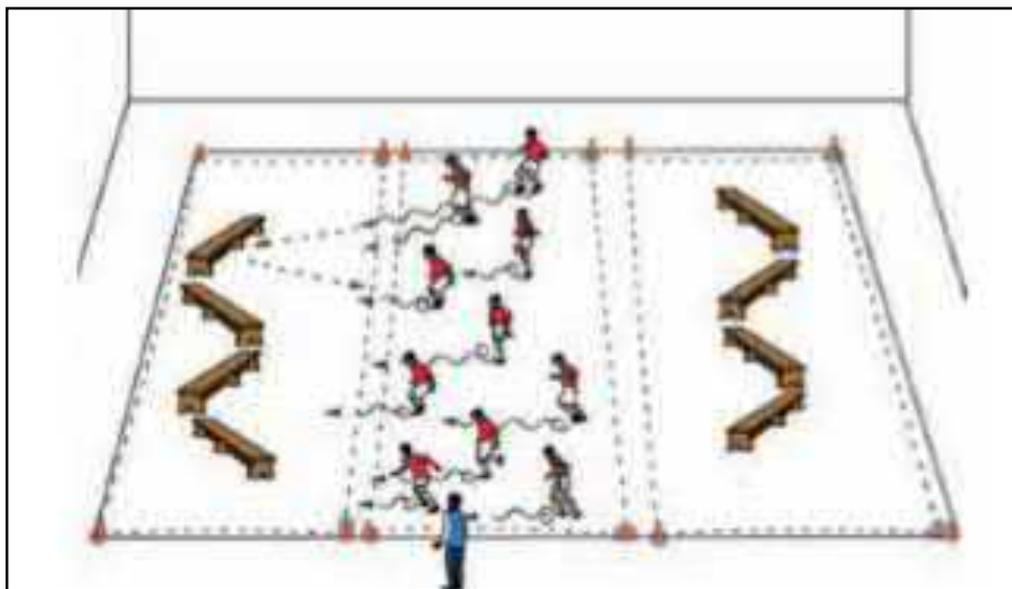
Latihan adalah suatu proses kerja yang harus dilakukan secara sistematis, berulang-ulang, berkesinambungan, dan makin lama jumlah beban yang diberikan makin bertambah (Tohar, 2008:1). Tujuan latihan adalah untuk membantu seorang atlet atau satu tim olahraga dalam meningkatkan keterampilan atau prestasinya semaksimal mungkin dengan mempertimbangkan berbagai aspek latihan yang harus diperhatikan.

Begitu pula dalam olahraga futsal yang memiliki beberapa teknik dasar yang harus dilatihkan, terutama pada latihan *passing*. Bagi pemain futsal sering kali dalam melakukan *passing* tidak tepat sasaran sesuai dengan yang diinginkan. Kesalahan yang sering terjadi saat melakukan *passing* salah satunya adalah belum menguasai teknik *passing* yang baik dan benar seperti perkenaan kaki dengan bola, arah bola, dan kekuatan saat melakukan *passing*. Oleh sebab itu dibutuhkan metode pembelajaran yang tepat agar hasil belajar tersebut maksimal. Menurut Depdiknas (2004:27-28) dalam Kurikulum Pendidikan Jasmani dijelaskan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani dapat dilakukan dengan beberapa macam metode yaitu latihan (*drill*) dan metode bermain.

Metode latihan (*drill*) adalah merupakan bentuk pembelajaran suatu teknik cabang olahraga yang dilakukan dengan mengulang-ulang gerakan secara sistematis dan berkelanjutan. Ditinjau dalam permainan futsal metode latihan ini sangat mendukung untuk digunakan untuk meningkatkan kemampuan bermain futsal. Beberapa metode latihan *passing* adalah dengan latihan *passing* bola gerak dengan kontrol jalan dan latihan *passing* bola gerak dengan kontrol diam.

2.1.5.1 Latihan *Passing* dengan *Wall Pass*

Latihan *passing wall pass* membutuhkan peralatan 8 buah bangku, 12 buah kun, gedung. Di dalam gedung di bagi 3 bagian dengan ukuran yang sama, 4 bangku di letakkan membentuk sudut pada kedua bagian luar.

