

## **Pengaruh Latihan Variasi *Combination Pass* Terhadap Kemampuan *Passing Control* Pemain Futsal SMAN 7 Padang**

**Rahmatul Rezil Pratama<sup>1\*</sup>, Umar<sup>2</sup>, Roma Irawan<sup>3</sup>, Ikhwanul Arifan<sup>4</sup>**  
<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Padang, Indonesia.  
Email Korespondensi: [rahmatulrezil12@gmail.com](mailto:rahmatulrezil12@gmail.com)

### **Abstrak**

Masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji pengaruh latihan variasi *combination pass* terhadap kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasi-experiment*). Pelaksanaannya berlangsung dari 17 Desember 2024 hingga 25 Januari 2025 di lapangan futsal Salingka Tabing Padang. Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh pemain futsal SMAN 7 Padang, yang berjumlah 30 orang. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, sehingga jumlah sampel yang digunakan adalah 15 pemain. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes *passing control*. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik uji beda mean atau uji t. Hasil penelitian ini adalah: Terdapat pengaruh *combination pass* terhadap kemampuan *passing* dan *control* pemain futsal SMAN 7 Padang dengan  $t_{hitung} 6,98 > t_{tabel} 1,76$ , dimana terjadi rata-rata peningkatan kemampuan *passing control* sebesar 1,73 poin. Artinya latihan *combination pass* sangat efektif untuk meningkatkan kemampuan *passing control* dalam bermain futsal.

**Kata kunci:** Latihan Variasi *Combination Pass*, *Passing Control*, Futsal

## ***The Effect of Combination Pass Variation Training on the Passing Control Ability of Futsal Players at SMAN 7 Padang***

### **Abstract**

*The problem in this research is the low level of passing control of futsal players at SMAN 7 Padang. The aim of this research is to determine the effect of combination pass variation training on the passing control abilities of futsal players at SMAN 7 Padang. This type of research is a quasi experiment. This research was carried out from 17 December 2024 to 25 January 2025 at the Salingka Tabing Padang futsal field. The population in this study were all futsal players at SMAN 7 Padang, totaling 30 players. The sampling method applied was purposive sampling, resulting in a total of 15 players as the sample for this study. The instrument in this research is the passing control test. The data analysis technique uses statistical analysis, mean difference test or t test. The results of this research are: There is an influence of the combination pass on the passing and control abilities of SMAN 7 Padang futsal players with  $t_{count} 6.98 > t_{table} 1.76$ , where there is an average increase in passing control ability of 1.73 points. This means that combination pass training is very effective for improving passing control abilities in playing futsal.*

**Keywords:** *Combination Pass Variation Training, Passing Control, Futsal*

---

## **PENDAHULUAN**

Olahraga adalah media yang efektif untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental, terutama bagi anak-anak dan remaja (Arsita et al., 2021). Olahraga juga dapat dianggap sebagai aktivitas fisik yang menuntut ketahanan dan ketangguhan (Mulya, 2020). Selain itu, olahraga berperan dalam meningkatkan kapasitas tubuh, mengembangkan keterampilan, serta mengatasi batasan fisik seseorang (Jamudin et al., 2021). Setiap individu membutuhkan olahraga untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuhnya (Weda, 2021). Kegiatan ini melibatkan latihan fisik yang teratur dan sistematis guna meningkatkan kebugaran serta perkembangan tubuh (Prima & Kartiko, 2021). Saat ini, olahraga telah menjadi bagian penting dari kehidupan sehari-hari dan tidak lagi dianggap remeh oleh masyarakat (Hidayat et al., 2020). Olahraga juga merupakan aktivitas fisik yang tersusun secara teratur dan berulang, yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan secara keseluruhan (Akbar et al., 2021). Selain itu, olahraga berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan seseorang, membuat tubuh lebih bugar, serta membantu mencegah berbagai penyakit (Umar, 2023).

“Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencampai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target”. (Putra & Vivali, 2017) “Perkembangan olahraga saat ini sangat berkembang dengan pesat, sehingga diperlukan penanganan yang lebih serius dan persiapan yang lebih matang” (Nando, 2018). “Pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa. Prestasi yang didapat dari program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga” (Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. 2020).

