

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Penelitian yang Relevan**

Berikut merupakan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian oleh Haridhurrifqi & Utomo (2022) yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan *Short Passing Diamond* dan *short Passing Triangle* Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Accuracy Peserta Ekstrakurikuler Futsal MAN 2 Kota Madiun” tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan *short passing diamond* terhadap peningkatan passing *accuracy* pada siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian yaitu eksperimen, dengan menggunakan desain penelitian yaitu *two groups pretest-posttest group design*. Pada penelitian ini populasi penelitian yaitu siswa ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun dengan jumlah 50 siswa. Dalam penelitian ini sampel penelitian yaitu siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun yang berjumlah 20. Pada instrumen penelitian menggunakan *passing accuracy test*. Metode latihan dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok 1 menggunakan *short passing diamond* dan kelompok 2 menggunakan *short passing triangle*. Teknik analisis data menggunakan uji t dengan taraf signifikansi 5% dengan uji prasyarat uji normalitas, uji homogenitas. Hasil penelitian menyebutkan bahwa dalam pelaksanaannya terdapat pengaruh *passing accuracy* pada kelompok *short passing diamond* yaitu peningkatannya sebesar 14,30%; terdapat pengaruh *passing accuracy* pada kelompok *short passing triangle* sebesar 14,30%, kedua latihan *passing accuracy* yaitu *short passing diamond* dan *short passing triangle* keduanya sama-sama efektifnya dalam meningkatkan passing accuracy siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun. Kesimpulan yang diperoleh dari

penelitian ini yaitu terdapat pengaruh latihan *short passing diamond* dan *short passing triangle* terhadap *passing accuracy* pada siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun. Pada latihan *passing accuracy* kedua latihan memiliki efektifitas yang sama dalam meningkatkan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun. Pada kedua metode tersebut tidak mempunyai perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *passing accuracy* siswa putra ekstrakurikuler MAN 2 Kota Madiun.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Syahfutra et al., (2023) yang berjudul “Pengaruh Latihan *Passing Triangle* dan *Passing Diamond* Terhadap Akurasi Passing Pemain Futsal Club Delapan FC Kabupaten Kepahiang” tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan *passing triangle* dan *passing diamond* terhadap akurasi passing pemain futsal Club delapan Fc Kabupaten Kepahiang tahun 2023. Metode yang digunakan yaitu eksperimen dengan metode pendekatan kuantitatif menggunakan *two group pre-test* dan *post-test design*. Pada populasi dan sampel digunakan sebanyak 10 orang kelompok *passing* dan 10 orang pada kelompok *diamond*. Pada hasil penelitian yaitu hasil uji t akurasi *passing* pada kelompok *passing triangle* didapatkan nilai t hitung sebesar  $(14,453) > t$  tabel  $(2,26)$  dan pada kelompok *passing diamond* didapatkan nilai t hitung  $(12,750) > t$  tabel  $(2,26)$ . Serta pada presentase akurasi *passing* pada latihan *passing triangle*  $(26,08)$  hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang begitu besar dibandingkan dengan latihan *passing diamond* yaitu sebesar  $(20,2\%)$ . Kesimpulan menunjukkan bahwa adanya pengaruh latihan *passing triangle* dan *passing diamond* terhadap akurasi passing pemain futsal Club Delapan FC Kabupaten Kepahiang tahun 2023.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Majid M (2020) yang berjudul “Pengaruh *Triangle* Terhadap *Passing* Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Pemain Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 5 Palopo”. Tujuan penelitian yaitu untuk

mengetahui pengaruh latihan *triangle* terhadap kemampuan passing peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 5 Palopo. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Populasi dan sampel yang digunakan yaitu peserta ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 5 Palopo dengan jumlah 15 orang. Penelitian ini menggunakan design penelitian yaitu *One-group Pretest-Posttest Desain*. Perlakuan yang diberikan pada latihan *passing* yaitu dengan menggunakan metode *triangle*. Hasil penelitian menunjukkan hasil uji homogenitas memiliki nilai  $p$  (sig) 0,097 nilai tersebut  $> 0,05$ , maka data penelitian bersifat homogen. Pada uji hipotesis dalam penelitian ini memperoleh nilai sig. (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulan pada penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh latihan passing menggunakan target terhadap kemampuan passing siswa peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMA Negeri 5 Palopo.

## **2.2 Landasan Teori**

### **2.2.1 Pengertian Futsal**

Futsal adalah permainan sepakbola *indoor* ataupun *outdoor* yang dimainkan lima orang dan membutuhkan tingkat kompetensi teknik yang tinggi karena dimainkan dengan waktu yang cepat (Zainuddin, 2021). Olahraga futsal hampir serupa dengan olahraga sepak bola namun yang menjadi pembeda yaitu terletak pada aturan permainannya. Futsal pertama kali dikenalkan oleh Juan Cartlos Ceriani pada tahun 1930 di Montevideo, Uruguay. Pada awalnya Ceriani hanya ingin memindahkan latihan yang dilakukan didalam ruangan hal tersebut dikarenakan kondisi lapangan saat itu licin akibat dari digujur hujan. Futsal berkembang pesat di Amerika Selatan, terutama di Brazil, dan terus menyebar ke seluruh dunia. Bahkan sudah merambah ke Eropa, Amerika Serikat, Afrika, Asia dan Oseania. Pada tahun 1954, futsal di Brazil terus berkembang dan menjadi semakin populer dari segi aturan dan aspek permainannya, yang segera diadopsi oleh negara bagian Brazil lainnya. Sejak itu, peraturan terus diubah

melalui kompetisi untuk membuat permainan lebih menarik (Badaru, 2017). Olahraga futsal berkembang pesat di Amerika Serikat Khususnya pada Brazil dan pada akhirnya menyebar pada seluruh penjuru dunia (Taufik et al, 2022).

Pada permainan futsal jumlah pemain secara keseluruhan berjumlah 15 orang beserta dengan cadangan. Pertandingan pada olahraga futsal terdiri atas dua babak dan pada setiap babak mempunyai durasi waktu 20 menit. Antara babak pertama dan kedua mempunyai waktu istirahat maksimal 15 menit lamanya. Pada setiap tim mempunyai kesempatan meminta time out satu kali pada setiap babak dengan lama durasi yaitu 1 menit (Mikanda, 2014). Pada peraturan permainan futsal sengaja dibuat ketat dan tegas oleh FIFA hal tersebut agar pertandingan dapat berjalan secara *fair play* dan untuk menghindari cedera yang terjadi akibat kontak fisik. Sama halnya dengan permainan sepak bola, olahraga futsal merupakan permainan yang dilakukan oleh 2 tim yang berlawanan, aan tetapi pada permainan futsal hanya terdiri atas 5 orang. Permainan futsal umumnya dimainkan di lapangan *indor* (ruangan). Futsal merupakan olahraga populer di dunia. Masyarakat dari berbagai negara sangat menggemari olahraga ini (Mikanda, 2014: 157).

