

## The Effect of Drill Passing Practice on Short Passing Accuracy in Futsal Extracurricular Participants at Mts Al-Ittihad Poncokusumo Malang

Sofiuddin<sup>1)</sup>, Praharisti Kurniasari<sup>2)</sup>

<sup>1,2</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, IKIP Budi Utomo, Malang, Jawa Timur, 65111, Indonesia

### ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the drill passing training method on the bottom passing ability of futsal extracurricular students at MTs Al-Ittihad Poncokusumo Malang. This study uses the One group pretest-posttest design method, which means that in this study there is no comparison group. The population of this study were futsal extracurricular participants at MTs. Al-Ittihad Poncokusumo with 30 children. The instrument used is a test and measurement using the brady test. The test results show that there is an effect of the drill passing training method on the accuracy of short passing. Based on data analysis and discussion, the calculation results obtained that the  $t$ -count value is  $(10.27) > t$ -table  $(2.145)$ , so that the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted and the null hypothesis ( $H_o$ ) is rejected. And the hypothesis that reads, "there is an effect of drill passing practice on the accuracy of short passing in futsal extracurricular participants at MTs. Al-Ittihad Poncokusumo" accepted. The conclusion that can be drawn from this study is that there is a significant effect between drill passing practice and short passing accuracy on futsal extracurricular participants at MTs. Al-Ittihad Poncokusumo. So that providing drill passing exercises will increase the accuracy of short passing in students.

**Keywords:** Drill, Short Passing, Futsal.

## Pengaruh Latihan *Drill Passing* Terhadap Akurasi *Passing* Pendek Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Mts Al-Ittihad Poncokusumo Malang

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh metode latihan *drill passing* terhadap kemampuan *passing* bawah siswa ekstrakurikuler futsal di MTs Al-Ittihad Poncokusumo Malang. Penelitian ini menggunakan metode *One group pretest-posttest design* yang artinya dalam penelitian ini tidak ada kelompok pembandingan. Populasi penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo yang berjumlah 30 orang anak. Instrumen yang digunakan adalah tes dan pengukuran menggunakan tes *brady*, Hasil pengujian menunjukkan bahwa ada pengaruh metode latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek. Berdasarkan analisis data, dan pembahasan, didapatkan hasil perhitungan yaitu nilai  $t$ -hitung adalah  $(10,27) > t$ -tabel  $(2,145)$ , sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nihil ( $H_o$ ) ditolak. Dan hipotesis yang berbunyi, "ada pengaruh latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo" diterima. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah, ada pengaruh yang signifikan antara latihan *drill passing* dengan akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo. Sehingga memberikan latihan *drill passing* akan meningkatkan akurasi *passing* pendek pada siswa.

**Kata Kunci:** Drill, *passing* pendek, futsal

Correspondence author: Praharisti Kurniasari, IKIP Budi Utomo, Indonesia.

Email: [kurniasaripraharisti@budiutomomalang.ac.id](mailto:kurniasaripraharisti@budiutomomalang.ac.id)



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Keolahragaan is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat mencapai kesehatan serta tujuan pendidikan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Nopiyanto & Raibowo, 2019). Olahraga Futsal adalah olahraga yang membutuhkan kerjasama tim, untuk itu pemahaman dan teknik dasar futsal diperlukan untuk membentuk seorang pemain yang dapat melakukan kerjasama tim yang baik disaat bertahan maupun menyerang. Dalam olahraga futsal suatu tim bisa dikatakan baik jika tim tersebut mampu bekerjasama dengan baik. Sebuah tim yang melakukan kerja sama yang baik akan memperoleh kemudahan dalam memasukan bola kedalam gawang sebanyak-banyaknya, dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan bola. Hal ini didukung oleh penguasaan bola yang baik akurasi oleh tim tersebut dalam kata lain setiap individu memiliki kemampuan penguasaan dan akurasi bola yang baik. Di dalam olahraga futsal ada banyak sekali teknik dalam permainannya, salah satu diantaranya adalah *passing* teknik mengoper bola dari kaki ke sasaran. Teknik *passing* sendiri harus di miliki setiap individu pemain futsal akan tetapi setiap individu tidak mempunyai daya *passing* dan akurasi yang sama maka dari itu perlu dilakukannya latihan *drill*. (Wardana, Setiabudi, Candra, & Kesehatan, 2018).

