

PENGARUH METODE *DRILL* DENGAN *SHOOT USING CONTROL FIRSTLY* DAN *THREE SHOTS IN ONE ACTION* UNTUK MENINGKATKAN KETEPATAN *SHOOTING* SSB PERSIT ELSA TEJOREJO

Muhammad Fiqi Septian
email: Fiqiseptian41@gmail.com
Universitas PGRI Semarang

Abstract

This research was motivated by the less than optimal shooting accuracy of SBB Persit student Elsa Tejorejo. Therefore, it is necessary to increase the accuracy of Persit Elsa Tejorejo students at SBB. The aim of this research is to determine the effectiveness of shoot-use-control-first and three-shot-in-one-action training to increase the shooting accuracy of SSB Persitto Elsa Tejorejo. The method used in this research is a quantitative approach with a pre-test and post-test group design using a sample of all 16 year old SSB Persit Elsa Tejorejo students. All samples were used in this research. Observation, experimentation, and documentation were chosen as data collection techniques. This research provides data showing that the application of the shotdrilling method with first control has a positive impact on increasing the shooting accuracy of SSB Persit Elsa Tejorejo. This is proven by the results of the ball drill t test with the first control group experimental class 1 (tcount 6.789) and t table 1.833 (df 9), with a significant p-value of 0.000. At the same time, the training method of firing three shots in one action also increased the shooting accuracy of SSB Persit Elsa Tejorejo. This is proven by the results of the t test for experimental class 2 which shows tcount 7.888 and ttable 1.833 (df 9), with a significant p-value of 0.000. Thus, tcount 7.888 > ttable 1.833, and the significance value is 0.000 < 0.05.

Keywords: *metode drill, latihan shot using control firstly, latihan three shots in one action, ketepatan shooting, sepak bola*

Abstrak

Penelitian ini dilandasi karena kurangnya akurasi tembakan yang maksimal pada SBB Persit Elsa Tejorejo, sehingga perlu adanya peningkatan kembali tingkat ketepatan yang dimiliki oleh siswa SBB Persit Elsa Tejorejo. Tujuan penelitian ini yaitu guna mengetahui adanya pengaruh latihan drill dengan *Shoot Using Control Firstly* dan *Three Shots In One Action* untuk meningkatkan ketepatan shooting Ssb Persit Elsa Tejorejo. Pendekatan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *pretest* dan *posttest group design* yaitu metode pada, dengan sampel seluruh siswa Ssb Persit Elsa Tejorejo pada usia 16 tahun. Pengambilan sampel untuk penelitian menggunakan total sampling. Observasi, eksperimen dan dokumentasi dipilih sebagai teknik pengumpulan data. Penelitian ini menghasilkan data yang menyebutkan bahwa ada pengaruh yang baik pada penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* untuk meningkatkan ketepatan *shooting* Ssb Persit Elsa Tejorejo. Dibuktikan melalui hasil uji-t pada metode *drill* dengan *shot using control firstly* pada kelas eksperimen kelompok 1 t_{hitung} 6.789 dan t_{tabel} 1.833 (df 9) dengan nilai *signifikansi* p sebesar 0,000. Sedangkan metode *drill* dengan *three shots in one action* juga terdapat pengaruh untuk meningkatkan ketepatan *shooting* Ssb Persit Elsa Tejorejo. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji t kelompok kelas eksperimen 2 yang menunjukkan thitung sebesar 7,888 dan ttabel sebesar 1,833 (df 9), dengan *signifikansi* p-value sebesar 0,000. Dengan demikian t_{hitung} 7,888 > t_{tabel} 1,833 dan nilai *signifikansinya* 0,000 < 0,05.

Kata kunci: *metode drill, latihan shot using control firstly, latihan three shots in one action, ketepatan shooting, sepak bola*

PENDAHULUAN

Cabang olahraga bola besar yang terkenal pada semua kalangan yang dimainkan menggunakan kaki adalah sepak bola. Menurut Sudjarwo (2017:1) menyatakan bahwa sepak bola merupakan olahraga berkelompok dengan didasari atas teknik dan penguasaan bola. Maka dapat dikatakan bahwa sepak bola merupakan olahraga bola besar populer di kalangan masyarakat dan dimainkan beregu dengan didasari berbagai teknik.

