

## **PENGARUH LATIHAN *SHOOTING* MENGGUNAKAN METODE *DRILL* TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN FUTSAL SISWA SEKOLAH DASAR**

**Aranda Firdaus<sup>1</sup>, Yudha M Saputra<sup>2</sup>, Adang Sudrazat<sup>3</sup>**

**Abstrak:** Olahraga merupakan suatu kebutuhan bagi setiap individu manusia dan merupakan salah satu faktor penting dalam upaya meningkatkan kondisi fisik. Futsal merupakan salah satu jenis olah raga yang banyak diminati oleh masyarakat, baik dikalangan anak-anak, remaja, maupun dewasa. Dimana tujuannya adalah mencetak gol ke arah gawang lawan. Tentunya hal ini memerlukan ketelitian dalam menembak yang bisa diasah melalui latihan menembak. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode eksperimen kuasi dengan desain penelitian yang digunakan adalah One Group Pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV, V, dan VI SDN Gunungsari. Dengan usia rata-rata 10-12 tahun berjumlah 15 orang. Dengan teknik pengumpulan data yaitu tes, dan teknik analisis data menggunakan uji-t. Hasil yang ditunjukkan berdasarkan kegiatan pretest, treatment, dan posttest menunjukkan bahwa latihan *shooting drill* mempunyai pengaruh terhadap akurasi menembak pada siswa. Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu adanya pengaruh yang signifikan latihan *shooting drill* terhadap ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari dengan  $t_{Hitung} 9,012 > t_{Tabel} 2,093$  dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Dengan demikian terdapat peningkatan ketepatan *shooting* menggunakan metode latihan *drill* pada permainan futsal.

**Kata Kunci:** *Shooting, Metode Drill, Futsal*

**Abstract:** *Sport is a necessity for every human individual and is an important factor in efforts to improve physical condition. Futsal is a type of sport that is in great demand by the public, both among children, teenagers and adults. Where the goal is to score a goal towards the opponent's goal. Of course, this requires accuracy in shooting which can be honed through shooting practice. In this research, the method used is a quasi-experimental method with the research design used is One Group Pretest-posttest design. The population in this study were students in grades IV, V and VI at SDN Gunungsari. With an average age of 10-12 years there are 15 people. With data collection techniques, namely tests, and data analysis techniques using the t-test. The results displayed based on pretest, treatment and posttest activities show that shooting drill practice has an influence on students' shooting accuracy. Based on the results of data analysis, descriptions, testing of research results, and discussion, a conclusion can be drawn, namely that there is a significant influence of shooting drill training on shooting accuracy towards the goal of Gunungsari Elementary School students with  $t_{Count} 9.012 > t_{Table} 2.093$  and a*

---

<sup>1</sup> Penulis adalah Mahasiswa Prodi PGSD Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia.

<sup>2</sup> Penulis adalah Staf Edukatif Prodi PGSD Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia.

<sup>3</sup> Penulis adalah Staf Edukatif Prodi PGSD Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia.

Aranda Firdaus, Yudha M Saputra, Adang Sudrazat: Pengaruh Latihan Shooting Menggunakan Metode Drill Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal Siswa Sekolah Dasar

*significance value of  $0.000 < 0.05$ . In this way, there is an increase in shooting precision using the drill training method in futsal games.*