Olahraga Futsal merupakan salah satu jenis olahraga yang sangat digemari di kalangan remaja dipenjuruan dunia pada saat ini. Di lingkungan universitas terdapat pula banyak mahasiswa yang secara teratur melakukan olahraga futsal tersebut. Ada berbagai macam jenis olahraga yang digemari mahasiswa, salah satunya adalah olahraga futsal. Permainan futsal dimainkan oleh lima orang dalam setiap timnya. Lapangan yang digunakannya pun lebih kecil dari pada sepak bola konvensional. Dengan ukuran yang lebih kecil dan dengan pemain yang lebih sedikit, permainan futsal lebih cenderung dinamis dan lebih membutuhkan kebugaran yang baik dari pemainnya (Lhaksana, 2012).

Olahraga futsal ini diperlukan berbagai macam teknik namun yang paling penting dan sangat riskan adanya kesalahan yaitu *passing*, namun tidak semua pelatih menyadari bahwa *passing* ini sangat di butuhkan karena dalam futsal tidak semua materi pemain mampu bermain paling tidak hanya 1-2 orang yang mampu bermain dengan baik dan mempunyai teknik *passing* yang memadai. *Passing* merupakan teknik yang sangat di perlukan dan komponen yang sangat penting karena *passing* merupakan teknik yang mudah di lakukan dimana saja tanpa harus ada alat khusus. Tanpa *passing* permainan tidak akan pernah berjalan, *passing* yang akurat, keras dan tepat sangatlah berpengaruh terhadap berjalannya suatu pertandingan jika *passing* tidak sesuai sasaran maka di ambil alihlah penguasaan permainan kita oleh lawan. Untuk mendapatkan hasil kualita *passing* yang baik maka latihan harus di lakukan secara berkelanjutan continue.

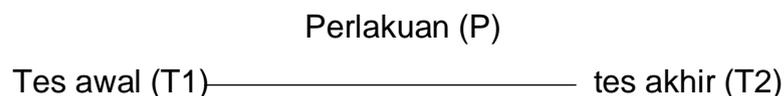
Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa peserta kegiatan ekstrakurikuler futsal terdapat 30 siswa yang pada kenyataannya yang hadir dan aktif mengikuti latihan hanya berjumlah 15 siswa. Dan dari 15 siswa tersebut selanjutnya di jadikan kriteria subyek penelitian. Pada pengamatan awal peneliti, di dapatkan data bahwa 15 siswa yang ada memiliki kemampuan *passing* yang kurang baik atau salah di waktu pengoperan (*passing*).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang di lakukan tentang kesalahan *passing* pada ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo terjadi dalam keadaan pertandingan tegang karena kondisi skorimbang, mampu memenangkan pertandingan di akhir catatan waktu, terkejut saat pemain membawa bola di datangi oleh lawan atau tergesa-gesa ingin mencetak gol karena keegoisan pemain itu sendiri. *Passing* dalam futsal tidak hanya sekedar 1-2 kali sentuhan tetapi banyak variasi *passing* seperti short *passing* long *passing*. Maka dari itu kualitas *passing* harus di perbaiki sejak dini pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo mengingat dalam permainan futsal *passing* sangat sering dilakukan.

## METODE

Jenis penelitian merujuk pada pernyataan Graziano dan Raulin (dalam iwan setiawan: 2010), bahwa penelitian yang bersifat pra-eksperimen dengan rancangan menggunakan pola single group pre-test and post-test design disebut dengan penelitian eksperimen.

Menurut Suharsimi Arikunto, (2013:349). Single group pre-test and post-test design merupakan macam desain penelitian, dimana dalam proses pengumpulan data penelitian, peneliti memberikan satu kelompok tes yang mendapat tes dua kali, yaitu sebelum dan sesudah di berikan perlakuan (treatment) kepada sampel penelitian. Berikut ini adalah uraian gambar rancangan penelitian dengan menggunakan pola single group pre-test and post-test design.



Keterangan:

- T1 : tes awal / pre-test (tes *passing*)  
 P : perlakuan (latihan *drill passing*)  
 T2 : test akhir/ post-test (tes *passing*)

Langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

- 1) Tes akurasi *passing* sebelum diberikan perlakuan, yang di sebut dengan tes awal/pre-test(T1).
- 2) Pemberian perlakuan, berupa program latihan *drill passing* seperti yang telah di tentukan.
- 3) Tes akurasi *passing* setelah di berikan perlakuan, yang disebut tes akhir/post-test(T2).

