
PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SERANGAN SET PLAYS: METODE POWER PLAY FUTSAL PADA PEMAIN EKSTRAKURIKULER SEKOLAH MENENGAH ATAS

DEVELOPMENT OF SET PLAYS ATTACK TRAINING MODEL: FUTSAL POWER PLAY METHOD IN HIGH SCHOOL EXTRACURRICULAR PLAYERS

Surya Argam¹, Arif Hidayat^{*2}, I Bagus Endrawan³, Muhammad Haris Satria⁴, Rendi Alfani⁵

^{1,2,3,4,5} Department of Sports Education, Faculty of Social Humanities, Bina Darma University, Indonesia

***Corresponding Author: Arif Hidayat, arif.hidayat@binadarma.ac.id**

Abstrak

Proses pemberian taktik yang unggul dalam upaya memberikan perlawanan merupakan konsep tujuan untuk mendapatkan prestasi yang gemilang. Dengan adanya taktik yang berkualitas akan dapat mempermudah pemain unggul dalam suatu pertandingan, salah satunya menggunakan teknik penyerangan power play. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui dan mengidentifikasi apakah model latihan serangan Set Plays melalui Power Play dapat meningkatkan indeks kemampuan bermain pemain futsal Sekolah Menengah Atas Palembang. Metode penelitian yang digunakan adalah menggunakan R&D untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. setelah dilakukan Presentase, pada uji coba kelompok kecil sebesar 90% sedangkan pada uji coba kelompok besar diperoleh presentase 95% dapat dilihat dengan adanya peningkatan presentasenya sebelum direvisi kecil dan setelah dilakukan revisi produk. Kemudian berdasarkan hasil presentase pada validasi pelatih diperoleh hasil 92,5% "Baik Sekali", Hal ini menunjukkan bahwa subjek yang diteliti, siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 8 Palembang dan SMA Negeri 9 Palembang, mengalami peningkatan yang signifikan sejak penerapan model latihan Serangan Set Plays melalui power Play pada permainan futsal di sekolah menengah atas kota Palembang. Implikasi dari penelitian ini terletak pada pemberian stimulus taktik yang optimal. Sehingga dapat dijadikan acuan oleh para pelatih dalam memberikan kualitas permainan yang lebih optimal.

Kata Kunci: Pengembangan, Set Plays, Power Play, Futsal, Atlet Amatir.

Abstract

The process of providing superior tactics in an effort to provide resistance is a concept of the goal to get a brilliant achievement. With quality tactics, it will be easier for players to excel in a match, one of which is using power play attack techniques. This study aims to find out and identify whether the Set Plays attack training model through Power Play can increase the playability index of Palembang High School futsal players. The research method used is to use R&D to produce a specific product, and test the effectiveness of that product. after the percentage, in the small group trial it was 90% while in the large group trial the percentage was 95%, which can be seen by the increase in the percentage before the small revision and after the product revision. Then based on the results of the percentage in the coach validation, a result of 92.5% "Very Good", This shows that the subjects studied, futsal extracurricular students at SMA Negeri 8 Palembang and SMA Negeri 9 Palembang, have

experienced a significant increase since the application of the Practice Model of Attack Set Plays through power Play in futsal games in high schools in the city of Palembang. The implication of this study lies in the provision of optimal tactical stimulus. So that it can be used as a reference by coaches in providing more optimal game quality.

Keywords: *Development, Set Plays, Power Play, Futsal, Amateur Athletes.*

PENDAHULUAN

Olahraga saat ini menjadi sebuah trend atau gaya hidup bagi sebagian masyarakat umum, bahkan hingga menjadi sebuah kebutuhan mendasar dalam hidup (de Oliveira et al., 2019). Olahraga menjadi kebutuhan yang sangat penting karena tidak terlepas dari kebutuhan mendasar dalam melaksanakan aktivitas gerak sehari-hari. Menurut Undang-Undang RI No. 11 tahun 2022 tentang sistem Keolahragaan Nasional dikatakan olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Selanjutnya tujuan beraktivitas olahraga adalah memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai-nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin dan membina kesatuan dan persatuan bangsa (Villanueva-Guerrero et al., 2024).

