

# **Pengaruh Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 Sentuhan, 3 Sentuhan dan Sentuhan Bebas Terhadap Keterampilan Passing dan Stopping Pada Pemain Sepakbola**

**Khoirul Anwar<sup>1</sup>, Heny Setyawati<sup>2</sup>, M. E. Winarno<sup>3</sup>, Taufiq Hidayah<sup>4</sup>, Fajar Awang Irawan<sup>5</sup>**

[irulelit@student.unnes.ac.id](mailto:irulelit@student.unnes.ac.id), Indonesia<sup>1</sup>

[henysetyawati@mail.unnes.ac.id](mailto:henysetyawati@mail.unnes.ac.id), Indonesia<sup>2</sup>

[m.e.winarno.fik@um.ac.id](mailto:m.e.winarno.fik@um.ac.id), Indonesia<sup>3</sup>

[taufiqhidayah@mail.unnes.ac.id](mailto:taufiqhidayah@mail.unnes.ac.id), Indonesia<sup>4</sup>

[fajarawang@mail.unnes.ac.id](mailto:fajarawang@mail.unnes.ac.id), Indonesia<sup>5</sup>

## **ABSTRAK**

*Sepakbola merupakan olahraga yang mengutamakan kerjasama tim dengan tujuan utama memasukkan bola ke gawang lawan serta menjaga gawang agar tidak kebobolan. Untuk bermain sepakbola dengan baik, setiap pemain perlu menguasai beberapa teknik dasar, seperti menggiring bola, mengumpan, mengendalikan bola (stopping), shooting, menyundul, merebut bola, dan teknik penjagaan gawang. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji: (1) Pengaruh permainan tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola; (2) Pengaruh permainan tradisional Kucing-kucingan dengan 3 sentuhan terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola; (3) Pengaruh permainan tradisional Kucing-kucingan dengan sentuhan bebas terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola; dan (4) Perbedaan pengaruh antara permainan tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen menggunakan desain eksperimen semu (Quasi Experimental Design) dengan metode Matching-Only Design. Subjek penelitian ini terdiri dari 40 siswa kelompok usia 15-16 tahun yang terdaftar sebagai anggota Sekolah Sepakbola (SSB) MITRA Bangkalan. Proses pengambilan data dilakukan melalui tes dan pengukuran keterampilan passing dan stopping pada pretest dan posttest. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan SPSS Statistics 26. Hasil uji t dan uji ANOVA yang dilanjutkan dengan uji post-hoc LSD menunjukkan bahwa perlakuan permainan tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan keterampilan passing dan stopping dibandingkan dengan permainan tradisional Kucing-kucingan dengan 3 sentuhan, sentuhan bebas, dan latihan konvensional.*

**Kata Kunci:** Permainan Tradisional Kucing-kucingan; Keterampilan Passing; Keterampilan Stopping

**Kontribusi Penulis:** a – Desain Studi; b – Pengumpulan Data; c – Analisis Statistik; d – Penyiapan Naskah; e – Pengumpulan Dana

## **PENDAHULUAN**

Sepakbola adalah olahraga yang melibatkan banyak aspek keterampilan dan strategi, di mana tujuan utamanya adalah memasukkan bola ke gawang lawan dan mencegah bola masuk ke gawang sendiri. Untuk mencapai tujuan ini, setiap pemain sepakbola harus menguasai sejumlah teknik dasar, termasuk menggiring bola, mengumpan, mengendalikan bola (stopping), shooting, dan menyundul (Permadi et al., 2024). Teknik-teknik tersebut

memerlukan latihan yang terus-menerus untuk meningkatkan kualitas permainan, dan salah satu pendekatan yang digunakan dalam pengembangan keterampilan sepakbola adalah melalui model latihan yang berbasis pada permainan (*game-based training*) seperti *Teaching Games for Understanding* (TGfU).

*Teaching Games for Understanding* (TGfU) adalah pendekatan yang fokus pada pengajaran melalui permainan, yang memungkinkan pemain untuk memahami tujuan dan strategi permainan secara lebih mendalam melalui pengalaman langsung (Memmert et al., 2015). Dalam konteks sepakbola, TGfU memfasilitasi pemain untuk belajar teknik dasar seperti passing dan stopping dengan cara yang lebih interaktif dan kontekstual. Salah satu teknik yang banyak digunakan dalam pendekatan ini adalah *Small Sided Games* (SSG), yang menggunakan permainan dalam kelompok kecil dengan berbagai aturan dan variasi sentuhan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola.