Penelitian dilakukan di Mts Al Attihad Puncokusumo Malang. Penelitian Ini dilaksanakan pada tanggal 16 mei- 22 juni 2022 . Pemberian perlakuan (treatment) dilaksanakan Y1 (Pretest: Akurasi *Passing* Pendek ) Y2 (Posttest: Akurasi *Passing* Pendek ) sebanyak 16 kali pertemuan, dengan frekuensi 3 kali dalam satu Minggu, yaitu hari senin, rabu dan Jum'at.

Menurut Sugiyono (2013: 117) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan

kemudian disimpulkan. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler futsal di Mts Al Ittihad Puncokusumo Malang. Sampel penelitian adalah sebagian data dari jumlah populasi yang di pilih untuk sumber data tersebut disebut sampel, (Sukardi.2003:54). Sedangkan menurut Sugiyono (2013: 118). Mendefinisikan “sampel, adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Dengan demikian, maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 15 siswa di MTs. Al-Ittihad Puncokusumo.

Prosedur instrumen pengumpulan data, yaitu menggunakan tes performance, yang berupa tes akurasi *passing* ke gawang dengan jarak yang di tentukan. Tes tersebut diberikan atau dilaksanakan pada pre-test dan post-test, dengan instrument dan peraturan yang sama. Tes ini diberikan sebanyak dua kali, dengan pelaksanaan yaitu sebelum dan sesudah peneliti memberikan perlakuan berupa program latihan *drill passing*. Kemudian kedua hasil tersebut dicatat dan di bandingkan melalui penganalisaan data. Pengumpulan data tes *passing* dalam penelitian ini adalah dengan melaksanakan tes performace akurasi *passing* sebelum dan sesudah memperoleh latihan *drill passing*. Adapun langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut:

- 1) Tes yang digunakan adalah tes akurasi *passing* dengan jarak 10 meter menuju ke arah gawang.
- 2) pelaksanaan tentang petunjuk pelaksanaan tes akurasi *passing*
- 3) setiap sampel melakukan percobaan secara bergilir berdasarkan nomor urut.

Data yang terkumpul masih berupa data mentah yang belum di olah, oleh karena itu perlu diadakan pengolahan dan penganalisaan data. Data-data yang ada terdiri dari dua kelompok data, dan tiap kelompok data terdiri dari satu item tes yang sama, kemudian kedua kelompok data tersebut dalam penelitian ini di bandingkan. Membandingkan data merupakan prosedur untuk mengetahui perbedaan data test awal (pre-test) dengan data akhir (post-test) dengan perhitungan-perhitungan statistic.

Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo, maka hipotesis yang di ajukan adalah hipotesis alternative (Ha), yang berbunyi “ ada pengaruh latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo.

Hipotesis tersebut ada kemungkinan ditolak dan ada kemungkinan diterima. Hal ini tergantung dari perhitungan statistic untuk menjawabnya. Dalam perhitungan nanti akan dipergunakan t-test atau uji-t. apabila ternyata hasil perhitungan t-test lebih kecil dari t-tabel pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan atau db=N-1, maka hipotesis alternative (Ha) ditolak sedangkan hipotesis nol (Ho) diterima. Sebaliknya, jika hasil perhitungan t-test lebih besar dari t-tabel pada taraf signifikan 5% dan derajat kebebasan atau db=N-1, maka hipotesis alternative (Ha) diterima sedangkan hipotesis nol (Ho) ditolak.

Berdasarkan hasil penelitian, data hasil pelaksanaan tes terdiri dari dua kelompok, yaitu kelompok pre-test dan post-test dari masing-masing item tes akurasi *passing*. Kedua data tersebut disebut sebagai data mentah atau data asli hasil pelaksanaan tes dalam penelitian.

#### Perhitungan t-test

Sebelum dihitung dengan menggunakan rumus t-test, terlebih dahulu harus dicari rerata atau mean dari nilai/poin tes akurasi *passing* pada kelompok satu (tes awal/pre-test) dan kelompok kedua (tes akhir/post-test) dengan teknik *statistic deskriptif inferensial*.