Selain itu, olahraga dasar dapat diambil dari orang-orang kapan saja dan di mana saja tanpa memperhatikan dan membedakan jenis kelamin, suku, ras, atau atribut lain yang dianggap sebagai diskriminasi (Rinaldo et al., 2022). Menurut (Munir et al., 2022) menyatakan bahwa hakekat olahraga menggambarkan gaya hidup masyarakat bangsa tertentu. Selain itu, menurut (Naser et al., 2017) menyatakan bahwa hal ini benar. hidup masyarakat di negara tertentu. Seperti yang sering kita katakan, kekuatan suatu negara ditentukan oleh kinerjanya secara keseluruhan. Olahraga memiliki cita-cita dan nilai luhur: cita-cita suatu masyarakat yang berusaha melalui kegigihan dan gotong royong melalui prestasi atlet; dan nilai-nilai suatu masyarakat yang terungkap melalui kegigihan dan gotong royong melalui prestasi atlet (Ismail et al., 2016).

Dengan berolahraga atau melakukan aktifitas fisik yang teratur dapat mengurangi resiko penyakit kronis, mengurangi stress dan depresi, meningkat kesejahteraan emosional, tingkat energi, kepercayaan diri dan kepuasan dengan aktivitas sosial (Putra et al., 2024). Menurut (Li et al., 2023) mengatakan pada dasarnya olahraga adalah tentang partisipasi. Olahraga menyatukan individu dan komunitas, menyoroti kesamaan dan menjembatani perbedaan budaya atau etnis. Olahraga menyediakan forum untuk belajar keterampilan seperti disiplin, kepercayaan diri, dan kepemimpinan dan mengajarkan prinsip-prinsip inti seperti toleransi, kerja sama, dan rasa hormat (Arifin & Aryanada, 2019). Olahraga mengajarkan nilai usaha dan bagaimana mengatur kemenangan dan juga kekalahan (Kartadinata & Faruk, 2019). Saat ini aspek positif dari olahraga ditekankan, olahraga menjadi kendaraan yang kuat yang melaluinya. Berdasarkan penjelasan menurut para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa olahraga merupakan suatu kegiatan yang bersifat fisik mengandung unsur-unsur permainan serta berisi perjuangan dengan diri sendiri dengan orang lain yang terkait dengan interaksi lingkungan atau unsur alam yang terbuka bagi seluruh lapisan masyarakat sesuai dengan kemampuan dan kesenangan. Kegiatan olahraga tergantung dari sikap seseorang dari mana dia memaknainya, karena

beragam definisi olahraga disebabkan oleh karakteristik olahraga itu sendiri yang semakin berkembang, semakin lama semakin berubah dan semakin kompleks baik dari jenis kegiatannya, dan juga penekanan motif yang ingin dicapai ataupun konteks lingkungan sosial budaya tempat pelaksanaannya (Nia et al., 2025).

Olahraga futsal saat ini menjadi salah satu pilihan yang favorit masyarakat untuk berolahraga (Asmara, Munir, et al., 2023). Futsal menjadi pilihan karena permainannya melibatkan banyak orang. Futsal tidak hanya dapat dimainkan orang dewasa saja, tetapi juga anak-anak (Aprilianto & Fahrizqi, 2020). Futsal berkembang dengan cepat, hal ini ditandai dengan munculnya perkumpulan atau klub futsal dan sekolah futsal yang sudah mulai banyak didirikan diberbagai kota besar. Sekolah futsal menjadi sarana untuk mengembangkan bakat para pemain futsal sejak dini (Ferdiansyah et al., 2020). Pada satuan pendidikan, hampir setiap sekolah saat ini juga memiliki ekstrakurikuler futsal untuk peserta didiknya. Hal ini menjadi sarana bagi peserta didik untuk mengembangkan bakat dan kemampuannya dalam bermain futsal.

