

ABSTRAK

PINA SAPINATU ZAKIYAH. 2026. **Pengaruh latihan *Small Sided Games* terhadap keterampilan *Passing* pada siswi ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 19 garut**, Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Siliwangi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Small Sided Games* (SSG) terhadap keterampilan *Passing* pada siswi ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 19 Garut. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain *one group Pretest-Posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 19 Garut, dengan sampel sebanyak 15 orang yang ditentukan menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan berupa tes keterampilan *Passing* futsal. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes awal (*Pretest*) dan tes akhir (*Posttest*). Teknik analisis data meliputi uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis menggunakan uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan *Passing* setelah diberikan perlakuan berupa latihan *Small Sided Games*, yang ditunjukkan dengan adanya perbedaan signifikan antara nilai *Pretest* dan *Posttest*. Hal ini membuktikan bahwa latihan *Small Sided Games* efektif dalam meningkatkan keterampilan *Passing*, karena mampu menciptakan situasi permainan yang menyerupai kondisi pertandingan sebenarnya sehingga pemain lebih aktif, cepat dalam pengambilan keputusan, serta terbiasa bermain di bawah tekanan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan *Small Sided Games* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan *Passing* pada siswi ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 19 Garut.

Kata kunci: Futsal, Latihan Olahraga, *Passing*, *Small Sided Games*, Teknik Dasar

ABSTRACT

PINA SAPINATU ZAKIYAH. 2026. *The Effect Of Small-Sided Games Training On Passing Skills In Extracurricular Futsal Students At State Senior High School 19 Garut*, Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Siliwangi.

This study aims to determine the effect of Small Sided Games (SSG) training on Passing skills in female futsal extracurricular students at SMA Negeri 19 Garut. The method used is an experimental method with a one-group Pretest-Posttest design. The population in this study were all female futsal extracurricular students at SMA Negeri 19 Garut, with a sample of 15 people determined using the total sampling technique. The research instrument used was a futsal Passing skills test. Data collection techniques were carried out through initial tests (Pretest) and final tests (Posttest). Data analysis techniques included normality tests, homogeneity tests, and hypothesis tests using t-tests. The results showed that there was an increase in Passing skills after being given treatment in the form of Small Sided Games training, as indicated by a significant difference between the Pretest and Posttest scores. This proves that Small Sided Games training is effective in improving Passing skills, because it is able to create Game situations that resemble real match conditions so that players are more active, quick in decision making, and accustomed to playing under pressure. Thus, it can be concluded that Small Sided Games training has a significant effect on improving Passing skills in female futsal extracurricular students at SMA Negeri 19 Garut.

Keywords: Futsal, Sports Training, Passing, Small Sided Games, Basic Techniques