Futsal merupakan permainan sepak bola mini yang dapat dimainkan diluar maupun di dalam ruangan. Pada permainan futsal kurang lebih 90% merupakan permainan operan (*passing*). Olahraga futsal dimainkan oleh lima pemain serta lawan yang jumlahnya sama dan membutuhkan ketrampilan dan kondisi fisik yang prima hal tersebut dikarenakan pada permaian futsal kedua tim akan saling bergantian menyerang antara satu tim dengan tim lawan dalam kondisi lapangan yang cenderung sempit dan dengan waktu permainan yang lebih singkat (Turnip, 2020). Permainan futsal merupakan permainan dengan menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing timnya mempunyai lima orang pemain dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan dengan manipulasi bola dan kaki (Noviada., et al 2014).

Pada setiap tim pemain dibagi atas tiga lini yaitu: pemain belakang, lini tengah dan lini depan, dan pada setiap lini lapangan permainan mempunyai tugas yang berbeda antara lain penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah dan pemain depan. Menurut Taufik (2022) sebelum melakukan permainan futsal sebaiknya pemain mengetahui terlebih dahulu peraturan apa saja yang perlu diperhatikan dalam peraturan permainan futsal.

Berikut ini aturan-aturan permainan futsal berdasarkan FIFA yaitu sebagai berikut:

### 1. Lapangan

Pada lapangan futsal harus berbentuk bujur sangkar dan pada garis samping pembatas lapangan harus lebih Panjang dari garis gawang.

Ukuran panjang : 25-42 m.

Ukuran lebar : 15-25 m.

Ukuran untuk pertandingan internasional yaitu sebagai berikut:

Ukuran panjang : 38-42 m.

Ukuran lebar : 18-25 m.



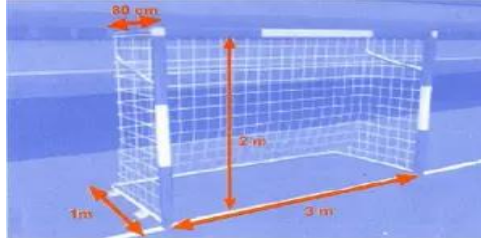
**Gambar 2.1 Lapangan Futsal**

(Sumber : Taufik dkk., 2022)

### 2. Gawang

Penempatan gawang harus pada bagian tengah dari masing-masing garis gawang. Gawang terdiri atas dua tiang gawang yang mempunyai masing-masing sudut yang sama dan dihubungkan dengan puncak tiang oleh mistar

gawang secara horizontal (*cross bar*). Jarak antar tiang gawang yaitu 3 m dan dari lantai ke mistar gawang adalah 2 m.



**Gambar 2.2 Gawang**

(Sumber : Taufik dkk, 2022)

### 3. Bola

Bola harus berbentuk bulat dan terbuat dari kulit atau bahan serupa. Bola mempunyai diameter 62-64 cm dengan berat bola yaitu 400 - 440 gram dan dengan tekanan 0,4-0,6 atmosfer (400-600 gram/cm<sup>3</sup>). Dalam permainan apabila bola mengalami kerusakan atau pecah, maka pertandingan harus dihentikan sementara. Pertandingan dapat dilakukan kembali dengan menjatuhkan bola pada tempat bola yang sebelumnya rusak.



**Gambar 2.3 Bola Futsal**

(Sumber : Taufik dkk., 2022)

### **2.2.2 Aturan Futsal**

Permainan futsal memiliki peraturan dalam permainannya, berikut ini aturan futsal berdasarkan Syafaruddin (2018) yaitu:

#### **a. Waktu Pertandingan**

Pada pertandingan futsal periode permainan dilakukan dalam dua babak. Dalam setiap babak memiliki berdurasi sebanyak 20 menit. Waktu tersebut tidak termasuk pada saat bola mati atau pertandingan dihentikan untuk sementara waktu karena insiden tertentu yang sedang terjadi. Waktu yang habis dapat diperpanjang jika terjadi tendangan penalti atau tendangan bebas. Di antara kedua babak, terdapat waktu istirahat maksimal 15 menit.

#### **b. Pelanggaran**

Pada pertandingan futsal terdapat beberapa hal yang tidak boleh dilakukan oleh seorang pemain selama pertandingan, hal tersebut menyangkut teknik dan nonteknik. Sebagai hukuman, kepada tim lawan akan diberikan tendangan bebas. Wasit mempunyai kekuasaan mutlak untuk menentukan apakah yang dilakukan pemain termasuk jenis pelanggaran atau bukan. Secara garis besar terdapat dua jenis pelanggaran yakni pelanggaran berat dan ringan.

#### **c. Time Out**

Setiap tim berhak mendapatkan satu kali *time out* setiap babak. Lamanya *time out* satu menit. *Time out* diajukan oleh pelatih kepada wasit jika timnya sedang menguasai bola. Jika pada paruh babak pertama tidak mengambil jatah *time out*, tim tidak berhak mendapatkan dua *time out* di babak kedua.

#### **d. Kartu**

##### 1) Kartu Kuning

Pemain yang melakukan pelanggaran akan diberikan peringatan yaitu dengan diberikannya kartu kuning. Kartu kuning diberikan apabila terdapat pemain yang bersalah dengan permainan yang tidak suportif, mengeluarkan kata-kata yang tidak sopan atau baik, telah diberi peringatan namun tetap melakukan pelanggaran, pemain mengulur-ngulur waktu pada saat akan dimulainya kembali permainan, pemain melanggar jarak saat tendangan hukuman berlangsung, melanggar pergantian pemain dan sengaja meninggalkan lapangan tanpa seizin wasit.

##### 2) Kartu Merah

Apabila pemain yang diberikan kartu merah maka pemain harus meninggalkan lapangan pertandingan dan tidak diperbolehkan bermain kembali. Kartu merah diberikan apabila pemain melakukan kesalahan, pemain bermain dengan kasar serta berkelakuan kasar, pemain meludahi pemain lain atau orang lain, menghalangi gol tim lawan dengan menggunakan tangan, secara jelas menggagalkan secara illegal kesempatan lawan pada saat akan mencetak gol, menggunakan kata-kata kasar yang bersifat menghina dan menerima kartu kuning kedua.

