

**PENGARUH LATIHAN RONDO TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING*
PEMAIN FUTSAL SMA NEGERI 1 SUNGAI TARAB**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Kepelatihan Olahraga*



HASBI SALSABILLA

21087019

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

DEPARTEMEN KEPELATIHAN

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

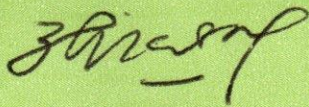
Judul : Pengaruh Latihan Rondo Terhadap Kemampuan
Passing Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab
Nama : Hasbi Salsabilla
NIM : 21087019
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2025

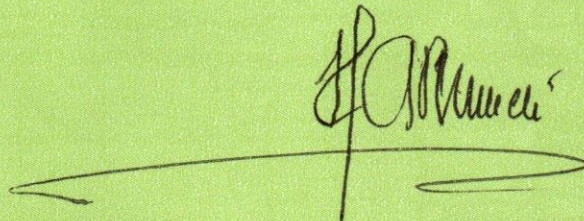
Disetujui Oleh :

Kepala Departemen Kepelatihan

Pembimbing



Dr. Masrun, M.Kes., AIFO
NIP. 19631104 198703 1 002



Drs. John Arwandi, M.Pd
NIP. 19630328 199001 1 001

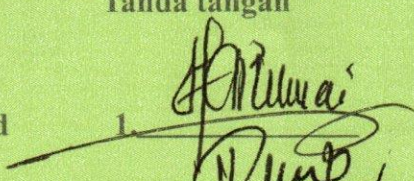
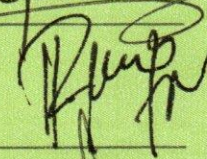
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Hasbi Salsabilla
NIM : 21087019/2021

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Pengaruh Latihan Rondo Terhadap Kemampuan *Passing* Pemain Futsal
SMA Negeri 1 Sungai Tarab

Padang, Agustus 2025

	Nama	Tanda tangan
1. Ketua	: Drs. John Arwandi, M.Pd	1. 
2. Anggota	: Dr. Roma Irawan, S.Pd., M.Pd	2. 
3. Anggota	: Ikhwanul Arifan, S.Pd., M.Pd	3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulisan akhir berupa skripsi dengan judul “PENGARUH LATIHAN RONDO TERHADAP KEMAMPUAN PASSING PEMAIN FUTSAL SMA NEGERI 1 SUNGAI TARAB” adalah karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari tim pembimbing dan penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila ada dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik, berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2025
Yang membuat pernyataan



Hasbi Salsabilla
NIM.21087019

ABSTRAK

Hasbi Salsabilla (2025). “Pengaruh Latihan Rondo Terhadap Kemampuan *Passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab” *Skripsi*. Padang: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Departemen Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab yang masih jauh dari yang diharapkan, terlihat dari jumlah *passing* yang sering kali tidak tepat sasaran dibandingkan dengan yang berhasil mencapai target. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan rondo terhadap kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian dengan desain penelitian menggunakan “*One group pretest-posttest*”. Subjek penelitian ini adalah pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab dengan metode *purposive sampling*, di mana pengambilan sampel yang ditetapkan adalah pemain yang aktif mengikuti latihan dan sudah pernah mengikuti *tournament* yang terdiri dari 12 orang pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab. Instrument penelitian ini adalah instrument tes mengumpan bola rendah dengan melaksanakan *pretest* dan *posttest*. Teknik analisis data menggunakan Uji-t.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh latihan rondo terhadap kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab. Hal tersebut ditandai pada hasil rata-rata tes awal yaitu 20,08 sedangkan hasil rata-rata tes akhir terjadi peningkatan menjadi 22,92. Hal ini terbukti secara signifikan, dimana setelah dilakukannya uji T dengan nilai thitung sebesar 10,470 yang lebih besar dari pada t_{tabel} 1,796 dalam taraf $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat diartikan bahwa pemberian perlakuan model latihan rondo yang diberikan berdasarkan program latihan yang telah disetujui dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.