Sepak bola sebagai olahraga yang memiliki berbagai teknik, tentunya tidak akan lepas teknik dasar yang satu sama lainnya memiliki keterkaitan. Teknik dasar tersebut ialah *passing*, *dribbling*, *controlling*, dan *shooting*. Teknik dasar tersebut dapat diasah dan diperoleh dengan latihan yang terprogram dan disiplin. Salah satunya yang harus pemain kuasai ialah *shooting*. Menembak merupakan salah satu faktor kesuksesan pemain sepak bola, seperti halnya yang disampaikan oleh (Luxbacher, 2012:105) yaitu keterampilan *shooting* dengan kedua kaki secara kuat dan akurat adalah faktor yang paling penting.

Kemampuan seorang pemain dalam menembak secara akurat dapat menjadi salah satu momen penting dalam sebuah pertandingan sepak bola. Dari sudut pandang penyerang, menembak ke gawang lawan adalah gol sepak bola. Pemain juga perlu mempelajari keterampilan dasar menembak dan mengembangkan teknik menembak yang berbeda untuk menembak dari berbagai tempat di lapangan dan mencetak gol. Oleh karena itu, meningkatkan akurasi tembakan merupakan salah satu tujuan latihan sepak bola. Terutama di tingkat remaja seperti sepak bola sekolah (SSB).

Akan tetapi dalam praktiknya langsung masih banyak pemain yang kurang menguasai keterampilan *shooting*. Hal tersebut didasarkan pada observasi selama 3 kali latihan dan 1 kali pertandingan pada saat melakukan teknik latihan *shooting* dan mengarahkan bola ke gawang yang telah dilakukan di SSB Persit Elsa Tejorejo, didapatkan fakta bahwa masih kurangnya pemain menguasai teknik *shooting* dengan benar.

Berdasar pada fakta tersebut didapatkan data bahwa penguasaan teknik menembak siswa kurang. Hasil tembakan yang dilakukan siswa khususnya eksekusi tembakan menunjukkan bahwa jarak antara kaki dan bola belum akurat sehingga menghasilkan tembakan yang kurang akurat dan merupakan bagian dari tembakan samping. Bola akan bergeser dan bola akan mengarah ke gawang. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor: tidak adanya periode pelatihan khusus untuk latihan sasaran, dan variasi metode yang digunakan berkurang. Satu-satunya bentuk latihan yang dilakukan adalah menembak dengan bola diam di luar kotak penalti, namun bentuk latihan masih banyak sehingga menimbulkan variasi dalam latihan menembak terutama dalam hal presisi dan akurasi. Terpisah, Elsa Tejorejo salah satu mahasiswa SSB Persit juga menyampaikan bahwa masih kurangnya variasi materi menembak

sehingga berdampak pada kemampuan menembak atlet dari segi akurasi dan ketepatan. Solusi yang dapat diberikan untuk masalah itu adalah metode *drill "Shoot Using Control Firstly"* dan metode *drill "Three Shots In One Action"* di mana pemain menembak menggunakan kontrol terlebih dahulu dan kemudian melakukan tiga tembakan dalam satu aksi.

Metode *drill "Shoot Using Control Firstly"* (menembak dengan kontrol terlebih dahulu) ialah pendekatan latihan dengan penekanan pada pengembangan kendali bola sebelum mengeksekusi tembakan. Tujuan utamanya yaitu guna memastikan bahwa sebelum mengeksekusi tembakan yang akurat pemain menguasai keterampilan dasar dalam mengendalikan bola. Dengan pengendalian bola yang bagus pemain dapat meningkatkan ketepatan dan kualitas tembakan. Hal ini memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai bagaimana menepatkan tubuh dengan bola sebelum melakukan tembakan.

Metode *drill "Three Shots In One Action"* (tiga tembakan dalam satu aksi) adalah metode *drill* yang menggabungkan tiga tembakan berurutan dalam satu aksi. Pemain akan melakukan tembakan pertama, diikuti dengan tembakan kedua secara cepat tanpa menghentikan pergerakan bola, dan diakhiri dengan tembakan ketiga. Pendekatan yang dilaksanakan ditujukan guna mengembangkan keakuratan dan kecepatan dalam mengeksekusi tembakan dengan efisiensi maksimal. Latihan ini membantu memperbaiki pemahaman tentang timing, keseimbangan, dan koordinasi tubuh yang diperlukan dalam situasi permainan yang cepat. Pemain dilatih untuk melakukan gerakan cepat dan halus antara tembakan pertama, kedua dan ketiga. Tidak ada jeda panjang antara tembakan dan pemain harus dapat melakukan tembakan berikutnya segera setelah tembakan tersebut.

