

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDE GAMES* TERHADAP KETEPATAN
PASSING ATLET FUTSAL PUTRA NUSANTARA UNIVERSITAS
NUSANTARA PGRI KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Prodi PENJASKESREK



DISUSUN OLEH:
MUHAMMAD YOGA PRATAMA
NPM: 22.1.50.30.180

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2026

Skripsi oleh:

MIHAMMAD YOGA PRATAMA

NPM: 22.1.50.30.180

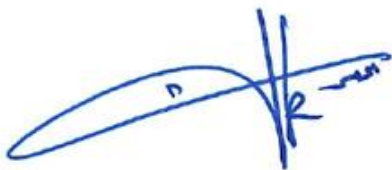
Judul :

**PENGARUH LATIHAN SMALL SIDE GAMES TERHADAP KETEPATAN
PASSING ATLET FUTSAL PUTRA NUSANTARA UNIVERSITAS
NUSANTARA PGRI KEDIRI**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi
PENJASKESREK FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal: 26 Juni 2026

Pembimbing I



Ardhi Mardiyanto Indra P. M.Or.
NIDN. 0711038802

Pembimbing II



M. Akbar Husein Allsabab, M.Or.
NIDN. 0727089001

Skripsi oleh:

MUHAMMAD YOGA PRATAMA

NPM: 22.1.50.30.180

Judul:

**PENGARUH LATIHAN *SMALL SIDE GAMES* TERHADAP KETEPATAN
PASSING ATLET FUTSAL PUTRA NUSANTARA UNIVERSITAS
NUSANTARA PGRI KEDIRI**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Prodi PENJASKESREK FIKS UN PGRI KEDIRI

Pada Tanggal:

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

- | | |
|---------------|------------------------------------|
| 1. Ketua | : Ardhi Mardiyanto Indra P., M.Or. |
| 2. Penguji I | : Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or. |
| 3. Penguji II | : M. Akbar Husein Allsabah. M.Or. |



Mengetahui,
Dekan FIKS



Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or
NIDN. 0703098802

MOTTO

Nikmatilah semua susahmu sebelum tercapai nikmatmu. Alam semesta tak pernah terburu-buru tapi semuanya pasti tercapai.”

“Jangan melihat nikmat orang lain biar kamu tau rasa bersyukur”

(Muhammad Yoga Pratama)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Karya sederhana ini dengan penuh rasa syukur saya persembahkan yang pertama kepada, Allah SWT yang senantiasa memberikan kesehatan, kekuatan, kemudahan, dan petunjuk dalam setiap langkah perjalanan hidup saya hingga mampu menyelesaikan pendidikan ini. Kedua Orang Tua Tercinta Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ayah dan Ibu yang selalu memberikan kasih sayang, doa yang tiada henti, dukungan, pengorbanan, serta motivasi dalam setiap proses kehidupan saya. Skripsi ini merupakan salah satu wujud kecil dari rasa terima kasih atas segala perjuangan dan cinta yang telah diberikan.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama	: Muhammad Yoga Pratama
Jenis Kelamin	: Laki-Laki
Tempat/tgl. Lahir	: Kediri, 25 Agustus 2002
NPM	: 22.1.50.30.180
Fak/Jur/Prodi	: FIKS/S1 PENJASKESREK

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Kediri, 10 Juni 2026
Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a yellow rectangular official stamp. The stamp contains the text 'METERAI TEMPEL' and a serial number '1A0X120229867'.