Kata Kunci: Rondo, Kemampuan *Passing*, Futsal

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kekuatan dan kemampuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Latihan Rondo terhadap Kemampuan *Passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab”. Selajutnya sholawat beserta salam senantiasa penulis panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW yang mana berkat beliau kita dapat menjadi bagian deretan panjang umatnya di akhirat nanti.

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Kepeatihan Olahraga, Departemen Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Dalam menyusun skripsi ini penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan, maka untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan. Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan bimbingan berbagai pihak, maka dari itu penulis menyampaikan rasa hormat dan terimakasih setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Ir. Krismadinata, S.T, M.T Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam perkuliahan.
2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
3. Drs, Masrun, M.Kes., AIFO Kepala Departemen Kepelatihan yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultif dalam perkuliahan sehingga

dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Drs. John Arwandi, M.Pd Dosen Pembimbing yang telah memberikan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Dr. Roma Irawan, M.Pd dan Ikhwanul Arifan, S.Pd., M.Pd Dosen Penguji yang telah memberikan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Teristimewa kepada ayah dan ibu serta keluarga tercinta, yang senantiasa memberikan dukungan tanpa henti, baik secara moral, material, maupun kasih sayang. Kehadiran doa serta semangat yang diberikan keluarga menjadi kekuatan utama dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman dekat yang telah memberikan bantuan, baik secara moral maupun material, serta rekan-rekan mahasiswa Departemen Keperawatan 21 Universitas Negeri Padang.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerah diri, semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan sehingga mendapatkan Ridho-Nya serta berguna bagi pembaca.

Padang, Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KERANGKA TEORI	10
A. Kajian Teori.....	10
1. Futsal	10
2. Peraturan Permainan Futsal.....	15
3. Teknik Permainan Futsal.....	18
4. Passing.....	21
5. Latihan.....	26
6. Rondo	32
B. Penelitian Relevan.....	37
C. Kerangka Konseptual.....	39
D. Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Jenis Penelitian.....	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
C. Definisi Oprasional	42
D. Populasi dan Sampel	42
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	44
F. Teknik Analisis Data	47

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
A. Deskripsi Data Penelitian	50
B. Pengujian Persyaratan Analisis	52
C. Uji Hipotesis.....	53
D. Pembahasan.....	54
E. Keterbatasan Penelitian	56
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Prestasi Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab	6
Tabel 2. Populasi Penelitian	43
Tabel 3. Sampel Penelitian	43
Tabel 4. Petugas	45
Tabel 5. Norma Passing	46
Tabel 6. Distribusi Frekuensi <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i>	50
Tabel 7. Distribusi Frekuensi <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i>	51
Tabel 8. Uji Normalitas	53
Tabel 9. Uji Hipotesis	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ukuran Lapangan Futsal	16
Gambar 2. Gawang Futsal.....	17
Gambar 3. Bola Futsal.....	18
Gambar 4. Kerangka Konseptual	40
Gambar 5. Tes Mengumpan Bola Rendah	45
Gambar 6. <i>Histogram Pretest Kemampuan Passing</i>	51
Gambar 7. <i>Histogram Posttest Kemampuan Passing</i>	52
Gambar 8. <i>Pretest</i>	87
Gambar 9. Penjelasan Materi Latihan.....	87
Gambar 10. Pemanasan.....	88
Gambar 11. Materi Latihan	89
Gambar 12. <i>Posttest</i>	89

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu cara yang dilakukan manusia untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh adalah dengan berolahraga. Olahraga tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, tetapi juga dapat menjadi hiburan saat mengisi waktu luang, bahkan sebagai sarana untuk meraih prestasi. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Sistem Keolahragaan Nasional menjelaskan bahwa olahraga mencakup berbagai kegiatan terstruktur yang bertujuan untuk mendorong, membina, dan mengembangkan potensi fisik, mental, serta sosial. Aktivitas olahraga ini tidak hanya berfungsi untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kebugaran, tetapi juga bertujuan untuk meraih prestasi dan meningkatkan kualitas manusia. Selain itu, olahraga juga diharapkan dapat menanamkan nilai-nilai moral dan akhlak yang baik, menjunjung tinggi semangat sportivitas dan disiplin, serta memperkuat persatuan dan kesatuan bangsa.