Pada permainan futsal terdapat peraturan khusus yang sangat berbeda dengan permainan sepakbola perihal kartu merah. Pada permainan futsal, tim yang pemainnya terkena kartu merah berhak memasukkan pemain pengganti dua menit setelah kartu merah diberikan, kecuali sebelum dua menit itu terjadi sebuah gol. Apabila terjadi gol, maka wasit berpatokan pada ketentuan sebagai berikut:

- 1) Jika posisi lima melawan empat pemain, dan tim dengan pemain lebih banyak mencetak gol sebelum dua menit, maka tim dengan jumlah pemain lebih sedikit berhak memasukkan pemain.
- 2) Jika posisi empat lawan empat dan tercipta gol, pertandingan akan tetap dilanjutkan dengan jumlah itu.



- 3) Jika posisi lima lawan tiga atau empat lawan tiga, dan tim dengan pemain lebih banyak mencetak gol sebelum dua menit, tim dengan tiga pemain hanya berhak memasukkan satu pemain tambahan.
- 4) Jika posisi tiga lawan tiga dan tercipta gol, pertandingan akan tetap dilanjutkan dengan jumlah itu.
- 5) Jika tim yang lebih sedikit mencetak gol sebelum dua menit, pertandingan dilakukan tanpa menambah jumlah pemain.

#### **e. Tendangan Hukuman**

Terdapat dua tendangan hukuman pada permainan futsal yaitu:

##### **1. Tendangan Bebas Tidak Langsung**

Tendangan ini diberikan kepada tim lawan, jika seorang pemain melakukan pelanggaran ringan. Tendangan diambil dari titik di mana pelanggaran terjadi. Jika terjadi di kotak penalti, maka tendangan diambil dari garis penalti terdekat. Gol dapat dicetak hanya jika bola sudah menyentuh pemain lain sebelum masuk gawang. Tim yang bertahan diperbolehkan membentuk dinding pertahanan dengan jarak minimal 5 meter dari bola.

##### **2. Tendangan Bebas Langsung**

Kondisi normal, diberikan kepada tim lawan jika seorang pemain melakukan pelanggaran berat. Gol dapat langsung tercipta melalui tendangan ini. Tim yang bertahan diperbolehkan membentuk dinding pertahanan dengan jarak minimal 5 meter dari bola.

#### **f. Akumulasi Pelanggaran**

Apabila tim melakukan pelanggaran lebih dari lima kali pada setiap babak, maka tendangan bebas yang didapat tim lawan akan dikondisikan sebagai berikut:

- 1) Tim yang bertahan tidak boleh membentuk dinding pertahanan. Mereka harus berada di belakang garis imajiner yang ditentukan wasit dan sejajar dengan garis gawang.
- 2) Tendangan harus ditujukan langsung ke gawang, tidak boleh disodorkan ke pemain lain.
- 3) Sebelum menyentuh penjaga gawang atau memantul dari tiang dan mistar gawang, pemain lain tidak boleh menyentuh bola.
- 4) Tendangan tidak boleh diambil dengan jarak kurang dari 6 meter dari gawang. Jika itu terjadi di kotak penalti, maka tendangan diambil dari garis penalti terdekat.
- 5) Jika pelanggaran keenam ini terjadi di daerah lawan atau di daerah sendiri antara titik penalti kedua dan garis tengah, maka tendangan bebas akan dilakukan dari titik penalti kedua.
- 6) Jika pelanggaran keenam terjadi di daerah sendiri antara garis gawang dan titik penalti kedua di luar kotak penalti, maka tim yang mendapat tendangan bebas boleh memilih titik penalti kedua atau di tempat terjadinya pelanggaran.

#### **g. Tendangan Pinalti**

Tendangan pinalti akan diberikan kepada tim yang melakukan pelanggaran di dalam kotak penaltinya sendiri. Tendangan pinalti dilakukan dari titik penalti pertama, gol secara langsung dapat tercipta dari tendangan ini. Selain penendang dan kiper lawan, pemain lainnya harus berada di luar kotak penalti. Terdapat aturan khusus dalam tendangan pinalti dan tendangan bebas ketika terdapat lebih dari lima pelanggaran, terdapat ketentuan sebagai berikut:

- 1) Ketika seorang pemain tim bertahan melakukan pelanggaran pada prosedur, jika tidak tercipta gol dari tendangan tersebut maka tendangan akan diulang, tetapi apabila jika terjadi gol tendangan tidak akan diulang.

- 2) Ketika pemain sebuah tim yang melakukan tendangan membuat pelanggaran prosedur, maka tendangan akan diulang jika dari tendangan itu tercipta gol. Tendangan tidak akan diulang jika tidak tercipta gol.
- 3) Untuk tendangan bebas langsung dan tidak langsung, jika tim yang mendapat tendangan bebas melakukannya lebih dari 4 detik, maka wasit akan mengalihkan menjadi tendangan bebas tidak langsung bagi tim lawan.

#### **h. Tendangan Memulai Pertandingan Kembali**

##### 1) Tendangan ke Dalam

Pengganti lemparan ke dalam pada sepak bola. Tendangan ini diberikan apabila bola melewati garis samping lapangan baik di tanah maupun udara. Gol tidak boleh langsung tercipta dari tendangan ini. Apabila dilakukan lebih dari 4 detik, maka wasit akan mengalihkan menjadi tendangan bebas tidak langsung bagi tim lawan.

##### 2) Tendangan Gawang

Tendangan ini diberikan jika bola melewati garis gawang dengan sentuhan terakhir dilakukan oleh salah seorang pemain yang sedang menyerang. Tendangan diambil dari titik manapun di dalam kotak penalti. Gol tidak boleh langsung tercipta dari tendangan ini. Jika dilakukan lebih dari 4 detik, maka wasit akan mengalihkan menjadi tendangan bebas tidak langsung di garis penalti bagi tim lawan.

##### 3) Tendangan Sudut

Pada tendangan ini diberikan apabila bola melewati garis gawang dengan sentuhan terakhir dilakukan oleh salah seorang pemain yang sedang bertahan. Tendangan diambil di dalam busur sudut di sudut terdekat dari keluarnya bola. Gol boleh langsung tercipta dari tendangan ini, tetapi hanya ke gawang tim yang bertahan. Pemain bertahan harus berjarak minimal 5 meter dari bola. Jika tendangan dilakukan lebih dari 4 detik, maka wasit akan mengalihkan menjadi tendangan bebas tidak langsung di dalam busur sudut bagi tim lawan.