**Keywords:** *Shooting Futsal, Method Drill, Futsal*

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan serangkaian gerakan jasmani yang dilakukan secara terus menerus dan terencana untuk mempertahankan gerak yang ada pada setiap orang. Olahraga juga berperan penting dalam menjaga kesehatan fisik seseorang agar dapat aktif bekerja dan menjalankan aktivitas sehari-hari (Ilahi et al., 2021). Futsal merupakan salah satu jenis olah raga yang banyak diminati oleh masyarakat, baik dikalangan anak-anak, remaja, maupun dewasa. Permainan olah raga ini mudah dimainkan oleh siapa saja, permainan ini dapat dimainkan di dalam maupun di luar ruangan serta memerlukan ukuran lapangan yang tidak terlalu luas (Bangkit Gala Persada, 2019) Menurut Halim (2009: 6) futsal adalah permainan sejenis sepakbola, tetapi yang membedakan adalah lapangan dan gawang yang digunakan berukuran lebih kecil, dimainkan oleh 10 pemain dengan masing-masing tim terdapat 5 orang pemain, serta menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih berat. Olahraga futsal seolah-olah berkembang begitu saja, berbagai macam improvisasi gaya bermain dalam permainan futsal sering kali dilakukan oleh seorang atlet atas arahan dari pelatih tergantung kondisi atau situasi dalam pertandingan. Sehingga perlu mempunyai konsentrasi yang bagus setiap pemain harus selalu berjuang dalam penguasaan bola dan juga ditekan harus tetap berlari, hal ini sesuai dengan pernyataan Lhaksana (2012: 4) bahwa olahraga futsal merupakan permainan dinamis dan cepat, dan transisi bola bertahan ke menyerang harus seimbang.

Pemain juga dapat mengembangkan akurasi menembak dengan melakukan latihan metode *drill* atau pengulangan sehingga dapat melakukannya secara maksimal. Tembakan yang akurat merupakan suatu cara untuk mencetak gol ke gawang lawan, arah sasaran tendangan yang tepat sangat penting bagi suatu tim untuk meraih kemenangan (Yahya Eko Nopiyanto & Septian Raibowo, 2020). Menurut Suharno (2014), akurasi adalah kemampuan seseorang dalam mengarahkan bola pada posisi dan arah yang sesuai dengan situasi yang dihadapi atau diinginkan. *Shooting* merupakan suatu gerakan menendang yang dilakukan dengan keras dan akurat ke arah sisi gawang yang sulit ditangkap oleh penjaga gawang sehingga terciptalah gawang yang identik dengan pemain depan. latihan adalah proses dimana seorang atlet dipersiapkan untuk mencapai prestasi tertinggi (Bompa dan Gregory, 2009:2).

*Shooting* merupakan proses menendang bola dengan keras dan akurat. Keberhasilan melakukan tendangan ke gawang yang akurat, tidak lepas dari bentuk latihan yang benar. Dari sudut pandang penyerangan, tujuan futsal adalah melakukan *shooting* ke gawang. Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar menendang bola dan selanjutnya mengembangkan sederetan teknik *shooting* yang memungkinkan untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi dilapangan. Cara yang paling tepat untuk mengembangkan akurasi *shooting* adalah melatih tendangan *shooting* berkali-kali menggunakan teknik yang benar (Danny Mielke, 2003:67). Hal ini juga dapat dikembangkan melalui latihan dengan mengkoordinasi suatu Gerakan agar terciptanya ketepatan *shooting* yang akurat.

Metode *drill* merupakan cara mengajar atau melatih yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Menurut Harumi (2018), metode latihan adalah kegiatan melakukan hal yang sama secara berulang-ulang dan sungguh-sungguh untuk memperkuat suatu pergaulan atau menyempurnakan suatu keterampilan sehingga menjadi permanen. latihan yang praktis, mudah dilakukan, dan dilakukan secara rutin membantu anak meningkatkan penguasaan keterampilan tersebut dengan sempurna. Hal ini mendukung siswa yang unggul dalam bidang tertentu. Untuk mengatasi hal tersebut maka perlu adanya

perlakuan khusus kepada siswa untuk meningkatkan akurasi atau ketepatan *shooting* tersebut. Oleh karena itu penelitian tentang latihan *shooting drill* terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal menjadi penting mengingat kurangnya finishing dalam permainan futsal pada siswa sejak usia dini. latihan *shooting drill* terbilang cukup mudah untuk dilakukan.

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan diatas dan untuk membuktikan pengaruh latihan *shooting* dengan metode *drill* untuk meningkatkan ketepatan *shooting*, maka peneliti bertujuan untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh latihan *shooting* menggunakan metode *drill* terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal siswa Sekolah Dasar.