Futsal dan sepakbola berhubungan sangat erat dan dekat, namun keduanya sebenarnya memiliki karakteristik permainan yang berbeda (Asmara, Indrawan, et al., 2023). Futsal saat ini sangat kental dengan nuansa sepakbola sebab hampir semua bentuk latihan dan prinsip bermain relatif sama dengan sepakbola, padahal futsal memiliki bentuk dan ukuran lapangan yang relatif berbeda dari sepakbola. Lapangan futsal jauh lebih sempit dan permukaan lapangan yang berbeda tekstur, ukuran gawang yang relatif lebih kecil, bola yang relatif kecil dan jenis pantulan yang berbeda, bahkan jumlah pemain relatif lebih sedikit, serta peraturan-peraturan permainan yang relatif jauh berbeda, maka dapat dikatakan tidak serta merta pemain sepakbola mampu beradaptasi dalam permainan futsal. Dengan perbedaan-perbedaan karakteristik permainan dan peraturan yang digunakan, maka sangat logis jika dibutuhkan strategi dan teknik-teknik khusus yang mendukung permainan futsal (et al., 2024). Menurut (Ismail et al., 2016) Olahraga futsal termasuk dalam olahraga tim, prestasi sebuah tim terbentuk dari hasil koordinasi dan kerja sama antar individu. Menurut (Spyrou et al., 2022) mengemukakan bahwa dalam permainan olahraga apapun, kerjasama tim atau teamwork sangat penting sehingga selalu diutamakan. Kerja sama sebuah tim dapat berjalan apabila didukung kemampuan dan keterampilan tertentu dari setiap individu. Sehingga permainan futsal menuntut teknik penguasaan bola tinggi, kerjasama antar pemain, dan kekompakan tim. Sesuai dengan tujuan futsal yaitu mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, maka strategi penyerangan yang efektif akan sangat diperlukan dalam menghasilkan sebuah gol tim.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada pemain ekstrakurikuler futsal Sekolah Menengah atas di Palembang terungkap adanya permasalahan yang dihadapi oleh pelatih dan pemain ekstrakurikuler futsal terkait dengan kegiatan ekstrakurikuler futsal. Permasalahan yang dihadapi pada pelaksanaan ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 8 Palembang pelatih kurang memberikan bentuk-bentuk latihan yang bervariasi. Lebih lanjut pelatih belum memberikan model-model latihan penyerangan yang variatif dan efektif kepada pemain ekstrakurikuler futsal. Bahkan berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, pelatih sekalipun kurang

memberikan latihan penyerangan powerplay. Padahal dalam futsal sekarang ini powerplay harus dilatihkan untuk dapat mengejar ketertinggalan ketika skor tim kita tertinggal dan waktu pertandingan semakin sedikit. Terkait dengan strategi penyerangan peserta ekstrakurikuler futsal sendiri ditemukan beberapa masalah pemahaman dari segi tingkat penguasaan variasi penyerangan tersebut.

Terdapat beberapa kekurangan yang perlu diperbaiki dari cara bermain mereka salah satunya yaitu kemampuan menyerang dalam bermain futsal. Mereka kurang terlatih dalam pengorganisasian penyerangan, kebanyakan mereka belum paham dengan variasi penyerangan dalam futsal terutama dalam situasional tertentu. Selama ini pelatih lebih menekankan latihan teknik, fisik, dan mental. Sedangkan latihan strategi jarang diberikan terutama pada strategi penyerangan dalam permainan futsal. Hal ini akan berakibat kurang pahamnya pemain terhadap hal apa yang harus dilakukan terlebih pada situasional yang berubah-ubah yang terjadi di dalam sebuah pertandingan. Padahal prestasi pemain futsal tidak terlepas dari peran pelatih (Alfiyansah, 2011). Pelatih harus jeli dalam menentukan strategi permainan, seperti halnya pemain yang berada di lapangan. Salah satu syarat untuk dapat membaca jalannya suatu pertandingan adalah saat pelatih harus mampu melihat "situasi futsal" dengan segala masalah yang ada pada situasi tersebut. Teknik adalah kunci dalam bermain futsal karena membantu pemain menunjukkan keterampilan taktik dan mental mereka. Jika pemain menguasai teknik secara menyeluruh, mereka dapat tetap tenang secara mental.

Komponen teknik bermain futsal dibagi menjadi gerakan menggunakan bola dan tanpa bola (Agustan & Hidayat, 2021). Selain itu, ada beberapa elemen dasar yang membentuk pola penyerangan dan pertahanan, seperti penguasaan bola, komposisi pemain, dan pola formasi permainan. Hasilnya menunjukkan bahwa ada masalah dengan model latihan penyerangan futsal yang diberikan kepada peserta ekstrakurikuler futsal sekolah menengah atas di Palembang. Model tersebut tidak sesuai dengan permainan di lapangan atau kurang sesuai dengan kondisi saat bertanding. Hal ini disebabkan kurangnya bentuk latihan penyerangan variatif yang diberikan pelatih kepada peserta ekstrakurikuler futsal sekolah menengah atas untuk diterapkan pada pertandingan yang sesungguhnya. Sehingga peneliti ingin mengembangkan model latihan penyerangan (set plays) melalui powerplay pada ekstrakurikuler futsal sekolah menengah atas di Palembang.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pengembangan yang bertujuan untuk Mengembangkan Model Latihan Serangan Set Plays: Metode Power Play Futsal Pada Pemain Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas yang dimana populasi pada penelitian ini berjumlah 20. Dan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling, Sehingga sampel pada penelitian ini berjumlah 20 sampel dengan membagi sebanyak 5 sampel uji skala kecil dan 15 uji skala besar. Adapaun tahap-tahap prosedur model latihan disajikan pada gambar dibawah ini.



