

Peningkatan Akurasi Passing dan Shooting melalui Modifikasi Permainan Tembak Sasaran Bergerak di Ekstrakurikuler Futsal Sekolah Menengah Atas

Faizal Maulana Firdaus
email: faizalmf303@gmail.com
Universitas PGRI Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini berasal dari pengamatan terhadap siswa SMA yang memiliki tingkat akurasi passing dan shooting di bawah rata-rata. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menilai apakah dimasukkannya permainan menembak yang melibatkan sasaran bergerak dalam kegiatan ekstrakurikuler futsal yang dilakukan di lokasi penelitian akan meningkatkan keterampilan *passing* dan *shooting*. Metode penelitian ini melibatkan desain eksperimen dengan menggunakan teknik kontrol pretest-posttest. Analisis data dilaksanakan dengan uji-t. Sampel penelitian dipilih melalui pendekatan sampling jenuh. Memanfaatkan pasangan ordinal untuk membedakan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Sampel diambil sebanyak empat belas siswa laki-laki, dengan tujuh orang dimasukkan ke dalam kelompok eksperimen dan tujuh orang dimasukkan ke dalam kelompok kontrol. Temuan penelitian ini sejalan dengan perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan uji T pada data pretest dan posttest kelompok kontrol. Uji T menghasilkan nilai $|t_{count}| = -3.8286$ dan $\text{Sig. (2-tailed)} = 0.017 < \alpha = 0.05$ untuk passing, serta nilai $|t_{count}| = -3.873$ dan $\text{Sig. (2-tailed)} = 0.008 < \alpha = 0.05$ untuk pemotretan. Pada kelompok eksperimen, nilai kelulusannya adalah -5,756 dengan tingkat signifikansi 0,001 (dua sisi), kurang dari ambang batas 0,05. Begitu pula dengan shooting profit kelompok eksperimen sebesar -6,935 dengan tingkat signifikansi 0,000 (dua sisi), juga di bawah ambang batas 0,05. Ada perbedaan sangat jelas pada hasil pretest dengan posttest di antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Rata-rata tingkat kelulusan pretest kelompok kontrol adalah 5,14, dan meningkat menjadi 5,42 pada posttest, sehingga menghasilkan selisih sebesar 0,28. Di sisi lain, kelompok eksperimen mempunyai tingkat kelulusan rata-rata pretest sebesar 6, yang meningkat secara signifikan menjadi 13,71 pada posttest, yang menunjukkan peningkatan rata-rata sebesar 7,71. Pada pretest shooting kelompok kontrol rata-rata skornya adalah 6,00 dan pada posttestnya menurun menjadi 5,71 sehingga diperoleh rata-rata penurunan sebesar 0,29. Sebagai perbandingan, rata-rata pada nilai pretest shooting yaitu 5,42 serta *posttest shooting* sebesar 11,66 yang artinya mengalami kenaikan rata-rata sebesar 6,24. Mengingat hasil ini, hipotesis nol H_0 ditolak. Apabila hipotesis nol (H_0) tidak ditegakkan berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa terdapat peningkatan dalam akurasi *passing* dan *shooting* yang dapat dicapai dengan mengubah permainan menembak pada target bergerak.

Kata kunci: Permainan target bergerak, akurasi *passing* dan *shooting* dan permainan futsal.

PENDAHULUAN

Penelitian ini dilakukan karena adanya permasalahan kurangnya akurasi *passing* pada siswa ekstrakurikuler futsal, kurangnya akurasi *shooting* pada siswa ekstrakurikuler futsal, dan minimnya prestasi futsal pada sekolah penelitian. (2) Peneliti menggunakan metode tembak sasaran yang bergerak sebagai bentuk untuk meningkatkan kemampuan bermain siswa. (3) Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemahiran siswa dalam *passing* dan *shooting*. (4) Naser dan Ali (2016:1) mendefinisikan futsal sebagai varian sepak bola dalam ruangan yang dimainkan dengan lima pemain di setiap tim, termasuk seorang kiper yang memenuhi standar persetujuan yang ditetapkan oleh organisasi pengatur sepak bola internasional, yang juga dikenal sebagai FIFA (2014) (Dedi, 2019; Nada Agustina *et al.*, 2021). Futsal diperkenalkan ke Indonesia pada tahun 1988 dan 1999. Namun demikian, sekitar tahun 2000, futsal mulai mendapat popularitas di kalangan masyarakat Indonesia. Perkembangan futsal di Indonesia terbilang cepat. Hal ini di sebabkan oleh banyaknya minat masyarakat Indonesia pada olahraga ini, selain itu permainan futsal juga mudah dimainkan karena mudah ditemukannya sarana dan prasarana untuk melakukan olahraga ini, seperti lapangan futsal yang banyak dijumpai, dan harga yang terbilang cukup murah dikalangan masyarakat Indonesia. Selain itu olahraga futsal juga merupakan olahraga yang bisa dimainkan ditengah kesibukannya karena hanya di maikan oleh 5 orang peregu sehingga tidak perlu mengumpulkan banyak orang untuk memainkannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *two-group pre-test-post-test design*, yang secara khusus mempergunakan metodologi kuasi-eksperimental kuantitatif dengan dua kelompok berbeda yang mendapat perlakuan berbeda. (2) Dalam mengumpulkan data, dilakukan tes pendahuluan serta tes akhir. (3) Alasan dimasukkannya kedua variabel pada penelitian ini, khususnya *variable independent* dan *variable dependent*, yaitu:

- a. *Passing* dan *shooting* di penelitian ini sebagai *variable independent*,
- b. *Pengaruh* permainan tembak sasaran bergerak pada akurasi *passing* dan *shooting* sebagai *variable dependent*.