Peneliti memberikan dua metode latihan untuk meningkatkan kemampuan siswa Ssb Persit Elsa Tejorejo melakukan latihan shooting yaitu menggunakan metode *drill* dengan *Shoot Using Control Firstly* dan *Three Shots In One Action*. Metode digunakan guna mengetahui apakah ada pengaruh antara *Shoot Using Control Firstly* dan *Three Shots In One Action* terhadap ketepatan shooting pada siswa Ssb Persit Elsa Tejorejo.

Berdasar pada latar belakang masalah tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Metode *Drill* dengan *Shoot Using Control Firstly* dan *Three Shots In One Action* untuk Meningkatkan Ketepatan *Shooting* Ssb Persit Elsa Tejorejo”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif eksperimen. Penelitian eksperimental merupakan penelitian yang menguji pengaruh suatu pengobatan tertentu terhadap suatu penyakit yang dikendalikan (Sugiyono, 2010:107). *Pre-test* dan *post-test group design* merupakan desain penelitian ini, yang meliputi tiga tahap. Langkah pertama menentukan kelompok eksperimen, kemudian langkah kedua melakukan pretest yang sama untuk kelompok eksperimen 1 dan 2. Pada langkah ketiga, kedua kelompok eksperimen mendapat perlakuan berbeda yaitu Menembak Menggunakan Kontrol Pertama dan Tiga Tembakan.

Metode Dalam Satu Tindakan. dalam satu sesi. Pada akhirnya kedua kelompok menjalani post-test. Populasi penelitian ini hanya terdiri dari pengurus, pelatih dan siswa SSB Persit Elsa Tejorejo, dengan sampel terdiri dari siswa SSB Persit Elsa Tejorejo berusia 16 tahun yang masing-masing kelompok berjumlah 10 siswa. . Observasi, dokumentasi, dan pengujian merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan agar diperoleh informasi yang diperlukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

SSB Persit Elsa Tejorejo merupakan salah satu sekolah bola yang diminati oleh beberapa orang yang terletak di jalan Tejoarum, Tejorejo, Kecamatan Ringinarum, Kabupaten Kendal, Provinsi Jawa tengah. Hal tersebut dikarenakan beberapa siswa dari sekolah bola tersebut terpilih mewakili Kabupaten Kendal dalam rangka kejuaraan piala Suratin U-15. SSB Persit Elsa Tejorejo sendiri mempunyai berbagai fasilitas yang memadai. Jumlah siswa yang ada SSB Persit Elsa Tejorejo yaitu untuk U-9 berjumlah 15 peserta dan U-16 berjumlah 20 peserta. Pada penelitian ini dilakukan latihan sebanyak 12 kali pada setiap program latihan. Dilakukan di lapangan Tejobakti, jalan Tejoarum, Tejorejo, Kecamatan Ringinarum, Kabupaten Kendal, Provinsi Jawa tengah dan menggunakan 20 sampel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelas kelompok eksperimen 1 dengan metode *drill* dengan *shot using control firstly* didapatkan, skor minimum = 1, skor maksimum = 19, mean (mean) = 6,70, dengan standar deviasi (*std. Deviation*) = 5.314, pada *post-test* kelompok eksperimen 1 pada metode *drill* dengan *shot using control firstly* nilai minimal = 9, nilai maksimal = 18, rata-rata = 13,20, simpangan baku = 2,741. Hasil analisis statistik deskriptif pre-test kelas 2 kelompok eksperimen menggunakan metode *drill* dengan *three shots in one action* diperoleh nilai minimal = 2, nilai maksimal = 15, nilai rata-rata = 7 0,80, serta simpangan baku = 4,417, sedangkan pada post-test kelas 2 kelompok eksperimen skor minimum = 10, skor maksimum = 18, mean (rata-rata) = 14,00, dengan standar deviasi (*std. Deviasi*) = 2,789. Hasil selengkapnya dituliskan dalam analisis deskriptif Tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil analisis statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PRETEST EKSPERIMEN KELOMPOK 1	10	1	19	6.70	5.314
POSTTEST EKSPERIMEN KELOMPOK 1	10	9	18	13.20	2.741