Adapun yang menjadi pertimbangan penulis untuk melakukan penelitian di SDN Gunungsari ini adalah dikarenakan siswa Sekolah Dasar terkait gemar bermain futsal namun masih kurangnya ketepatan dan akurasi ketika melakukan *shooting* sehingga peneliti bertujuan untuk menerapkan sistem latihan dengan metode *drill* kepada siswa SDN Gunungsari.

## METODE

Pada penelitian ini, metode yang digunakan ialah metode eksperimen kuasi/semu (Siharismi Arikunto, 2010) menjelaskan penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari suatu yang dikenakan pada subyek selidik. Dengan desain penelitian yang digunakan adalah *One-Group Pretest Posttest design*. Dimana desain yang digunakan ini peneliti melakukan penelitian terhadap satu kelompok saja, tanpa adanya kelompok control ataupun kelompok pembanding.

Tabel Desain Penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*

<i>Pretest</i>	<i>Treatment/Perlakuan</i>	<i>Posttest</i>
X <sub>1</sub>	Y	X <sub>2</sub>

Keterangan:

X<sub>1</sub>: *Pretest*

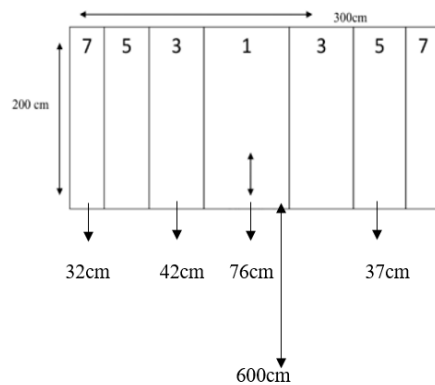
Y: *Treatment/Perlakuan*

X<sub>2</sub>: *Posttest*

Populasi yang digunakan pada penelitian ini ialah peserta didik kelas IV, V, dan VI SDN Gunungsari. Dengan rata-rata usia mereka adalah 10 hingga 12 tahun. Sampel pada penelitian ini berjumlah 15 orang siswa, Dimana pemilihan sampel didasarkan pada siswa yang memiliki gemar bermain futsal.

Teknik pengumpulan data melalui tes. Tes ini bertujuan untuk memperoleh data yang dibagi menjadi tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*). Untuk melihat peningkatannya maka peneliti menggunakan kegiatan *treatment* sebanyak 10 kali pertemuan terhitung sejak dilakukannya tes awal hingga tes akhir. *Treatment* ini dilakukan selama 20 sampai 30 menit setiap pertemuan. Dasar dari penggunaan eksperimen adalah kegiatan yang meliputi (*pre-test*), (*treatment*), dan (*post-test*).

Menurut Notoatmodjo (2012) menyatakan, “instrumen penelitian adalah alat bantu yang dapat untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian ini menggunakan tes, tes yang diberikan yaitu dengan membagi bidang gawang menjadi tujuh wilayah skor. Dari bagian paling kiri dan kanan didekat tiang gawang bernilai 7 (tujuh) poin, kemudian berlanjut hingga ke daerah tengah gawang dengan urutan nilai 5 (lima), 3 (tiga) dan 1 (satu). Seorang siswa memiliki tiga bola didepan gawang. Jarak dari gawang ke titik menendang berjarak 6 meter.



Gambar Tes Ketepatan Shooting  
Sumber : (Basri., 2018)

Pada penelitian ini, peneliti melakukan analisis data yang diperoleh dari catatan lapangan. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, perlu ada nya uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk mempermudah analisis agar menjadi lebih baik. Oleh karena itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas dan uji homogenitas data. Pada bagian ini penulis menjelaskan analisis data menggunakan Kolmogrov-Smirnov Test untuk uji normalitas dan uji ANOVA Test untuk homogenitas. Lalu untuk analisis data menggunakan uji-t.