Gambar 1. Rancangan Desain Pengembangan

Peneliti membuat desain produk yang dikembangkan berdasarkan hasil analisis kebutuhan. Peneliti mengembangkan Model Latihan Serangan Set Plays: Metode Power Play Futsal Pada Pemain Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas untuk digunakan dalam kegiatan pelatihan. Uji coba produk dilakukan setelah validator melakukan revisi dan perbaikan. Tujuan dari uji coba ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif produk yang dikembangkan. Desain uji coba produk dilakukan dengan cara validasi produk dan uji coba. Validasi produk dilakukan oleh validator ahli pembelajaran futsal dan pelatih, serta ahli gerak.

Instrumen penelitian pengembangan yang digunakan untuk mengumpulkan data pada pengembangan variasi latihan futsal pada kegiatan ekstrakurikuler di SMP Plakat Tinggi yaitu: ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 8 Palembang dan SMA Negeri 9 Palembang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan hasil survei, kuisioner angket, atau studi statistik. Data hasil penilaian hasil yang diperoleh peneliti angket yang berisi respon siswa yang berisi pertanyaan mengenai product pembelajaran berbasis multimedia yang akan dikembangkan.

HASIL

Studi ini telah mencapai tahap hasil dan diskusi, dan fokusnya adalah membuat model latihan serangan Set Plays yang dapat digunakan oleh siswa yang bermain futsal di luar kelas melalui Power Play. Pembuatan model ini dimulai dengan melakukan analisis kebutuhan yang telah dilakukan sebelumnya.

1. Potensi dan Masalah

Pengembangan penelitian membutuhkan sebuah potensi untuk dapat dikembangkan. Dalam penelitian ini potensi yang dikembangkan yaitu model latihan serangan set plays melalui power play futsal ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas di Palembang. Masalah dalam penelitian ini yaitu kurangnya kemampuan tim futsal dalam memanfaatkan variasi serangan set plays melalui power play secara efektif.

2. Pengumpulan Data

Dalam proses pengumpulan informasi, peneliti perlu melakukan penelitian pendahuluan berdasarkan potensi dan masalah yang ada. Penelitian pendahuluan

dilakukan untuk mengetahui produk seperti apa yang dibutuhkan. Penelitian pendahuluan dapat dilakukan dengan melaksanakan studi lapangan (observasi).

3. Desain Produk

Perancangan dan penyusunan desain produk awal pengembangan model latihan serangan set plays melalui power play pemain futsal Sekolah Menengah Atas di Palembang. Validasi materi kepada ahli yang terlibat dalam penelitian yakni ahli pembelajaran futsal. Hasil dari validasi kemudian dianalisis untuk memperbaiki rancangan model sebelum diujicobakan.

4. Design Validation

Validasi penelitian ini dilakukan oleh 3 ahli, yaitu ahli akademisi dan praktisi dilakukan oleh Pelatih Futsal IGS Berlisensi Nasional, Validasi ahli gerak dan model latihan dilakukan oleh Dosen Universitas Bina Darma, Kemudian validasi ahli Kepelatihan Futsal dilakukan oleh Pelatih futsal SMA Negeri 8 Palembang Dengan Lisensi level Nasional. Pada tahap ini dilakukan validasi desain dengan diberikan hasil model latihan serangan Set Plays melalui Power Play dalam permainan futsal siswa ekstrakurikuler melalui lembar kusioner penilaian yang diberikan penulis. Kemudian model latihan serangan Set Plays melalui Power Play dalam permainan futsal siswa ekstrakurikuler ini dilakukannya revisi oleh para ahli untuk kemudian di uji coba kelompok kecil.

Berdasarkan pengumpulan data saran & kritik dari ahli akademisi dan praktisi futsal, ahli kepelatihan futsal, maka diperlukan revisi kecil untuk penyempurnaan produk. Maka dari itu penulis melakukan revisi produk model latihan serangan set plays melalui power play futsal kemudian dilakukan uji coba.

