

PENGARUH LATIHAN *PASSING DRILL* TERHADAP KETEPATAN *PASSING* PADA PEMAIN FUTSAL VAMOS ACADEMY PADANG

Muhammad Rafqi Putra¹, Umar², Roma Irawan³, Bram Sujadesman⁴

¹Universitas Negeri Padang

¹Rafqiputra100@gmail.com, ²umarunp@gmail.com, ³romairawan@fik.unp.ac.id
⁴bramsujadesman@unp.ac.id

ABSTRACT

This study aimed to determine the effect of passing drill training on the passing accuracy of futsal players at Vamos Academy Padang. The research employed an experimental method using a one-group pretest–posttest design. The sample consisted of 20 futsal players from Vamos Academy Padang, selected using a total sampling technique. All participants completed a pre-test, followed by a passing drill training program conducted over 16 sessions, and then a post-test. The research instrument was a futsal passing accuracy test. Data were analyzed using descriptive statistics and a paired-samples t-test after satisfying the normality assumption. The results indicated that passing drill training had a significant effect on improving the passing accuracy of the futsal players, as evidenced by a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). It can therefore be concluded that passing drill training is effective in enhancing the passing accuracy of players at Vamos Academy Padang.

Keywords: passing drill, passing accuracy, futsal, training

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh latihan *passing drill* terhadap ketepatan *passing* pada pemain futsal Vamos Academy Padang. Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 20 pemain futsal Vamos Academy Padang yang ditentukan menggunakan teknik *total sampling*. Seluruh sampel diberikan tes awal (*pre-test*), kemudian mengikuti program latihan *passing drill* selama 16 kali pertemuan, dan selanjutnya diberikan tes akhir (*post-test*). Instrumen penelitian yang digunakan berupa tes ketepatan *passing* futsal. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan uji *t* setelah data memenuhi persyaratan uji normalitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan *passing drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan *passing* pada pemain futsal Vamos Academy Padang, yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan *passing drill* efektif dalam meningkatkan ketepatan *passing* pemain futsal Vamos Academy Padang.

Kata Kunci: *Passing drill*, ketepatan *passing*, futsal, latihan

A. Pendahuluan

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang mengalami perkembangan pesat di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir (Irawan et al., 2020). Permainan ini dimainkan dalam ruang yang relatif terbatas dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dibandingkan sepak bola, sehingga menuntut intensitas permainan yang tinggi serta kecepatan dalam pengambilan keputusan. Kondisi tersebut mengharuskan setiap pemain memiliki kemampuan teknik dasar yang baik, kondisi fisik yang prima, serta kecerdasan taktis agar mampu beradaptasi dengan dinamika permainan yang cepat. Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan futsal adalah *passing* (Ramadaniaty et al., 2024). Teknik *passing* memiliki peran utama dalam menjaga penguasaan bola, membangun pola serangan, menciptakan peluang mencetak gol, serta mempertahankan ritme permainan tim (Hawindri, 2016).

Ketepatan *passing* menjadi faktor kunci dalam keberhasilan suatu tim dalam mengontrol jalannya

pertandingan (Sidiq et al., 2025). *Passing* yang dilakukan secara akurat memungkinkan terjalinnya kerja sama antar pemain secara efektif, sehingga tim dapat mengembangkan strategi permainan dengan baik (Ramadhan et al., 2023). Sebaliknya, kesalahan dalam melakukan *passing* dapat menyebabkan hilangnya penguasaan bola dan memberikan peluang bagi tim lawan untuk melakukan serangan balik (Ardiyanto et al., 2021). Oleh karena itu, kemampuan melakukan *passing* secara tepat dan konsisten merupakan salah satu indikator penting dalam menilai kualitas seorang pemain futsal.

