



---

## EFEKTIVITAS METODE DRILL DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN AKURASI SHOOTING SECOND PENALTY SISWA SEKOLAH DASAR

**Prayogi Nurfauzan**  
Universitas Islam 45 Bekasi  
E-mail: [prayoginf.unisma45@gmail.com](mailto:prayoginf.unisma45@gmail.com)

---

**Submit:** 31 Maret 2022, **Revisi:** 24 Desember 2022, **Approve:** 31 November 2022

---

### Abstract

This research is motivated by the condition of elementary school students who show low second penalty shooting skills, especially shooting accuracy at a distance of 10 meters. So the purpose of this study is to find out about the effectiveness of the drill method in increasing the accuracy of shooting second penalty elementary school students. This quantitative approach was carried out using a quasi-experimental research method on 28 students at SDN Sindangsari 06 with a one group pre test-post test design. The research instrument used was the observation sheet of the second penalty shooting accuracy ability when collecting data using the practical test technique of elementary school students. In addition, the data processing techniques in this study are data processing of test scores and calculation of gain scores. This study found that the average value of the second penalty shooting accuracy ability of students using the drill method increased by 38.36 with an n gain score of 0.69 which is included in the medium category. Therefore, it can be concluded that the drill method is effective in increasing the accuracy of second penalty shooting for elementary school students.

**Keywords:** Drill method, second penalty shooting accuracy ability, elementary school

**Pengutipan:** Nurfauzan, Prayogi. (2022). Efektivitas Metode Drill Dalam Meningkatkan Kemampuan Akurasi Shooting Second Penalty Siswa Sekolah Dasar. *JMIE: Journal of Madrasah Ibtidaiyah Education*, 6(2), 2022, 173-182. [jmie.v6i2.452](https://doi.org/10.32934/jmie.v6i2.452).

**Permalink/DOI:** <http://dx.doi.org/10.32934/jmie.v6i2.452>

---

## PENDAHULUAN

Manusia bergerak dengan berbagai motif untuk berolahraga, untuk menjaga dan meningkatkan kualitas hidup (Riyoko, Soegiyanto, dan Sulaiman, 2014). Pada dasarnya bahwa masing-masing orang memiliki peluang yang setara bagi mengembangkan tingkat hidup mereka, tanpa melihat kekurangan ataupun kelebihan yang terdapat pada diri mereka, baik untuk manusia normal maupun mereka yang berkebutuhan khusus (Kurniawan, Rahman, dan Soegiyanto, 2015). Olahraga adalah semua kegiatan rutin mendorong, membina dan develop fisik spiritual dan potensi social. Saat ini, permainan tidak hanya digunakan sebagai pemersatu suatu bangsa tetapi sekarang banyak digunakan sebagai Pendidikan rekreasi, kesehatan dan prestasi (Apriansyah, Sulaiman, dan Mukarromah, 2017).

Olahraga merupakan aktivitas yang membuat tubuh manusia menjadi bugar dan sehat, kemudian banyak manfaat bagi pelaksana antara lain fisik, mental, social dan pertumbuhan. Salah satu contoh yaitu cabang olahraga futsal yang disukai tidak hanya kalangan orang dewasa namun remaja maupun kalangan anak-anak pun ikut serta meminati. Selain itu futsal juga banyak penggemar dari berbagai wilayah baik kota maupun perdesaan, tidak hanya laki-laki bahkan perempuan pun banyak yang menggeluti cabang olahraga ini sehingga futsal selalu terdaftar dalam arena perlombaan antar wilayah, nasional, maupun internasional.

Futsal dimainkan dengan segala segi yang sederhana ketimbang sepak bola, mulai dari ukuran lapangan dan jumlah pemain (Muhammad Asriady Mulyono, 2014). Saat dilapangan pada permainan futsal di dominasi oleh penguasaan bola *passing* cepat antar pemain dan kemampuan *shooting* yang bagus, mungkin teknik *shooting* seolah terlihat mudah dilakukan dan *shooting* selalu dijadikan senjata ampuh untuk mencetak gol namun sebenarnya *shooting* tersebut memerlukan fokus dan ketepatan waktu untuk memusatkan arah tendangan. Kemudian terdapat beragam cara saat melakukan *shooting* yaitu dengan menggunakan punggung kaki, ujung kaki, kaki bagian dalam dan menggunakan tumit, akan tetapi yang masih banyak dilakukan oleh para pemain ialah *shooting* dengan punggung kaki. Sebagai contoh dapat bercermin dari tim futsal yang sudah profesional yang dimana telah dapat menguasai bola dengan sangat baik namun tetap diimbangi dengan teknik seharusnya.