Kondisi fisik merupakan aspek fundamental yang berperan penting dalam pengembangan teknik, taktik, dan strategi dalam permainan sepakbola (Ridwan, M., & Irawan, R, 2018).

Futsal merupakan olahraga sepak bola dalam ruangan yang dimainkan dengan intensitas tinggi. Futsal adalah salah satu olahraga dalam ruangan paling populer di Amerika Selatan (Prabowo, 2023). Futsal merupakan gerakan menyerang, bertahan dan transisi. Futsal dimainkan antara dua tim, masing-masing tim terdiri dari lima pemain

(Ruslandi dkk., 2022). Olahraga futsal dimainkan oleh lima orang pemain setiap tim. Futsal adalah olahraga yang cepat dan dinamis. Dengan lapangan yang relatif kecil, hanya sedikit ruang untuk melakukan kesalahan. Futsal juga merupakan olahraga tim, di mana tingkat kerja sama yang tinggi dapat meningkatkan performa tim secara keseluruhan. Futsal bukan hanya sekadar olahraga bagi pemain yang lebih terbiasa bermain di lapangan kecil. Lebih dari itu, futsal menekankan pada kecepatan serta kualitas dalam pengambilan keputusan.

*Passing* merupakan teknik dalam futsal yang digunakan untuk mengoper bola atau memindahkan kendali bola dari satu pemain ke pemain lainnya selama pertandingan. *Passing* dalam futsal memiliki kesamaan dengan sepak bola, di mana operan dapat dilakukan menggunakan bagian dalam kaki, bagian luar kaki, maupun punggung kaki. Dalam melakukan gerakan *passing*, pemain harus melakukannya dengan baik agar bola tidak direbut oleh lawan. Selain itu kerjasama tim juga sangat penting, karena dukungan rekan satu tim sangat diperlukan demi kelancaran proses *passing* dan perkembangan permainan selanjutnya, sehingga setiap pemain harus mampu melakukan *short passing* dengan baik. Sedangkan *control* dalam permainan futsal adalah teknik dasar yang sangat penting, yang memungkinkan pemain untuk menghentikan dan menguasai bola dengan baik saat menerima umpan dari rekan satu tim. Secara umum, kontrol bola dalam futsal dapat dilakukan dengan beberapa bagian tubuh, terutama dengan kaki. Teknik ini esensial untuk menjaga penguasaan bola dan menciptakan peluang serangan. Secara keseluruhan, kontrol adalah elemen kunci dalam permainan futsal yang mempengaruhi kinerja tim secara keseluruhan. Menguasai teknik-teknik dasar kontrol bola sangat dianjurkan bagi setiap pemain untuk meningkatkan efektivitas permainan mereka di lapangan.

Olahraga futsal di Kota Padang mengalami kemajuan yang signifikan terutama pada kalangan pelajar, hal tersebut dapat dilihat begitu banyaknya turnamen yang bergulir seperti AXIS Nation Cup, Bamus Cup, dan kejuaraan antar sekolah yang diselenggarakan oleh beberapa sekolah di Kota Padang. Turnamen-turnamen pelajar inilah yang nantinya akan memunculkan pemain berbakat yang nantinya akan berkompetisi di tingkat provinsi bahkan nasional.

SMA Negeri 7 Padang ialah salah satu sekolah menengah atas negeri yang terletak di Kota Padang. Lokasi sekolah ini di Jl. Bunga Tanjung, Kelurahan Batipuh

Panjang, Kecamatan Koto Tangah, Lubuk Buaya. SMA Negeri 7 Padang menawarkan berbagai kegiatan ekstrakurikuler, salah satunya adalah futsal. Olahraga futsal sangat digemari oleh siswanya, bahkan ketika classmeeting OSIS SMAN 7 Padang selalu mengadakan turnamen antar kelas. Berkat adanya turnamen ini setiap tahun tentunya memberikan dampak yang positif bagi siswa dan terkhusus bagi tim futsal SMAN 7 Padang.