Muhammad Yoga Pratama
NPM 22.1.50.30.180

PRAKATA

Puji Syukur Kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan Penyusunan skripsi ini merupakan bagian dari rencana penelitian guna penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan PENJASKESREK. Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dsn penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Dr. Zainal Afandi, M.Pd., selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Bapak Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or., selaku Dekan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri.
3. Bapak Weda, M.Pd., selaku kepala program studi PENJASKESREK Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Bapak Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M. Or. Selaku dosen pembimbing I skripsi.
5. Bapak M. Akbar Husein Allsabab, M.Or. Selaku dosen pembimbing II skripsi.
6. Bapak dan Ibu dosen program studi PENJASKESREK atas bekal ilmu pengetahuan yang diberikan kepada penulis selama dibangku perkuliahan.
7. Teristimewa buat kedua Orang tua tercinta, Bapak Sunarko & Mama Eko Mariyati yang telah memberikan kasih sayang, nasehat, motivasi, memenuhi kebutuhan penulis, dukungan serta doa yang tiada henti kepada penulis untuk bisa sampai menyelesaikan tugas akhir penulis.
8. Teman-teman mahasiswa Universitas Nusantara PGRI Kediri angkatan 2022, khususnya kelas C program studi PENJASKESREK atas doa, bantuan, dan kerjasama dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan yang mendasar dalam skripsi ini. Oleh karena itu kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan positif bagi kita semua.

Kediri, 1 Juli 2026

Muhammad Yoga Pratama
NPM: 22.1.50.30.180

ABSTRAK

Muhammad Yoga Pratama. Pengaruh Latihan *Small Sided Games* terhadap Ketepatan Passing Atlet Futsal Putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri, Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2026.

Kata kunci: small sided games, ketepatan passing, futsal.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh masih rendahnya ketepatan passing atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri. Berdasarkan hasil observasi, atlet masih sering melakukan kesalahan dalam mengarahkan operan, menentukan kekuatan passing, serta mengambil keputusan ketika berada dalam situasi permainan. Kondisi tersebut menyebabkan alur permainan kurang efektif sehingga diperlukan metode latihan yang mampu meningkatkan ketepatan passing melalui situasi yang menyerupai pertandingan. Salah satu metode latihan yang diperkirakan efektif adalah *Small Sided Games* (SSG).

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh latihan *Small Sided Games* terhadap ketepatan passing atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Small Sided Games* terhadap ketepatan passing atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian berjumlah 20 atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Instrumen yang digunakan berupa tes ketepatan *passing*. Perlakuan diberikan melalui program latihan *Small Sided Games* selama 16 kali pertemuan. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji Paired Sample t-test dengan bantuan program IBM SPSS *Statistics*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nilai ketepatan passing meningkat dari 5,90 pada saat *pretest* menjadi 7,10 pada saat *posttest* dengan peningkatan sebesar 20,33%. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai *t* hitung sebesar 5,080 lebih besar daripada *t* tabel sebesar 2,093 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis penelitian diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan *Small Sided Games* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan passing atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri. Model latihan ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif metode latihan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar passing karena mampu memberikan pengalaman bermain yang mendekati situasi pertandingan sesungguhnya.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
MOTTO	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
PRAKATA.....	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II	8
LANDASAN TEORI.....	8
A. Landasan Teori	8
1. Olahraga Futsal	8
2. Teknik Mengumpan (<i>Passing</i>)	8
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	16
C. Kerangka Berpikir.....	18
D. Hipotesis Penelitian.....	20
BAB III.....	21
METODE PENELITIAN	21
A. Desain Penelitian.....	21
B. Definisi Operasional.....	22
C. Teknik Pengumpulan Data	22
D. Instrumen Penelitian.....	24
E. Tempat dan Jadwal Penelitian	25
1. Tempat Penelitian	25
2. Jadwal Penelitian	26
F. Populasi dan Sampel	26
1. Populasi.....	26