## HASIL

Setelah dideskripsikan hasil pretest dan posttest dari pengaruh latihan *shooting drill* terhadap ketepatan *shooting*. Peneliti ingin melihat seberapa besar pengaruh metode latihan *shooting drill* terhadap ketepatan *shooting*. Untuk itu peneliti melakukan langkah-langkah sebagai berikut:

### Uji Normalitas

Tabel Uji Normalitas Data

<i>Shooting</i>	<i>P</i>	<i>Sig.</i>	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,142	0,05	Normal
<i>Posttest</i>	0,699	0,05	Normal

Dari hasil tabel diatas dapat dilihat bahwa semua data memiliki nilai p (*Sig.*) > 0,05. Maka variabel berdistribusi normal.

### Uji Homogenitas

Tabel Uji Normalitas Data

Kelompok	df 1	df 2	<i>Sig.</i>	Keterangan
<i>Pretest-Posttest</i>	1	28	0,314	Homogen

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai pretest-posttest sig. p 0,314 > 0,05, sehingga bersifat homogen. Oleh karena itu data diatas bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik

### Uji Hipotesis

Tabel Uji Normalitas Data

Kelompok	Rata-Rata	<i>t-test for equality of mean</i>				
		T ht	T tb	sig.	Selisih	%
<i>Pretest</i>	8	9,012	2,160	0,00	7,4	92,5
<i>Posttest</i>	15,4			0		

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa t hitung 9,012 dan t tabel 2,160 dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000. Oleh karena itu t hitung 9,012 > t tabel 2,093, dan nilai

signifikansi  $0,000 < 0,05$ , maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang berbunyi “adanya pengaruh yang signifikan latihan *shooting* menggunakan metode *drill* terhadap tingkat ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari” **diterima**. besarnya peningkatan Tingkat ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 7,4 dengan presentase kenaikan sebesar 92,5%.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* menggunakan metode *drill* terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal siswa sekolah dasar. Untuk keperluan penelitian maka peneliti menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*.

Pada Penelitian ini dikatakan bahwa permasalahannya adalah tinggal ketepatan *shooting* siswa SDN Gunungsari masih rendah. Tingkat ketepatan *shooting* yang rendah dikarenakan tidak adanya program latihan khusus untuk *shooting*. Berangkat dari permasalahan tersebut peneliti memberikan latihan *shooting* dengan metode *drill* agar dapat mengetahui pengaruh dari latihan *shooting* dengan metode *drill* terhadap tinggal ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari. latihan diawali dengan melakukan pretest *shooting* ke arah gawang yang sudah dibagi menjadi tujuh bagian dan masing-masing memiliki skor yang berbeda. Setelah hasil pretest didapatkan maka dilakukannya latihan sebanyak 10 kali pertemuan dengan program latihan yang telah dibuat. Selama 10 kali pertemuan tersebut setiap latihan *shooting* dilakukan secara bervariasi serta bertambah Tingkat kesulitannya pada setiap pertemuan. Kemudian dilakukan posttest setelah dilakukan latihan sebanyak 10 kali pertemuan untuk membandingkan Tingkat ketepatan *shooting* siswa SDN Gunungsari sebelum diberikan perlakuan yang berupa latihan *shooting drill* dan sesudah diberikan perlakuan/*treatment*.

*Shooting* merupakan kemampuan tembakan atau menendang bola dengan keras ke arah gawang lawan dengan menggunakan kaki untuk mencetak sebuah gol. Justinus Lhaksana (2011:34) mengatakan *shooting* ke gawang sebagai akhir permainan dalam menciptakan gol-gol ke gawang lawan. Untuk dapat menguasai teknik *shooting* dengan baik tidak dapat dilakukan dalam sekali latihan diperlukan waktu dan proses yang lama serta dilakukan secara berulang-ulang. Mielke (2007:67) menjelaskan bahwa cara yang paling tepat untuk mengembangkan teknik *shooting* adalah melatih tendangan *shooting* berkali-kali menggunakan teknik yang benar.