### **i. Penentuan Pemenang**

Gol terjadi apabila secara keseluruhan, bola melewati garis gawang di antara kedua tiang gawang dan di bawah mistar. Gol baru dianggap sah apabila bola itu tidak dilempar, dibawa dengan tangan atau menyentuh tangan seorang pemain dari tim yang sedang menyerang. Pada hal ini, kiper termasuk yang dilarang. Tim yang dianggap menang ialah yang mencetak gol lebih banyak selama pertandingan berlangsung. Apabila kedua tim mencetak gol pada jumlah yang sama atau sama sekali tidak mencetak gol, pertandingan berakhir dengan kedudukan seri.

### **2.2.3 Teknik Dasar Futsal**

Dalam permainan bola futsal terdapat berbagai teknik dasar yang harus dikuasai, diantaranya seperti, mengumpan (*passing*), menembak bola ke gawang (*shooting*), menggiring bola (*dribbling*), menahan bola (*control*) dan menyundul bola (*heading*). Krisdianara 2020 Tujuan penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna adalah agar para pemain dapat menerapkan taktik permainan dengan mudah. Futsal adalah suatu permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berbeda. Masing-masing tim beranggotakan lima pemain yang memainkan pertandingan dalam dua babak. (Mulyono, 2014) olahraga futsal ditunjukan untuk membentuk perpaduan individu-individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan, kebersamaan dan kerjasama tim sangat diperlukan dalam mencapai tujuan tersebut.

Teknik dasar pada permainan bola futsal tersebut harus dipahami dan dikuasai setiap pemain karena akan menunjang pada prestasi baik secara individu maupun tim yang ia bela pada saat mengikuti perlombaan ataupun turnamen. Pada prinsipnya permainan futsal mirip dengan permainan sepakbola yang menerapkan segi teknik, taktik, dan strategi dalam bermain, (Aprilianto & Fahrizqi, 2020).

Teknik dasar pada permainan bola futsal tersebut harus dipahami dan dikuasai setiap pemain karena akan menunjang pada prestasi baik secara individu maupun tim yang ia bela pada saat mengikuti perlombaan ataupun turnamen. Dengan demikian yang dimaksud dengan futsal dalam penelitian ini adalah permainan sepakbola indoor yang dimainkan lima orang dan membutuhkan tingkat kompetensi teknik yang tinggi karena dimainkan dengan waktu yang cepat (Royana, 2017).

Menurut Fahrizqi (2018) ketepatan passing atau mengoper bola yang baik secara cermat, tepat pada sasaran akan lebih memudahkan untuk menciptakan sebuah gol ke gawang lawan. Dan untuk menciptakan gol tersebut aspek teknik, strategi dan fisik sangat diperlukan. Faktor-faktor penentu dapat disebutkan ada tiga faktor penting yaitu: kondisi fisik atau tingkat kebugaran jasmani, ketepatan teknik atau keterampilan yang dimiliki, dan masalah masalah lingkungan (Gumantan dan Mahfud, 2020).

#### **a. Pengertian *Passing***

*Passing* atau lebih dikenal dengan istilah gerakan mengoper bola kepada teman satu tim sebagai bentuk menyusun langkah serangan terhadap gawang lawan maupun sebagai teknik operan kerja sama satu tim pada saat pertandingan futsal berlangsung. *Passing* merupakan teknik yang harus selalu dilatih dalam setiap latihan untuk mendapatkan gerakan *passing* yang baik dan benar, bukan hanya gerakan akan tetapi terhadap ketepatan arah *passing* (Fikri & Farizqi, 2019). Hal tersebut serupa dengan pernyataan Farhan et al., (2023) yang menyebutkan bahwa *passing* merupakan teknik dasar yang dibutuhkan untuk dapat menciptakan permainan futsal dengan baik.

*Passing* merupakan salah satu teknik dasar pada permainan futsal yang sangat diperlukan oleh seorang pemain futsal, karena dengan lapangan yang rata serta ukuran lapangan yang lebih kecil diperlukan teknik *passing* yang akurat

dikarenakan bola yang sejajar dengan tumit pemain (Hamdani et al., 2022). Menurut (Nugraha Cipta, Andi, 2013) mengoper dan menempatkan posisi adalah salah satu kunci dari bermain olahraga futsal yang benar. Sehebat apapun permainan individu seorang pemain, jika ia tidak sedang mendapatkan atau menguasai bola maka ia tidak mungkin bisa mencetak gol. Menurut (Scheunemann, 2012) passing merupakan memindahkan bola mendatar atau di udara dari satu pemain ke pemain yang lainnya rekan 1 tim, dengan jarak yang bervariasi. *Passing* adalah bagian yang sangat penting dalam permainan olahraga futsal, permainan futsal memerlukan strategi dan ketepatan mengumpan dengan baik.

Untuk menguasai *passing*, di perlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Keberhasilan mengumpan ditentukan oleh kualitasnya, tiga hal yang perlu diperhatikan untuk kualitas mengumpan: keras, akurat, dan mendatar. Adapun dalam melakukan *passing* antara lain sebagai berikut:

1. Tempatkan kaki tumpuh disamping bola, bukan kaki untuk mengumpan.
2. Gunakan kaki bagian dalam untuk melakukan *passing*.
3. Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat.
4. Kaki bagian dalam dari atas diarahkan ketengah bola dan kemudian ditekan kebawah agar bola tidak melambung.
5. Diteruskan dengan gerakan lanjutan, dimana setelah *passing* ayunkan kaki jagan digantikan

#### **b. Jenis-Jenis *Passing***

Berdasarkan pada jaraknya, dalam permainan futsal *passing* terbagi atas 3 jenis (Tawakal, 2015):

- 1) *Short pass*, antara 0 meter sampai dengan 4 meter atau 10 sampai dengan 12 *feet*.

- 2) *Medium pass*, antara 4 meter sampai dengan 10 meter atau 10 sampai dengan 30 *feet*.
- 3) *Long pass*, diatas 10 meter atau lebih dari 30 *feet*.