2. Sampel.....	26
G. Prosedur Penelitian.....	26
H. Teknik Analisis Data	27
BAB IV	30
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil Penelitian	30
B. Pembahasan.....	36
BAB V.....	39
PENUTUP.....	39
A. Simpulan	39
B. Implikasi.....	39
C. Keterbatasan.....	40
D. Saran.....	41
DAFTAR RUJUKAN.....	43
LAMPIRAN-LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 : Hasil <i>Pretest</i> Atlet Futsal UNP	30
4.2 : Tabel Statistic Deskriptif Hasil <i>Pretest</i>	31
4.3 : Hasil Evaluasi <i>Pretest</i>	31
4.4 : Hasil Posttest Atlet Futsal UNP	32
4.5 : Tabel Statistic Deskriptif Hasil <i>Posttest</i>	33
4.6 : Ketepatan <i>Passing Posttest</i>	33
4.7 : Uji Kolmogorov Smirnov	34
4.8 : Uji Homogenitas	35
4.9 : Uji Hipotesis	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 : Passing kaki bagian luar	9
1.2 : Passing kaki bagian dalam.....	10
1.3 : Small side games	14
2.1 : Alur Berpikir Penelitian	20
4.1 : Hasil <i>Pretest Passing</i>	32
4.2 : Hasil <i>Posttest Passing</i>	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampran 1 : Data pretest dan postest	46
Lampiran 2 : Analisis Deskriptif.....	47
Lampiran 3 : Uji Normalitas	49
Lampiran 4 : Uji Homogenitas.....	50
Lampiran 5 : Uji Hipotesis	51
Lampiran 6 : Tabel-T.....	52
Lampiran 7 : Data Pemberian Treatment	53
Lampiran 8 : Surat Izin Penelitian	69
Lampiran 9 : Berita Acara Kemajuan Bimbingan.....	70
Lampiran 10 : Surat Keterangan Bebas Similarity	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Futsal merupakan cabang olahraga permainan beregu yang berkembang pesat dan memiliki karakter permainan yang cepat, dinamis, serta menuntut kemampuan teknik yang baik dari setiap pemain. Permainan futsal dimainkan pada lapangan yang relatif sempit dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dibandingkan sepak bola, sehingga setiap pemain dituntut mampu mengambil keputusan secara cepat dan tepat dalam berbagai situasi permainan. Menurut Lhaksana (2011), karakteristik futsal ditandai dengan tingginya intensitas permainan, kecepatan perpindahan bola, serta kebutuhan akan keterampilan teknik yang akurat untuk mendukung efektivitas permainan. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar menjadi salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan pemain maupun tim dalam mencapai prestasi.

Di antara berbagai teknik dasar dalam permainan futsal, *passing* merupakan keterampilan yang memiliki peranan sangat penting. *Passing* adalah teknik mengoper atau mengumpankan bola kepada rekan satu tim dengan tujuan mempertahankan penguasaan bola, membangun pola serangan, serta menciptakan peluang mencetak gol. Menurut Lhaksana (2009), sebagian besar aktivitas permainan futsal didominasi oleh *passing* karena ukuran lapangan yang relatif kecil menyebabkan perpindahan bola harus dilakukan secara cepat dan akurat. Ketepatan *passing* menjadi aspek yang sangat menentukan karena kesalahan operan dapat mengakibatkan hilangnya penguasaan bola dan memberikan kesempatan bagi lawan untuk melakukan serangan balik.

Menurut Halimah, Nurwansyah, dan Purbangkara (2023), *passing* merupakan keterampilan teknik dasar yang paling sering digunakan dalam permainan futsal karena menjadi sarana utama untuk mempertahankan

penguasaan bola, membangun serangan, dan menciptakan peluang mencetak gol. Oleh karena itu, kualitas permainan suatu tim sangat dipengaruhi oleh tingkat akurasi *passing* yang dimiliki setiap pemain. Sejalan dengan pendapat tersebut, Ariffudin dan Pramono (2022) menjelaskan bahwa akurasi *passing* menjadi indikator penting dalam keberhasilan permainan futsal modern karena setiap pemain dituntut mampu melakukan operan secara tepat dalam ruang yang sempit dan waktu yang terbatas. Ketepatan *passing* yang baik memungkinkan tim mempertahankan ritme permainan.

Ketepatan *passing* merupakan kemampuan pemain dalam mengarahkan bola ke sasaran yang dituju sesuai kebutuhan permainan. Menurut Sugandi dan Santosa (2020), akurasi *passing* menjadi salah satu elemen teknik yang sangat menentukan efektivitas serangan karena operan yang akurat dapat mempercepat pergerakan bola dan membuka ruang permainan. Sebaliknya, kesalahan *passing* sering menjadi penyebab utama hilangnya penguasaan bola yang dapat dimanfaatkan lawan untuk melakukan serangan balik. Lebih lanjut, Diego dan Syafii (2019) menyatakan bahwa peningkatan ketepatan *passing* membutuhkan latihan yang dilakukan secara berulang-ulang dalam kondisi yang menyerupai situasi pertandingan sehingga pemain terbiasa mengambil keputusan secara cepat dan tepat ketika menghadapi tekanan lawan.