Menurut Kim et al. (2023), SSG dapat meningkatkan keterlibatan pemain karena jumlah pemain yang lebih sedikit memungkinkan setiap individu untuk lebih aktif berpartisipasi dalam permainan. Penggunaan variasi sentuhan, seperti 2 sentuhan, 3 sentuhan, atau sentuhan bebas, dapat mempengaruhi cara pemain mengontrol bola dan berinteraksi dalam permainan, yang pada gilirannya akan meningkatkan keterampilan dasar mereka, terutama dalam hal passing dan stopping.

Dalam penelitian ini, permainan tradisional Kucing-kucingan yang dimodifikasi dengan variasi sentuhan (2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas) digunakan untuk mengkaji pengaruhnya terhadap keterampilan passing dan stopping pada pemain sepakbola. Permainan tradisional ini dipilih karena dianggap mudah diterapkan dan menyenangkan, yang dapat meningkatkan motivasi pemain dalam berlatih sambil tetap mengembangkan keterampilan sepakbola mereka (Bellantonio et al., 2019). Variasi sentuhan dalam permainan ini diharapkan dapat memberikan dampak berbeda pada keterampilan teknik sepakbola, khususnya dalam aspek passing dan stopping.

Salah satu bentuk modifikasi permainan tradisional yang dapat diterapkan dalam latihan sepakbola adalah Permainan Tradisional Kucing-kucingan. Dalam Kucing-kucingan, sekelompok pemain bergerak dalam ruang terbatas untuk menghindari pemain yang berusaha merebut bola, mirip dengan konsep dasar permainan El Rondo. Dalam Kucing-kucingan, variasi aturan seperti 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas dapat diterapkan untuk melatih keterampilan dasar sepakbola. Pemain yang berada di luar lingkaran atau dalam posisi bebas diharapkan untuk menguasai bola dengan cepat dan mengoper ke pemain lain, sementara pemain yang berada di tengah berusaha merebut bola, melatih teknik pressing dan pertahanan.

Penelitian oleh (Perez et al., 2019) menunjukkan bahwa dalam El Rondo, latihan ini menekankan penguasaan bola (*ball possession*), kecepatan pengambilan keputusan, akurasi passing, kontrol bola, komunikasi, dan kerja sama tim. Hal ini serupa dengan manfaat yang dapat diperoleh dalam Permainan Tradisional Kucing-kucingan, terutama dalam hal meningkatkan keterampilan passing dan stopping. Dalam penelitian ini, kami mengkaji pengaruh Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan variasi 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan

sentuhan bebas terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* dalam permainan sepakbola, serta menganalisis perbedaan pengaruh antara ketiga variasi tersebut.

Menurut (Hill-Haas et al., 2011) dan (Bouzouraa et al., 2025), El Rondo melatih pemain yang berada di luar lingkaran untuk menjaga penguasaan bola melalui passing cepat, sementara pemain di tengah belajar teknik pressing dan bertahan. Dengan pendekatan yang serupa, dalam Kucing-kucingan, pemain dituntut untuk terus bergerak dan menciptakan ruang, serta melakukan *passing* yang akurat sambil berusaha menjaga bola dalam posisi aman, sementara pemain yang berada di tengah berusaha merebut bola, melatih keterampilan stopping dan mengatasi tekanan lawan.

Selain itu, Permainan Tradisional Kucing-kucingan juga dapat melatih berbagai aspek permainan sepakbola, termasuk bergerak untuk menciptakan ruang, bermain dengan satu sentuhan, menghadapi tekanan lawan (*pressing*), serta merebut kembali bola. Hal ini sejalan dengan pandangan (Ali, 2011), yang menyatakan bahwa hampir semua aspek permainan sepakbola dapat dilatih melalui permainan seperti Kucing-kucingan, kecuali shooting. Oleh karena itu, Kucing-kucingan disebut sebagai miniatur dari permainan sepakbola itu sendiri. Seperti yang dikemukakan oleh (Anwar et al., 2024), pendekatan berbasis El Rondo telah terbukti efektif dalam melatih keterampilan teknik dan taktik, termasuk passing, stopping, dan penguasaan bola. Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan variasi sentuhan memberikan manfaat serupa, dengan meningkatkan keterampilan passing dan stopping melalui latihan yang melibatkan penguasaan bola dan tekanan lawan.