Berdasarkan pengamatan pada saat observasi dan informasi dari pelatih, terlihat bahwa masih kurangnya kualitas pengambilan keputusan dan kerjasama tim dalam permainan para pemain futsal SMAN 7 Padang. Hal ini disebabkan rendahnya kemampuan *passing control* dan kurangnya variasi latihan *passing control* yang diberikan sehingga latihan tersebut membosankan. Pada saat latihan dan bertanding masih banyak *passing control* yang dilakukan pemain futsal SMAN 7 Padang yang jauh dari jangkauan teman dan gampang di rebut oleh lawan. Selain itu, rendahnya daya tahan, kekuatan otot serta kurangnya kepercayaan diri, fokus, dan ketenangan pemain dalam kontrol bola yang baik dan melakukan serta mengambil keputusan *passing* dengan akurat. Untuk mengatasi hal tersebut perlu disediakan metode latihan yang sesuai untuk meningkatkan kemampuan *passing control*. Berbagai cara banyak digunakan oleh para pelatih untuk berusaha meningkatkan kemampuan *passing control* dan diantara model latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing* ialah latihan Variasi *Combination Pass*.

Variasi *Combination Pass* merupakan kombinasi operan yang membantu tim menciptakan peluang dan mengatasi pertahanan lawan. Tujuan dari latihan *Combination Pass* adalah untuk meningkatkan teknik operan dengan akurat (kecepatan dan arah bola menuju sasaran) pada jarak dekat & tanpa kesalahan. Latihan ini dapat menjunjung tinggi kapasitas pemain dalam *ball feeling* saat akan mengoper bola ke temannya, seberapa jauh kekuatan *passing* yang akan diselesaikan dengan jarak yang ditentukan. Latihan variasi *passing* bertujuan agar para pemain tidak jenuh dan kelelahan saat berlatih.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Desain penelitian yang diterapkan adalah “*One Group Pretest-Posttest*”

*Design*”, yaitu desain yang melibatkan pengukuran awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan dan pengukuran akhir (*posttest*) setelah perlakuan diberikan. Dengan desain ini, hasil penelitian dapat dianalisis secara lebih akurat karena memungkinkan perbandingan antara kondisi sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini akan dilaksanakan pada pemain tim Futsal SMAN 7 Padang yang dilaksanakan di lapangan Salinka Futsal, Tabing, Padang. Penelitian ini dilaksanakan pada 17 Desember 2024-25 Januari 2025.

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari seluruh pemain futsal SMAN 7 Padang, yang berjumlah 30 orang dan terbagi dalam tim A dan tim B. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan sampel yang berdasarkan pertimbangan peneliti mengenai sampel yang dianggap paling relevan atau memberikan manfaat untuk penelitian, maka dalam penelitian ini peneliti menetapkan 15 orang sampel dari 30 orang populasi.

Instrumen yang akan di gunakan adalah instrumen tes *Passing* dan *Stopping* Futsal Bangbang *Test* (2008), instrumen sudah teruji validitas dan reliabilitasnya sehingga tidak perlu dilakukan uji ulang instrumen, maka dapat dikatakan instrumen tersebut valid dan reliabel. Hasil yang diperoleh dalam tes ini diambil dari skor tertinggi dari pelaksanaan selama 1 menit yang dilakukan sebanyak 2 kali percobaan.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji perbedaan mean atau uji t. Sebelum data diolah dengan t-test, langkah pertama yang dilakukan adalah uji normalitas. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Maksum (2009), hipotesis diuji dengan menggunakan teknik uji mean (uji-t) pada sampel berhubungan atau dependen sample.