Dalam permainan futsal, dengan seringnya latihan variasi menendang dalam bermacam sasaran salah satu langkah tepat dan cermat saat melakukan *shooting*, yakni bermaksud meningkatkan ketepatan *shooting* pada saat latihan variasi menendang keterampilan jelas akan membuat ketepatan *shooting* pemain meningkat (Mielke, 2007:67). Selain itu pada dasarnya yang utama dari setiap serangan yaitu mencetak gol dan kemudian latihan variasi tersebut dapat dilakukan menjadi salahsatu cara latihan peningkatan tendangan *Shooting* menggunakan punggung kaki selain itu terdapat metode *drill* yang dapat mempengaruhi terhadap kemampuan akurasi *shooting* dalam permainan futsal (Romadhon, 2017).

Permainan futsal yang dilakukan di sekolah dasar dapat didominasi melalui kegiatan menendang yaitu mengoper dan *shooting* bola. Teknik ini kelihatannya gampang dan semua orang pasti bisa melakukannya. Akan tetapi teknik ini sebenarnya membutuhkan waktu yang tepat dan konsentrasi yang bagus agar *shooting* yang dilakukan mengarah ke gawang atau menjadi sebuah gol. *Shooting* adalah senjata ampuh yang dapat dilakukan untuk mencetak gol. Dimana *shooting* dalam futsal ini dapat dilakukan dengan berbagai cara yang menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki, menggunakan tumit, dan ujung kaki. Akan tetapi, dalam *shooting* lebih banyak dilakukan oleh para pemain menggunakan punggung kaki.

Berdasarkan hasil observasi dan pengukuran pada saat permainan sedang berlangsung sering terjadi *finishing* yang tidak akurat sehingga dapat menjadi kendala untuk mencetak gol terutama pada saat mengikuti Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (2022) hanya mampu mencapai 8 besar saja. Kemudian bersumber hasil pengukuran awal diketahui bahwa rendahnya kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa SDN Sindangsari 06 Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui efektivitas metode *drill* dalam meningkatkan kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa SDN Sindangsari 06 Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung.

## METODE

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas suatu metode pembelajaran terhadap kemampuan siswa sekolah dasar. Adapun metode penelitian yang digunakan yaitu metode eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan *one group pre test-post test design*. Dimana metode ini memiliki karakteristik penelitian dilaksanakan pada satu kelompok saja yang dinamakan kelompok eksperimen, serta tanpa adanya kelompok pembanding atau kelompok kontrol (Arikunto, 2006). Desain penelitian *one group pre test-post test* ini diukur dengan menggunakan *pre test* kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa yang dilakukan sebelum perlakuan dan *post test* yang dilakukan setelah diberikan perlakuan. Adapun skema *one group pre test-post test design* yaitu sebagai berikut:

**Tabel 1. Skema *one group pre test-post test design***

<i>Pre Test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post Test</i>
T <sub>1</sub>	X	T <sub>2</sub>

Keterangan:

T<sub>1</sub> : Tes Awal (*Pre Test*) yang dilakukan sebelum pemberian perlakuan

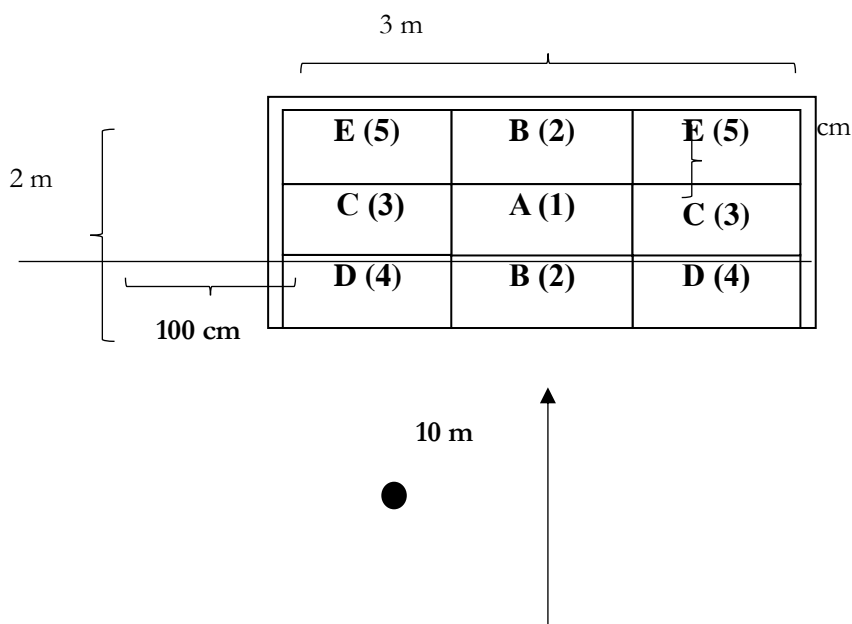
X : Perlakuan (*Treatment*) yang diberikan kepada siswa SD dengan menggunakan metode *drill*

T<sub>2</sub>: Tes Akhir (*Post Test*) yang dilakukan setelah pemberian perlakuan

Desain penelitian ini dilaksanakan kepada siswa SDN Sindangsari 06 Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung dengan sampel siswa kelas V sebanyak 28 orang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan tes praktek dengan instrumen penelitian yaitu lembar pengamatan kemampuan akurasi shooting *second penalty* siswa sekolah dasar. Adapun teknik dan instrumen yang digunakan dalam tes praktek kemampuan akurasi shooting *second penalty* yaitu sebagai berikut:

#### 1. Tes Variasi Target *Shooting*

Tes variasi target *shooting* ini dilakukan sebanyak sepuluh kali dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *shooting* pada siswa yang dilakukan dengan cara tendangan *shooting* dengan menggunakan punggung kaki. *Shooting* yang dilakukan yaitu dari titik penalti ke-2 dengan jarak 10 meter dari gawang serta bola ditendang menuju gawang futsal yang telah diberi tanda sasaran (Maulana, 2009: 36).



**Gambar 1. Area Sasaran Tes Keterampilan *Shooting***

(Sumber: Maulana, 2009: 37).

Adapun pelaksanaan tes variasi target *shooting* ini yaitu dengan langkah-langkah sebagai berikut:

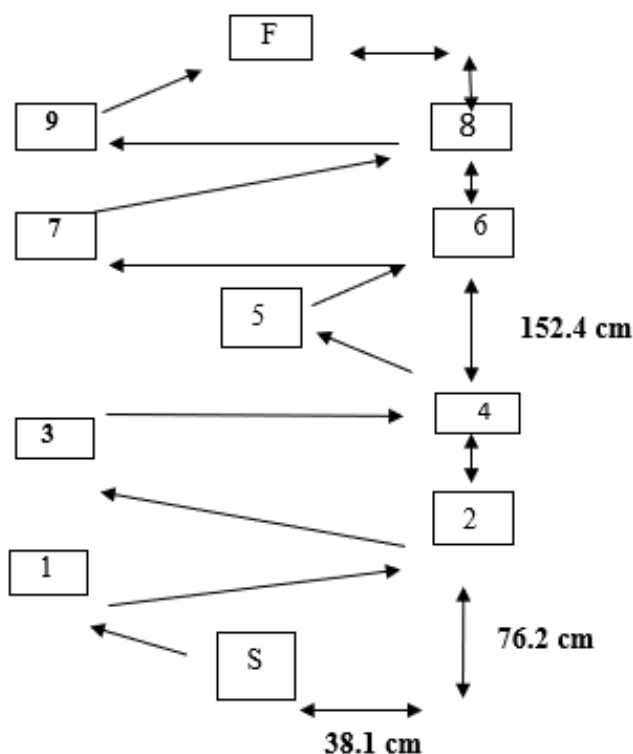
- a. Tes kemampuan *Shooting* dilakukan dimulai dari titik pinalti kedua dengan jarak sejauh 10 meter dari gawang, kemudian bola ditendang menuju sasaran yang berupa gawang futsal dengan ukuran setinggi 2 meter dan lebar 3 meter. Setelah

itu, dibagi menjadi 9 bagian, dan setiap bagian berukuran tinggi 66,66 cm dan lebar 100 cm.