Tabel 1. Hasil Revisi Validasi Ahli

No	Ahli	Bagian yang direvisi	Komentar dan Saran
1.	Akademisi dan Praktisi Futsal		Model Latihan harus sesuai dengan yang di praktikkan
2.	Gerak dan Model Latihan	warna baju kiper sebaiknya berbeda, Sesuaikan posisi pemain, perbaiki arah gerak bola, penjelasan harus sesuai dengan gambar dan cara pelaksanaannya.	Dalam pembuatan model ini harus sesuai dengan gambar, runut dan dapat dipahami (tidak ambigu). Kemudian untuk set play kick in sebaiknya jangan dari kiper.
3.	Kepelatihan futsal		Cara pelaksanaan harus sesuai dengan gambar, Set play dari kick in lebih baik pemain tidak perlu melakukan overlap.

5. Uji Coba Skala Kecil

Setelah melakukan proses validasi ahli kemudian melakukan uji coba skala

kecil serta melakukan draf tahap awal. Uji coba skala kecil dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Negeri 8 Kota Palembang dengan sampel siswa ekstrakurikuler berjumlah 15 orang. Adapun angket sebagai berikut.

Tabel 2. Hasil Angket Uji Coba Skala Kecil

No	Nama	Soal										Jumlah	%
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	MD	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	35	87,5%
2	MHI	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	34	85%
3	MAP	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	34	85%
4	DS	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	33	82,5%
5	EVP	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	35	87,5%
6	RS	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	37	92,5%
7	VAS	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	39	97,5%
8	DF	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100%
9	ADP	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	35	87,5%
10	WP	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	36	90%
11	HIN	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	37	92,5
12	RA	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	37	92,5%
13	EFB	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	40	100%
14	SAP	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	33	82,5%%
15	YP	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	40	100%
Rata-rata											545	90,%	

Hasil uji coba skala kecil diatas diketahui bahwa 15 siswa telah melaksanakan model latihan Serangan *Set Plays* Melalui *Power Play* pada permainan futsal. Hal ini sesuai dengan hasil angket siswa yang telah dibagikan memperoleh nilai skor **545** dari skor maksimal **600** atau dapat diartikan bahwa kelayakan model latihan Serangan *Set Plays* Melalui *power Play* pada permainan futsal yaitu sebesar **90,%** dinyatakan "Baik" dan layak digunakan dengan revisi kecil. Pengembangan model latihan Serangan *Set Plays* Melalui *power Play* pada permainan futsal sebagai salah satu cara latihan untuk meningkatkan kemampuan bermain siswa Sekolah Menengah Atas ekstrakurikuler futsal di kota Palembang.

6. Uji Coba Skala Besar

Uji coba skala besar merupakan uji coba terakhir yang dilakukan oleh penulis untuk mendapatkan hasil penelitian yang sudah direvisi produk oleh penulis berdasarkan saran dan kritik dari para ahli serta berdasarkan hasil uji coba kelompok kecil, selanjutnya yaitu uji coba kelompok besar meliputi, jumlah instrument 10 butir soal dengan subjek 20 siswa adapun data angket untuk siswa ekstrakurikuler futsal SMA 9 kota Palembang adalah sebagai berikut.

Tabel 3. Hasil Angket Uji Coba Skala Besar

No	Nama	Soal										Jumlah	%
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	DAF	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100
2	MRF	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	36	90
3	RDC	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31	77,5
4	KF	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	37	92,5
5	AMD	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100
6	MH	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	36	90
7	MF	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	35	87,5
8	IP	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	75
9	MIR	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100
10	MF	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100%
11	AP	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100%
12	MAP	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	39	97,5%
13	MFW	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	39	97,5%
14	DA	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	39	97,5%
15	RSP	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100%
16	MAS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100%
17	DWS	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	38	95%
18	IHP	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	39	97,5%
19	AG	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100%
20	TK	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	100%
Rata-Rata											759	95%	

Dari data hasil uji coba skala besar diatas diketahui bahwa 20 siswa telah memainkan model latihan Serangan *Set Plays* Melalui *power Play* pada permainan futsal. Hal ini sesuai dengan hasil angket siswa yang telah dibagikan memperoleh nilai rata-rata di SMAN 8 Palembang sebesar **95%**. Dari data analisis sekolah tersebut rata-rata uji coba skala besar mendapatkan skor **95** yang berarti pengembangan model latihan Serangan *Set Plays* Melalui *power Play* pada permainan futsal ini memiliki kualitas yang sangat baik dan layak digunakan.

