

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* DAN  
LATIHAN *RONDO* TERHADAP KETEPATAN PASSING  
PADA PEMAIN KLUB FUTSAL ALDIFA BANJARMASIN**



**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2021**

# **PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDED GAMES* DAN LATIHAN *RONDO* TERHADAP KETEPATAN PASSING PADA PEMAIN KLUB FUTSAL ALDIFA BANJARMASIN**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan small sided games dan latihan Rondo terhadap peningkatan ketepatan passing. Pelaksanaan penelitian dilakukan tanggal 14 Juni 2021 sampai dengan 14 Juli 2021. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen “Two Group Pre-test and Post-test Design”. Dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling, sampel yang berjumlah 20 orang. Seluruh sampel tersebut dikenai pre-test untuk menentukan kelompok treatment. Sebelum melakukan uji hipotesis dalam penelitian ini melakukan uji prasyarat terlebih dahulu, yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Kemudian data yang diperoleh diolah menggunakan Uji-t. Hasil Uji-t kelompok eksperimen Small Sided Games dapat dilihat thitung > ttabel :  $6.678 > 2.262$ . Pada kelompok Rondo dapat dilihat thitung > ttabel :  $2.372 > 2.262$ . Maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan. Dari pretest rata-rata untuk kelompok Small Sided Games 4.70 dan Rondo 4.90. Dan rata-rata postes t untuk kelompok Small Sided Games 6.80 dan kelompok Rondo 5.90. Data hasil uji perbandingan tes akhir kelompok Small Sided Games dan Rondo diketahui thitung < ttabel :  $1.310 < 2.101$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan Small Sided Games memberikan pengaruh lebih baik terhadap peningkatan ketepatan passing pada pemain klub futsal aldifa banjarmasin.

**Kata kunci :** Latihan *Small Sided Games*, Latihan *Rondo*, Ketepatan Passing

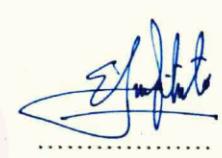
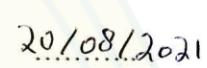
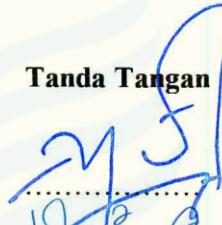
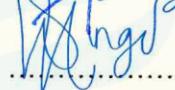
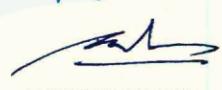
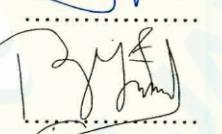
# **THE EFFECT OF SMALL SIDED GAMES TRAINING AND RONDO TRAINING ON PASSING ACCURACY IN ALDIFA BANJARMASIN FUTSAL CLUB PLAYERS**

## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of Small Sided Games and Rondo exercises on increasing passing accuracy. The research was carried out on June 14, 2021 to July 14, 2021. The method used was the experimental method "Two Group Pre-test and Post-test Design". With purposive sampling technique, the sample obtained was 20 people. All samples were subjected to a pre-test to determine the treatment group. Before testing the hypothesis in this study, the prerequisite tests were carried out first, namely the normality test and homogeneity test. Then the data obtained is processed using the -t test. The results of the t-test of the Small Sided Games experimental group can be seen  $t_{count} > t_{table}$ :  $6.678 > 2.262$ . In the Rondo group, it can be seen that  $t_{count} > t_{table}$ :  $2.372 > 2.262$ . So these results show significant differences. From the pre-test the average for the Small Sided Games group is 4.70 and Rondo 4.90. And the average posttest for the Small Sided Games group is 6.80 and the Rondo group is 5.90. The data from the post-test comparison of the Small Sided Games and Rondo groups are known to be  $t_{count} < t_{table}$ :  $1.310 < 2.101$ . Thus, it can be said that the Small Sided Games exercise has a better effect on the accuracy of the passing of Aldifa Banjarmasin futsal club players.*