Sedangkan berdasarkan pada cara melakukannya, *passing* dalam permainan futsal secara umum ada 3 jenis, yaitu:

1. *Passing* menggunakan kaki bagian dalam

Teknik *passing* ini digunakan untuk mengoper jarak pendek (*short passing*). Teknik dasar futsal ini merupakan teknik yang paling sering dilakukan untuk memberikan umpan dengan akurat dan dilakukan dengan jarak yang dekat. Cara melakukan *passing* yaitu dengan kaki bagian dalam (Erik Endriko, 2014), sebagai berikut:

- a) Posisi badan menghadap sasaran.
- b) Kaki yang digunakan sebagai tumpuan berada disamping bola, lutut sedikit ditebuk.
- c) Kaki untuk menendang ditarik ke belakang kemudiandiyunkan ke depan sehingga mengenai bola.
- d) Tempatkan kaki tepat di area bagian tengah bola.
- e) Setelah menendang, kaki tetap mengayun ke depan mengikuti arah bola.

2. *Passing* menggunakan kaki bagian luar

Teknik *passing* dengan menggunakan sisi kaki bagian luar biasanya dilakukan untuk memberikan umpan menyilang ke rekan yang berada di daerah yang berlawanan dengan posisi kita atau digunakan untuk memberikan umpan-umpan terobosan menipu lawan. Cara melakukan *passing* menggunakan kaki bagian luar (Erik Endriko, 2014), sebagai berikut:

- a) Posisi badan berada di samping bola kearah bola ketika akan diumpan.

- b) Tempatkan kaki tumpuan di belakang atau di samping bola.
- c) Ayun kaki dari arah belakang ke arah depan.
- d) Angkat kedua tangan ke samping, untuk menjaga keseimbangan.
- e) Kunci atau kuatkan tumit pada saat sentuhan dengan bola agar lebih kuat.
- f) Pada saat sentuhan dengan bola kaki bagian luar dari atas diarahkan ke tengah bola dan ditekan ke bawah agar bola tidak melambung. Diteruskan dengan gerakan lanjutan, dimana setelah sentuhan dengan bola dalam mengumpan ayunan kaki jangan dihentikan.

### 3. Passing menggunakan punggung kaki atau kura-kura kaki

Teknik *passing* menggunakan punggung kaki digunakan untuk mengoper jarak jauh (*long passing*). Namun di permainan futsal teknik menendang dengan cara ini jarang dipergunakan. Cara melakukan *passing* menggunakan punggung kaki (Erik Endriko, 2014) sebagai berikut:

- a) Kaki tumpuan sejajar dengan bola.
- b) Tendangan dimulai dari menarik kaki ke belakang dan mengayun ke depan.
- c) Perkenaan bola di punggung kaki dengan bagian bawah bola.
- d) Setelah menendang ada gerakan lanjutan yaitu ayunan kaki jangan dihentikan.

#### c. Ketepatan *Passing*

Menurut Anbi & Alsaudi (2021) ketepatan atau akurasi *passing* dalam futsal sangat penting maka, perlu upaya meningkatkan ketepatan *passing* guna menyempurnakan keterampilan yang dimiliki pemain. Akurasi *passing* dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran yang di tuju. Sasaran dapat berupa jarak atau suatu objek (Turnip, 2020). Menurut (Oktavia &



Hariyanto, 2017) ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu kearah gawang tim lawan. Passing adalah sebuah keterampilan memindahkan bola pada pemain kepada pemain lainnya yang dilaksanakan melalui akurasi (Irfan et al., 2020). Ketepatan pada passing adalah kemampuan dalam menempatkan atau mengoper bola ke sasaran sesuai dengan tujuan dengan kaki sebagai medianya (Adani, 2015). Passing yang baik merupakan salah satu hal yang wajib dimiliki oleh setiap pemain, karena dengan seorang pemain yang memiliki operan yang atau passing yang baik sebuah tim akan dengan mudah menciptakan sebuah gol (Novrizal Priawan, 2018). Ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran. Keterampilan passing merupakan hal yang penting menghubungkan kesebelasan dalam satu tim yang berfungsi daripada bagian- bagiannya (Muta'al & Komaini, 2019).

Menurut (Oktavia & Hariyanto, 2017) ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu kearah gawang tim lawan. Dalam permainan futsal individu dituntut untuk menguasai teknik passing yang baik, karena dalam hal ini berguna sebagai kontrol alur permainan, menguasai permainan dan memberikan operan dari kaki ke kaki pemain, dari segi kemampuan individu yang mampu melakukan ketepatan yang tinggi dalam hal mengarahkan bola tepat sasaran maka operan yang dilakukan merupakan operan yang berkualitas (Fitrian et al., 2022). Supaya dapat berjalan sesuai dengan rencana maka pemain harus melakukan latihan yang rutin agar terjadi otomatisasi sehingga dapat memiliki kemampuan ketepatan passing yang tinggi.

#### 2.2.4 Hakikat Latihan

Menurut Dahlan. F, dkk (2019) “Latihan merupakan suatu proses yang harus dilalui untuk meraih suatu prestasi yang membanggakan”. Adapun definisi dari latihan adalah suatu aktifitas berlatih atau bekerja dan memiliki proses yang sistematis sehingga bermuara pada peningkatan performa atlet. Hariono dalam (Suhartono, 2022) menjelaskan, Latihan adalah suatu proses berlatih yang dilakukan dengan sistematis dan berulang-ulang dengan pembebananyang diberikan secara progresif.

Selain itu, latihan merupakan upaya yang dilakukan seseorang untuk mempersiapkan diri dalam upaya untuk mencapai tujuan tertentu. Latihan adalah suatu proses pembentukan kemampuan dan keterampilan atlet yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, semakin hari beban latihan semakin meningkat, dan dilaksanakan dalam kurun waktu yang panjang. Menurut Kent dalam (Huzaimy, 2022) latihan adalah suatu program latihan fisik yang direncanakan untuk membantu mempelajari keterampilan, memperbaiki kesegaran jasmani dan terutama untuk mempersiapkan atlet dalam suatu pertandingan penting. Sedangkan Suharno dalam (Muhammadiyah, 2015) menjelaskan bahwa latihan ialah suatu proses penyempurnaan kualitas atlet secara sadar untuk mencapai prestasi maksimal dengan diberi beban fisik dan mental secara teratur, terarah, bertahap, meningkat dan berulang-ulang waktunya. Budiwanto (2012) latihan disini diharuskan untuk memperhatikan dan mengacu pada prinsip-prinsip latihan. Prinsip-prinsip latihan yang perlu diperhatikan dalam proses latihan adalah: prinsip beban bertambah, prinsip spesialisasi, prinsip perorangan, prinsip variasi, prinsip beban meningkat bertahap, prinsip perkembangan multilateral, prinsip pulih asal, prinsip reversibilitas, prinsip menghindari beban latihan berlebih, prinsip melampaui batas latihan, prinsip aktif partisipasi dalam latihan, dan prinsip proses latihan menggunakan variasi.