Ketepatan *passing* tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengarahkan bola ke sasaran, tetapi juga melibatkan kemampuan pemain dalam menentukan kekuatan operan, waktu pelaksanaan operan, serta pengambilan keputusan yang tepat sesuai situasi permainan. Dalam futsal modern, pemain dituntut mampu melakukan *passing* secara akurat di bawah tekanan lawan dan dalam kondisi permainan yang berlangsung cepat. Oleh sebab itu, kemampuan *passing* yang baik menjadi indikator penting dalam menilai kualitas teknik seorang pemain futsal. Menurut Iqram, Mentara, dan Wahyudi (2018), kemampuan *passing* tidak hanya ditentukan oleh penguasaan teknik gerak, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan membaca situasi permainan, kecepatan pengambilan keputusan, dan

koordinasi antar pemain. Dengan demikian, peningkatan *passing* yang presisi memerlukan metode latihan yang mampu mengintegrasikan aspek teknik dan situasi permainan secara bersamaan.

Pentingnya ketepatan *passing* dalam permainan futsal didukung oleh berbagai hasil penelitian yang menunjukkan bahwa keberhasilan suatu tim dalam mempertahankan penguasaan bola dan membangun serangan sangat dipengaruhi oleh kualitas *passing* yang dimiliki para pemain. Syarifudin, Hariyoko, dan Wahyudi (2017) menjelaskan bahwa kemampuan *passing* dapat ditingkatkan melalui proses latihan yang dilakukan secara sistematis, terprogram, dan berkelanjutan. Semakin baik kualitas latihan yang diberikan, semakin besar peluang pemain untuk meningkatkan akurasi dan konsistensi *passing* dalam pertandingan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri selama kegiatan latihan dan pertandingan, ditemukan bahwa ketepatan *passing* atlet masih belum optimal. Beberapa pemain masih sering melakukan kesalahan operan, baik berupa bola yang tidak sampai kepada rekan satu tim, arah operan yang kurang tepat, maupun kekuatan *passing* yang tidak sesuai dengan situasi permainan. Selain itu, terdapat pemain yang masih mengalami keterlambatan dalam menentukan keputusan saat melakukan *passing* sehingga aliran bola menjadi kurang efektif. Kondisi tersebut menyebabkan penguasaan bola tim sering terputus dan pola serangan yang dibangun tidak dapat berjalan secara maksimal.

Permasalahan ketepatan *passing* yang masih terjadi menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar atlet futsal putra Nusantara perlu mendapatkan perhatian khusus dalam proses pembinaan dan latihan. Selama ini latihan *passing* yang diberikan masih didominasi oleh metode latihan konvensional berupa *passing* berpasangan, *passing* statis, maupun latihan drill yang dilakukan secara berulang tanpa tekanan permainan yang sesungguhnya. Meskipun metode drill efektif untuk membentuk dasar teknik *passing*, namun latihan tersebut belum sepenuhnya mampu

menggambarkan kondisi pertandingan yang sebenarnya, terutama dalam aspek pengambilan keputusan, tekanan lawan, dan keterbatasan ruang gerak pemain.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut diperlukan metode latihan yang tidak hanya berorientasi pada penguasaan teknik dasar, tetapi juga mampu menghadirkan situasi permainan yang menyerupai kondisi pertandingan sebenarnya. Salah satu metode latihan yang dinilai sesuai untuk meningkatkan ketepatan *passing* adalah *Small Sided Game*. *Small Sided Game* merupakan bentuk latihan permainan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dan ukuran lapangan yang dimodifikasi sehingga setiap pemain memperoleh frekuensi sentuhan bola yang lebih banyak dibandingkan permainan biasa. Menurut Fernando dan Hartati (2021), *Small Sided Game* memberikan kesempatan yang lebih besar kepada pemain untuk terlibat aktif dalam permainan sehingga dapat meningkatkan kemampuan teknik, taktik, serta pengambilan keputusan secara bersamaan.