- b. Teknik penilaian Skor 1 untuk sasaran (A), skor 2 diperuntukkan bagi sasaran (B), skor 3 untuk sasaran (C), skor 4 diperuntukkan bagi sasaran (D), dan skor 5 untuk sasaran (E). Apabila tendangan telah membentur tiang gawang tetapi tidak masuk, maka tidak dapat nilai dan kegiatan tersebut tidak boleh diulang. Setiap siswa memiliki kesempatan melakukannya sebanyak 10 kali tendangan *shooting*. Dimana tendangan dan setiap pemain diberikan 2 kali kesempatan melakukan tendangan.

## 2). Tes Keseimbangan Dinamis

Tes keseimbangan dinamis ini dilaksanakan agar guru sebagai penguji dapat mengetahui tingkat keseimbangan siswa sebagai orang coba. Tes ini sangat bermanfaat untuk pengembangan prestasi, motivasi dan tujuan pengukuran lain yang dibutuhkan penguji. Pelaksanaan *Modified Bass Test*, dengan validitas 0,969 dan reliabilitas 0,960.



**Gambar. 2. *Modified Bass Test***  
(Sumber: Ismaryati, 2008: 53).

Adapun pelaksanaan *Modified Bass Test* pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Tujuan tes ini yaitu untuk mengukur keseimbangan badan pada saat bergerak.
- b. Alat atau perlengkapan yang digunakan yaitu *stop watch*, alur tes di lapangan, format isian.
- c. Pelaksanaan tes yaitu dengan cara meminta siswa melakukan lompatan satu kaki (kanan/kiri) ke setiap pos secara bergantian, kemudian siswa mengikuti alur lintasan kaki tumpu harus berada pada suatu bidang tumpuan/pos dan tidak boleh keluar bidang atau kaki ayun menyentuh lapangan, mulai dari tanda start (mulai) sampai tanda finish (selesai).
- d. Teknik penyekoran tes ini yaitu dengan cara setiap pos berdiri dengan satu kaki selama 5 detik dengan nilai skor 10. Jika tidak sukses pada tiap pos, maka nilai dikurangi 5.

Setelah memperoleh data, teknik analisis data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menentukan skor, dimana skor ini diperoleh pada saat tes praktek kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa sekolah dasar.
2. Perhitungan skor gain, dimana skor gain diperoleh dari selisi skor tes awal dan tes akhir yang diasumsikan dari *treatment* atau perlakuan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan melalui tiga tahap yakni *pre test*, *treatment*, dan *post test*. Skor *pre test* dan *post test* diperoleh dari tes kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa SDN Sindangsari 06 Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung sebanyak 28 siswa. Adapun hasil *pre test* dan *post test* dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

**Tabel 2. Data Nilai *Pre Test* dan *Post Test* Sampel Penelitian**

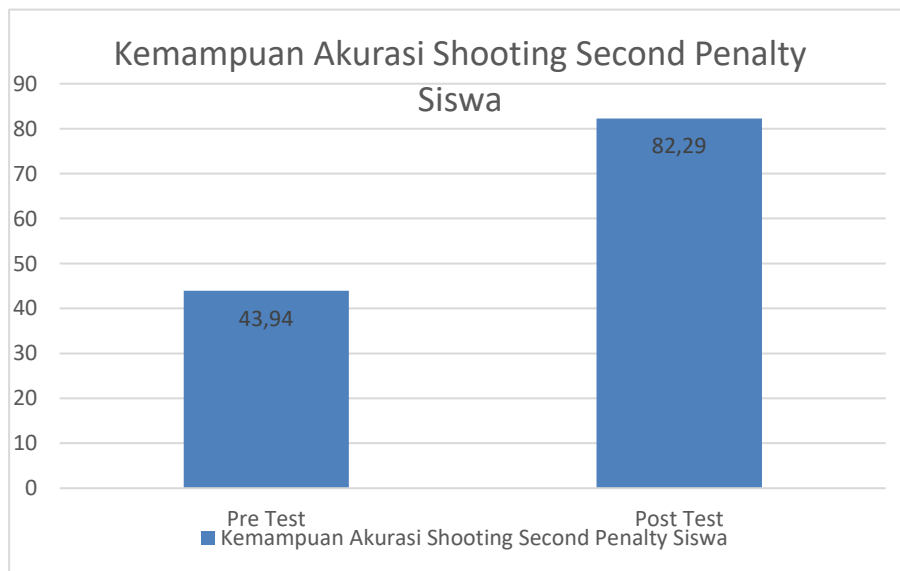
No	Komponen	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
1.	Jumlah Siswa	28	28
2.	Jumlah Nilai	1230	2304
3.	Nilai Terendah	30	70
4.	Nilai tertinggi	60	94
5.	Rata-rata	43,93	82,29
6.	Standar deviasi (s)	8,98	10,33
7.	Varians ( $s^2$ )	76,42	104,78