Peningkatan mutu olahraga di Indonesia memerlukan dukungan dari seluruh lapisan masyarakat, mulai dari tingkat pemerintahan hingga swasta. Semua pihak yang terlibat dalam upaya ini harus saling bergotong-royong demi kemajuan olahraga tanah air. Langkah awal yang penting adalah membangun organisasi olahraga yang profesional, serta memiliki pelatih yang berkualitas, sarana dan prasarana yang memadai, dan program pembinaan atlet yang

efektif. Dengan penerapan sistem olahraga yang baik, kita bisa membangkitkan kebanggaan tidak hanya di tingkat daerah dan nasional, tetapi juga di kancah internasional. Salah satu olahraga yang tengah populer di kalangan masyarakat Indonesia adalah futsal, futsal merupakan olahraga permainan yang cukup digemari hampir diseluruh dunia termasuk Indonesia. Tidak hanya orang dewasa, anak-anak pun juga menyukai permainan futsal, bahkan tidak hanya laki-laki saja yang memainkannya, tapi permainan ini mulai diminati oleh para wanita (Arifan, 2024).

Futsal adalah olahraga yang diadaptasi dari sepakbola konvensional, dengan teknik, keterampilan, dan taktik yang hampir sama. Namun, futsal dimainkan di dalam ruangan dengan lapangan yang lebih kecil, jumlah pemain yang lebih sedikit, dan beberapa peraturan spesifik yang berbeda dari sepakbola. Olahraga ini menawarkan daya saing yang tinggi, karena dengan ukuran lapangan yang terbatas, aksi menyerang, bertahan, dan transisi berlangsung dengan sangat cepat.

Istilah futsal sendiri berasal dari bahasa Portugis "*futebol de salão*" dan bahasa Spanyol "*futbol sala*" yang keduanya berarti sepakbola dalam ruangan. Futsal diciptakan oleh Juan Carlos Ceriani di Montevideo, Uruguay, pada tahun 1930 (J. Asmara, 2008). Sejak futsal mulai diperkenalkan di Indonesia, banyak lapangan futsal yang didirikan dan berbagai komunitas serta klub futsal bermunculan di seluruh negeri. Perkembangan futsal di Indonesia sangat pesat, yang dapat dilihat dari terbentuknya Federasi Futsal Indonesia (FFI), tim nasional futsal, dan penyelenggaraan liga di tanah air. Pertandingan futsal kini

telah diadakan mulai dari tingkat daerah hingga ke tingkat nasional (John D. Tenang, 2008).

Cabang olahraga futsal di Indonesia telah mengalami perkembangan yang sangat pesat, sehingga para pelakunya dituntut untuk terus beradaptasi dan berkembang. Futsal sendiri adalah permainan sepakbola yang dimainkan di dalam ruangan. Dalam beberapa tahun terakhir, popularitas futsal semakin meningkat di Indonesia, baik di ibu kota maupun di daerah-daerah lain. Dengan demikian, futsal menjadi salah satu olahraga yang paling digemari oleh masyarakat, yang dimainkan di lapangan berstandar yang telah ditetapkan (Miftahul, 2019). Cabang olahraga futsal menuntut gerakan yang dinamis untuk menciptakan gol dan meraih kemenangan dalam suatu pertandingan (Muhammad Refri Tanjung, 2019). Sejak pertama kali muncul, futsal telah menjadi salah satu olahraga yang sangat digemari oleh banyak remaja, baik laki-laki maupun perempuan. Hal ini menyebabkan perkembangan permainan futsal berjalan dengan cepat di berbagai sektor.