Kemampuan melakukan *passing* tidak hanya dituntut akurat, tetapi juga harus dilakukan dengan cepat dan tepat dalam berbagai situasi permainan (Fitrian et al., 2023). Tempo permainan yang tinggi mengharuskan pemain mampu mengambil keputusan secara cepat dalam menentukan arah dan kekuatan umpan. Selain itu, pemain juga harus mampu menyesuaikan teknik *passing* dengan kondisi permainan, baik saat berada dalam situasi menyerang maupun bertahan (Syahputra &

lawan, 2024). Oleh karena itu, penguasaan teknik *passing* perlu dilatih secara sistematis dan berkelanjutan agar pemain mampu menerapkannya secara optimal dalam pertandingan.

Salah satu metode latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan *passing* adalah *passing drill*. Metode latihan *passing drill* dilakukan melalui pengulangan gerakan (*repetition*) dengan berbagai variasi bentuk latihan yang dirancang untuk meningkatkan koordinasi, ketepatan, serta konsistensi dalam melakukan *passing* (Afdol et al., 2025). Melalui latihan yang dilakukan secara berulang, pemain dapat memperbaiki teknik dasar, meningkatkan kontrol terhadap bola, serta membentuk kebiasaan gerak yang benar. Latihan yang terstruktur dan berulang terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar karena mampu memperkuat memori motorik pemain (Husyaeri et al., 2022).

Selain itu, *passing drill* juga memberikan kesempatan bagi pemain untuk berlatih dalam situasi yang menyerupai kondisi permainan sebenarnya (Astuti, 2017). Variasi latihan yang diberikan dapat

melibatkan berbagai aspek, seperti jarak umpan, arah pergerakan, serta tekanan dari lawan, sehingga pemain dapat mengembangkan kemampuan adaptasi dalam berbagai situasi permainan (Kurniawan et al., 2024). Dengan demikian, latihan *passing drill* tidak hanya meningkatkan aspek teknik, tetapi juga membantu pemain dalam meningkatkan pemahaman taktis serta kemampuan pengambilan keputusan.

Vamos Academy Padang merupakan salah satu akademi futsal yang aktif dalam pembinaan atlet usia muda dan telah menunjukkan prestasi yang cukup baik di tingkat kota maupun Provinsi Sumatera Barat. Akademi ini memiliki peran penting dalam mengembangkan potensi pemain muda melalui program latihan yang terstruktur. Namun, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses latihan, masih ditemukan beberapa kendala dalam penguasaan teknik dasar *passing*. Beberapa pemain masih mengalami kesulitan dalam mengarahkan umpan secara tepat, menentukan kekuatan tendangan yang sesuai dengan jarak sasaran, serta menjaga konsistensi akurasi *passing*, terutama ketika berada di bawah tekanan permainan.

Permasalahan tersebut berdampak pada terganggunya alur permainan tim, berkurangnya efektivitas kerja sama antarpemain, serta menurunnya peluang dalam menciptakan serangan yang berkualitas. Selain itu, pelaksanaan latihan yang selama ini dilakukan cenderung lebih berfokus pada permainan secara umum, sehingga porsi latihan teknik dasar *passing* belum diberikan secara spesifik dan terstruktur. Kondisi ini menyebabkan peningkatan kemampuan teknik pemain belum berkembang secara optimal sesuai dengan tuntutan permainan futsal modern.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu metode latihan yang lebih terarah dan sistematis untuk meningkatkan kemampuan *passing* pemain. Latihan *passing drill* dipandang sebagai salah satu alternatif yang efektif karena mampu memberikan latihan yang terfokus pada peningkatan ketepatan dan konsistensi *passing*. Melalui latihan yang dilakukan secara terprogram dan berulang, pemain diharapkan dapat meningkatkan kualitas teknik dasar serta mampu menerapkannya secara optimal dalam situasi pertandingan.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh latihan *passing drill* terhadap ketepatan *passing* pada pemain futsal Vamos Academy Padang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan metode latihan yang lebih efektif, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing*, serta menjadi referensi bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang sesuai dengan kebutuhan pemain.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one-group pretest–posttest*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing drill* terhadap ketepatan *passing* pada pemain futsal Vamos Academy Padang. Seluruh subjek penelitian diberikan tes awal (*pretest*), kemudian mengikuti program latihan *passing drill* sebanyak 16 kali pertemuan, dan selanjutnya diberikan tes akhir (*posttest*). Perbedaan hasil antara *pretest* dan *posttest* digunakan sebagai dasar untuk mengetahui pengaruh perlakuan yang diberikan.