Indra & Marheni (2020) latihan merupakan proses sistematis dari berlatih, yang dilakukan secara terulang, dengan terus menerus menambah beban latihan. Sedangkan menurut Langga Z. (2016) Latihan adalah proses melakukan kegiatan olahraga yang telah lama direncanakan secara sistematis dan terstruktur dalam jangka waktu yang lama untuk meningkatkan kemampuan gerak baik dari segi fisik, teknik, taktik, dan mental untuk menunjang keberhasilan siswa atau atlet dalam memperoleh prestasi olahraga yang maksimal.

Menurut Langga Z (2016) Saat aktivitas kepelatihan olahraga di dalamnya menggambarkan faktor-faktor latihan.

1. Fisik yang membahas beberapa unsure penting yang terkandung dalam latihan kondisi fisik.
2. Teknik yang membahas beberapa hal mengenai latihan.
3. Taktik yang membahas tentang strategi dan siasat dalam permainan olahraga.
4. Mental yang mengupas beberapa hal tentang aspek-aspek psikologis dalam kepelatihan serta beberapa bentuk latihan fisiologis.

Suatu program latihan perlu disusun dan dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip latihan dan dilaksanakan melalui tahapan, teratur, dan berkesinambungan. (Harsono, 2015) menjelaskan bahwa terdapat prinsip-prinsip latihan tersebut yaitu prinsip variasi (*variety*), prinsip perorangan (*individualization*), prinsip beban bertambah (*overload*) dan prinsip spesialisasi (*specialization*).

#### 1. Prinsip Beban Lebih (*Overload*)

Konsep latihan dengan beban lebih berkaitan dengan intensitas latihan. prinsip beban bertambah (*principle of overload*) adalah penambahan beban latihan secara teratur, suatu sistem yang akan menyebabkan terjadinya

respons dan penyesuaian terhadap atlet (Agustina, 2022). Beban latihan bertambah adalah suatu tekanan positif yang dapat diukur sesuai dengan beban latihan, ulangan, istirahat dan frekuensi. Dalam Prinsip ini dimaksudkan untuk memberi kesempatan pada organisme tubuh melakukan regenerasi. Hal ini bertujuan agar pada saat regenerasi atlet memiliki waktu untuk mengumpulkan tenaga atau mengembalikan cadangan-cadangan psikologis dan fisiologis untuk menghadapi beban yang lebih berat pada latihan-latihan berikutnya.

## 2. Prinsip Perorangan (*Individualization*)

Setiap atlet tentu mempunyai potensi, kemampuan, dan karakteristik tersendiri, maka untuk menentukan jenis latihan harus disusun dengan memperhatikan setiap individu atlet. Individualisasi dalam latihan bertujuan agar pelatih membuat rencana latihan perorangan bagi masing-masing atlet dengan memperhatikan kemampuan masing-masing atlet (Muttaqin, 2021). Para atlet dilatih secara individu sesuai dengan kemampuan dan potensinya, karakteristik belajar, dan kekhususan cabang olahraga. Seluruh konsep latihan akan diberikan sesuai dengan fisiologis dan karakteristik psikologis atlet sehingga tujuan latihan dapat ditingkatkan. Kebutuhan atlet harus jelas sesuai kebutuhan latihannya untuk memaksimalkan kemampuannya. Seorang pelatih harus menyadari bahwa kemampuan gerak seorang atlet mempunyai tingkat kemampuan yang berbeda, mempunyai perbedaan dalam tingkat perkembangan kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan juga keterampilan. Ketidaksamaan tersebut memberikan alasan memerlukan individualisasi dalam latihan.

## 3. Prinsip Spesialisasi (*Specialization*)

Prinsip spesialisasi atau kekhususan latihan yaitu latihan harus dikhususkan sesuai dengan kebutuhan pada setiap cabang olahraga dan tujuan latihan. Kekhususan latihan tersebut harus diperhatikan, sebab setiap cabang olahraga

dan bentuk latihan memiliki spesifikasi yang berbeda dengan cabang olahraga lainnya. Contohnya antara lain cara melakukan atau gerakan berolahraga, alat dan lapangan yang digunakan. Latihan harus bersifat khusus sesuai dengan kebutuhan olahraga dan pertandingan yang akan dilakukan (Whisnu, 2022). Spesialisasi menunjukkan unsur penting yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan dalam olahraga. Dengan melakukan kegiatan olahraga secara teratur dalam beberapa kurun waktu, dengan intensitas yang memadai disesuaikan dengan potensi seseorang, akan berpengaruh pada penyesuaian khusus dalam organ-organ atlet muda sesuai dengan kekhususan dan kebutuhan olahraga.

#### 4. Prinsip Variasi (*Variety*)

Kurniawan (2015) variasi latihan adalah suatu dari komponen kunci yang diperlukan untuk merangsang penyesuaian pada respon latihan. Latihan harus bervariasi dengan tujuan untuk mengatasi sesuatu yang monoton dan kebosanan dalam latihan. Upaya untuk mengatasi kebosanan dan latihan yang monoton, seorang pelatih perlu kreatif dengan memiliki banyak pengetahuan dan berbagai jenis latihan yang memungkinkan dapat berubah secara periodik. Mahardika & Heynoek (2019) variasi latihan dapat meningkatkan ketertarikan dan mempermudah atlet menjalani dalam menjalani latihan, variasi latihan adalah untuk menunjang dan meningkatkan keterampilan. Sedangkan menurut Roziandy & Budiwanto (2018) variasi latihan merupakan sebuah tiruan latihan dari aslinya, yang memuat bagian khusus suatu peristiwa yang diamati atau diselidiki (Roziandy & Budiwanto, 2018).

#### **2.2.5 Komponen Latihan**

Menurut Bompa (1994) seluruh komponen latihan harus ditingkatkan dengan baik sesuai dengan perbaikan dan kemajuan yang akan dicapai atlet secara keseluruhan. Pada saat merancang komponen pelatihan, semua komponen

pelatihan harus dipertimbangkan, termasuk jarak yang ditempuh dan jumlah pengurangan (volume), beban dan kecepatan (intensitas), frekuensi kerja (densitas), dan kompleksitas pelatihan. Komponenlatihan merupakan faktor penting yang perlu diperhatikan dalam menentukan dosis dan beban latihan.