Menurut (Rangkuti, 2020) untuk mencapai prestasi yang maksimal, diperlukan pengorbanan usaha dan kerja keras yang optimal. Secara umum kondisi fisik yang diperlukan pada cabang olahraga adalah sama, artinya setiap cabang olahraga memerlukan kondisi fisik dalam usaha mencapai prestasi yang optimal, begitu halnya dalam olahraga futsal (Arwandi & Yenes, 2021). Sementara itu, (Soniawan & Irawan, 2018) mengungkapkan bahwa ada berbagai faktor yang memengaruhi prestasi, seperti kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Keempat komponen ini saling terkait erat jika salah satu dari

komponen ini kurang baik, maka pencapaian prestasi yang diharapkan sulit untuk terwujud.

Salah satu faktor penting dalam pencapaian prestasi futsal seorang pemain adalah penguasaan keterampilan teknik fundamental yang dimiliki. Berdasarkan penjelasan (Justinus, 2011) keterampilan teknik fundamental dalam futsal mencakup beberapa aspek, antara lain *passing* (mengumpan), *control* (menahan), *dribbling* (menggiring), *shooting* (menendang), *chipping* (mengumpan lambung), *heading* (menyundul), dan peran penjaga gawang (*goalkeeper*) dalam menjaga gawang.

Salah satu keterampilan fundamental yang harus dikuasai oleh pemain futsal adalah kemampuan melakukan *passing* atau mengumpan. Dalam permainan futsal keterampilan ini memiliki peranan yang sangat penting, menurut (Wiriawan & Irawan, 2019) *passing* merupakan keterampilan dalam memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lainnya dengan tingkat akurasi dan ketepatan yang tinggi. Menurut (Ariwijaya, 2021) kemampuan melakukan *passing* yang baik sangat diperlukan dalam permainan futsal untuk mendukung strategi penyerangan. Sebaliknya, *passing* yang tidak akurat menjadi salah satu faktor utama penyebab kegagalan dalam upaya menyerang. Agar pemain dapat menguasai teknik *passing* dengan baik, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhinya, antara lain kondisi fisik, asupan gizi, motivasi, kualitas pelatih, model latihan (rondo), serta sarana dan prasarana.

Menurut (Ardianda & Arwandi, 2018) pemilihan jenis latihan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pencapaian target latihan, di dalam olahraga futsal terdapat berbagai model latihan yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kemampuan *passing*, salah satunya adalah dengan menggunakan latihan rondo. Latihan rondo memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi pemain, karena mereka merasa seolah-olah sedang bermain. Dalam latihan ini, terdapat aturan yang jelas, teman-teman yang mendukung, lawan untuk bersaing, serta elemen kalah dan menang yang menambah keseruan.

Metode latihan rondo ini secara khusus berfokus pada teknik *passing*. Meskipun fokus utamanya adalah pada latihan *passing*, berbagai faktor teknik lainnya tetap terlibat dalam metode ini. Faktor-faktor tersebut meliputi penguasaan bola, pengambilan keputusan, melatih *body shape*, serta pembangunan kekompakan tim. Dengan demikian, latihan rondo ini mencerminkan situasi yang dihadapi saat pertandingan berlangsung.