Al Ghani, Aspar, dan Yulianingsih (2022) menjelaskan bahwa *Small Sided Game* mampu menciptakan lingkungan latihan yang menyerupai situasi pertandingan sebenarnya karena pemain dituntut untuk bergerak aktif, mencari ruang, berkomunikasi dengan rekan satu tim, serta melakukan operan secara cepat di bawah tekanan lawan. Sementara itu, Putra, Lawanis, dan Bahtra (2022) menyatakan bahwa *Small Sided Game* tidak hanya meningkatkan aspek fisik pemain, tetapi juga efektif dalam mengembangkan keterampilan teknik dan taktik karena latihan dilakukan melalui permainan yang menuntut interaksi langsung dengan situasi pertandingan.

Karakteristik *Small Sided Game* yang menggunakan ruang permainan lebih sempit membuat pemain dituntut untuk melakukan *passing* secara cepat, tepat, dan efektif. Situasi tersebut menyebabkan pemain lebih sering berinteraksi dengan bola serta lebih banyak menghadapi tekanan dari lawan. Dengan demikian, pemain akan terbiasa melakukan operan secara akurat dalam kondisi yang menyerupai pertandingan sesungguhnya. Selain

meningkatkan kualitas teknik *passing*, metode latihan ini juga mampu melatih kerja sama tim, kemampuan membaca permainan, serta kecepatan pengambilan keputusan. Menurut Fernando dan Hartati (2021), *Small Sided Game* merupakan metode latihan berbasis permainan yang menggunakan jumlah pemain lebih sedikit dan permainan area yang dimodifikasi untuk meningkatkan keterlibatan pemain selama latihan. Kondisi tersebut menyebabkan frekuensi sentuhan bola menjadi lebih tinggi sehingga pemain memperoleh kesempatan lebih banyak untuk melakukan *passing*, kontrol bola, dan pengambilan keputusan.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *Small Sided Game* memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan teknik pemain futsal. Ariffudin dan Pramono (2022) menyatakan bahwa latihan *Small Sided Game* berpengaruh signifikan terhadap akurasi *passing* pemain futsal. Hasil penelitian Halimah, Nurwansyah, dan Purbangkara (2023) juga menunjukkan bahwa metode *Small Sided Game* mampu meningkatkan keterampilan *passing* peserta atlet futsal secara signifikan. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa *Small Sided Game* memiliki potensi besar untuk digunakan sebagai metode latihan dalam meningkatkan kualitas *passing* pemain futsal.

Meskipun penelitian mengenai *Small Sided Game* telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih fokus pada peningkatan kemampuan bermain secara umum, keterampilan menggiring bola, serta peningkatan kondisi fisik pemain. Penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh latihan *Small Sided Game* terhadap akurasi *passing* atlet futsal tingkat perguruan tinggi masih relatif terbatas. Selain itu, belum ditemukan penelitian yang menguji efektivitas metode latihan tersebut pada atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang dapat memberikan bukti empiris mengenai pengaruh latihan *Small Sided Game* terhadap akurasi *passing* pada kelompok atlet tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, ketepatan *passing* merupakan salah satu aspek teknik yang sangat menentukan efektivitas permainan futsal dan masih menjadi permasalahan yang ditemukan pada atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri. Salah satu metode latihan yang diperkirakan mampu meningkatkan kemampuan tersebut adalah *Small Sided Game* karena memberikan pengalaman latihan yang mendekati situasi pertandingan sebenarnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan *Small Sided Game* terhadap Ketepatan *Passing* Atlet Futsal Putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri”.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh latihan *Small Sided Game* terhadap ketepatan *passing* atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh latihan *Small Sided Game* terhadap ketepatan *passing* atlet futsal putra Nusantara Universitas Nusantara PGRI Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Dari tujuan penelitian diatas, maka penelitian ini dapat bermanfaat bagi:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dalam mata kuliah pengukuran dan untuk pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan obyek penelitian.