Penelitian sebelumnya di Indonesia oleh (Julianti et al., 2024) dan (Budiman et al., 2021) menunjukkan bahwa integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran olahraga dapat meningkatkan keterlibatan siswa serta perkembangan psikososial mereka. Namun, penelitian tersebut lebih berfokus pada pendekatan kuantitatif dengan menilai hasil keterampilan teknis, seperti peningkatan skor passing atau kontrol bola. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih lanjut pengaruh Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan variasi 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas terhadap peningkatan keterampilan passing dan stopping dalam permainan sepakbola, serta untuk menganalisis perbedaan pengaruh antar ketiga variasi permainan tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengkaji pengaruh permainan tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola, (2) mengkaji pengaruh permainan tradisional Kucing-kucingan dengan 3 sentuhan terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola, (3) mengkaji pengaruh permainan tradisional Kucing-kucingan dengan sentuhan bebas terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola, dan (4) menganalisis perbedaan pengaruh antara ketiga variasi permainan tersebut terhadap keterampilan passing dan stopping.

## **METODE**

### **Jenis dan Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Mengingat keterbatasan jumlah subjek penelitian, penelitian ini menggunakan Desain Eksperimen Semu

(*Quasi Experimental Design*) dengan Matching-Only Design yang diadaptasi dari penelitian Bahtra et al. (2025) sebagai berikut:

Tabel 1. Rancangan Penelitian

|   |                |                |                |
|---|----------------|----------------|----------------|
| M | T <sub>1</sub> | X <sub>1</sub> | T <sub>2</sub> |
| M | T <sub>3</sub> | X <sub>2</sub> | T <sub>4</sub> |
| M | T <sub>5</sub> | X <sub>3</sub> | T <sub>6</sub> |
| M | T <sub>7</sub> | ~              | T <sub>8</sub> |

Keterangan:

- M : Matching (penyandingan karakteristik subjek)  
T<sub>1</sub> : Pretest kelompok kucing-kucingan dengan 2 sentuhan  
T<sub>3</sub> : Pretest kelompok kucing-kucingan dengan 3 sentuhan  
T<sub>5</sub> : Pretest kelompok kucing-kucingan dengan sentuhan bebas  
T<sub>7</sub> : Pretest kelompok kontrol (latihan konvensional)  
X<sub>1</sub> : Perlakuan kelompok kucing-kucingan dengan 2 sentuhan  
X<sub>2</sub> : Perlakuan kelompok kucing-kucingan dengan 3 sentuhan  
X<sub>3</sub> : Perlakuan kelompok kucing-kucingan dengan sentuhan bebas  
~ : Latihan konvensional (kelompok kontrol)  
T<sub>2</sub> : Posttest kelompok kucing-kucingan dengan 2 sentuhan  
T<sub>4</sub> : Posttest kelompok kucing-kucingan dengan 3 sentuhan  
T<sub>6</sub> : Posttest kelompok kucing-kucingan dengan sentuhan bebas  
T<sub>8</sub> : Posttest kelompok kontrol

Desain ini bertujuan untuk menguji pengaruh permainan tradisional Kucing-kucingan yang dimodifikasi dengan variasi sentuhan (2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas) terhadap keterampilan passing dan stopping sepakbola.

### **Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelompok umur 15-16 tahun yang terdaftar sebagai anggota dalam Sekolah Sepakbola (SSB) MITRA Bangkalan sebanyak 40 orang. Penelitian ini merupakan penelitian studi populasi, di mana seluruh populasi yang ada digunakan sebagai sampel penelitian.

### **Perlakuan (Treatment)**

Perlakuan dalam penelitian ini terdiri dari tiga variasi permainan tradisional Kucing-kucingan yang dimodifikasi, yaitu:

1. Permainan Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan
2. Permainan Kucing-kucingan dengan 3 sentuhan
3. Permainan Kucing-kucingan dengan sentuhan bebas

Penelitian ini akan dilaksanakan selama 10 minggu dengan frekuensi 3 kali dalam seminggu (Selasa, Kamis, dan Sabtu). Waktu latihan ini sesuai dengan pendapat Sajoto (1988: 210), yang menyatakan bahwa durasi latihan antara 8-15 minggu sudah cukup untuk menunjukkan peningkatan kapasitas yang signifikan. Pada minggu pertama, akan dilakukan persiapan dan tes awal (pretest), diikuti dengan delapan minggu perlakuan (treatment), dan minggu terakhir akan dilaksanakan tes akhir (posttest).

Perlakuan akan dilakukan dengan menggunakan *Small Sided Games* (SSG) dalam permainan Kucing-kucingan dengan variasi sentuhan. Latihan dimulai dengan durasi 5x3 menit (bertambah 1 menit setiap minggu), dengan interval waktu pemulihan (*recovery*) selama 3

menit. Sesuai dengan prinsip dari (Branquinho et al., 2021), durasi latihan akan disesuaikan untuk memberikan intensitas latihan yang cukup dengan mengatur recovery dan interval.