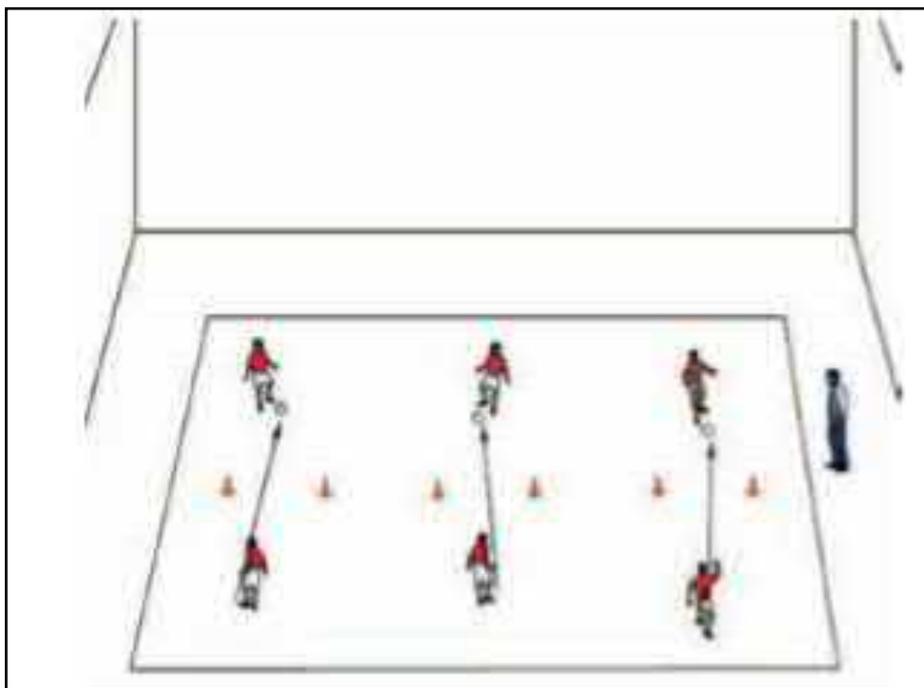


Gambar 2.2 Teknik Latihan *Wall Passing*
Sumber: (Vic Hermans, 2009:69)

Pelaksanaannya pemain memulai dengan mendribble pada tanda bagian tengah. Ketika pelatih menunjuk arah bagian luar, semua pemain harus mendribble ke arah itu dan menendang sebanyak 5 kali ke arah bangku. Durasi tidak di berlakukan kepada pemain yang sedang melakukan, *dribble* kembali bola ke arah tengah dan pegang bola (Vic Hermans, 2009:69).

2.1.5.2 Latihan *Passing* dengan *Gap Game*

Menurut Vic Hermans (2009:69) Latihan *passing gap game* membutuhkan peralatan bola, kun, dan lapangan indoor. Di dalam lapangan pemain berpasangan dan berdiri saling bersebrangan dengan jarak 9 yards dan lebar kun 2 yards (1 yards 0,914 meter). Pemain melakukan dengan *passing* kaki kanan dan kaki kiri. Untuk variasi latihan dengan melebarkan kun untuk memudahkan dan menyempitkan kun untuk menyulitkan tingkat *passing*. Untuk melakukan variasi penilaian pasangan mana yang dapat melakukan 10 *passing* tanpa melakukan kesalahan dan melakukan *passing* dengan durasi waktu yang paling lama tanpa melakukan kesalahan.



Gambar 2.2 Teknik Latihan *Gap Game*
Sumber: (Vic Hermans, 2009:69)

2.1.6 Cahs hamas

Cahs Hamas adalah salah satu tim futsal yang ada di kota Semarang. Cahs Hamas sendiri berdiri pada tahun 2008. Tim ini bermarkas di Ngaliyan,

Semarang. Kegiatan latihan Cahs Hamas sendiri dilakukan pada hari Senin dan Rabu bertempat di GSG UIN Walisongo dan Hamas futsal stadium.