PEMBAHASAN

Proses pengembangan model latihan Serangan *Set Plays* Melalui *Power Play* pada permainan futsal di sekolah menengah atas kota Palembang telah dilakukan dalam beberapa tahap sesuai dengan prosedur penelitian dan pengembangan ini. Tahap pertama adalah pembuatan model latihan serangan. Pada tahap pembuatan model, informasi dan materi dikumpulkan dari berbagai sumber, termasuk buku dan jurnal.

Berdasarkan hasil perhitungan pada uji coba kelompok kecil dan kelompok besar dan validasi pelatih yang berupa penilaian terhadap tingkat implementasi kelayakan pengembangan model latihan Serangan *Set Plays* Melalui *power Play* pada permainan futsal di sekolah menengah atas kota Palembang, tiga ahli yaitu, ahli akademisi dan praktisi, ahli gerak & Model latihan, ahli kepelatihan futsal hasilnya jika dirata-ratakan, masing-masing diperoleh kategori "Baik Sekali". setelah dilakukan Presentase, pada uji coba kelompok kecil sebesar **90%** sedangkan pada uji coba kelompok besar diperoleh presentase **95%** dapat dilihat dengan adanya peningkatan presentasinya sebelum direvisi kecil dan setelah dilakukan revisi produk. Kemudian berdasarkan hasil presentase pada validasi pelatih diperoleh hasil **92,5%** "Baik Sekali". Hal ini menunjukkan bahwa subjek yang diteliti, siswa ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 8 Palembang dan SMA Negeri 9 Palembang, mengalami peningkatan yang signifikan sejak penerapan model latihan Serangan *Set Plays* melalui *power Play* pada permainan futsal di sekolah menengah atas kota Palembang. Tempat di mana siswa dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam teknik serangan futsal melalui *Set Play* dan *Power Play*, yang keduanya sangat berpengaruh pada kualitas permainan futsal. Ini sesuai dengan tujuan penelitian.

Dengan adanya model latihan Serangan *Set Plays* melalui *power Play* ini akademisi dan pelatih futsal dapat mengembangkan metode latihannya sehingga mempermudah dan lebih efisien dalam model latihan Serangan *Set Plays* melalui *power Play* futsal serta para siswa dapat mempelajari serta memahaminya secara mandiri. Model latihan Serangan *Set Plays* melalui *power Play* futsal diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif bagi pelatih dalam upaya meningkatkan pengetahuan serta meningkatkan kemampuan siswanya dalam ekstrakurikuler futsal pada teknik serangan dalam permainan futsal.

Model latihan tentang bagaimana penjaga gawang dapat membantu menyerang ketika lawan melakukan pertahanan tertentu. Ini karena ketika tim dalam keadaan tertinggal, salah satu cara untuk memulai serangan adalah ketika mereka tertinggal. Dalam permainan futsal, Powerplay adalah sistem yang digunakan ketika sebuah tim ingin menyerang dengan 1 pemain atau lebih dan

penjaga gawang membantu penyerangan. Dalam futsal, penjaga gawang tidak hanya harus menjaga gawang, mereka juga harus menyerang sebagai pemain kelima. Model yang dikembangkan merupakan bentuk atau pola pergerakannya, yaitu bagaimana pemain menempatkan posisi dan melakukan pergerakan dengan atau tanpa bola selain juga bagaimana pemain dapat membuka ruang dalam melakukan penyerangan karena hal ini perlu dilatih ketika latihan (Husyaeri & Saleh, 2022). Dengan bekal latihan yang ajeg, progresif, dan komprehensif, diharapkan bentuk pola bermain akan menjadi gerak yang otomatis (Cahyanto & Kafrawi, 2017). Oleh karena itu dalam permainan futsal dikenal dengan istilah set plays, yaitu permainan yang direncanakan. Dengan adanya model latihan penyerangan (set plays) melalui powerplay futsal, harapannya peserta bisa antusias menjalani latihan, dapat keluar dari tekanan lawan serta mampu menerapkan penyerangan futsal yang terorganisir dengan baik dan efektif, sehingga memperbesar peluang untuk menghasilkan gol dalam setiap pertandingan. Pada akhirnya model latihan penyerangan (set plays) melalui powerplay yang dikembangkan ini diharapkan dapat meningkatkan indeks kemampuan bermain peserta ekstrakurikuler futsal di sekolah menengah atas. Set Play adalah serangan dengan mengatur seluruh pemain dalam satu tim yang memiliki tugas masing-masing dalam lajur gerakan tertentu (Lestari, Ni Kadek Yuni dan Laksmi, 2020).