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa telah mengalami peningkatan dari berbagai komponen hasil *pre test* dan *post test*. Peningkatan yang paling penting yaitu terjadi pada rata-rata skor kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa SDN Sindangsari 06 Kecamatan Paseh Kabupaten Bandung yang menunjukkan sebesar 38,36. Selain itu, jumlah nilai, nilai tertinggi dan nilai terendahpun telah terjadi peningkatan antara *pre test* dengan *post test*. Sehingga tampak begitu jelas perubahan dan peningkatan kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa dengan menggunakan metode *drill*.

Penerapan metode *drill* pada pembelajaran futsal di sekolah dasar membuat siswa lebih terlatih dan terampil dalam meningkatkan akurasi *shooting second penalty*. Dalam hal ini guru membimbing siswa secara intensif dalam mengembangkan pembelajaran yang menyenangkan serta melakukan belajar secara langsung.

Metode *drill* variasi target *shooting* dilaksanakan menggunakan sasaran *games* yang dimana akan membuat siswa merasa gembira saat melaksanakan pembelajaran, disamping itu tingkat fokus konsentrasi akan lebih terjaga begitu juga dengan ketenangan dan akurasi yang tinggi, hal ini disebabkan dari siswa dilatih konsentrasi membidik target *shooting* dengan menggunakan media karet ban yang dimana selain memupuk motivasi dan minat siswa dalam aktivitas pembelajaran futsal sehingga mampu memaksimalkan kemampuan yang dimiliki.

Selain peningkatan rata-rata kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa sebesar 38,36, yakni dari *pre test* 43,94 menjadi 82,29 pada rata-rata *post test*. Hal tersebut dapat dilihat pula pada grafik di bawah ini.



**Gambar 3. Grafik Rata-rata Kemampuan Akurasi *Shooting Second Penalty* Siswa Sekolah Dasar**

Berdasarkan grafik tersebut, maka tampak sekali peningkatan kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa dengan menggunakan metode *drill*. Selain menganalisis hasil skor rata-rata kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa, penelitian ini juga telah menguji gain yang memperoleh skor 0,69 dengan kategori sedang. Adapun hasil pengujian n gain tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 2. Data Hasil Pengujian Gain**

No	Komponen	Hasil Perhitungan
1.	Jumlah Skor	19,47
2.	Rata-rata N-Gain	0,69
3.	Standar deviasi (s)	0,084
4.	Varians (s <sup>2</sup> )	0,023

Berdasarkan tabel 2 di atas, maka dapat diketahui bahwa skor rata-rata n gain kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa sekolah dasar berada pada kategori sedang. Tentunya hasil skor n gain tersebut menunjukkan bahwa metode *drill* efektif dalam meningkatkan kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa sekolah dasar. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Abid, dkk (2013), Wardana, dkk (2017), Wahidin (2008), Ribowo (2011), Wardana, dkk (2015), serta Bramasakti (2015) yang membuktikan bahwa dalam meningkatkan kemampuan akurasi *shooting* jarak 10 meter siswa akan lebih efektif manakala dilaksanakan dengan metode permainan yang menyenangkan dan menggunakan alat bantu atau media dalam pembelajarannya, seperti halnya pilihan metode latihan variasi target *shooting*.