**Keywords:** Small Sided Games Practice, Rondo Practice, Passing Accuracy

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b>		 19/08/2021
Boyke Adam Hatena Manopo, M.Pd NIP. 197504302006041001		
<b>Pembimbing II</b>		 20/08/2021
Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes., AIFO NIP. 198107312006041001		
<b>Nama</b>	<b>Jabatan</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes NIP. 197409062001121002	Ketua Sidang	 20/08/2021
2. dr. Wahyuningsih Djaali, M.Biomed, Sp.AK NIP. 198610132012122001	Sekretaris	 19 Agt 2021
3. Boyke Adam Hatena Manopo M.Pd NIP. 197504302006041001	Anggota	 19/08/2021
4. Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes., AIFO NIP. 198107312006041001	Anggota	 20/08/2021
5. dr. Bazzar Ari Mighra, Sp.N. NIP. 198504192015041002	Anggota	 19/08/2021

Tanggal Lulus : 18 Agustus 2021

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselasaikan. Shalawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasullah Muhammad SAW.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi.

### **Ibunda dan Ayahanda Tercinta**

Sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Ibu (Warzukni Hayati) dan Ayah (Adroeni H.A) yang telah memberikan kasih sayang, secara dukungan, ridho, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata persembahan. Semoga ini menjadi Langkah awal untuk membuat Ibu danAyah bahagia karena kusadar, selama ini belum bisa berbuat lebih. Untuk Ibu dan ayah yang selalu membuatku termotivasi dan selalu menyirami kasih sayang, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku serta selalu meridhoiku melakukan hal yang lebih baik, Terima kasih Ibu... Terima kasih Ayah...

### **Teman-teman**

Buat kawan-kawanku yang selalu memberikan motivasi, nasihat, dukungan moral serta material yang selalu membuatku semangat untuk menyelesaikan skripsi ini, tim burjo tiga roda (Achmad Ramadani, Norhidayatullah, Abdullah Hassan, M.aun Riyadi, M. Imam Anshori, dan Rudi Ardillah), dan kawan-kawan lainnya.

**Dosen Pembimbing Tugas Akhir**

Bapak Boyke Adam Hatena Manopo, M.Pd selaku dosen pembimbing 1 skripsi  
saya dan bapak Eko Juli Fitrianto, S.Or., M.Kes., AIFO selaku dosen pembimbing  
2 skripsi saya, terima kasih banyak bapak dosen sudah membantu selama ini, sudah  
dinasehati, sudah diajari, dan mengarahkan saya sampai skripsi ini selesai.  
Tanpa mereka, karya ini tidak akan pernah tercipta



## **PERNYATAAN ORISINALITAS**

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli buatan dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Banjarmasin, 25 Juli 2021

Yang membuat pernyataan



Zanzabil Adwa Fitrian

1603617056



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Zanzabil Adwa Fitrian  
NIM : 1603617056  
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan / Ilmu Keolahragaan  
Alamat email : abil.fitrian09@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**PENGARUH LATIHAN SMALL SIDED GAMES DAN LATIHAN RONDO TERHADAP  
KETEPATAN PASSING PADA PEMAIN KLUB FUTSAL ALDIFA BANJARMASIN**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 23 Agustus 2021

Penulis

( Zanzabil Adwa Fitrian )

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat- Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Latihan Small Sided Games dan Latihan Rondo terhadap ketepatan passing pada pemain klub futsal Aldifa Banjarmasin . Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari selama penelitian dan penulisan skripsi ini banyak sekali hambatan yang penulis alami, sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Namun berkat bantuan, dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta; kepada bapak **Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes.** selaku Koordinator program Studi Ilmu Keolahragaan, Bapak **Boyke Adam Hatena Manopo, M.Pd**, selaku pembimbing 1, dan Bapaka **Eko juli Fitrianto, S.Or., M.Kes., AIFO** selaku pembimbing 2, dan selaku dosen penasihat akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikirannya, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan dukungan material maupun moral, dan kepada teman-teman yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis beranggapan bahwa skripsi ini merupakan karya terbaik yang dapat penulis persembahkan. Tetapi penulis menyadari bahwa tidak tertutup kemungkinan didalamnya terdapat kekurangan-kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Serta semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan yang diberikan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya.