## **HASIL**

Berdasarkan penjelasan dan uraian yang telah disampaikan sebelumnya, bab ini akan menganalisis serta membahas temuan yang diperoleh dalam penelitian ini. Variabel yang dibahas pada bab sebelumnya meliputi : latihan variasi *combination pass* dan kemampuan *passing control*. Hasil penelitian akan disajikan sesuai dengan tujuan dan hipotesis yang telah diajukan sebelumnya. Data dalam penelitian ini mencakup perlakuan terhadap kemampuan *passing control* setiap pemain futsal. Kemampuan *passing control* diukur sebelum dan sesudah diberikan latihan khusus. Data yang

dikumpulkan sebelum diberikan perlakuan disebut sebagai tes awal (*pre-test*) dilakukan sebagai langkah awal pengambilan data. Setelah itu, diberikan perlakuan berupa latihan variasi *combination pass* sebanyak 16 sesi. Selanjutnya, dilakukan pengambilan data akhir (*post-test*) untuk mengevaluasi apakah terdapat peningkatan yang signifikan dari hasil latihan yang telah diberikan. Rekapitulasi hasil penelitian dari *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut.

Table 1. Rekap Data Hasil Penelitian

No	Analisis	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>
1	Rata-rata (mean)	24,93	26,67
2	Standar deviasi	3,26	3,68
3	Modus	22	30
4	Median	24	25
5	Nilai maksimum	33	35
6	Nilai minimum	22	22

Analisis deskripsi data dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan diagram histogram sebagai berikut :

1. Hasil Tes Awal Kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang

Berdasarkan analisis data tes awal (*pre-test*) terhadap kemampuan *passing control* pada 15 pemain futsal, diperoleh hasil bahwa skor tertinggi adalah 33, sedangkan skor terendah adalah 22. Selain itu, standar deviasi yang dihitung sebesar 3,26 dengan rata-rata skor 24,93. Distribusi frekuensi hasil tes awal (*pre-test*) dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2.  
Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal (*Pre-test*) Kemampuan *passing control* Pemain futsal SMAN 7 Padang

No	Kelas Interval	<i>Pre-test</i>		Kriteria
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	
1	$\geq 31$	1	6,7	Baik sekali
2	28-30	3	20,0	Baik
3	24-27	4	26,7	Sedang
4	21-23	7	46,7	Kurang
5	$\leq 20$	0	0,0	Kurang sekali
Jumlah		15	100	

Berdasarkan tabel di atas, kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang, Berdasarkan data *pre-test*, terdapat 1 pemain (6,7%) dengan kemampuan *passing* dan kontrol pada kelas interval  $\geq 31$  yang termasuk dalam kategori sangat baik. Sebanyak 3 pemain (20%) memiliki skor dalam kelas interval 28-30, yang dikategorikan sebagai baik. Sementara itu, 4 pemain (26,7%) memiliki skor dalam kelas

interval 24-27, yang tergolong dalam kategori sedang. Adapun 7 pemain (46,7%) memiliki skor dalam kelas interval 21-23, yang masuk dalam kategori kurang. Dari analisis data yang dilakukan, diperoleh skor rata-rata sebesar 24,93. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* dan kontrol (*pre-test*) pemain futsal SMAN 7 Padang berada dalam kategori sedang.

## 2. Hasil Tes akhir Kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang

Berdasarkan analisis data tes akhir (*Post-test*) terhadap kemampuan *passing* dan kontrol pada 15 pemain futsal, diperoleh hasil bahwa skor tertinggi adalah 35, sedangkan skor terendah adalah 22. Selain itu, standar deviasi yang didapatkan sebesar 3,68 dengan rata-rata skor 26,67. Distribusi frekuensi dari hasil tes akhir (*Post-test*) dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3.  
Distribusi Frekuensi Hasil Tes akhir (*Post-test*) Kemampuan *passing control* Pemain futsal SMAN 7 Padang

No	Kelas Interval	<i>Post-test</i>		Kriteria
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	
1	$\geq 31$	1	6,7	Baik sekali
2	28-30	6	40,0	Baik
3	24-27	4	26,7	Sedang
4	21-23	4	26,7	Kurang
5	$\leq 20$	0	0,0	Kurang sekali
Jumlah		15	100	

Berdasarkan tabel di atas, Kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang, Berdasarkan data *post-test*, sebanyak 1 pemain (6,7%) memiliki kemampuan *passing* dan kontrol dalam kelas interval  $\geq 31$ , yang termasuk dalam kategori sangat baik. Sebanyak 6 pemain (40%) memperoleh skor dalam kelas interval 28-30, yang dikategorikan sebagai baik. Sementara itu, 4 pemain (26,7%) memiliki skor dalam kelas interval 24-27, yang tergolong dalam kategori sedang, dan 4 pemain lainnya (26,7%) berada dalam kelas interval 21-23, yang termasuk dalam kategori kurang. Dari hasil analisis data, diperoleh skor rata-rata sebesar 26,67. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* dan kontrol (*post-test*) pemain futsal SMAN 7 Padang berada dalam kategori sedang .