Futsal merupakan salah satu olahraga yang sangat digemari di kalangan siswa SMA, termasuk di SMA Negeri 1 Sungai Tarab. Hal ini terbukti dengan adanya tim futsal di SMA Negeri 1 Sungai Tarab yang mulai aktif latihan dan mengikuti *tournament* di tahun 2022. Tim ini sering mengikuti ajang *tournament* baik di tingkat Kabupaten maupun Provinsi. Hal ini dibuktikan dengan adanya prestasi yang diraih oleh tim SMA Negeri 1 Sungai Tarab, berikut prestasi dan *tournament* yang pernah diikuti:

Tabel 1. Prestasi Tim Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab

No	Kejuaraan	Tahun	Peringkat
1.	Bupati Cup Futsal Tanah Datar	2022	Juara 1
2.	SMANSAYANG Cup I	2023	16 Besar
3.	Situjuah Futsal Cup	2023	Harapan 1
4.	Sudut Fun Futsal Situjuah	2023	8 Besar
5.	Bupati Cup Futsal Tanah Datar	2023	8 Besar
6.	Bupati Cup Futsal Tanah Datar	2024	Juara 1
7.	Xaverius Cup Futsal	2024	Juara 2
8.	SMANTI Cup Futsal IV	2025	Juara 3

Sumber: Pelatih Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan dalam sesi latihan pada hari Kamis, 9 Januari 2025 dan juga saat mengikuti ajang SMANTI CUP FUTSAL IV 15-18 Januari 2025, kemampuan *passing* pemain futsal di SMA Negeri 1 Sungai Tarab masih belum maksimal. Hal ini terlihat dari jumlah *passing* yang sering kali tidak tepat sasaran dibandingkan dengan yang berhasil mencapai target. Penulis juga mencatat bahwa selama latihan, para pemain kurang memiliki motivasi. Sarana dan prasarana banyak yang belum lengkap seperti bola yang hanya 4 buah membuat proses latihan tidak maksimal, selain itu dilihat dari pembentukan gizi atlet belum dilakukan dengan baik. Pembentukan kondisi fisik juga masih belum maksimal diberikan sehingga membuat pemain mudah kelelahan.

Latihan-latihan yang diberikan pelatih juga terkesan monoton dan kurang bervariasi, sehingga membuat pemain merasa jenuh dan malas untuk berlatih. Penulis melihat belum adanya penerapan latihan modern yang mencakup seluruh aspek komponen prestasi.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan Rondo terhadap Kemampuan *Passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam pengembangan program latihan futsal di sekolah, serta menjadi referensi penting bagi pelatih dalam merancang metode pelatihan yang efektif.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Kondisi fisik berpengaruh terhadap kemampuan *passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.
2. Asupan gizi berpengaruh terhadap kemampuan *passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.
3. Motivasi berpengaruh terhadap kemampuan *passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.
4. Kualitas pelatih berpengaruh terhadap kemampuan *passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.

5. Model latihan (rondo) berpengaruh terhadap kemampuan *passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.
6. Sarana dan prasarana berpengaruh terhadap kemampuan *passing* Pemain Futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, maka penelitian ini dibatasi pada pengaruh latihan rondo terhadap kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sugai Tarab.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh latihan rondo terhadap kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sugai Tarab?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sebesar apa pengaruh latihan rondo terhadap kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sugai Tarab.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak tertentu, yaitu sebagai berikut.

1. Bagi Penulis

Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Bagi Pelatih

Sebagai bahan masukan bagi pelatih dan pembina tim futsal dalam membuat program latihan serta dapat mengembangkan kemampuan pemainnya dalam berlatih.

3. Bagi Pemain

Bagi pemain futsal dapat meningkatkan kemampuan *passing* untuk pencapaian prestasi yang maksimal.

4. Bagi Penulis Lainnya

Sebagai bahan referensi bagi mahasiswa di pustaka Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari hasil hipotesis dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh latihan rondo terhadap kemampuan *passing* pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab. Hal ini terbukti secara signifikan, dimana setelah dilakukan uji-t diperoleh hasil L_{hitung} 10,470 lebih besar dari t_{tabel} 1.796 dengan selisih mean *pretest* 20,08 dan mean *posttest* 22,92.