Penelitian dilaksanakan di lapangan Vamos Academy Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Vamos Academy Padang yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan tes ketepatan *passing* futsal berupa tes *passing* ke gawang kecil yang dikembangkan pada tahun 2019. Tes dilakukan dengan menggunakan gawang kecil berukuran 1,5 m × 0,5 m yang ditempatkan pada jarak 9 meter dari posisi pemain. Setiap pemain melakukan 10 kali *passing* menggunakan kaki bagian dalam menuju sasaran. Skor diperoleh berdasarkan jumlah bola yang berhasil masuk ke dalam gawang. Instrumen tersebut memiliki validitas sebesar 0,82 dan reliabilitas sebesar 0,88, sehingga layak digunakan sebagai alat ukur ketepatan *passing*.

Program latihan *passing drill* dilaksanakan selama 16 kali pertemuan dengan materi latihan yang berfokus pada pengulangan gerakan *passing* secara sistematis melalui berbagai variasi latihan untuk

meningkatkan akurasi, konsistensi, serta koordinasi gerak pemain. Sebelum pelaksanaan perlakuan, seluruh pemain mengikuti *pretest*, sedangkan *posttest* dilakukan setelah seluruh program latihan selesai dilaksanakan.

Data penelitian dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data, kemudian dilanjutkan dengan uji normalitas sebagai uji prasyarat analisis. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan **uji *paired samples t-test*** pada taraf signifikansi 0,05 untuk mengetahui pengaruh latihan *passing drill* terhadap ketepatan *passing* pemain futsal Vamos Academy Padang.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

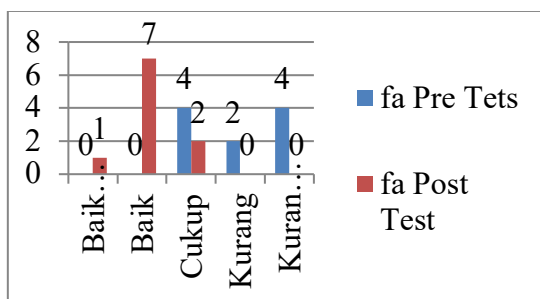
Hasil Penelitian

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran sederhana mengenai perubahan ketepatan *passing* pemain futsal Vamos Academy Padang sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa latihan *passing drill*. Hasil analisis deskriptif tersebut disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Hasil Pre-test dan Post-test Ketepatan Passing

Kelompok Data	N	Minimum	Maksimum	Mean	SD
Pre-test	10	2	5	3,50	1,27
Post-test	10	7	9	8,20	0,79

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) ketepatan passing sebelum diberikan latihan passing drill adalah sebesar 3,50 dengan simpangan baku 1,27. Setelah mengikuti program latihan sebanyak 16 kali pertemuan, nilai rata-rata meningkat menjadi 8,20 dengan simpangan baku 0,79. Secara sederhana, terjadi peningkatan sebesar 4,70 poin, yang menunjukkan adanya perbaikan kemampuan ketepatan passing setelah diberikan perlakuan. Selain itu, penurunan nilai simpangan baku menunjukkan bahwa kemampuan pemain setelah latihan menjadi lebih seragam. Untuk memperjelas distribusi data, berikut disajikan histogram hasil *pre-test* dan *post-test*.



Gambar 1. Histogram Distribusi Frekuensi Data *Pre-Test* dan *Post-test* Pengaruh Latihan *Passing Drill* Ketepatan Passing Pada Pemain Futsal Vamos Academy

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji normalitasnya.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

Variabel	N	Sig.
<i>Pre-test</i>	10	0,200
<i>Post-test</i>	10	0,091

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa nilai signifikansi *pre-test* sebesar 0,200 dan *post-test* sebesar 0,091 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis parametrik.

Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *paired samples t-test*. Hasil analisis disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji *Paired Samples t-Test*

Mean Difference	t	df	Sig. (2-tailed)
-4,70	-15,67	9	0,000

Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang bermakna antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, yang berarti latihan passing drill memberikan pengaruh yang signifikan terhadap

ketepatan *passing* pemain futsal Vamos Academy Padang.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa latihan *passing drill* mampu meningkatkan ketepatan *passing* pemain futsal Vamos Academy Padang secara signifikan. Peningkatan tersebut terlihat dari kenaikan nilai rata-rata hasil tes, yaitu dari 3,50 pada *pre-test* menjadi 8,20 pada *post-test*, dengan selisih peningkatan sebesar 4,70 poin. Hasil uji *paired samples t-test* yang menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) semakin menegaskan bahwa peningkatan tersebut terjadi sebagai akibat dari perlakuan latihan yang diberikan.

Peningkatan kemampuan *passing* ini tidak terlepas dari karakteristik latihan *passing drill* yang menekankan pada pengulangan gerakan teknik secara terstruktur dan berkesinambungan. Melalui latihan yang dilakukan secara berulang (*repetition*), pemain memperoleh kesempatan untuk memperbaiki aspek-aspek penting dalam melakukan *passing*, seperti posisi tubuh, koordinasi gerak, akurasi arah umpan, serta kekuatan tendangan

(Nawawi, 2018). Proses pengulangan ini memungkinkan terbentuknya pola gerak yang lebih efisien dan konsisten, sehingga keterampilan teknik pemain menjadi semakin baik.

Temuan ini sejalan dengan prinsip spesifisitas (*specificity of training*), yang menyatakan bahwa latihan yang dirancang sesuai dengan keterampilan yang ingin ditingkatkan akan menghasilkan adaptasi yang lebih optimal (Lee et al., 2018). Dalam konteks penelitian ini, latihan yang difokuskan pada teknik *passing* memberikan stimulus yang tepat sehingga pemain mampu meningkatkan ketepatan umpan secara signifikan. Selain itu, prinsip pengulangan (*repetition*) juga berperan penting dalam membentuk keterampilan yang lebih otomatis dan stabil, sehingga pemain dapat melakukan *passing* dengan lebih percaya diri dan konsisten dalam situasi permainan (Wei et al., 2024).

Penurunan nilai simpangan baku dari 1,27 pada *pre-test* menjadi 0,79 pada *post-test* menunjukkan bahwa kemampuan pemain menjadi lebih merata setelah mengikuti program latihan. Hal ini mengindikasikan bahwa latihan *passing drill* tidak hanya meningkatkan kemampuan rata-rata

pemain, tetapi juga membantu mengurangi kesenjangan kemampuan antar pemain, sehingga kualitas teknik *passing* dalam tim menjadi lebih homogen.

Latihan *passing drill* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan *passing* dalam permainan futsal, karena latihan tersebut menekankan pada pengulangan gerakan teknik dasar secara sistematis dan terstruktur (Yudi et al., 2024). Dengan demikian, latihan yang dilakukan secara teratur dan terencana tidak hanya meningkatkan ketepatan *passing*, tetapi juga memperbaiki koordinasi gerak serta mendukung penguasaan bola yang lebih baik dalam permainan. Oleh karena itu, latihan *passing drill* dapat direkomendasikan sebagai metode latihan yang efektif dalam pembinaan pemain futsal, khususnya untuk meningkatkan ketepatan *passing*.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa latihan *passing drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan *passing* pada pemain futsal Vamos Academy Padang.

Peningkatan kemampuan tersebut ditunjukkan oleh adanya kenaikan nilai rata-rata dari 3,50 pada *pre-test* menjadi 8,20 pada *post-test*. Selain itu, hasil uji *paired samples t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian dapat diterima.