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	i
<b>LEMBAR PERSEMAHAN .....</b>	iii
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	v
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	iii
<b>DAFTAR ISI.....</b>	viiii
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	x
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Pembatasan Masalah .....	10
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Kegunaan Hasil Penelitian .....	11
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK .....</b>	12
A. Kerangka Konseptual .....	12
1. Hakikat Latihan .....	12
2. Hakikat Futsal .....	17
3. Hakikat <i>Small Sided Games</i> .....	21
4. Hakikat <i>Rondo</i> .....	25
5. Hakikat Ketepatan .....	28
6. Hakikat Passing .....	30
7. Hakikat Ketepatan Passing.....	35
B. Kerangka Berpikir .....	36
C. Hipotesis Penelitian .....	41

<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	43
A. Tujuan Penelitian.....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
C. Metode Penelitian.....	44
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	45
E. Instrumen Penelitian.....	46
F. Teknik Pengumpulan Data .....	48
G. Teknik Analisis Data .....	49
H. Hipotesis Statistika.....	58
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	60
A. Deksripsi Data .....	60
B. Hasil Uji Prasyarat.....	65
C. Pengujian Hipotesis .....	68
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	71
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Saran .....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	77
<b>LAMPIRAN .....</b>	86
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	131

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 4.0 Tingkat Ketepatan Passing.....	60
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tes Awal kelompok Small Sided Games .....	62
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tes Akhir Latihan Small Sided Games .....	63
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tes Awal Latihan Rondo.....	64
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Tes Akhir Latihan Rondo .....	65
Tabel 4.5 Uji Normalitas.....	66
Tabel 4.6 Uji Homogenitas .....	67
Tabel 4.7 Hasil uji- t antara data pretest dan data posttest latihan Small Sided Games.....	68
Tabel 4.8 Hasil uji- t antara data pretest dan posttest latihan Rondo .....	69
Tabel 4.9 Hasil uji- t antara data posttest latihan Small Sided Games dan Rondo	70

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Mengumpam menggunakan kaki bagian dalam.....	32
Gambar 2.2 Mengumpam menggunakan kaki bagian luar .....	34
Gambar 2.3. Mengumpam menggunakan punggung kaki .....	35
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	45
Gambar 3.2 Instrumen passing penelitian.....	48
Gambar 4.1 Grafik Tes Awal Latihan Small Sided Games .....	62
Gambar 4.2 Distribusi Frekuensi Tes Akhir Latihan Small Sided Games .....	63
Gambar 4.3 Distribusi Frekuensi Tes Awal Latihan Rondo .....	64
Gambar 4.4 Distribusi Frekuensi Tes Akhir latihan Rondo.....	65

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Daftar Nama Sampel Penelitian Klub Futsal Aldifa Banjarmasin .....	86
Lampiran 2 Data Seluruh Tes Awal Sampel.....	87
Lampiran 3 Daftar Hasil Rangking Sampel.....	88
Lampiran 4 Daftar Pembagian Kelompok .....	89
Lampiran 5 Data Seluruh Tes Akhir Sampel .....	90
Lampiran 6 Data Tes Sebelum dan Sesudah Diberikan Latihan Setiap Kelompok .....	91
Lampiran 7 Dekripsi Data .....	92
Lampiran 8 Frekuensi Tes Awal dan Tes Akhir Latihan <i>Small Sided Games</i> .....	93
Lampiran 9 Frekuensi Tes Awal dan Tes Akhir Latihan <i>Rondo</i> .....	94
Lampiran 10 Uji Normalitas (Kolmogorov Smirnov) .....	95
Lampiran 11 Uji Homogenitas (Uji Levene) .....	97
Lampiran 12 Uji Hipotesis (t test).....	99
Lampiran 13 Distribusi T tabel .....	101
Lampiran 14 Nilai Kritis Uji Kolmogorov Smirnov.....	102
Lampiran 15 Tabel Z Distribusi Normal.....	103
Lampiran 16 Tabel Distribusi F .....	105
Lampiran 17 Bentuk Latihan .....	106
Lampiran 18 Foto Penelitian.....	124
Lampiran 19 Surat Penelitian.....	128