B. SARAN

Berdasarkan hasil temuan penulis, pembahasan hasil penelitian dan keterbatasan yang ada dalam penelitian ini, maka dapat diajukan beberapa saran kepada berbagai pihak, sebagai berikut:

1. Kepada pelatih futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab diharapkan dengan temuan hasil penelitian ini agar dapat menjadi pedoman dan acuan dalam memperhatikan dan meningkatkan kemampuan *passing*
2. Kepada pemain futsal SMA Negeri 1 Sungai Tarab, agar dapat lebih mempunyai kesadaran diri dalam memahami pentingnya latihan teknik dan latihan fisik dalam meningkatkan prestasi.
3. Kepada Peneliti Selanjutnya, agar bisa melakukan penelitian terhadap variable yang belum diteliti dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri Irawan. 2009. Teknik Dasar Modern Futsal. Jakarta: Pena Pundi Aksara
- Ansyari, M. R., Arifin, R., & Mulhim, M. (2024). PENGARUH METODE LATIHAN SMALL SIDE GAMES DAN LATIHAN RONDO TERHADAP AKURASI PASSING PADA EKSTRAKULIKULER FUTSAL MTSN 2 TAPIN. *JURNAL ILMIAH PENJAS* (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran), 10(2), 168–178.
- Ardianda, E., & Arwandi, J. (2018). Latihan Zig-Zag Run dan Latihan Shuttle Run Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3, 32–41.
- Arifan, I. (2024). Tinjauan Kemampuan Teknik Pemain Futsal Ekstrakurikuler SMA Al-Istiqoomah Pasaman Barat. *Jurnal Gladiator*, 4(4), 1088–1097.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi VI. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariwijaya. (2021). *View of Analisis Biomekanika Akurasi Tendangan Sudut Berdasarkan Variasi Titik Impact*.
- Arsaaha, M. D. N., & Amiq, F. (2024). Pengaruh Latihan El Rondo terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Tim Futsal SMAN 3 Nganjuk. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(4), 36-44.
- Arwandi, J., & Yenes, R. (2021). Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola. *Jurnal Patriot*, 3(4), 340–350.
- Asmara, J. (2008). *Futsal Gaya Hidup, Peraturan dan Tips-Tips Permainan*. Pustaka Timur.
- Asmara, Y. B., Nurwansyah, R., & Achmad, I. Z. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Teknik Dasar Passing pada Pembelajaran Permainan Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 4(3), 261–272. <https://doi.org/10.24036/patriot.v4i3.875>
- Beato, M., Coratella, G., & Schena, F. (2016). Brief review of the state of art in Futsal. *Journal of Sport Medicine and Physical Fitness*.
- Benvenuti, C., Minganti, C., Condello, G., Capranica, L., & Tessitore, A. (2010). *Agility assessment in female futsal and soccer players*. 46(6), 415–420.
- Bompa. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Kendal, Iowa: Hunt Publishing Company