Menurut Sagala (2014) dalam jurnal (Istofian, 2016) “Metode latihan (*drill*) atau metode training merupakan suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Juga sebagai sarana untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan dan keterampilan”

Berdasarkan analisis uji-t yang dilakukan hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata dari nilai pretest dan posttest adalah 8 dan 15,4 keduanya memiliki selisih sebanyak 7,4. Sedangkan didapatkan nilai t hitung 9,012 dan t tabel 2,160 dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000. Oleh karena itu t hitung  $9,012 > t$  tabel 2,093, dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang berbunyi “adanya pengaruh yang signifikan latihan *shooting* menggunakan metode *drill* terhadap tingkat ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari” **diterima**. besarnya peningkatan Tingkat ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 7,4 dengan presentase kenaikan sebesar 92,5%.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu adanya pengaruh yang signifikan latihan *shooting drill* terhadap ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari dengan  $t$  hitung  $9,012 > t$  tabel  $2,093$  dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Dengan demikian terdapat peningkatan ketepatan *shooting* menggunakan metode latihan *drill* pada permainan futsal. Besarnya peningkatan Tingkat ketepatan *shooting* ke arah gawang siswa SDN Gunungsari tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar  $7,4$  dengan presentase kenaikan sebesar  $92,5\%$ .

Berdasarkan hasil penelitian maka kepada pelatih dan para peneliti lain diberikan saran-saran sebagai berikut: 1) Bagi para peneliti yang bermaksud melanjutkan atau mereplikasi penelitian ini disarankan untuk melakukan kontrol ketat dalam seluruh rangkaian eksperimen. 2) Bagi para peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan dapat meneliti dengan jumlah populasi serta sampel yang lebih banyak dan berbeda. 3) Bagi para pelatih dan pembina dan Pembina olahraga futsal, latihan *shooting* menggunakan metode *drill* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif latihan untuk meningkatkan ketepatan *shooting*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bangkit Gala Persada, K. (2019). Hubungan Motor Ability dengan keterampilan teknik dasar bermain futsal pada klub atlet muda futsal semarang tahun 2019. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, *4*(2), 132–141.
- Bompa, T.O (1994). *Theory and Methodology of Training*, Third Edition, Toronto, Ontario
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya
- Dhimas, A., Ahmad, A., & Hidasari, F. P. (2021). Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Akurasi Shooting Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, *10*(1), 1–9. <https://doi.org/10.26418/jppk.v10i1.44398>
- Ilahi, B. R., Raibowo, S., Sugihartono, T., & Hiasa, F. (2021). Nike Training Club Applications To Improve Football Learning In The Independent Era Of Learning On Students Of Penjas FKIP UNIB. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, *5*(4), 827–835. <https://doi.org/10.33369/jk.v5i4.19708>
- Istofian, R. S. (2016). *Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Menendang Bola ( Shooting ) Dalam Permainan Sepakbola Usia 13-14 Tahun*. 105–113.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sagala, Syaiful. (2014). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Siharismi Arikunto. (2010). Prosedur Penelitian. *Theoretical and Applied Genetics*, *7*(2), 1–7. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tplants.2011.03.004><http://dx.doi.org/10.1016/j.pbi.2010.01.004><http://www.biomedcentral.com/1471-2156/12/42><http://dx.doi.org/10.1016/j.biotechadv.2009.11.005><http://www.sciencemag.org/content/323/5911/240.short>
- Yahya Eko Nopiyanto, & Septian Raibowo. (2020). Pelatihan Olahraga Futsal sebagai Sarana Mengurangi Aktivitas Game Online pada Anak-Anak di Kelurahan Mangunharjo. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, *1*(2), 114–124. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v1i2.264>
- Sagala, Syaiful. (2014). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya
- Bompa, T.O (1994). *Theory and Methodology of Training*, Third Edition, Toronto, Ontario Canada: Kendall/Hunts Publishing Company.