PRETEST EKSPERIMEN KELOMPOK 2	10	2	15	7.80	4.417
POSTTEST EKSPERIMEN KELOMPOK 2	10	10	18	14.00	2.789
Valid N (listwise)	10				

(Sumber: Data primer penelitian yang diolah (2023))

Kemudian dilanjutkan dengan uji reliabilitas, terdapat 20 responden dalam uji reliabilitas penelitian ini, hasil uji reliabilitas penelitian ini yaitu berikut ini:

Tabel 3. Uji Reliabiliti

Reliability Statistics	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.770	3

(Sumber: Data primer penelitian yang diolah (2023))

Berdasarkan Tabel 3, nilai Cronbach Alpha yang diperoleh dari variabel/kuesioner Pretest dan Posttest menunjukkan $>0,6$ dimana nilai reliabilitasnya adalah $0,770 > 0,6$. Dari sini dapat disimpulkan bahwa tindakan responden *Pretest* terbukti reliabel, sehingga pengujian variabel *Pretest dan Posttest* sesuai reliabilitas.

Tabel 4. Uji Validitas Pretest dan Posttest
Correlations

		T1	T2	T3	TOTAL
T1	Pearson Correlation	1	.666**	.517*	.900**
	Sig. (2-tailed)		.001	.020	.000
	N	20	20	20	20
T2	Pearson Correlation	.666**	1	.392	.837**
	Sig. (2-tailed)	.001		.087	.000
	N	20	20	20	20
T3	Pearson Correlation	.517*	.392	1	.741**
	Sig. (2-tailed)	.020	.087		.000
	N	20	20	20	20
TOTAL	Pearson Correlation	.900**	.837**	.741**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	20	20	20	20

(Sumber: Data primer penelitian yang diolah (2023))

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Sesuai tabel 4 uji validitas menunjukkan nilai total *correlation* $> 0,5$ yaitu dimana nilai *correlation* tendangan satu sebesar $0.900 > 0.5$, tendangan dua sebesar $0.837 > 0.5$, dan tendangan tiga sebesar $0.743 > 0.5$. Variabel *Pretest* dan *Posttest* valid dan bisa dipergunakan penelitian setelah ini.

Kemudian dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan terlebih dahulu dengan metode One Sample Kolmogorov-Smirnov yaitu dengan kriteria nilai Asymp untuk menguji apakah data berdistribusi normal. (2-tailed) $> 0,05$. Hasil pengujian berikut ditunjukkan dalam table 5:

Tabel 5. Uji Normalitas

		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	KELAS	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
HASIL SISWA	PRETES EKSPERIMEN	.177	10	.200*	.883	10	.143
	KELOMPOK 1						
	POSTTEST	.171	10	.200*	.975	10	.931
	EKSPERIMEN						
	KELOMPOK 1						
	PRETEST EKSPERIMEN	.182	10	.200*	.942	10	.578
	KELOMPOK 2						
	POSTTEST	.159	10	.200*	.936	10	.511
	EKSPERIMEN						
	KELOMPOK 2						

(Sumber: Data primer penelitian yang diolah (2023))

Dari perhitungan distribusi normal pada tabel diatas diperoleh informasi tentang penerapan teknik latihan kontrol tembakan pertama pada permainan sepak bola siswa SSB Persit Elsa Tejorejo pada kelas pre-test dan post-test kelompok tes pertama akan diumumkan. Nilai signifikansi yang $> 0,05$ dianggap berdistribusi normal. Pengolahan data pada pre-test pada kelompok eksperimen 1 kelas menghasilkan nilai sebesar 0,200. Hasil pengujian menunjukkan nilai sig $0,200 > 0,05$. Sedangkan skor perhitungan posttest eksperimen 1 adalah 0,200. Begitupula dengan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejorejo kelas *eksperimen* kelompok 2 dengan nilai signifikan *pretest* dan *posttest* menunjukkan berdistribusi normal dimana nilai signifikan sebesar $0.200 > 0.05$. Kesimpulannya hasil penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* pada permainan sepak bola kelas eksperimen berdistribusi normal.