### **Analisis Data**

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Paired t-test (uji t) digunakan untuk mengetahui perbedaan keterampilan passing dan stopping sebelum dan setelah perlakuan dalam setiap kelompok eksperimen (2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas) serta kelompok kontrol.
2. Analysis of Variance (ANOVA) digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara pengaruh dari tiga perlakuan (kucing-kucingan dengan 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas) terhadap keterampilan passing dan stopping.
3. Least Significant Difference (LSD) digunakan untuk mengetahui kelompok mana yang memberikan pengaruh paling besar terhadap peningkatan keterampilan passing dan stopping setelah perlakuan.

## **HASIL**

Hasil dari penelitian ini merupakan kumpulan data yang bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh dari masing-masing kelompok eksperimen (kelompok 1, kelompok 2, dan kelompok 3) terhadap keterampilan passing dan stopping dalam permainan sepakbola (Bellantonio et al., 2019). Perolehan data didapat melalui tes dan pengukuran keterampilan yang dilakukan pada pretest dan posttest. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah passing dan stopping, yang masing-masing merupakan keterampilan dasar dalam permainan sepakbola. Data yang diperoleh dari tes dan pengukuran tersebut kemudian dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dan inferensial. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi nilai pretest dan posttest di masing-masing kelompok eksperimen (kelompok Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas), serta kelompok kontrol yang hanya menjalani latihan konvensional. Sedangkan analisis statistik inferensial dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah perlakuan.

Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) Statistics 26. Langkah pertama adalah melakukan uji paired t-test untuk menguji perbedaan dalam keterampilan passing dan stopping antara nilai pretest dan posttest dalam setiap kelompok. Selanjutnya, untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan antar kelompok, dilakukan analisis Analysis of Variance (ANOVA). Terakhir, untuk menentukan kelompok mana yang memiliki pengaruh terbesar terhadap peningkatan keterampilan, dilakukan uji Least Significant Difference (LSD).

### **Proses Analisis**

#### **1. Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen 1**

**Tabel 2. Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen 1**

Keterampilan Passing dan Stopping

| No. | Nama | Pretest |         |          | Posttest |         |          |
|-----|------|---------|---------|----------|----------|---------|----------|
|     |      | Passing | Nilai T | Golongan | Passing  | Nilai T | Golongan |
| 1   | H.A  | 6       | 67      | Baik     | 8        | 83      | Baik     |

**Seminar Nasional Prodi Magister dan Doktoral Pendidikan Olahraga FIK UNNES**

Vol. 1 No. 1 (2025)

|                  |       |                |                |               |   |    |       |
|------------------|-------|----------------|----------------|---------------|---|----|-------|
| 2                | M.G   | 5              | 59             | Cukup         | 7 | 75 | Baik  |
| 3                | A.B   | 5              | 59             | Cukup         | 7 | 75 | Baik  |
| 4                | Kn    | 4              | 51             | Cukup         | 7 | 75 | Baik  |
| 5                | A.H   | 4              | 51             | Cukup         | 7 | 75 | Baik  |
| 6                | D.N.C | 4              | 51             | Cukup         | 7 | 75 | Baik  |
| 7                | S.E   | 4              | 51             | Cukup         | 6 | 67 | Baik  |
| 8                | Z.A   | 3              | 43             | Kurang        | 6 | 67 | Baik  |
| 9                | I.R   | 3              | 43             | Kurang        | 6 | 67 | Baik  |
| 10               | M.U   | 2              | 35             | Kurang Sekali | 4 | 51 | Cukup |
| Rerata           |       | <b>4</b>       | <b>6.5</b>     |               |   |    |       |
| Standart Deviasi |       | <b>1,15470</b> | <b>1,08012</b> |               |   |    |       |

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai rerata *pretest* yaitu sebesar 4, lebih kecil dari pada rerata *posttest* yaitu sebesar 6,5. Selisih rerata tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping* setelah diberi perlakuan selama delapan minggu pelatihan dengan frekuensi tiga kali seminggu.