## Pengujian Persyaratan Analisis

### 1. Uji Normalitas

Tabel 4. Uji Normalitas Kemampuan *passing control*

No	Variabel	N	$L_o$	$L_t$	Distribusi
1	Kemampuan <i>passing control</i> ( <i>pre-test</i> )	15	0.190	0,220	Normal
2	Kemampuan <i>passing control</i> ( <i>post-test</i> )	15	0.208	0,220	Normal

Berdasarkan tabel 4 rangkuman hasil analisis uji *liliefors* tersebut dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas untuk data awal (*pre-test*) Kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang Diperoleh skor  $L_o = 0,190$  dengan  $n = 15$ , sedangkan  $L_t$  pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  adalah 0,220, yang lebih besar dari  $L_o$ . Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data tes awal (*pre-test*) mengenai kemampuan *passing* dan kontrol pemain futsal SMAN 7 Padang berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Hal yang sama berlaku untuk data tes akhir (*post-test*), di mana diperoleh skor  $L_o = 0,208$  dengan  $n = 15$ , sementara  $L_t$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  adalah 0,220, yang juga lebih besar dari  $L_o$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data tes kemampuan *passing* dan kontrol pemain futsal SMAN 7 Padang berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

### 2. Uji Hipotesis

Tabel 5. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis

	Variabel	Rata-rata	N	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Keterangan
Kemampuan <i>passing control</i>	Data awal ( <i>pre-test</i> )	24,93	15	6,98	1,76	Signifikan
	Data akhir ( <i>post-test</i> )	26,67				

Hasil analisis uji beda  $t$  menunjukkan bahwa latihan variasi *combination pass* berpengaruh terhadap kemampuan *passing* dan kontrol pemain futsal SMAN 7 Padang. Rata-rata kemampuan *passing* dan kontrol pada *pre-test* adalah 24,93, sedangkan pada *post-test* meningkat menjadi 26,67. Selain itu, hasil analisis uji  $t$  menunjukkan bahwa  $t = 6,98$  lebih besar dari  $t_t = 1,76$  Pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ , hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, sedangkan hipotesis nol ( $H_o$ ) ditolak. Dengan demikian, dapat

disimpulkan bahwa latihan variasi *combination pass* berpengaruh terhadap kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang.

## PEMBAHASAN

Pada subbab ini akan dibahas hasil penelitian yang telah dilakukan. Penelitian diawali dengan pengambilan data awal (*pre-test*) untuk mengukur kemampuan *passing* dan kontrol pemain futsal SMAN 7 Padang. Setelah *pre-test*, pemain menjalani program latihan selama 16 sesi. Setelah seluruh sesi latihan selesai, dilakukan pengambilan data akhir (*post-test*) untuk mengevaluasi perubahan dalam kemampuan *passing* dan kontrol. Hasil analisis dari penelitian ini akan dibahas sebagai berikut.

Hasil pengujian hipotesis pertama, berdasarkan Hasil perhitungan data *pre-test* dan *post-test* menggunakan pendekatan statistik uji-t menunjukkan bahwa latihan variasi *combination pass* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *passing* dan kontrol pemain futsal SMAN 7 Padang. Nilai thitung sebesar 6,98, sedangkan ttabel adalah 1,76 pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  dengan derajat kebebasan  $(n-1) = 14$ . Karena thitung  $>$  ttabel ( $6,98 > 1,76$ ), maka hipotesis penelitian yang diajukan terbukti secara signifikan. Artinya semakin seringnya seorang pemain futsal melakukan latihan variasi *combination pass*, maka akan semakin baik juga kemampuan *passing control* pemain tersebut.