HASIL PEMBAHASAN**Perbandingan Rata-rata *Pretest* dan *Posttest Passing***

Kelompok	Rata-rata <i>pretest</i>	Rata-rata <i>posttest</i>	Selisih
Kontrol	5,14	5,42	+0,28
Eksperimen	6,00	13,71	+7,71

Perbandingan Rata-rata *Pretest* dan *Posttest Passing*

Kelompok	Rata-rata <i>pretest</i>	Rata-rata <i>posttest</i>	Selisih
Kontrol	6,00	5,71	-0,29
Eksperimen	5,42	11,66	+6,24

Temuan penelitian menunjukkan bahwa peningkatan permainan menembak sasaran bergerak pada kegiatan ekstrakurikuler futsal meningkatkan akurasi siswa dalam passing dan shooting. Hal ini ditunjukkan dengan uji hipotesis data pretest dan posttest nilai kelulusan kelompok kontrol sebesar $|t_{hitung}| = |-3.8286$ dan $\text{Sig. (2-tailed)} = 0.017 < \alpha = 0.05$ serta nilai shootingnya sebesar $|t_{hitung}| = |-3.873$ dan $\text{Sig. (2-tailed)} = 0.008 < \alpha = 0.05$. Sedangkan shooting profit kelompok eksperimen adalah $|t_{hitung}| = |-6.935$ dan $\text{Sig. (2-tailed)} = 0.000 < \alpha = 0.05$, sedangkan nilai kelulusan kelompok eksperimen adalah $|t_{hitung}| = |-5.756$ dan $\text{Sig. (2-ekor)} = 0.001 < \alpha = 0.05$. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara hasil pretest dan posttest antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sebagai contoh, nilai rata-rata pretest kelompok eksperimen yaitu 6, sedangkan nilai rata-rata posttest yaitu 13,71, menunjukkan peningkatan rata-rata sebesar 7,71. Rata-rata kelulusan pretest kelompok kontrol yaitu 5,14 dan passing posttest adalah 5,42, menunjukkan perbedaan sebesar 0,28. Sebaliknya, rata-rata pengambilan gambar pretest kelompok kontrol adalah 6.00 dan rata-rata posttest adalah 5,71, menunjukkan penurunan rata-rata sebesar 0,29; sebaliknya, rata-rata pengambilan gambar pretest yaitu 5,42 dan rata-rata pengambilan gambar posttest adalah 11.66, menunjukkan peningkatan rata-rata

aritmatika sebesar 6,24. Temuan ini mengarah pada penolakan hipotesis nol H_0 . Hipotesis kerja (H_a) yang menyatakan bahwa dengan mengubah permainan menembak sasaran bergerak pada kegiatan ekstrakurikuler futsal akan meningkatkan akurasi passing dan menembak, diterima jika H_0 ditolak.

SIMPULAN DAN SARAN

Hipotesis nol, H_0 , ditolak berdasarkan uji komputasi peneliti. Apabila hipotesis (H_0) ditolak dan sebagai gantinya hipotesis alternatif (H_a) diterima dapat dinyatakan bahwa perubahan permainan menembak sasaran bergerak pada ekstrakurikuler futsal SMA meningkatkan akurasi passing dan menembak. Berdasarkan data di atas, penyesuaian permainan menembak sasaran bergerak pada permainan bola futsal telah menghasilkan peningkatan dalam akurasi passing dan tembakan. Adapun saran setelah dilakukannya penelitian yaitu:

1. Bagi siswa, agar siswa mengetahui pentingnya akurasi *passing* dan *shooting* dalam permainan bola futsal
2. Bagi sekolah, dapat dijadikan sebagai gambaran untuk dapat menerapkan modifikasi permainan dalam latihan futsal di latihan kedepannya
3. Bagi peneliti, bahwa penelitian ini akan memberikan wawasan berharga untuk membantu penyelesaian tugas di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, B.R. (2022) *KEGIATAN EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMA NEGERI 3 SEMARANG*.
- Ahmad, F. (2020) 2020) *Judul: Model Latihan Smash Bulutangkis Untuk Pemula Usia 8-10 Tahun*. Available at: <http://journal.binadarma.ac.id/index.php/olympia>.
- Fitriani Djollong, A. (2014) 'Teknik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif', *ISTIQRA'*, II(September), pp. 86–100.
- Japit, S. (2020) 'Perancangan Aplikasi Penyewaan Lapangan Futsal pada Sir Trafford Futsal Pancing Berbasis Web', *Jurnal Ilmiah Core IT*, 8(5).
- Mandala Siregar, F. (2018) *ANALISIS SMA NEGERI BERPRESTASI DIBIDANG EKSTRAKURIKULER FUTSAL KOTA BENGKULU*.
- Narlan, A. *et al.* (2017) 'Pengembangan Instrumen Ketrampilan Olahraga Futsal', 3(2).

Supardi (2020) *Pengaruh Sasaran Target Terhadap Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa SMA Negeri 2 Rantepao.*

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung : CVF Alfabeta.

Syuhada, R. and Amiq, I.F. (2016) *Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Menendang Bola (Shooting) Dalam Permainan Sepakbola Usia 13-14 Tahun.*