Tes dinyatakan homogen, jika $p > 0.05$. Hasil uji homogen data dituliskan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 6. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene			
		Statistic	df1	df2	Sig.
HASIL	Based on Mean	.048	1	18	.828
SISWA	Based on Median	.073	1	18	.791
	Based on Median and with adjusted df	.073	1	17.705	.791
	Based on trimmed mean	.052	1	18	.822

(Sumber: Data primer penelitian yang diolah (2023))

Dari Tabel 6 di atas bisa dilihat kelas tes pertama serta kelompok kedua adalah signifikan. Jika $p = 0,828 > 0,05$ maka datanya homogen. Karena data yang diuji homogen maka pengujian hipotesis dilanjutkan dengan uji t.

Berdasarkan hasil pengujian ditunjukkan bahwa ada kesignifikan perbedaan dari penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam satu aksi pada pertandingan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejorejo. Uji prasyarat uji-T jika nilai t hitung $> t$ tabel dan nilai Sig kurang dari 0,05 ($\text{Sig} < 0,05$).

Tabel 7. Uji-T

Paired Samples Test									
		Paired Differences							
		95% Confidence Interval of the Std. Difference							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	Lower	Upper	t	df	Sig (2- tailed)
Pair 1	PRETEST EKSPERIMEN KELOMPOK 1 - POSTTEST EKSPERIMEN KELOMPOK 1	-6.500	3.028	.957	-8.666	-4.334	-6.789	9	.000
Pair 2	PRETEST EKSPERIMEN KELOMPOK 2 - POSTTEST EKSPERIMEN KELOMPOK 2	-6.200	2.486	.786	-7.978	-4.422	-7.888	9	.000

(Sumber: Data primer penelitian yang diolah (2023))

Dengan demikian nilai-t adalah sebesar $6,789 > t_{tabel 1,833}$ dan tingkat signifikansinya adalah $0,000 < 0,05$ menyatakan keterkaitan yang berkesinambungan. $0,000 < 0,05$, menyatakan adanya hubungan yang berkesinambungan. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H1) dengan bunyi “Ada hubungan antara metode *drill* dengan *shoot using control firstly* untuk meningkatkan ketepatan *shooting* SSB Persit Elsa Tejorejo.” diterima. Artinya penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejorejo memiliki hubungan dalam meningkatnya ketepatan *shooting*.

Pada percobaan percobaan kedua, metode *drill* dengan *threesoots* menghasilkan nilai t hitung sebesar menghasilkan, signifikansi t tabel sebesar $1,833$ (df 9) dan p - value sebesar nol. nilai t hitung sebesar $7,888$, signifikansi t tabel sebesar $1,833$ (df 9) dan p - value sebesar nol. Dengan demikian angka $7,888 > t_{tabel 1,833}$ dan tingkat signifikansi $0,0000 < 0,05$ menyatakan adanya hubungan yang berkesinambungan. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H2) dengan bunyi “Ada hubungan antara metode *drill* dengan *three shots in one action* untuk meningkatkan ketepatan *shooting* SSB Persit Elsa Tejorejo” diterima. Artinya penerapan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejorejo memiliki hubungan dalam meningkatnya ketepatan *shooting*.

Kesimpulan dapat diambil berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan bahwasannya penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejorejo memiliki hubungan dalam meningkatnya ketepatan *shooting*.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas, hasil *pretest* dan *posttest* pengaruh penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejorejo menunjukkan bahwa hasil analisis statistik deskriptif tes awal dan tes akhir 2 kelompok (eksprimen grup 1 serta eksperimen grup 2) rata-rata *pretest* kedua grup mengalami peningkatan pada rata-rata *posttest*. Pada kelas Eksperimen Kelompok 1, rata-rata *pretest* yaitu 6.70 meningkat menjadi 13.20. Pada Eksperimen Kelompok 2 dengan metode *drill* dengan *three shots in one action* rata-rata *pretest* yang semula 7.80 meningkat menjadi 14.00.