## 2. Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen 2

**Tabel 3. Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen 2**

Keterampilan *Passing* dan *Stopping*

| No.              | Nama | Pretest             |                |               | Posttest            |         |          |
|------------------|------|---------------------|----------------|---------------|---------------------|---------|----------|
|                  |      | Passing<br>Stopping | Nilai T        | Golongan      | Passing<br>Stopping | Nilai T | Golongan |
| 1                | H.R  | 6                   | 67             | Baik          | 8                   | 83      | Baik     |
| 2                | A.K  | 5                   | 59             | Cukup         | 7                   | 75      | Baik     |
| 3                | F.F  | 5                   | 59             | Cukup         | 7                   | 75      | Baik     |
| 4                | M.K  | 5                   | 59             | Cukup         | 6                   | 67      | Baik     |
| 5                | M.S  | 4                   | 51             | Sedang        | 6                   | 67      | Baik     |
| 6                | Sk   | 4                   | 51             | Sedang        | 6                   | 67      | Baik     |
| 7                | M.R  | 4                   | 51             | Sedang        | 6                   | 67      | Baik     |
| 8                | C.A  | 3                   | 43             | Kurang        | 5                   | 59      | Cukup    |
| 9                | M.A  | 3                   | 43             | Kurang        | 5                   | 59      | Cukup    |
| 10               | R.Q  | 2                   | 35             | Kurang Sekali | 4                   | 51      | Sedang   |
| Rerata           |      | <b>4.1</b>          | <b>6</b>       |               |                     |         |          |
| Standart Deviasi |      | <b>1,19722</b>      | <b>1,15470</b> |               |                     |         |          |

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai rerata *pretest* yaitu sebesar 4,1, lebih kecil dari pada rerata *posttest* yaitu sebesar 6. Selisih rerata tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping* setelah diberi perlakuan selama delapan minggu pelatihan dengan frekuensi tiga kali seminggu.

## 3. Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen 3

**Tabel 4. Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen 3**  
 Keterampilan passing dan stopping

| No.              | Nama | Pretest             |         |                | Posttest            |         |          |
|------------------|------|---------------------|---------|----------------|---------------------|---------|----------|
|                  |      | Passing<br>Stopping | Nilai T | Golongan       | Passing<br>Stopping | Nilai T | Golongan |
| 1                | J.E  | 7                   | 75      | Baik           | 8                   | 83      | Baik     |
| 2                | A.Q  | 6                   | 67      | Baik           | 7                   | 75      | Baik     |
| 3                | S.R  | 5                   | 59      | Cukup          | 6                   | 67      | Baik     |
| 4                | T.W  | 5                   | 59      | Cukup          | 6                   | 67      | Baik     |
| 5                | A.F  | 4                   | 51      | Sedang         | 6                   | 67      | Baik     |
| 6                | M.I  | 4                   | 51      | Sedang         | 5                   | 59      | Cukup    |
| 7                | A.W  | 4                   | 51      | Sedang         | 5                   | 59      | Cukup    |
| 8                | Fn   | 4                   | 51      | Sedang         | 5                   | 59      | Cukup    |
| 9                | R.H  | 3                   | 43      | Kurang         | 4                   | 51      | Sedang   |
| 10               | A.S  | 3                   | 43      | Kurang         | 4                   | 51      | Sedang   |
| Rerata           |      | <b>4.5</b>          |         | <b>5.6</b>     |                     |         |          |
| Standart Deviasi |      | <b>1,26930</b>      |         | <b>1,26491</b> |                     |         |          |

Data di atas adalah hasil tes dan pengukuran keterampilan *passing* dan *stopping* sebelum dan sesudah perlakuan. Berdasarkan pada tabel 4.3, diketahui bahwa nilai rerata *pretest* sebesar 4,5, lebih kecil dari pada *posttest* yaitu sebesar 5,6. Selisih tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping*.

#### 4. Data Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol

**Tabel 5. Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol**

Keterampilan passing dan stopping

| No.              | Nama | Pretest             |         |                  | Posttest            |         |          |
|------------------|------|---------------------|---------|------------------|---------------------|---------|----------|
|                  |      | Passing<br>Stopping | Nilai T | Golongan         | Passing<br>Stopping | Nilai T | Golongan |
| 1                | A.Y  | 6                   | 67      | Baik             | 6                   | 67      | Baik     |
| 2                | R.R  | 5                   | 59      | Cukup            | 6                   | 67      | Baik     |
| 3                | B.S  | 5                   | 59      | Cukup            | 5                   | 59      | Cukup    |
| 4                | T.R  | 4                   | 51      | Sedang           | 5                   | 59      | Cukup    |
| 5                | A.M  | 4                   | 51      | Sedang           | 5                   | 59      | Cukup    |
| 6                | Tq   | 4                   | 51      | Sedang           | 4                   | 51      | Sedang   |
| 7                | F.I  | 4                   | 51      | Sedang           | 4                   | 51      | Sedang   |
| 8                | N.S  | 3                   | 43      | Kurang           | 4                   | 51      | Sedang   |
| 9                | A.R  | 3                   | 43      | Kurang           | 3                   | 43      | Kurang   |
| 10               | S.A  | 2                   | 35      | Kurang<br>Sekali | 3                   | 43      | Kurang   |
| Rerata           |      | <b>4</b>            |         | <b>4.5</b>       |                     |         |          |
| Standart Deviasi |      | <b>1,15470</b>      |         | <b>1,08012</b>   |                     |         |          |

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai rerata *pretest* yaitu sebesar 4, lebih kecil dari pada rerata *posttest* yaitu sebesar 4,5. Selisih rerata tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping* namun peningkatannya relatif kecil.