- Bompa, T.O. & Harf, G.G. 2009. *Periodization Training for Sports: Theory and Methodology of Training*. Fifth Edition. United State of America: Human Kinetics.
- Burns, T. (2003) *Holistic Futsal*. United Kingdom: Lightning Source UK Ltd.
- Chung-Fu Huang , Kuei-Hua Lu, H.-W. W. (2010). *BIOMECHANICS OF ACCURATE INSTEP KICK IN FUTSAL* Chung-Fu Huang , Kuei-Hua Lu , Hong-Wen Wu Department & Graduate Institute of Physical Education , National Taiwan University of Physical Education and Sport , Taichung , Taiwan. 1–3.
- Cosmin, D., & Mircea, N. (2014). The development of futsal game at national level by implementing a strategic competitive and training management. *Ovidius University Annals, Series Physical Educationa & Sport/Science, Movement & Health*, XIV(2), 376–380. http://www.analefeffs.ro/analefeffs/2014/i2_supp/pe-autori/6.pdf
- Desilatur Rahmi, S. S. (2020). *Jurnal Patriot Volume 2 Nomor 2, Tahun 2020 ISSN 2655-4984 (Print) ISSN 2714-6596 (Online) 421 KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KONSENTRASI TERHADAP AKURASI SHOOTING PEMAIN FUTSAL PUTRI UNIVERSITAS NEGERI PADANG*. 2, 421–433.
- Fauzi, M., Amelia, V., Islami, Q., & Syam, E. (2022). Ecosophy Advice in Tunjuk Ajar Melayu: a Critical Ecolinguistic Study. *The 3rd Annual International Conferences on Language, Literature, and Media*, 4, 44. <https://doi.org/10.18860/aicollim.v4i1.1923>
- FIFA. (2015). *Futsal Laws of The Game*. Zurich : *Fédération Internationale de Football Association*.
- Fuadi, M. Z., & Darmawan, G. (2017). Penerapan Model Small-Sided Games Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Sepak Bola (Studi Pada Peserta Didik Kelas X Ips 2 Di Sma Negeri 4 Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Volume 05 Nomor, 3, 451-455.
- Hasyim Naufal, R. R., & Syafii, I. (2022). Pengaruh Model Latihan El Rondo Dan Latihan Passing 1-2 Combination Dalam Meningkatkan Akurasi Passing Sepakbola. *Ejournal.Unesa.Ac.Id*, 5(4), 129–130. index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/46567
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. : FIK UNY.
- Ilham Jaya Nugraha, Indra Safari, R. M. (2024). Pengaruh latihan el rondo terhadap akurasi passing pada permainan sepak bola. *Jurnal Porkes*, 7(1), 491–499. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.25742>
- John D. Tenang. (2008). *Mahir Bermain Futsal*. PT. Mizan Pustaka.

- Jupri, S. A., Kristiyandaru, A., & Setiady, B. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Mengumpan Bola Menggunakan Pendekatan Permainan Rondo Siswa Kelas VA SDN Kebonsari 1/414 Surabaya. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(1), 11–24.
- Justinus, L. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Be Champion.
- Justinus Lhaksana (2012). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group)
- Juvianti. 2022. Pengaruh Variasi Latihan Resistance Band Terhadap Kekuatan Otot Lengan Pada Atlet Renang Putra Usia 12-13 Tahun Sailfish Swimming Club Medan Tahun 2021. *Jurnal Imlu Keolahragaan* Vol. 21 (1), Januari - Juli 2022: 65-73
- Maidarman (2017). Kontribusi daya ledak otot tungkai dan kelentukan pinggang terhadap kemampuan start renang gaya bebas atlet Womens Swimming Club. *Jurnal Perfoma*. Volume 2 Nomer 1
- Mielke, D. 2007. *Dasar-Dasar Sepakbola*. Pakar Raya. Jakarta.
- Miftahul, T. H. S. (2019). Hubungan Agresivitas terhadap ketepatan Shooting Futsal. *Jurnal Patriot*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeo.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Muhammad Refri Tanjung, H. (2019). STUDY TINGKAT KEMAMPUAN VO2MAX PEMAIN FUTSAL PSR PADANG. *Jurnal Patriot*, 53(9), 167–169.
- Muhammad Tamami, A. R. & Y. A. (2023). Journal of Physical Education and Sport Pedagogy volume 3 (2) (2023) 71-82 Studi Literatur Analisis Metode Latihan Rondo Untuk Meningkatkan Passing Dalam Permainan Sepakbola. *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*, 3(2), 71–82.
- Murhananto. 2006. *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Jakarta : Kawan Pustaka
- Nurkadri. (2017) Perencanaan Latihan. *Jurnal Prestasi Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Medan*. Vol. 1 No. 2. P-ISSN : 2549-9394
- Pate, Rotela, & McClenaghan, (1993). *Scientific Foundations of coaching*. Saunders College Publishing.
- Permadi, A. A., Muhamad, I., & Kurniawati, A. (2023). Latihan El Rondo dengan Pendekatan Game Situasi dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing pada Cabang Olahraga Sepak Bola. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 531–538. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i2.6825>
- Prabowo, R. A. (2023). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi

- Atlet Futsal Utp Surakarta. *Journal Management and Muamalah*, 01(Juli), 276–286.
- Pratama, A. R. (2025). MANFAAT BERMAIN FUTSAL UNTUK KEBUGARAN DAN KESEHATAN. *Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga*, 4(2020), 70–82. <https://doi.org/10.8734/Jayabama.v1i2.365>
- Rangkuti, Y. A. (2020). JODAN PADA ATLET KARATE KATEGORI KUMITE Pendidikan Jasmani , Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan , Universitas Samudra , Indonesia Pendidikan Kepelatihan Olahraga , Fakultas Ilmu Keolahragaan ,. *Performa Olahraga*, 80–90.
- Lutan, Rusli. 1991. Manusia dan Olahraga. Bandung: ITB dan FPOK/IKIP Bandung.
- Said, M. (2024). Inovasi Latihan Rondo: Meningkatkan Kemampuan Passing Tim Futsal Rondo Training Innovation: Improving the Passing Ability of Futsal Team. *Indonesian Journal of Physical Activity* , 4(1), 57–64. <https://ijophya.org/index.php/ijophya>
- Saputra, N., & Aziz, I. (2020). Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Bolavoli Putra Sma 2 Pariaman. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 32–38. <https://doi.org/10.24036/jpo137019>
- Sari, P. R., & Nugraha, U. (2022). Pengaruh Latihan Wall Pass Terhadap Ketepatan Passing Tim Futsal Putri Tanjung Jabung Barat. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(1), 91–99.
- Sarker, T. (2023). Protracted Rohingya Crisis in Bangladesh: Are National and Regional Security at Stake? *Asian Research Journal of Arts & Social Sciences*, 20(2), 46–60. <https://doi.org/10.9734/arjass/2023/v20i2446>
- Setiawan, I., & Mulasiwi, C. M. (2021). Faktor Anthropometri Dominan Dalam Kemampuan Bermain Futsal. *JSH: Journal of Sport and Health*, 2(2), 57–62. <https://doi.org/10.26486/jsh.v2i2.2025>
- Soniawan, V., & Irawan, R. (2018). Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(01), 42–49.
- Sugianto, S, Ilahi, B.R dan Deflyanto, D. (2019). *Implementasi Metode Rondo untuk Meningkatkan Teknik Passing Mahasiswa*. Kinestetik.
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D. Bandung. Alfabeta
- Suharno, H. (1984). *Dasar-Dasar Permainan Bolavoli*. KIP Yogyakarta.
- Surohmat, & Yudi, A. A. (2020). Pengaruh Latihan Six-week Priodezation Model terhadap Daya Tahan Aerobik Pemain Sepak Bola SMAN 4 Sumbar. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 59–64. <https://doi.org/10.24036/jpo141019>

- Syafruddin. 2011. Ilmu Kepelatihan Olahraga. Padang : FPOK
- Tuna, U. (2018). Pengaruh Gaya Mengajar Dan Percaya Diri Siswa Terhadap Hasil Belajar Passing Pada Permainan Sepakbola (Studi Eksperimen di MTS, Madinatul Furqon Bogor). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 4(3), 40–50. <http://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/53%0Ahttps://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/download/53/42>
- Vassilicos, Basil and Christopher Erhard (eds), 2022, “Reinach and Contemporary Philosophy”, in *The New Yearbook for Phenomenology and Phenomenological Philosophy*, XIX, London: Routledge, 1–174 (Part 1). doi:10.4324/b23065
- Wiriawan, W., & Irawan, R. (2019). *Modifikasi Instrumen Mengoper Bola Rendah Untuk Tes Passing Futsal*. 438–451.