Dari hasil *pretest* dan *posttest* kemudian diuji reliabilitasnya. Berdasarkan hasil uji tersebut menunjukkan nilai *Cronbach Alpha* dari indikator/angket variabel *Pretest* dan *Posttest* menunjukkan angka > 0.6 dimana diperoleh skor uji normalitas $0.770 > 0.6$. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa kegiatan responden *Pretest* dinyatakan reliabel, sehingga uji coba dari variabel *Pretest* dan *Posttest* memenuhi reliabilitas. Kemudian untuk uji validitas

indikator *variabel* hasil penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo dengan nilai *Pretest* dan *Posttest* menunjukkan total *correlation* $> 0,5$ yaitu dimana nilai *correlation* tendangan satu sebesar $0.900 > 0.5$, tendangan dua sebesar $0.837 > 0.5$, dan tendangan tiga sebesar $0.743 > 0.5$. Sehingga variabel *Pretest* dan *Posttest* valid dan dapat dipergunakan penelitian setelah ini.

Kemudian dilakukan uji normalitas guna mengetahui bahwa data yang diteliti merupakan data yang normal. Data hasil uji normalitas dengan penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo pada kelas eksperimen kelompok 1 *pretest* didapatkan perhitungan sebesar 0,200, sehingga dari hasil pengujian tersebut dapat disimpulkan bahwa distribusi data normal karena $0,200 > 0,05$. Sedangkan hasil olah data pada post-test kelas eksperimen 1 diperoleh nilai sebesar 0,200. Sehingga distribusi data normal karena lebih besar dari 0,05 yaitu $0,200 > 0,05$. Begitupula dengan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo kelas *eksperimen* kelompok 2 dengan nilai signifikan *pretest* dan *posttest* menunjukkan berdistribusi normal dimana nilai relevan sebesar $0.200 > 0.05$. Disimpulkan dari hasil perhitungan dalam tabel pada hasil penelitian untuk hasil penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo diperoleh skor yang lebih besar dari $\alpha = 0,05$. Jadi hasil penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada kelas eksperimen berstatus normal.

Uji homogenitas kemudian juga dilakukan untuk mengetahui kesamaan data. Uji homogenitas menunjukkan bahwa $\text{sig. } p \ 0,828 > 0,05$ maka datanya homogen. Kemudian yang terakhir dilakukan hipotesis terhadap data tersebut dan hasil uji-t bisa terlihat dari metode tersebut dimulai dari metode *drill* dengan *shot using control firstly* pada kelas eksperimen kelompok 1 $t_{\text{hitung}} 6.789$ dan $t_{\text{tabel}} 1.833$ (df 9) dengan signifikansi p-value sebesar 0,000. Oleh karena $t_{\text{hitung}} 6.789 > t_{\text{tabel}} 1.833$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ jadi menyatakan adanya hubungan yang relevan. Sehingga (H1) berbunyi “Ada hubungan antara metode *drill* dengan *shoot using control firstly* untuk meningkatkan ketepatan *shooting* SSB Persit Elsa Tejurejo.” diterima. Artinya penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo memiliki hubungan dalam meningkatnya ketepatan *shooting*.

Metode *drill* dengan *three shots in one action* pada percobaan kedua _tahap percobaan fase menghasilkan $t_{\text{hitung}} 7,888$ dan $t_{\text{tabel}} 1,833$ (df 9) dengan tingkat relevan kurang dari 0,000. _menghasilkan $t_{\text{hitung}} 7,888$ dan $t_{\text{tabel}} 1,833$ (df 9) dengan tingkat relevan kurang dari 0,000. disebabkan $t_{\text{hitung}} 7,888 > t_{\text{tabel}} 1,833$ dan nilai relevan masing - masing 0,000