Temuan ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan latihan *passing drill* secara sistematis, terstruktur, dan berulang efektif dalam meningkatkan akurasi serta konsistensi *passing* pemain. Oleh karena itu, metode latihan *passing drill* dapat direkomendasikan sebagai salah satu alternatif program latihan yang efektif bagi pelatih dalam upaya meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* pada pemain futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdol, R., Putra, M. A., & Putra, R. (2025). Pengaruh Latihan Variasi Passing Bawah dan Metode Drill terhadap kemampuan Passing Bawah Pemain Bola Voli Club Putra Desa Alahan. *Indonesian Research Journal on Education*. <http://irje.org/irje/article/view/2375>
- Ardiyanto, M., Januarto, O., & Yudasmara, D. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Passing Futsal Memakai Metode Drill Bervariasi. *Sport Science and Health*, 3(11), 921–928. <https://doi.org/10.17977/um062v>

- 3i112021p921-928
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang). *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 4(1), 01. <https://doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v4i1.1276>
- Fitrian, Z., Graha, A., Nasrulloh, A., & Asmara, M. (2023). The Positive Impact of Small-Sided Games Training on VO2 max and Passing Accuracy in Futsal Players. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110127>
- Hawindri, B. S. (2016). Pemanfaatan panduan latihan teknik dasar futsal bagi atlet pemula. In *prosiding seminar nasional pendidikan jasmani pascasarjana um* (pp. 284–292).
- Husyaeri, E., Bachtiar, B., & Saleh, M. (2022). Metode latihan drill untuk meningkatkan kemampuan passing pada permainan futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(2), 521–525.
- Irawan, R., Padli, P., Yenes, R., & ... (2020). Pelatihan Teknik Dasar Dan Sosialisasi Permainan Gateball pada Pengcab PERGATSI Kota Bukittinggi. *Jurnal Berkarya* <http://jba.ppj.unp.ac.id/index.php/jba/article/view/65>
- Kurniawan, R., Purnama, Y., & ... (2024). Pengaruh Latihan Circle Passing Drill dan Diamond Passing Drill terhadap Akurasi Short Passing Kaki Bagian Dalam. *Indonesian Journal of* <https://journal.unesa.ac.id/index.php/IJOK/article/view/30143>
- Lee, C. L., Hsu, M. C., Chang, W. D., Wang, S. C., Chen, C. Y., Chou, P. H., & Chang, N. J. (2018). Functional movement screen comparison between the preparative period and competitive period in high school baseball players. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 16(2), 68–72. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2018.06.004>
- Nawawi. (2018). Pengaruh Latihan Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Kemampuan Passing Permainan Sepakbola Siswa SSB (Sekolah Sepakbola) USIA 11-12 tahun. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(2), 127. <https://doi.org/10.24036/jpo46019>
- Ramadaniaty, R., Arsil, A., Irawan, R., & ... (2024). Boosting Elementary Students' Mastery Of Passing Techniques: The Role Of Team Games Tournaments, Command Methods, And Learning Motivation. *JETL (Journal of* <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JETL/article/view/5992>
- Ramadhan, M., Nurfitrianto, N., & Apriyanto, T. (2023). Effectiveness of Small Side Games 3v3 And 4v3 Training On Passing Accuracy In The Men's Futsal Team, Jakarta State University. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*. <https://doi.org/10.26858/cjeko.v15i3.53397>
- Sidiq, D., Maulana, F., & Saleh, M. (2025). Survei Tingkat Keterampilan Dribbling, Passing dan Shooting dalam Permainan Futsal. *Mutiara*. <https://doi.org/10.59059/mutiara>

v3i4.2703

- Syahputra, D., & Irawan, R. (2024). Pengaruh Variasi Latihan Passing Control Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Control Dalam Permainan Futsal Siswa SMA Negeri 8 Rejang In *Jurnal Champion*.
- Wei, W., Zhang, W., Tang, L., Ren, H., Zhu, L., Li, H., Wang, Y., & Chang, Q. (2024). The application of modified functional movement screen as predictor of training injury in athletes. *Heliyon*, 10(6), e28299.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e28299>
- Yudi, A. A., Irawan, R., & Arifan, I. (2024). Pengaruh Pengaruh Latihan Passing Drills Terhadap Kemampuan Passing Pemain Sko Sumbar Fa. In *Gladiator*.