Perhitungan t-test dalam penelitian ini berpedoman pada teknik analisis t-test menurut Bambang Tahan Sungkowo, (dalam Iwan Setiawan, 2010: 27).

$$T = \frac{\sum D}{\sqrt{n \left( \sum xD^2 \right) - \left( \sum D \right)^2}} \cdot \sqrt{N - 1}$$

Keterangan : D = rata-rata selisih X2-X1 (hasil post-test dikurangi hasil pre-test)

$d^2$  = jumlah kuadrat D

N = jumlah sampel

Hasil penelitian dapat dikatakan signifikan pada tingkat kesengsamaan atau taraf signifikan 5% apabila nilai t hitung sama atau lebih besar dari nilai t-tabel, sehingga hipotesis alternative ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nihil ( $H_o$ ) ditolak, artinya ada pengaruh latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo.

Namun jika pada tingkat kesengsamaan atau taraf signifikan 5% nilai t lebih kecil dari nilai t-tabel, maka hipotesis alternative ( $H_a$ ) ditolak dan hipotesis nihil ( $H_o$ ) diterima, artinya tidak ada pengaruh latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo.

## HASIL

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah didapatkan, maka akan dijabarkan uraian data sebagai berikut.

**Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest (poin)**

NO	SAMPEL	PRETEST	POSTEST
1	Galih Setiawan	5	7
2	Firdaus Mujahidin	7	9
3	Adi Saputra	6	8
4	Fauzan Abrori	4	6
5	Riski Hanafi	5	7
6	Ayatullah Hamdani	6	8
7	Daniel Angga	7	8
8	David Maulana	8	9
9	Bagus Indra	4	7
10	Fajar Adiva	4	8
11	Farhan Ridwani	8	10
12	Hansa Aufiki	6	8
13	Khoirul Azam	6	7
14	Riski Adam	6	8
15	Zidan Yahya	8	10
E	-	90	120
	Rata-rata	6	8

Sesuai dengan tabel di atas, maka dapat diberikan penjelasan sebagai berikut:

1. Data pengambilan pertama (pretest), untuk tes akurasi *passing* dalam permainan futsal, memiliki nilai lebih rendah di bandingkan dengan data pengambilan tes ke dua (posttest). Hal ini bahwa pada pelaksanaan posttest (tes akhir), siswa memperbaiki akurasi *passing* dalam permainan futsal, yang dilakukan. Terbukti rata-rata tes pertama (pre test) adalah 6 poin, sedangkan pada tes ke dua (posttest) adalah 8 poin.
2. Data pertama (pre test) dapat diketahui bahwa nilai terendah akurasi *passing* pada tes awal adalah 4 poin dan nilai tertinggi 8 poin, sedangkan pada data ke dua (posttest), siswa memperbaiki akurasi *passing* dalam permainan futsal dengan nilai terendah 6 dan nilai tertinggi siswa adalah 10 poin.

Dengan demikian dapat disimpulkan, bahwa pada saat pengambilan data pertama (pretest) untuk akurasi *passing* pada permainan futsal, diketahui bahwa kemampuan siswa cenderung lebih rendah, sedangkan pada tes kedua (posttest) peneliti memberikan perlakuan berupa program latihan *drill passing*, guna mengetahui pengaruh latihan terhadap akurasi *passing* pendek pada permainan futsal siswa, dengan memberi porsi latihan yang meningkat.

Menurut Suharsimi Arikunto, (2002), “penelitian yang mengkaji tentang pengaruh atau hubungan sebab-akibat (eksperimen) selalu menggunakan hipotesis. Penguji hipotesis diperlukan dengan tujuan untuk menguji kebenaran sebuah teori atas suatu pengetahuan (hubungan sebab-akibat), yang di sajikan melalui pengolahan atau penganalisaan data hasil penelitian”. Setelah seluruh data penelitian didapatkan, maka tahap selanjutnya adalah menganalisa data. Dalam penelitian ini, menganalisa data dilakukan secara manual dengan menggunakan bantuan kalkulator T1-59 emulator V1.1 dan program Microsoft office excel XP 2010. Hal ini dilakukan dengan alasan untuk mendapatkan tingkat perhitungan dan hasil yang lebih akurat dan mudah untuk di pahami.