### Pengujian Hipotesis

#### 1. Hasil Uji Beda (Paired Sample t-test)

Untuk mengetahui pengaruh dari perlakuan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas terhadap keterampilan *passing* dan *stopping* dalam permainan sepakbola, langkah pengujinya menggunakan uji-t, yang dalam SPSS Statistics 26 disebut sebagai *paired sample t-test*. Hasil uji beda variabel penelitian masing-masing kelompok penelitian adalah sebagai berikut:

**Tabel 6. Hasil Uji Beda Variabel Penelitian**

| Kelompok                          | Mean    | Std. Deviation | Std. Error Mean | Paired Samples Test                       |  | t      | Df | Sig. (2-tailed) |
|-----------------------------------|---------|----------------|-----------------|---|--|--------|----|-----------------|
|                                   |         |                |                 | 95% Confidence Interval of the Difference |  |        |    |                 |
| Eksperimen 1<br>(2 Sentuhan)      | 2.50000 | 0.52705        | 0.16667         | 2.12297 - 2.87703                         |  | 15.000 | 9  | 0.000           |
| Eksperimen 2<br>(3 Sentuhan)      | 1.90000 | 0.31623        | 0.10000         | 1.67378 - 2.12622                         |  | 19.000 | 9  | 0.000           |
| Eksperimen 3<br>(Sentuhan Bebas)  | 1.10000 | 0.31623        | 0.10000         | 0.87378 - 1.32622                         |  | 11.000 | 9  | 0.000           |
| Kontrol<br>(Latihan Konvensional) | 0.50000 | 0.52705        | 0.16667         | 0.12297 - 0.87703                         |  | 3.000  | 9  | 0.015           |

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa ada perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen 1, kelompok eksperimen 2, dan kelompok eksperimen 3. Karena nilai  $p < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan setelah diberikan perlakuan menggunakan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas. Demikian pula pada kelompok kontrol, juga terdapat perbedaan meskipun perbedaannya relatif lebih kecil dibandingkan dengan kelompok eksperimen.

#### 2. Analisis Varians (ANOVA)

Untuk mengetahui besar perbedaan pengaruh perlakuan terhadap peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping* sebelum dan setelah perlakuan antar kelompok, dilakukan analisis statistik Analysis of Variance (ANOVA). Seperti pada tabel berikut:

**Tabel 7. Analisis statistik Analysis of Variance**

| Variabel  | f <sub>hitung</sub> | Sig (P) | Status  |
|---|---------------------|---------|---------|
| Keterampilan <i>passing</i> dan <i>stopping</i> | 40,941              | 0,000   | Berbeda |

Berdasarkan hasil analisis pada tabel tersebut, diperoleh nilai Fhitung sebesar 40,941 yang lebih besar dari Ftabel = 2,87 dengan nilai signifikansi  $p = 0,00 < 0,05$  ( $p < 0,05$ ). Dengan demikian, H0 ditolak, yang berarti ada perbedaan yang sangat signifikan antara pengaruh ketiga perlakuan (Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan, 3 sentuhan,

dan sentuhan bebas) serta kelompok kontrol terhadap peningkatan keterampilan passing dan stopping antar kelompok penelitian.

### **3. Uji Post-hoc dengan Least Significant Different (LSD)**

Untuk mengetahui kelompok mana yang memiliki pengaruh terbesar terhadap peningkatan keterampilan *passing* dan *stopping*, dilakukan uji post-hoc dengan Least Significant Difference (LSD). Hasil uji post-hoc dengan LSD adalah sebagai berikut:

**Tabel 8. Uji Post-Hoc dengan Least Significant Difference**

| Kelompok     |              | Mean Difference | Sig.  |
|--------------|--------------|-----------------|-------|
| Eksperimen 1 | Eksperimen 2 | 0,60000         | 0,004 |
|              | Eksperimen 3 | 1,40000         | 0,000 |
|              | Kontrol      | 2,00000         | 0,000 |
| Eksperimen 2 | Eksperimen 1 | -0,60000        | 0,004 |
|              | Eksperimen 3 | 0,80000         | 0,000 |
|              | Kontrol      | 1,40000         | 0,000 |
| Eksperimen 3 | Eksperimen 1 | -1,40000        | 0,000 |
|              | Eksperimen 2 | -0,80000        | 0,000 |
|              | Kontrol      | 0,60000         | 0,004 |
| Kontrol      | Eksperimen 1 | -2,00000        | 0,000 |
|              | Eksperimen 2 | -1,40000        | 0,000 |
|              | Eksperimen 3 | -0,60000        | 0,004 |