Futsal merupakan permainan sepak bola dalam ruang tertutup yang menuntut keterampilan teknis yang tinggi, salah satunya adalah kemampuan dalam *passing*. *Passing* adalah teknik dasar yang digunakan untuk mengoper bola kepada rekan satu tim dengan tujuan untuk menciptakan peluang gol atau menjaga penguasaan bola (Dawson & Aerts, 2020). Sementara itu, *passing control* merujuk pada kemampuan pemain dalam menerima dan mengontrol bola setelah menerima umpan, agar bola tetap berada dalam kendali tim dan memudahkan pengembangan permainan selanjutnya (Pérez & García, 2021).

Kemampuan *passing control* yang baik sangat penting dalam futsal, karena dapat menentukan kelancaran serangan dan pertahanan tim. Kontrol bola yang buruk dapat menyebabkan kehilangan bola yang berujung pada kebobolan atau kesulitan dalam mengorganisir serangan. Untuk itu penting adanya latihan-latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *passing control* dari pemain. Salah satunya adalah latihan

variasi *combination pass*, dimana latihan ini telah di ujikan selama 16 kali perlakuan kepada pemain yang dijadikan sebagai sampel penelitian, dimana dari analisis data yang telah dilakukan terjadi peningkatan yang signifikan dari latihan yang telah dilakukan dimana terdapat peningkatan rata-rata *pre test* dan *post test* pada *passing control*, artinya latihan ini sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing control* dari paman.

Latihan variasi *combination pass* merupakan salah satu metode pelatihan dalam futsal yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* dan komunikasi antar pemain. Latihan ini melibatkan kombinasi antara dua atau lebih teknik *passing*, seperti *passing* datar, *passing* silang, dan *passing* terobosan, yang dilakukan dalam situasi yang bervariasi. Latihan ini tidak hanya berfokus pada akurasi dan kekuatan umpan, tetapi juga pada pemahaman taktis dan timing antara pemain (Stewart, 2022). Menurut Martínez dan Fernández (2023), variasi dalam latihan *combination pass* dapat meningkatkan kemampuan koordinasi dan kerjasama antar pemain, serta mempercepat reaksi dalam situasi permainan yang sesungguhnya. Latihan ini juga berfungsi untuk memperbaiki pemahaman taktik tim, di mana pemain belajar untuk menyesuaikan jenis *passing* yang digunakan berdasarkan posisi dan situasi di lapangan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa latihan variasi *combination pass* dapat berdampak positif terhadap kemampuan *passing control*. Salah satu alasan utamanya adalah bahwa latihan tersebut melibatkan banyak aspek teknik dan situasi permainan yang menuntut pemain untuk berpikir cepat dan mengontrol bola dengan baik. Latihan ini meningkatkan keterampilan teknik dasar, seperti pengendalian bola, akurasi umpan, dan komunikasi non-verbal antara pemain (Santos & Lima, 2021).