Berdasarkan hasil perhitungan melalui pengaplikasian rumus uji-t akhirnya didapatkan data sebagai berikut:

**Tabel 2. Antara Pretest dan Posttest Akurasi *Passing***

Uraian	Rata-rata (poin)	t-tes	d.b.	t-tabel	Taraf signifikan
Pretest	6	10,27	14	2,145	5%
Posttest	8				

Sesuai dengan table di atas, dapat diketahui bahwa hasil perhitungan uji tes untuk akurasi *passing* pendek pada ekstrakurikuler futsal setelah mendapatkan latihan *drill passing* memiliki nilai t-test sebesar 10,27 sedangkan t-tabel pada taraf signifikan 5% dan db (derajat kebebasan) 14 adalah 2, 145.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat di simpulkan bahwa nilai t hitung (10,27) > t-tabel (2,145), sehingga hipotesis alternative dalam penelitian ini diterima. Hal ini berarti ada pengaruh latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo

## PEMBAHASAN

Hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan t hitung sebesar (10,27) > t-tabel (2,145), hasil ini menunjukkan bahwa H1 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara kemampuan akurasi pendek yang dimiliki siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di MTs Al-Ittihad sebelum dan sesudah diberikan latihan. Berdasarkan perbandingan hasil perbedaan rata-rata *mean different* dan *mean pretest* maka dapat diketahui besarnya presentase peningkatan kemampuan akurasi *passing* siswa ekstrakurikuler futsal MTs Al-Ittihad yakni meningkat sebesar 50,88%.

Metode *drill* adalah metode latihan atau metode training yang merupakan suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu sebagai sarana untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan (Irwanto, 2017: 13). Kelebihan metode *drill* ini dalam teknik futsal yang dilakukan secara berulang-ulang membuat siswa menjadi terampil melakukannya dan dapat dikatakan mereka memiliki keterampilan bermain futsal. Kekurangan dari metode *drill* ini membuat siswa kurang terangsang atau termotivasi untuk mengembangkan kemampuan berfikirnya karena dalam setiap melakukan gerakan berdasarkan instruksi dan petunjuk serta arahan yang diberikan oleh guru (Astuti, 2017).

Kemampuan siswa untuk melakukan *passing* bawah yang baik dan benar tidak bisa dikuasai begitu saja, melainkan harus melewati proses

latihan yang panjang. Pemilihan model atau metode latihan adalah salah satu hal penting dalam peningkatan kemampuan *passing* bawah pada permainan futsal (Purwanto, 2013). Dalam pembuatan program latihan yang diutamakan adalah bagaimana terjadinya asas *overcompensation* atau efek latihan pada tubuh yaitu semua yang terjadi dalam latihan. Bagaimanapun, jika pembebanan latihan terlalu ringan, efek latihan setelah pemulihan akan menjadi kurang dari yang diharapkan. Jika pembebanan latihan terlalu besar/berat maka kondisi akan kembali seperti semula. Dari pembebanan yang terjadi maka jika latihan terlalu ringan tingkat kelelahannya rendah/ sedikit, waktu pemulihannya singkat, dan efek latihannya (stimulus baru) sedikit dan terlalu awal. Apabila latihan terlalu berat maka tingkat kelelahan tinggi/banyak membutuhkan pemulihan yang lama, sehingga efek latihannya rendah dan stimulus baru menjadi terlambat. Untuk bisa mendapatkan asas *over compensation* maka setiap latihan harus menurut dengan prinsip-prinsip latihan (Aprilia et al, 2018).

Salah satu contoh model latihan yang bisa diterapkan adalah *drill passing* berbasis *sirquit training*. Mengapa harus *sirquit training*, Metode latihan ini dilakukan untuk mengembangkan kebugaran dari seluruh tubuh secara bersamaan contohnya meningkatkan kelincahan dan kecepatan dan metode latihan ini terdiri dari beberapa pos latihan dan tersusun sesuai dengan tujuan latihan. Karena itu bentuk latihan sirkuit biasanya kombinasi dari semua atau beberapa unsur fisik (Budiwanto, 2012: 183), dan karena metode latihan *sirquit training* memiliki tantangan tersendiri yang harus siswa lakukan disetiap pelaksanaannya, tentu saja ini akan menjadi motivasi siswa untuk melakukannya dengan baik, terlebih lagi metode latihan ini dikombinasikan dengan gerakan- gerakan lain disetiap posnya. Sehingga metode latihan ini tidak hanya meningkatkan kemampuan *passing* bawah saja, melainkan meningkatkan kelincahan, kecepatan, dan daya tahan tubuh yang baik.