Berdasarkan hasil uji post-hoc dengan Least Significant Difference (LSD) di atas, dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan passing dan stopping di antara keempat kelompok. Perbedaan tersebut dapat dilihat pada kolom mean difference. Berdasarkan nilai mean difference tersebut, dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen 1 (Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan) lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan passing dan stopping dibandingkan dengan kelompok eksperimen 2 (Kucing-kucingan dengan 3 sentuhan), kelompok eksperimen 3 (Kucing-kucingan dengan sentuhan bebas), dan kelompok kontrol yang hanya melakukan latihan konvensional.

## **PEMBAHASAN**

Kelompok program dengan pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan menunjukkan peningkatan pada keterampilan *passing* dan *stopping* permainan sepakbola. Keterampilan *passing* dan *stopping* kelompok eksperimen meningkat dari *pretest* ke *posttest*. Temuan pada penelitian ini didukung oleh hasil penelitian (Coutinho et al., 2022) yang menyatakan bahwa permainan dengan aturan bermain tertentu, seperti sentuhan terbatas (misalnya 2 sentuhan), mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan pemain muda dalam melakukan passing dan stopping, sehingga sebuah tim lebih mudah melakukan penyerangan. Pernyataan tersebut diperkuat oleh (Rumpf et al., 2025) yang menyatakan bahwa permainan dengan format terbatas (seperti dalam Permainan Tradisional Kucing-kucingan) dapat membantu membentuk keterampilan teknik dan taktik.

Secara teoritis, pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan variasi sentuhan (2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas) tidak hanya meningkatkan keterampilan teknik (seperti passing dan stopping), tetapi juga dapat meningkatkan keterampilan taktik. Dalam latihan Kucing-kucingan, pemain dituntut untuk terus melakukan passing dan stopping, serta

terus bergerak untuk membuka ruang bagi teman satu tim untuk melakukan passing. Sesuai dengan hasil penelitian (Rumpf et al., 2025) permainan dengan format terbatas digunakan oleh pelatih untuk membentuk keterampilan teknik dan taktik. Oleh karena itu, jelas bahwa secara teori, pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dapat meningkatkan keterampilan passing dan stopping permainan sepakbola.

Penelitian sebelumnya yang relevan menunjukkan bahwa pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan variasi sentuhan dapat efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar sepakbola, seperti passing dan stopping. Hal ini didukung oleh hasil penelitian (Mahlangu et al., 2025) yang menyatakan bahwa pemain melakukan passing dan stopping lebih banyak dibandingkan dengan teknik keterampilan lainnya dalam permainan dengan format terbatas.

Untuk kelompok kontrol, meskipun hasil penelitian menunjukkan peningkatan keterampilan passing dan stopping, peningkatannya relatif kecil. Hal ini disebabkan oleh aktivitas lain di luar penelitian, seperti latihan yang diberikan kepada kelompok eksperimen. Aktivitas latihan passing dan stopping, yang dipadukan dengan latihan teknik lainnya seperti dribbling dan shooting, tetap dilakukan setiap sesi latihan, sehingga keterampilan passing dan stopping tetap meningkat meskipun tidak sebesar peningkatan pada kelompok eksperimen.

Dari hasil olah data penelitian pada bab sebelumnya, dapat dikatakan bahwa pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan variasi sentuhan (2 sentuhan, 3 sentuhan, dan sentuhan bebas), serta latihan konvensional pada kelompok kontrol, menunjukkan peningkatan keterampilan passing dan stopping dari pretest ke posttest. Sesuai dengan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan passing dan stopping pada pemain sepakbola SSB MITRA Bangkalan usia 15-16 tahun. Oleh karena itu, dapat direkomendasikan kepada pelatih sepakbola bahwa pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan adalah pendekatan yang tepat dalam meningkatkan keterampilan passing dan stopping pada latihan sepakbola.

## **SIMPULAN**

Pendekatan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan terbukti dapat meningkatkan keterampilan passing dan stopping dalam permainan sepakbola. Begitu pula dengan Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 3 sentuhan dan sentuhan bebas, keduanya juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan tersebut. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengaruh ketiga pendekatan tersebut terhadap peningkatan passing dan stopping. Permainan Tradisional Kucing-kucingan dengan 2 sentuhan memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan passing dan stopping dibandingkan dengan pendekatan 3 sentuhan dan sentuhan bebas. Hal ini menunjukkan bahwa variasi sentuhan dalam permainan tradisional ini dapat mempengaruhi efektivitas latihan dalam meningkatkan keterampilan dasar sepakbola, dengan 2 sentuhan menjadi pendekatan yang paling efektif.