Menurut Bompa (1994) terdapat berbagai jenis komponen latihan yaitu volume latihan, intensitas latihan, densitas latihan dan kompleksitas latihan. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

#### 1) Volume Latihan

Sebagai komponen utama latihan, volume merupakan prasyarat yang sangat penting untuk mendapatkan teknik yang tinggi, taktik dan khususnya pencapaian fisik (Bompa, 1994). Volume ialah ukuran yang dapat menunjukkan suatu kuantitas (jumlah) suatu rangsang atau pembebanan (Sukadiyanto, 2011). Menurut Bompa (1994) volume latihan dapat dikatakan sebagai jangka waktu yang dipakai selama latihan atau durasi yang melibatkan beberapa bagian secara integral yang meliputi: waktu atau jangka waktu yang dipakai dalam latihan, jarak atau jumlah tegangan yang dapat ditanggulangi atau diangkat persatuan waktu, jumlah pengulangan bentuk latihan atau elemen teknik yang dilakukan dalam waktu tertentu. Sehingga, volume terdiri atas jumlah keseluruhan dari suatu kegiatan yang akan dilakukan pada latihan. Volume merupakan suatu jumlah kerja yang dilakukan selama satu kali latihan atau selama fase latihan.

Peningkatan pada volume latihan ialah puncak latihan dari semua cabang olahraga yang mempunyai komponen aerobik, hal tersebut juga terjadi pada cabang olahraga yang menuntut kesempurnaan teknik atau keterampilan taktik (Bompa, 1994). Pada proses latihan cara yang digunakan untuk meningkatkan suatu volume pada latihan dapat dilakukan dengan cara memperlambat, mempercepat, menambah berat, atau memperbanyak latihan secara berulang-ulang (Sukadiyanto, 2005). Apabila dalam volume latihan

telah memenuhi, maka hal yang perlu dilakukan selanjutnya yaitu meningkatkan jumlah satuan latihan dibandingkan menambah volume kerjanya.

## 2) Intensitas Latihan

Menurut Bompa (1994) intensitas latihan merupakan suatu fungsi pada kekuatan rangsangan syaraf yang dilakukan pada latihan dan kekuatan rangsangan tergantung terhadap suatu beban kecepatan pada gerakannya, variasi interval atau istirahat diantara tiap ulangnya. Unsur yang terpenting yaitu tekanan kejiwaan pada saat latihan. Sehingga intensitas tidak hanya diukur dari suatu usaha pada otot saja, namun terhadap pengeluaran tenaga pada syaraf pada saat latihan.

Bompa (1994) menyebutkan bahwa tingkat intensitas bisa diukur dengan jenis latihannya. Pada latihan yang menggunakan kecepatan diukur dalam meter per detik tentang rata-rata gerakan yang dilakukan untuk setiap menitnya. Untuk melawan ketahanan intensitas kegiatan yang dipakai dapat diukur dalam satuan kg atau kgm (satu kg diangkat setinggi 1 meter dengan melawan gaya berat). Sedangkan pada olahraga beregu, diperlukannya ritme permainan untuk membantu mengukur intensitasnya. Intensitas latihan dapat berbeda antara satu sama lain tergantung pada cabang olahraga yang akan dilakukan.

## 3) Densitas Latihan

Menurut Sukadiyanto (2011) densitas latihan merupakan ukuran yang dapat menunjukkan padatnya suatu waktu perangsangan (lamanya pembebanan). Padat atau tidaknya suatu waktu densitas sangat dapat dipengaruhi oleh lamanya pemberian waktu pada recovery dan interval. Semakin lama waktu recovery dan interval diberikan maka semakin rendah latihannya (kurang padat), namun sebaliknya apabila semakin pendek waktu recovery dan

interval yang diberikan maka densitas latihan akan semakin tinggi (padat). Sebagai contoh waktu latihan (durasi) selama 3 jam dalam satu kali tatap muka, densitas latihannya (waktu efektifnya) dapat hanya berlangsung selama 1 jam 30 menit karena dikurangi total waktu recovery dan interval yang lama, sehingga dapat dikatakan densitas latihannya menjadi berkurang (rendah).

#### 4) Kompleksitas Latihan

Kompleksitas latihan berkaitan dengan kerumitan bentuk pada latihan yang dilakukan pada latihan (Bompa, 1994). Bompa (1994) menyebutkan bahwa kompleksitas pada suatu keterampilan sangat membutuhkan koordinasi didalamnya, sehingga hal tersebut dapat menjadi suatu penyebab yang penting untuk menambah intensitas latihan. Keterampilan teknik yang sulit akan mengakibatkan tekanan tambahan terhadap otot, khususnya selama pada tahap koordinasi syaraf otot berada pada keadaan yang lemah. Semakin sulit bentuk latihan maka akan semakin besar pula perbedaan individual serta efisiensi mekanismenya.

### **2.2.6 Fungsi Latihan**

Beberapa fungsi latihan yang dilakukan secara baik, benar, teratur, dan terukur, yaitu:

- 1) Meningkatkan kebugaran jantung paru, kekuatan dan ketahanan otot, kelenturan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, dan tenaga.
- 2) Menurunkan kadar gula darah yang tinggi, tekanan darah tinggi, kadar kolesterol LDL tinggi, menurunkan obesitas (terutama massa lemak di dalam perut), menurunkan stres psikis.
- 3) Meningkatkan massa tulang, meningkatkan kadar kolesterol HDL, meningkatkan massa otot yang menurun akibat proses penuaan, membantu meningkatkan daya ingat dan konsentrasi serta daya tahan



tubuh khususnya terhadap infeksi saluran napas atas, meningkatkan hormon endorfin yang memperbaiki mood dan rasa senang atau bahagia.

- 4) Meningkatkan fungsi seksual dan menjaga keseimbangan hormonal.
- 5) Menurunkan resiko kematian akibat penyakit jantung dan stroke, menurunkan resiko terkena diabetes melitus tipe 2, *demensia* (kemunduran fungsi otak), *osteoporosis* (pengoroposan tulang).
- 6) Mengembalikan atau memperbaiki fungsi yang menurun akibat penyakit maupun trauma fisik.
- 7) Menurunkan resiko beberapa jenis kanker (payudara, kolon, prostat, dinding rahim) serta meningkatkan kualitas hidup dan kemampuan fisik pada pengidap kanker.
- 8) Satu-satunya cara mencapai tubuh ideal, proporsional, atletis dan sehat.