Gambar 2.3 Pemain Cahs Hamas Kota Semarang
Sumber : Dok Pribadi 2018

Cahs Hamas sendiri berdiri dengan tujuan untuk menunjang bakat dan minat setiap individu yang menggemari olahraga futsal, terutama pemain-pemain lokal yang tinggal di daerah kota Semarang. Selain mengajarkan cara bermain futsal yang baik dan benar juga menekankan pada kondisi fisik yang prima dan pada penguasaan teknik dasar bermain futsal. Cahs Hamas sendiri sudah banyak mengikuti kompetisi di berbagai kejuaraan baik kejuaraan resmi maupun kejuaraan umum. Berikut sebagian prestasi yang diperoleh tim Cahs Hamas :

Tabel 2.1 Daftar prestasi Cahs Hamas Kota Semarang

Kejuaraan	Tempat	Hasil	Tahun
Liga Maritim	Gor Jatidiri	Juara 3	2013
Sapma PP undip cup	Calcio Banyumanik	Juara 3	2015
Arjuna cup	Hamas Futsal Stadium	Juara 1	2016
Tidar cup	Hamas Futsal <i>Stadium</i>	Juara 1	2016
GG intersport	Fanni Futsal	Juara 2	2016
Semarang Futsal <i>League</i>	Gor Patriot	Juara 2	2018
Liga Futsal Nusantara	Gor Tegal	Juara 2	2018

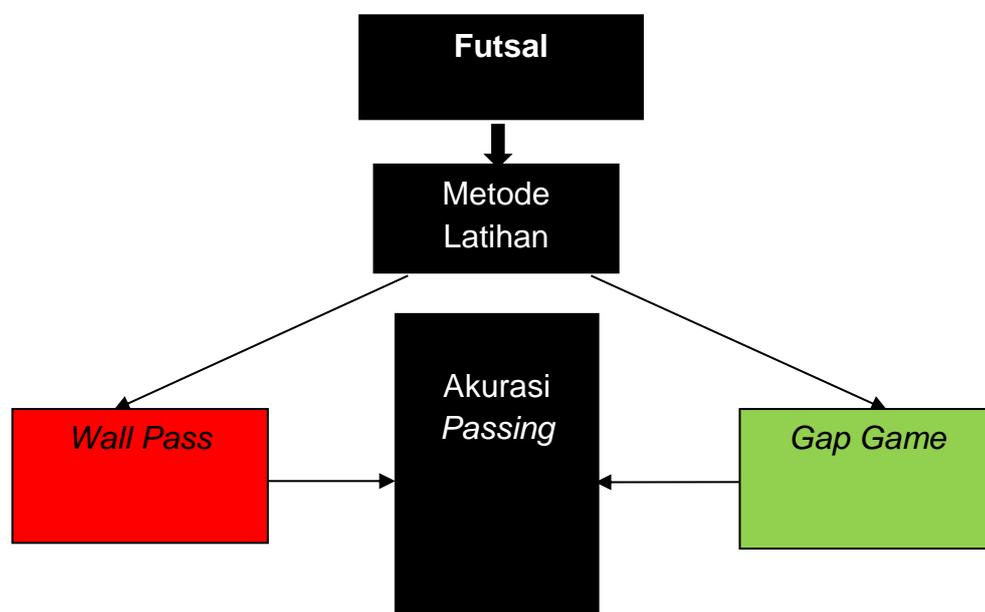
Sumber : Dok Cahs Hamas

Pemain Cahs hamas banyak dihuni pemain-pemain muda yang masih SMA, dikarenakan tim Cahs hamas sendiri mempunyai visi untuk membentuk karakter pemain futsal yang baik dan dapat berprestasi di usia muda atau dapat bermain di kasta liga profesional nantinya.

2.2 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan hasil aktualisasi dari penulis dalam rangka meringkas landasan teori secara logika yang diambil. Kerangka berpikir dapat juga diartikan sebagai satu kajian yang berdasar teori yang diambil. Passing

merupakan dasar untuk menunjang permainan dalam futsal, olahraga beregu yang cepat dan dinamis dengan passing yang akurat untuk terjadinya gol. Olahraga ini bertujuan membangun keterampilan, membutuhkan persyaratan refleks yang cepat, kecepatan berpikir dan ketepatan mengumpan. Untuk menguasai keterampilan passing diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut.