## **REFERENCES**

1. Ali, A. (2011). Measuring soccer skill performance: A review. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 21(2), 170–183. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01256.x>
2. Anwar, G. M., Hanief, Y. N., Supriatna, Azidin, R. M. F. R., & Amiq, F. (2024). Examining the

- influence of eight weeks of small-sided games (SSGs) enhancing pass accuracy and eye-foot coordination: a factorial experimental design. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(2), 275–282. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.02033>
- 3. Bahtra, R., Harahap, F. R., Gemaini, A., Fajri, H. P., & Valencia, W. G. (2025). *Enhancing Endurance : Comparison between Circuit Training and Interval Training in Young Soccer Players*. 13(1), 58–66. <https://doi.org/10.13189/saj.2025.130107>
  - 4. Bellantonio, S., Cunti, A., Tafuri, D., & Priore, A. (2019). Reflecting, coaching and teaching: Linking theory to practice with sport pedagogy. *Sport Science*, 12(1), 16–22.
  - 5. Bouzouraa, M. M., Dhahbi, W., Ghouili, H., Hamaidi, J., & Aissa, M. Ben. (2025). Enhancing problem-solving skills and creative thinking abilities in U-13 soccer players: the impact of rondo possession games' training. *Biology of Sport*, 42(3), 227–238. <https://doi.org/10.5114/biolsport.2025.146782>
  - 6. Branquinho, L., Ferraz, R., & Travassos, B. (2021). *Effects of Different Recovery Times on Internal and External Load During Small- Sided Games in Soccer Experimental Approach to the Problem*. XX(X). <https://doi.org/10.1177/1941738121995469>
  - 7. Budiman, I. A., Yudha, B. A. R., & Anshori, Y. Z. (2021). Increasing self-esteem through traditional sundanese games and sport from Indonesia in physical education. *International Journal of Human Movement and Sports*, 9(4), 25–30. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.091305>
  - 8. Coutinho, D., Gonçalves, B., Santos, S., Travassos, B., & Folgado, H. (2022). Exploring how limiting the number of ball touches during small-sided games affects youth football players' performance across different age groups. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 17(3), 545–557. <https://doi.org/10.1177/17479541211037001>
  - 9. Hill-Haas, S., Dawson, B., Impellizzeri, F., & Coutts, A. (2011). Physiology of Small-Sided Games Training. *Journal of Sports Medicine*, 41(3), 199–220.
  - 10. Julianti, R. R., Suherman, A., Ma'mun, A., Budiana, D., & Sari, E. F. N. (2024). Implementation of intentionally structured psychosocial through folk games and traditional sports in elementary school students. *Retos*, 60, 810–815. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.108208>
  - 11. Kim, N., Lee, S., & Byun, K. (2023). Effects of Limiting the Number of Ball Touches on Physical and Technical Performance of the Junior Football Players during Small-sided Game. *Exercise Science*, 32(1), 100–110. <https://doi.org/10.15857/ksep.2023.32.1.100>
  - 12. Mahlangu, P., Kubayi, A., Toriola, A., & Monyeki, A. (2025). Effects of the number of ball touches among elite youth players during small-sided soccer games. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 65(2), 225–229. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.24.16247-0>
  - 13. Memmert, D., Hillmann, W., Huttermann, S., Klein-Soetebier, T., & Konig, S. (2015). Top 10 research questions related to teaching games for understanding. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 84(4), 347–359. <https://doi.org/10.1080/02701367.2015.1087294>
  - 14. Perez, S., Chamorro, P., Rpdriguez, A., Sanchez, A., & Mena, J. (2019). Effect of the teaching model on the individual technique of soccer players sub-10. *SPORT TK: Revista*

*Euroamericana de Ciencias Del Deporte*, 9(11), 75–84.

15. Permadi, A. A., Sonjaya, A. R., Ainissyifa, H., Triansyah, A., & Pratama, K. W. (2024). Article RETRACTED due to manipulation by the authors Improving basic football skills through first touch training: a comprehensive study. *Retos*. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.101323>
16. Rumpf, M. C., Jäger, J., Altmann, S., & Lochmann, M. (2025). *Touch restriction during small-sided games in soccer — effects on physiological, physical and technical and tactical performance*. October, 14–18. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1705921>