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rodríguez dan López (2022) mengungkapkan bahwa variasi dalam latihan *passing* dapat meningkatkan kelincahan dan kecepatan reaksi pemain dalam menerima dan mengontrol bola. Hal ini sangat penting dalam futsal, di mana permainan berlangsung cepat dan membutuhkan pengambilan keputusan yang tepat dalam waktu singkat. Oleh karena itu, kemampuan *passing control* yang baik akan sangat bergantung pada seberapa baik seorang pemain berlatih dalam menguasai variasi *passing* yang diterapkan dalam latihan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan sebagai berikut: Terdapat pengaruh latihan variasi *combination pass* terhadap kemampuan *passing control* pemain futsal SMAN 7 Padang dengan  $t_{hitung} 6,98 > t_{tabel} 1,76$ , yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata kemampuan *passing control* sebesar 1,73 poin. Artinya latihan variasi *combination pass* sangat efektif untuk meningkatkan kemampuan *passing control* dalam bermain futsal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, iA., iDonie, iRidwan, iM., i& iPadli. i(2021). iKontribusi iKelentukan, iKeseimbangan idan iKekuatan iOtot iTungkai iBawah idengan iKemampuan iService iAtas iAtlet iSepaktakraw. iJurnal iPatriot, i3(2), i107–119
- Arsita, iPutra, iM. iA., i& iSinurat, iR. i(2021). iHubungan iKoordinasi iMata-Kaki iDan iKelincahan iDengan iKemampuan iSepak iSila iDalam iPermainan iSepak iTakraw. iJOSET, i2(1), i40–49.
- Dawson, J., & Aerts, G. (2020). *Football: Skills and Techniques for the Modern Game*. Routledge.
- Hidayat, iR., iBudi, iD. iR., iPurnamasari, iA. iD., iFebriani, iA. iR., i& iListiandi, iD. i(2020). iFaktor iKondisi iFisik iDominan iPenentu iKeterampilan iBermain iSepak iTakraw. iMenssana, i33–40.
- Jamudin, iJ., iGani, iR. iA., i& iMa'mun, iS. i(2021). iSurvei iTingkat iKeterampilan iDasar iShooting iPada iSiswa iEkstrakurikuler iSepakbola iDi iSman i1 iSurade. iRiyadhoh i: iJurnal iPendidikan iOlahraga, i4(2), i82.
- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya : UNESA.
- Martínez, P., & Fernández, J. (2023). *Tactical Development in Futsal: Training the Technical Skills*. Futsal Press.
- Mulya, iG. I (2020). iPengaruh iLatihan iImagery idan iKoordinasi iterhadap iKeterampilan iShooting ipada iOlahraga iPétanque. iJournal iof iSPORT i(Sport, iPhysical iEducation, iOrganization, iRecreation, iand iTraining), i4(2), i101–106.
- Nando, M. A. (2018). Pengaruh Latihan Ledder Drill (Agility) terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis Mahasiswa Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 109-109.
- Pérez, S., & García, R. (2021). *Passing Control in Futsal: Techniques and Strategies*. Sports Science Journal.
- Prabowo, R. A. (2023). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Pemain Futsal Utp Surakarta. *Journal Management and Muamalah*, 01(Juli), 276–286.

- Prima, iP., i& iKartiko, iD. iC. i(2021). iSurvei iKondisi iFisik iAtlet iPada iBerbagai iCabang iOlahraga. iJurnal iPendidikan iOlahraga iDan iKesehatan, i9(1), i161–170
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- Ridwan, M., & Irawan, R. (2018). Validitas Dan Reliabilitas Tes Kondisi Fisik Atlet Sekolah Sepakbola (Ssb) Kota Padang “Battery Test Of Physical Conditioning”. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 322213.
- Rodríguez, M., & López, F. (2022). *Improving Ball Control and Passing Accuracy in Futsal*. *Journal of Sports Training*, 45(3), 120-134.
- Ruslandi, L., Sumarsono, R. N., & Gani, R. A. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Ketepatan Hasil Shooting Permainan Futsal. *Jurnal Porkes*, 5(2), 357– 368. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6195>
- Santos, D., & Lima, T. (2021). *Combination pass Exercises for Futsal: Enhancing Tactical and Technical Skills*. *Futsal Science Review*, 38(2), 56-69.
- Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020, August). Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)* (pp. 120-123). Atlantis Press.
- Stewart, S. (2022). *Advanced Futsal Training: Techniques and Drills for Skill Development*. Routledge.
- Umar, iU., i& irahmayani, iida. i(2023). iThe iThe iEffectiveness iof iSports iExercise ion iLowering iBlood iPressure. i*International iJournal iOf iSport iScience, iHealth iAnd iTourism*, i1(1), i35-40. iRetrieved ifrom i<http://ijssht.ppj.unp.ac.id/index.php/IJSSHT/article/view/17>
- Villabodi, B., & Naldi, H. (2023). H.Yasman Yanusar: Tokoh PengembanganOlahraga futsal di Sumatera Barat tahun 2010-2022. *Jurnal Kronologi*, 5(3), 132–142. <https://doi.org/10.24036/jk.v5i3.745>
- Weda. i(2021). iPeran iKondisi iFisik idalam iSepakbola. iIKIP iPGRi iBali, iJurnal iPendidikan iKesehatan iRekreasi, i7(1), i186–192.