Set play ini merupakan serangan yang sistematis dan juga ada koneksi dari pertandingan sudah bisa otomatis. Dalam penyerangan ini sangat baik dilakukan apabila dalam pertahanan lawan sulit ditembus dan juga sangat bagus juga untuk mengatur tempo di dalam permainan (Salvador et al., 2024). Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai teknik, strategi, dan taktik permainan. Ini sangat bermanfaat bagi pelatih dan pemain untuk meningkatkan performa tim. Misalnya, studi tentang pola pergerakan pemain atau cara bertahan dalam futsal dapat membantu dalam merancang strategi yang lebih efektif. Selain itu, dapat memahami tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran, keterampilan teknis, dan mentalitas pemain dapat menghasilkan metode pelatihan yang lebih efisien dan berbasis bukti. Ini bisa meningkatkan kualitas pemain futsal di tingkat profesional maupun amatir.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwasannya Power Play adalah sistem yang dilakukan pada saat sebuah tim ingin menyerang dengan 1 pemain atau lebih, dalam hal ini penjaga gawang ikut membantu penyerangan. Dalam futsal, peran penjaga gawang tidak hanya bertugas untuk mengamankan gawang. Penjaga gawang juga dituntut untuk berpartisipasi menyerang sebagai pemain kelima. Power play yang digunakan harus memiliki sirkulasi passing lebih cepat, ini bertujuan agar pemain lawan terkecoh dalam melakukanantisipasi. Terkadang juga sang pelatih ingin menerapkan strategi ini lebih awal untuk menganalisa teknik permainan lawan. Untuk melakukan strategi ini membutuhkan suatu team work yang solid. Sehingga implikasi dari penelitian ini terletak pada suatu produk latihan yang dapat didesiminasikan oleh para pelatih atau guru dalam meningkatkan servis atas permainan bola voli khususnya pada atlet kelas amatir.

ACKNOWLEDGMENTS

Kami ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pemangku kepentingan yang telah membantu baik dalam pengumpulan data maupun lainnya. Semoga artikel ini dapat berkontribusi bagi pembaca.

CONFLICTS OF INTEREST

Tidak ada konflik dalam penelitian ini selama penelitian.

REFERENCES

- Agustan, B., & Hidayat, A. R. (2021). Play Teach Play: Pengaruhnya Terhadap Kemampuan Passing Futsal. *Physical Activity Journal*, 2(2), 159. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.2.2.3875>
- Alfiyansah, M. H. (2011). Pengembangan Strategi Menyerang Dan Bertahan Permainan Futsal Melalui “ Mobilephone .” *Pengembangan Strategi Menyerang Dan Bertahan Permainan Futsal Melalui “Mobilephone,”* 1(1), 438–448. <https://core.ac.uk/download/pdf/267024225.pdf>
- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.122>
- Arifin, S., & Aryanada, I. dewa made. (2019). Analisis Terjadinya Gol Tim Futsal Putra Universitas Negeri Surabaya Pada POMDA Tahun 2019. *Jurnal Mahasiswa Unesa*, 2(3), 1–7. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/31183/28321>
- Asmara, M., Indrawan, W., Munir, A., Fitriani, Z. A., & Isrsyad, N. Y. (2023). Contribution of Agility and Flexibility to Football Dribbling Skills in Junior High School Extracurricular Students. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 3(1), 48–59. <https://doi.org/10.53863/mor.v3i1.684>
- Asmara, M., Munir, A., Fitriani, Z. A., Munir, S., & Siswoyo, J. (2023). The Performance Of Futsal Coaches In The Application Of Process Methods And. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 1. <https://doi.org/10.33222/juara.v8i1.2579>
- Azizah, A. R., & Umam, M. (2024). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepak Bola Siswa Smp Diponegoro Sampang. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 12(2009), 103–111. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v12i1.2137>
- Cahyanto, M., & Kafrawi, F. R. (2017). Analisis Gol Pada Futsal Championship ITS Tingkat SLTA Se-Jawa Timur Tahun 2016. *E-Journal Kesehatan Olahraga*, 07(3), 104–108. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/17828>
- de Oliveira, R. S., Borin, J. P., Fernandes, P. T., Uchida, M. C., & Borges, T. de O. (2019). Description of 18 weeks integrated training on the displacement

speed in Brazilian futsal players. *Revista Brasileira de Ciencias Do Esporte*, 41(3), 308–313. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.06.001>