$< 0,05$, maka terdapat hubungan yang relevan. Oleh karena itu, (H2) dengan bunyi “Ada hubungan antara metode *drill* dengan *three shots in one action* untuk meningkatkan ketepatan *shooting* SSB Persit Elsa Tejurejo” diterima. Artinya penerapan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo memiliki hubungan dalam meningkatnya ketepatan *shooting*. Kesimpulan uji hipotesis tersebut yaitu bahwasannya penerapan metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan metode *drill* dengan *three shots in one action* dalam permainan sepak bola pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo memiliki hubungan dalam meningkatnya ketepatan *shooting*.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian mengenai pengaruh metode *drill* dengan *shot using control firstly* dan *three shots in one action* untuk meningkatkan ketepatan *shooting* SSB Persit Elsa Tejurejo, dapat disimpulkan bahwa dari kelompok eksperimen I (latihan *shot using control firstly*) dan kelompok eksperimen II (latihan *three shots in one action*) terhadap treatment yang sudah diberikan pada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo yaitu Adanya pengaruh sebelum dan setelah diberikan treatment dalam kelompok I (latihan *shot using control firstly*) terhadap ketepatan *shooting* SSB Persit Elsa Tejurejo, adanya pengaruh sebelum dan setelah diberikan treatment dalam kelompok II (latihan *three shots in one action*) terhadap ketepatan *shooting* SSB Persit Elsa Tejurejo serta metode *drill* dengan *three shots in one action* lebih signifikan untuk meningkatkan ketepatan *shooting* di SSB Persit Elsa Tejurejo, dibandingkan menggunakan metode *drill* dengan *shot using control firstly*.

Diberikan saran kepada siswa SSB Persit Elsa Tejurejo, agar terus berusaha meningkatkan ketepatan *shooting* dan program latihan lain yang diberikan oleh pelatih agar menjadi pemain profesional. Bagi pelatih agar bisa memberikan variasi latihan Shooting agar hasil yang didapat maksimal dan siswa tidak bosan. Disarankan juga kepada peneliti berikutnya guna memperoleh dan membaca sumber lain agar hasilnya lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, S. (2018). Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Berkontribusi Terhadap Akurasi Shooting Sepak Bola. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 81-81.
- Agustina, R. S. (2020). *Buku Jago Sepak Bola* (I. N & Santi (ed.)). Cemerlang.
- Akmal, I., dan Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi Kecepatan dan Kelincahan Terhadap Kemampuan
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Delika, O. S. (2021). Pengaruh Latihan Variasi Shooting Terhadap Ketepatan Shooting Sepak Bola Pada SSB Persada Desa Dusun dalam Kabupaten Kerinci: *The Influence of Shooting Variation Training on the Accuracy of Football Shooting on SSB Persada Village Dusun in Kerinci Regency. Score*, 1(1), 50-58.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. PT Remaja Rosda Karya Offset.

- Irfan, M., R. Yenes., R. Irawan., I. Oktavianus. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. *Jurnal Patriot*. 2(3) : 720-731
- Jumaking. (2020). Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata Kaki dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan *Shooting* ke Gawang dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa SMAN 2 Kolaka. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*. 4(1) : 122-131.
- Mahfud, I., R. Yuliandra dan A. Gumantan. (2020). Model Latihan *Dribling* Sepak Bola untuk Pemula Usia 13 Tahun SMA. *Sport Science & Education Journal*. 1(2): 1-9.
- Rahmat, M., Nursasih, I. D., dan Risma, R. (2023). Pengaruh Latihan *Shooting* Menggunakan Gawang Kecil Terhadap Ketepatan *Shooting* dalam Cabang Olahraga Sepak Bola. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 87-94.
- Saifudin, M. (2013). Latihan *Massed Practice* dan *Distribute Practice* untuk Akurasi Tendangan ke Gawang. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(2).
- Shabih, M. I., Iyakrus., Destrian. (2021). Latihan Zig-Zag Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Pada Atlet Sepak Bola. *Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olahraga*. 6(1) :145-152.
- Sudjarwo, Iwan. (2017). *Permainan Sepak Bola*. Tasikmalaya: PJKR FKIP UNSIL.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, 36 Kualitatif, dan R&D* (10th ed.). ALFABETA.
- Suherman, B., Haris, I. N., dan Risyanto, A. (2018). Pengaruh Latihan *Shooting* Menggunakan Metode *Drill* Terhadap Ketepatan *Shooting* Ke Gawang Pada Pemain Tunas Muda Fc. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 4(02), 132-140.
- Wardana, C. R., M. A. Setiabudi., A. T. Candra. (2018). Pengaruh Latihan *Small Sided Games* Terhadap Keterampilan *Passing*, *Controlling*, dan *Shooting* Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMK Negeri 1 Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Kejaora*. 3(2) : 194-201.
- Wibawa, H. N. (2017). Pengaruh Permainan Target terhadap Kemampuan *Shooting* dalam Permainan Sepak Bola pada Siswa Kelas Khusus Olahraga di SMA N 2 Playen Gunungkidul. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 6(2).