Keseimbangan dinamis siswa sangat mempengaruhi kemampuan akurasi *shooting* jarak 10 meter siswa hal ini dikarenakan dengan keseimbangan pada saat tindakan *shooting* siswa dapat menjaga sikap tubuh benar dan tepat (Depdiknas, 2000: 57). Oleh karena itu, diperlukan berbagai latihan yang kontinu untuk melatih siswa dalam akurasi *shooting* jarak 10 meter siswa sebagai sarana dalam meningkatkan kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa sekolah dasar.

## SIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini membuktikan bahwa metode *drill* efektif dalam meningkatkan kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa sekolah dasar. Hal ini dibuktikan dari nilai rata-rata kemampuan akurasi *shooting second penalty* siswa yang menggunakan metode



*drill* telah mengalami peningkatan sebesar 38,36 dengan skor *n gain* 0,69 yang termasuk kedalam kategori sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abid, Wan Muhlish El., Purnomo, Edi., Kresnadi, Hery. 2013. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP UNTAN.
- Apriansyah, B., Sulaiman, & Mukarromah, S. B. (2017). Kontribusi Motivasi, Kerjasama, Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Atlet Sekolah Sepakbola Pati Training Center di Kabupaten Pati. *Journal of Physical Education and Sports*, 6 (2), 101-107. Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/1735>
- Arikunto, S. 2006. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Bramasakti, Bartolomeus. 2016. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/pjkr/article/view/2335>. Vol V, No 4.
- Depdiknas. 2000. *Pedoman dan Modul Pelatihan Kesehatan Olahraga: Bagi Pelatih dan Olahragawan Pelajar*. Jakarta: Depdiknas
- Halim, Nur Ichsan. 2011. *Tes dan Pengukuran Dalam Bidang Olahraga*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan dan UPT.
- Kurniawan, J. A., Rahman, H.A, & Soegiyanto. 2015. Manajemen Pembelajaran Penjasorkes Sekolah Luar Biasa Negeri Se-Kota Denpasar. *Journal of Physical Education and Sports*, 4 (1), 8-13. Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/6881>
- Lingling, Usli. Hermanu, Entang dan Imanudin, Iman. 2008. *Pelatihan Cabang Olahraga Sepak Bola*. Bandung: Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.
- Maulana, A. T. 2009. *Perbedaan Prestasi Akurasi Shooting dengan Punggung Kaki dan dengan Ujung Kaki Pemain Futsal*. Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta: tidak diterbitkan.
- Muhammad Asriady Mulyono, 2014. *buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta Timur: Laskar Aksara.
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: PT. Intan Sejati Pakar Raya.
- Mitchell, Stephen A., Oslin, Judith L., Griffin, Linda L. 2006. *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. Illinois, Human Kinetics.
- Ribowo, Dian. 2011. Pengaruh Variasi Latihan Umpan Dari Kanan, Tengah dan Kiri Tiang Gawang Terhadap Hasil Tendangan ke Gawang Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola di SMA NU AL MA'RUF Kudus Tahun 2010. <https://lib.unnes.ac.id/4064/>.
- Riyoko, E., Soegiyanto, & Sulaiman. 2014. Kebijakan Pemerintah Kabupaten Musi Banyuasin dalam Mengembangkan Minat Masyarakat untuk Berolahraga. *Journal of Physical Education and Sports*, 3 (2), 90-95. Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/481>.

- Romadhon, Alwy Pasca. 2017. Metode Drill Untuk Meningkatkan Kemmpuan Akurasi Shooting Bola Dalam Permainan Futsal Pada Tim Putri Kabupaten Magetan. Jurnal Prestasi Olahraga. Vol 1 No 1.
- Wahidin, Wahidin. 2018. Pengaruh Ltihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Baagian Dalam Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 4 Kota Sukabumi. <http://eprints.ummi.ac.id/316/>.
- Wardana, Agung Kurnia., Husin, Sudirman., Sulistianta, Heru.. 2015. Upaya Meningkatkan Kemampuan Akurasi Shooting Dengan Menggunakan Alat Bantu. JUPE (Jurnal Penjaskesrek). Vol 3. No. 4.
- Wardana, Jupri, Edho, Imastra,. 2017. The Influence Of Target Play Exercise Towards Shooting Accuracy Futsal Player's Inner Leg Of SFC Planet Sleman. JEI Wardana - 2017 - [journal.student.uny.ac.id](http://journal.student.uny.ac.id).