Ferdiansyah, R., Imanuddin, I., & Fitri, M. (2020). Dampak Kelelahan terhadap Pengambilan Keputusan di Dalam Permainan Futsal. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(2), 69–71. <https://doi.org/10.15294/miki.v10i2.23463>

Harahap, A. M., & Romualdo, A. (2024). Perspektif Pemantauan Dasar-Dasar Kepelatihan Pada Pelatih Olahraga. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 12, 338–345. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v12i3.3101>

Husyaeri, E., & Saleh, B. M. (2022). Metode Latihan Drill Untuk meningkatkan kemampuan Passing pada permainan Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(2), 521–525. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1966>

Ismail, S. I., Sulaiman, N., & Adnan, R. (2016). The Most Utilized Rotation and Translation Movement while in Ball-Possession among Futsal Players. *Procedia Engineering*, 147, 116–121. <https://doi.org/10.1016/j.proeng.2016.06.199>

Kartadinata, D., & Faruk, M. (2019). Efektivitas Taktik Power Play Futsal Dalam Memncetak GOL. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(3), 1–8. <https://ejournal.upi.edu/index.php/JKO/article/view/16781>

Li, T., Xu, Q., Wang, S., Qi, K., Su, P., Silva, R. M., Sarmiento, H., & Clemente, F. M. (2023). Effects of recreational small-sided games from different team sports on the improvement of aerobic fitness in youth sedentary populations: A systematic review. *Heliyon*, 9(11), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e22041>

Mahyuddin, R., & Siregar, F. S. (2024). Pengaruh Latihan Otot Tungkai Menggunakan Resistance Band Dalam Peningkatan Akurasi Shooting Futsal Mahasiswa Fikk Unm. the Effect of Lemb Muscle Training Using Resistance Bands in Increasing the Accuracy of Futsal Shooting for Fikk Unm Students. *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan*, 12(1), 48–55. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v12i1.2044>

Mauladani, R. F., Hermawan, I., & Permadi, A. A. (2024). Pengaruh latihan power play terhadap kontribusi goalkeeper dalam permainan futsal. *Jurnal Porkes*, 7(1), 136–145. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.24093>

Munir, A., Zahed, A., Qurtubi, A., & Wahyudir, A. N. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Passing Sepak Bola Pada Siswa Sekolah Dasar Dengan Metode Sport For Dvelopment. *Jendela Olahraga*, 7(2), 119–129. <https://doi.org/10.26877/jo.v7i2.12004>

Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017). Physical and physiological demands of futsal. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 15(2), 76–80.

<https://doi.org/10.1016/j.jesf.2017.09.001>

- Nia, T. A., Nasrulloh, A., Nugroho, S., Padli, Munir, A., & Zarya, F. (2025). Effect of skipping and box jump exercises on leg muscle explosiveness: badminton amateur athletes. *Retos*, 62, 1067–1071. <https://doi.org/10.47197/retos.v62.109429>
- Putra, A. N., Edmizal, E., Wulandari, I., Amra, F., Atradinal, Zarya, F., & Munir, A. (2024). Small Sided Games Training Model to Improve Basic First Touch Football Technical Skills of Football School Students. *Journal for Lesson and Learning Studies*, 7(1), 24–31. <https://doi.org/10.23887/jlls.v7i1.74948>
- Rinaldo, M. A., de Souza, E. G., da Silva, K. A., Cardoso, P. C., Milanez, V. F., & de Paula Ramos, S. (2022). Contextual situations in competitions that influence well-being and recovery of Futsal athletes before home official matches. *Apunts Sports Medicine*, 57(214). <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2022.100385>
- Salvador, R., Panggalaha, P., Hakim, A. A., Widodo, A., & Bawono, M. N. (2024). Analisis Teknik Bermain Futsal Timnas Futsal Putra Indonesia Pada Kualifikasi Piala Asia Futsal 2024. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 2(3). <https://doi.org/10.59841/jumkes.v2i3.1494>
- Spyrou, K., Alcaraz, P. E., Marín-Cascales, E., Herrero-Carrasco, R., Pereira, L. A., Loturco, I., & Freitas, T. T. (2022). Injury rates following the COVID-19 lockdown: A case study from an UEFA futsal champions league finalist. *Apunts Sports Medicine*, 57(213), 0–3. <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2021.100377>
- Villanueva-Guerrero, O., Lozano, D., Roso-Moliner, A., Nobari, H., Lago-Fuentes, C., & Mainer-Pardos, E. (2024). Effects of different strength and velocity training programs on physical performance in youth futsal players. *Heliyon*, 10(10), e30747. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e30747>