Gambar 2.4 Kerangka Berfikir

2.2.1 Pengaruh Latihan *Passing Wall Pass* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing*

Latihan *passing wall pass* merupakan salah satu variasi atau macam latihan yang bisa bantu meningkatkan kemampuan *passing* dengan membagi anak menjadi 3 kelompok, masing–masing kelompok terdiri dari 3 anggota tergantung kondisi lapangan, jumlah pemain, dan sarana prasarana yang ada. Menggunakan media alat atau benda yang diuji cobakan berupa tembok dinding (GOR UIN Walisongo) akan berpengaruh terhadap kecepatan bola dan arah kembali bola, setelah bola memantul dari tembok. Latihan *Wall Pass* dilihat dari

seseorang pemain itu sendiri untuk mengolah perkenaan kaki dengan bola dan kekuatan kaki yang bertujuan mendapatkan akurasi dan ketepatan pantulan bola yang baik, untuk dapat melakukannya selama batas waktu yang ditentukan. Pengaruh dari latihan passing *Wall Pass* yaitu latihan passing dengan menentukan media dan menciptakan tujuan passing sendiri oleh pemainnya, yang bertujuan dapat melakukan passing sebanyak mungkin.

2.2.2 Pengaruh Latihan *Passing Gap Game* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing*

Latihan *passing gap game* merupakan salah satu variasi atau macam latihan yang bisa membantu meningkatkan kemampuan *passing* dengan membagi 5 kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 2 anggota dengan menggunakan satu bola. Dengan cara berpasang-pasangan dengan jarak 8,226 m. Latihan *passing Gap Game* menggunakan media pemain dan pemain lainnya, dengan menggunakan jarak sebagai variasi latihan. Pengaruh latihan passing Gap Game dilihat dari media pasangan atau pemain yang melakukan variasi latihan beberapa percobaan sesuai instrumen test yang dilaksanakan akan terlihat pengaruh latihan passing Gap Game yaitu dari media pasangan, jarak panjang dan lebar media pasangan akan mempengaruhi latihan passing, karena sesama pemain tidak memiliki kemampuan akurasi passing yang sama. Dengan variasi latihan akan didapat pengaruh latihan passing Gap Game terhadap kemampuan passing.

2.2.3 Perbedaan pengaruh latihan *passing wall pas* dan *passing gap game* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing*

Latihan *passing wall pass* dan latihan *passing gap game* dapat melatih dalam pengakurasian *passing*. *Passing* merupakan bagian penting yang dilakukan dalam permainan futsal. Setiap permainan atau tim berusaha untuk

dapat terus menguasai bola, namun dalam permainan futsal menguasai bola tidak harus dengan menggiring atau *dribble*. Dikarenakan lapangan futsal yang lebih kecil ukurannya dan jarak antar pemain dan lawan pun tidak terlalu jauh. *Passing* merupakan pilihan yang paling tepat untuk menguasai bola dari serangan lawan.

Berdasarkan uraian tersebut di atas perbedaan pengaruh latihan *passing wall pass* dan latihan *passing gap game* terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap akurasi *passing* dalam permainan futsal. *Passing* memiliki fungsi untuk mengoper bola ke kawan kita dan menyelamatkan bola dari serangan lawan dalam permainan futsal. Sedangkan tujuan dari *passing* adalah (1) mengoper bola ke kawan untuk menyusun strategi untuk mencetak gol, (2) mencari kesempatan lain kepada teman yang lebih berpeluang untuk bergerak. Untuk dapat melakukan *passing* dengan baik dan benar serta akurat diperlukan latihan-latihan secara terus menerus sehingga akhirnya menjadi gerakan yang otomatis.

2.3 Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2010:110). Berdasarkan uraian dalam kerangka berpikir tentang perbedaan pengaruh latihan *passing wall pass* dan latihan *passing gap game* terhadap akurasi *passing*, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

- 1) Ada pengaruh latihan *passing wall pass* terhadap akurasi *passing* pada tim futsal Cahs Hamas Semarang.
- 2) Ada pengaruh latihan *passing gap game* terhadap akurasi *passing* pada tim futsal Cahs Hamas Semarang.