### **2.2.7 Hakikat *Triangle Pass***

Priawan (2018) menyatakan bahwa *passing triangle* merupakan suatu latihan yang memiliki bentuk rangkaian menyerupai segitiga dan jarak antara sudut yang berbeda. Pada bentuk latihan *triangle pass* memiliki arah lintasan dan bentuknya yang berbeda-beda mulai dari *passing* diagonal, *passing* pendek yang mempunyai sudut yang bermacam-macam mulai dari jarak 5-10 meter. Apabila jarak bentuk latihannya terlalu jauh maka bola akan sangat mudah dipotong atau direbut lawan. Pada dasarnya latihan *triangle pass* juga dapat meningkatkan kemampuan pemain dalam *short passing* sekaligus untuk meningkatkan kemampuan kontrol bola dari pemain yang sedang melakukan gerakan.

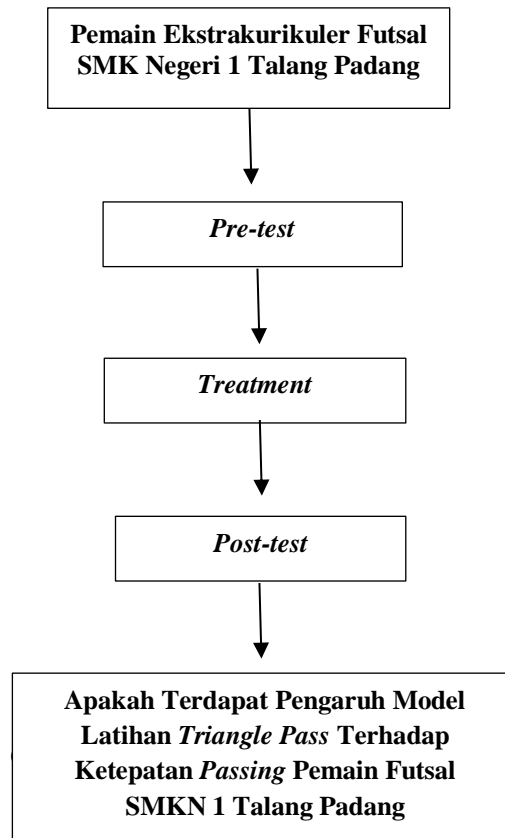
*Passing triangle* ialah metode latihan dengan menggunakan bentuk pola dasar segitiga dengan jarak sisi yang berbeda antar sudutnya Roni & Harris (2018) dalam Alafgani & Rustiadi (2021). Harjanto (2019) menyatakan bahwa *passing triangle* memiliki bentuk latihan dengan bentuk segitiga dan pada jarak lintasan antar sudutnya yang berbeda. Pada model latihan *triangle*

passing aktif merupakan passing yang mempunyai bentuk segitiga dengan jarak lintasan antar sudutnya yang sama. Latihan triangle pass mempunyai jarak antara 5-7 meter pada arah lintasannya. Apabila jarak terlalu jauh maka bola dapat dengan mudah dipotong oleh pemain lawan. Pada persiapan triangle pass ketepatan passing pendek dapat bekerja lebih baik karena dapat menjangkau penguasaan bola pada pemain.

Menurut Arif W dalam Priawan (2018) *ball filling* ialah sebuah rasa terhadap bola yang dapat memudahkan pemain dalam mengatur pemain pada saat bermain bola sehingga dapat menguasainya. *Ball filling* merupakan teknik dasar pada permainan futsal yang dapat dikuasai oleh pemain bola, sehingga pemain dapat menentukan kekuasaan *passing* dengan jarak yang akan dituju. Pada latihan ini pemain diharuskan bergerak keruang yang kosong, pada saat pemain akan mengoper bola maka pemain tersebut akan mengoper upan ke sudut yang kosong dan pemain yang tidak membawa bola juga akan berlari ke sudut yang kosong supaya pemain yang membawa bola dapat memberikannya kepemain lain (Jovanic, 2011) dalam Alafgani & Rustiadi (2021).

Latihan *triangle pass* lebih menekankan kepada penguasaan dalam keterampilan dalam mengoper bola secara benar dan akurat dengan jarak dan kekuatan yang berbeda antara satu tim. Pada latihan *triangle pass* pemain akan menjatuhkan bola secara intensif dan dilakukan dengan mengoper bola kepada teman pada sudut lainnya. Latihan ini juga dapat meningkatkan kemampuan dalam *passing support* antara satu tim. Kendala yang dapat dihadapi dalam model latihan ini yaitu pemain akan kesulitan dalam mengarahkan bola dengan sudut dan jarak yang berbeda dan setelahnya pemain harus berpindah tempat.

### 2.2.8 Kerangka Berfikir



**Gambar 2.8 Kerangka Berfikir**

(Penulis, 2023)

Menurut Ridwan (2015) kerangka berfikir adalah suatu penelitian yang dilakukan dengan menggunakan fakta-fakta, observasi serta dengan kepustakaan. Kemampuan teknik dasar dimiliki oleh setiap pemain dengan berbeda-beda dalam permainan futsal sehingga pada kemampuan dasar dapat menjadi tolak ukur dalam keberhasilan pemain dapat dilakukan dengan menggunakan teknik *passing*.

Berdasarkan pada pembahasan yang telah dipaparkan, untuk mengetahui suatu kemampuan teknik dasar setiap pemain dapat berbeda-beda sebagai tolak ukur dalam keberhasilan seseorang pemain dengan menggunakan model latihan *triangle*, maka perlu dibuktikan secara empiris dengan melakukan penelitian dengan metode tersebut. Sehingga dari permasalahan dan teori yang ada diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Model Latihan *Triangle Pass* Terhadap Ketepatan *Passing* Pemain Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Talang Padang”.

### **2.2.7 Hipotesis Penelitian**

Sugiono (2014) menyatakan bahwa hipotesis adalah jawaban sementara pada rumusan masalah dalam penelitian, dimana pada rumusan masalah penelitian ini dapat dinyatakan pada bentuk kalimat pernyataan. Dapat dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan masih berdasarkan kepada dasar teori yang relevan namun belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang didapatkan berdasarkan pengumpulan data. Sehingga hipotesis penelitian dapat dikatakan sebagai jawaban secara teoritis terhadap rumusan masalah pada penelitian, namun belum jawaban secara empirik.

Berdasarkan tinjauan pustaka dan teori maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu “Pengaruh Model Latihan *Triangle Pass* Terhadap Ketepatan *Passing* Pemain Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Talang Padang” yaitu :

Ho: Tidak Terdapat Pengaruh Model Latihan *Triangle Pass* Terhadap ketepatan *Passing* Pemain Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Talang Padang.

Ha: Terdapat Pengaruh Model Latihan *Triangle Pass* Terhadap Ketepatan *Passing* Pemain Ekstrakurikuler Futsal SMKN 1 Talang Padang.