2. Manfaat praktis

a. Bagi pemain

Mengetahui kualitas kondisi fisik yang dimilikinya. Sebagai acuan untuk memperbaiki atau mempertahankan kondisi fisik yang dimilikinya.

b. Bagi pelatih

Sebagai masukan kepada pelatih guna meningkatkan kualitas pemain yang dilatih dan penentu kebijakan dalam pemilihan pemain

c. Lembaga Pendidikan

Bisa mengetahui kondisi fisik yang baik sesuai dengan cabang olahraga, yang nantinya bisa jadi pedoman di FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri.

d. Bagi penelitian berikutnya

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, secara referensi terhadap penelitian yang selanjutnya atau penelitian sejenisnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Ajhari, M. H., Nurudin, A. A., & Nugraheni, W. (2023). Latihan Passing Target Menggunakan Kaki Bagian Dalam Untuk Meningkatkan Teknik Passing Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(3), 1364–1368. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i3.5564>
- Bangkit Gala Persada, K. (2019). Hubungan Motor Ability dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal pada klub atlet muda futsal semarang tahun 2019. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 4(2), 132–141.
- Chan, F. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Cerdas Sifa*, 1(1), 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>
- Firmansah, Y. D., Hernawan, Wasan, A., & Widiastuti. (2019). Meningkatkan Keterampilan Dribbling Futsal Melalui Metode Bermain. *Penjaskesrek Journal*, 6(1), 77. <https://penjaskesrek.stkipgetsempena.ac.id/?journal=home&page=article&op=view&path%5B%5D=124>
- Halim, S. (2009). *1 hari pintar main futsal*. Yogyakarta : media presindo
- Hariawan, R. U., & Kafrawi, F. R. (2022). Manfaat Kepercayaan Diri Terhadap Keberhasilan Control Dalam Pertandingan Futsal. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(1), 234.
- Herlambang, M., Maulana, F., & Nurudin, A. A. (2022). Latihan Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(4), 1601–1606. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.4047>
- Herpandika, R. P., Yuliawan, D., & Rizky, M. Y. (2019). Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga C. 1. *Seminar Nasional IPTEK Olahraga, 2019, ISSN 2622-0156 Studi*, 8.
- Irawan, A. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: PT. pena budi.
- Irianto, s. (1995). penyusunan tes keterampilan bermain sepakbola bagi siswa sekolah sepakbola puspor IKIP Yogyakarta. *Yogyakarta: FPOK IKIP*.

- Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi, G. A. P. S. (2020). Ada banyak bentuk-bentuk latihan yang bisa membuat kemampuan menendang ke gawang meningkat, salah satunya yaitu latihan menendang atau shooting menggunakan permainan target gawang kecil, Permainan target merupakan salah satu klasifikasi dari bentuk permai. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 296–305. www.stikes-khkediri.ac.id
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik & strategi futsal modern*. jakarta: penebar swadaya group.
- NA'IM, M. A. A. (2024). *Metode Latihan Based Small Side Games Terhadap Akurasi Passing Pada Ekstrakurikuler Futsal Smp 224 Jakarta Program Studi*. 7(2), 684–695. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.27162>
- Prima, P., & Kartiko, D. C. (2021). Survei Kondisi Fisik Atlet Pada Berbagai Cabang Olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 161–170. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikn-jasmani/issue/archive>
- Ridwan, M., & Sumanto, A. (2018). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan, Dan Kelentukan Dengan Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(1), 69–81.
- Saragih, R. Y. (2019). Pengaruh Metode Latihan Shooting Free Throw Tanpa Gangguan dan Shooting Free Throw dengan Mata Tertutup Terhadap Tes Shooting Free Throw Static dan Dynamic. *Jendela Olahraga*, 4(1), 26–31. <https://doi.org/10.26877/jo.v4i1.2969>
- Taufik, M. S. (2019). Available online at : <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik> Permalink / DOI : <https://doi.org/10.21009/GJIK.102.01> HUBUNGAN TINGKAT KONSENTRASI DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN FUTSAL UNIT KEGIATAN MAHASISWA FUTSAL UNIVERSITAS SURYAKANCANA dalam olahraga. 10(02), 68–78.
- Tenang, j. d. (2008). *mahir bermain futsal*.

- Wardana, D. F. (2015). Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap kemampuan passing dan dribbling pada peserta ekstrakurikuler futsal di sman 1 maospati . *Skripsi FIK UNY* .
- Wea, Y. M. (2020). Pengaruh Latihan Small Side Games Terhadap Kelincahan Pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Penjakora*, 7(1), 11. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i1.24212>