Upaya peningkatan kemampuan *passing* dipengaruhi oleh prinsip progresif atau peningkatan.

Latihan *akurasi pendek* dengan metode latihan *drill* dipilih sebagai salah satu metode pembelajaran, dan ternyata latihan tersebut memberikan peningkatan *passing* yang signifikan. Dengan demikian dugaan yang menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian latihan *drill passing* terhadap peningkatan akurasi *passing* pendek peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo Malang yang mengikuti dapat terbukti.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian, analisis data, dan pembahasan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa “ Ada pengaruh latihan *drill passing* terhadap akurasi *passing* pendek pada peserta ekstrakurikuler futsal di MTs. Al-Ittihad Poncokusumo Malang. Hal ini dapat membuktikan berdasarkan hasil perhitungan, dimana nilai t-hitung adalah (10,27) > t-

tabel (2,145), sehingga hipotesis alternative (Ha) diterima dan hipotesis nihil (Ho) ditolak.

## DAFTAR RUJUKAN

- Abi Barzah Al Azlami, Hendriana Sri Rejeki, & Addriana Bulu Baan. (2018). *Pengaruh latihan box drill with rings dan bounding with rings terhadap peningkatan dribbling dalam permainan futsal pada siswa SMK Muhammadiyah 1 Palu*. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, Volume 6, Nomor 2.
- Achwani, M. (2014). *Peraturan permainan futsal 2014/2015*. Jakarta: Manajemen Sport Utama.
- Amiq, F. (2014). *Futsal, sejarah, teknik dasar, persiapan fisik, strategi, dan peraturan permainan*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik*. (Edisi revisi) Jakarta: Rineka Cipta.
- Diputra, R. (2015). *Pengaruh latihan three cone drill, four cone drill, dan five cone drill terhadap kelincahan (agility) dan kecepatan (speed)*. *Jurnal Sportif*, Vol. 1 No. 1.
- Effendi, A.W, Pahliwandari, R & Arifin (2018). *Pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring dalam permainan sepakbola*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, Vol. 7, No. 1.
- I Gede Agung Teddy Pratama, Made Budiawan, & I Nyoman Sudarmada. (2018). *Pengaruh pelatihan three corner drill terhadap peningkatan kelincahan dan power*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, Volume 6 Nomor 3.
- Irawan, A. (2009). *Teknik dasar modern futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik & strategi futsal modern*. Jakarta: Penebar Swadaya Group.
- Murhananto. (2006). *Dasar-dasar permainan futsal (sesuai dengan peraturan FIFA)*. Jakarta: PT. Kawan Pustaka.
- Pratama, Budiawan, M, & Sudarmada, I.M. (2014). *Pengaruh pelatihan three corner drill terhadap peningkatan kelincahan dan power*. *e-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Ilmu Keolahragaan*, Volume I Tahun 2014.

- Saudini & Sulistyorini. (2017). *Pengaruh latihan squat terhadap peningkatan power otot tungkai*. Indonesia Performance Journal, 1 (2).
- Sudarsono, S. (2011). *Penyusunan program pelatihan berbeban untuk meningkatkan kekuatan*. Jurnal Ilmiah SPIRIT, Vol. 11 No. 3.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta. Jogja Global Media.
- Sukardi. (2015). *Evaluasi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Susworo D.M, Saryono, & Yudanto. (2009). *Tes futsal FIK Jogja*. Jurnal Iptek dan Olahraga. VOL. 11, No. 2. 83
- Yoda, I Ketut. (2006). *Buku ajar peningkatan kondisi fisik*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Yono. (2015). *Pengaruh latihan three corner drill terhadap peningkatan kelincahan pemain bola basket SMA Negeri 2 Lubuk Basung*. Jurnal Pendidikan Olahraga, Volume 2 Nomor 1.
- Yudiana Y. (2007). *Dasar-dasar kepelatihan*. Jakarta. Universitas Terbuka.
- Yudistira, Darmawan, & Kusuma. (2014). *Pengaruh pelatihan ladder drill dan three corner drill terhadap kelincahan pemain sepakbola*. E-journal Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Volume 9 Nomor 1 Tahun 2018.
- Ilmusiana (2019) *teknik-dasar-futsal-harus-kuasai*, diakses pada, 18,07,2022 <https://www.ilmusiana.com/2019/06/teknik-dasar-futsal-harus-kuasai.html>