- 3) Latihan passing dengan *gap game* berpengaruh lebih baik dari pada latihan *passing wall pass* terhadap akurasi *passing* pada tim Cahs Hamas Semarang.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti lakukan, maka dapat disimpulkan penelitian beberapa hal, antara lain sebagai berikut:

1. Ada pengaruh yang signifikan setelah diberi latihan *gap game* terhadap kemampuan *passing* pada pemain Cahs Hamas Semarang Tahun 2018.
2. Tidak ada pengaruh yang signifikan setelah diberi latihan *wall pass drill* terhadap kemampuan *passing* pada pemain Cahs Hamas Semarang Tahun 2018.
3. Latihan *gap game* lebih berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *passing* pada pemain Cahs Hamas Semarang Tahun 2018 daripada latihan *wall pass drill*.

5.2 Saran

Berorientasi pada hasil analisis dan simpulan penelitian yang telah dilakukan, maka penulis ajukan beberapa saran penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi pemain futsal, khususnya pemain Cahs Hamas Semarang untuk memperoleh hasil kemampuan *passing* yang baik, dapat menggunakan metode *gap game* dari pada latihan *wall pass drill*, hal ini terbukti karena latihan *passing* dengan metode *gap game* lebih baik daripada latihan *wall pass drill*.

2. Bagi pelatih futsal hendaknya memberikan program secara terukur antara teknik dan latihan fisik dalam meningkatkan kemampuan *passing* pemain.
3. Bagi peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dan diharapkan untuk dapat membandingkan metode latihan *passing* yang lain agar dapat memperoleh keakuratan keilmiahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri Irawan, 2009. *Teknik Dasar Futsal Modern*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Asmar Jaya, 2008. *Futsal Gaya Hidup Peraturan dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Barry and Nelson. 1969. *Practical Measurements for Evaluation in Physical Education*. London: New Wared Record.
- Dangsina Moeloek, Arjatma Tjokronegoro. 1984. *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani.
- Depdiknas. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Gunawan Sudharmanto, R. 2005. *Analisis Regresi Linear Ganda dengan SPSS*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Heyward, V. 1997. *Advanced Fitness Assessment & Excercise Prescription*(3rd Edition). Champaign: Human Kinetics.
- James and William. 1982. *Measurements for Evaluation in Physical Education, Fitness and Sports*. California: Prentice-Hall.
- M, Sajoto. 1988. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- FIK UNNES, 2014. *Pedoman dan Penulisan Skripsi*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Haydée Agras, Carmen Ferragut & J. Arturo Abrales. (2016). Match Analysis In Futsal: A Systematic Review. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 16:2, 652-686.
- Justinus Lhaksana. 2011. *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
- . 2011. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be A Champion.
- Mackenzie, Brian. 2005. *101 Performance Evaluation Test*. London: Electric World plc.
- Moore, R., Bullough, S., Goldsmith, S., & Edmondson, L. (2014). A Systematic Review Of Futsal Literature. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 2(3), 108-116.
- Nur Hasan. 2001. *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga

- Murhananto. 2008. *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Bandung: PT. Kawan Pustaka.
- Riduwan, et al. 2011. *Cara Mudah Belajar SPSS 17.0 dan Aplikasi Statistik Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rubianto Hadi. 2007. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Semarang: Rumah Indonesia.
- Rusli Lutan, 1988. *Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: PLPTK Dirjen Dikti Depdikbud.
- , et al. 2000. *Dasar-dasar Kepeleatihan*. Jakarta: Dirjen Dikti Depdikbud.
- Sharkey, Brian J. 2003. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sarmiento, H., Marcelino, R., Anguera, M. T., Campaniço, J., Matos, N., & Leitão, J. C. (2014). Match Analysis In Football: A Systematic Review. *Journal of Sports Sciences*, 32(20), 1-13.
- Sri Haryono. 2009. *Buku Pedoman Praktek Laboratorium Mata Kuliah Tes Dan Pengukuran*. Semarang: UNNES
- Sunarno, 2008. *Futsal Sepakbola Dalam Ruang*. Semarang: CV. Aneka Ilmu
- Sukatamsi. 1985. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Suharsimi Arikunto. 1998. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- . 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- . 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Suharno HP. 1985. *Ilmu kepeleatihan olahraga*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
- . 1986. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
- Sutrisno Hadi, 1986. *Metodologi Researh I,II dan IV*. Yogyakarta: Andy Offset
- . 1990. *Metodologi Researh I,II dan IV*. Yogyakarta: Andy Offset