

# Peningkatan Keterampilan Dasar Passing Futsal Memakai Metode Drill Bervariasi

Mohammad Dwi Ardiyanto\*, Oni Bagus Januarto, Dona Sandy Yudasmara

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: [dwiardiyanto291@gmail.com](mailto:dwiardiyanto291@gmail.com)

Paper received: 8-11-2021; revised: 21-11-2021; accepted: 24-11-2021

## Abstract

The purpose of this study was to improve the basic techniques of passing futsal skills at the UM Lab Junior High School by using the drill method. This research is sports action research using qualitative descriptive and quantitative descriptive methods. This research was conducted using two cycles and each cycle consisting of 4 stages. The subjects of this study were junior high school extracurricular members, totaling 20 students. The technique of collecting data is using observation. The results showed the success of the participants in carrying out basic passing techniques in the futsal game after being given actions from cycle 1 and cycle 2. The result was that for each indicator there was an increase from the preparation indicator increasing to 95,83 percent, implementation 82,5 percent, and movement final 91,25 percent. The conclusion of this study is that the varied drill method can improve the basic futsal passing technique skills of the futsal extracurricular members of the UM Lab Junior High School. The suggestion of the results of this study is that an extracurricular trainer can use a variety of drill methods and can be used by futsal extracurricular participants as new knowledge about the forms of basic passing technique training in futsal games.

**Keywords:** futsal; basic techniques passing; varied drill methods

## Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk meningkatkan teknik dasar keterampilan *passing* futsal di Sekolah Menengah Pertama Lab UM dengan menggunakan metode *drill*. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan olahraga dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan dua siklus dan setiap siklusnya terdiri dari 4 tahap. Subjek penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler Sekolah Menengah Pertama yang berjumlah 20 siswa. Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan observasi. Hasil penelitian menunjukkan keberhasilan peserta dalam melakukan teknik dasar *passing* dalam permainan futsal setelah diberikan tindakan dari siklus 1 dan siklus 2. Hasilnya pada tiap-tiap indikator sudah terjadi peningkatan dari indikator persiapan meningkat menjadi 95,83 persen, pelaksanaan 82,5 persen, dan gerakan akhir 91,25 persen. Kesimpulan dari penelitian ini adalah metode *drill* bervariasi dapat memperbaiki keterampilan teknik dasar *passing* futsal peserta ekstrakurikuler futsal Sekolah Menengah Pertama Lab UM. Saran hasil penelitian ini, pelatih ekstrakurikuler dapat menggunakan metode *drill* bervariasi serta dapat digunakan peserta ekstrakurikuler futsal sebagai pengetahuan baru mengenai bentuk-bentuk latihan teknik dasar *passing* pada permainan futsal.

**Kata kunci:** futsal; teknik dasar *passing*; metode *drill* bervariasi

## 1. Pendahuluan

Banyak jenis olahraga yang dapat dilakukan, baik bersifat individu maupun bersama-sama atau berkelompok. Salah satu dari olahraga yang berbentuk permainan dan berkelompok yang sangat disukai dan digemari oleh setiap lapisan golongan masyarakat saat ini yaitu olahraga futsal. Menurut Wirama *et al.*, (2019), secara umum olahraga adalah bagian dari aktivitas jasmani dan memberikan efek yang positif yaitu kebugaran bagi tubuh. Menurut Taufik (2019), "futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang hampir sama dengan sepakbola namun arena atau lapangan yang lebih kecil". Menurut Prasetyo & Rohman, (2019),

“permainan futsal adalah sebuah olahraga kelompok yang membutuhkan kerja sama tim yang baik”. Menurut Fadlilah & Rahil (2019), “futsal pertama kali berasal dari daerah Montevideo, Uruguay pada tahun 1930 dan diperkenalkan oleh pelatih sepakbola yang berasal dari Argentina yakni Juan Carlos Ceriani”. Olahraga futsal ini dimainkan oleh 5 orang dalam setiap tim, dan bola yang digunakan lebih berat dan berukuran lebih kecil daripada bola yang digunakan dalam olahraga sepakbola. Menurut Armanzah & Nurrochmah (2020), ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan olahraga yang bertujuan untuk mengembangkan bakat dan minat siswa yang dilaksanakan di luar jam sekolah. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler dalam sekolah yaitu futsal.

Menurut Magrisa *et al.*, (2018), ekstrakurikuler merupakan bagian dari proses belajar yang menekankan pada kebutuhan minat dan bakat siswa. Ekstrakurikuler merupakan suatu bentuk kegiatan siswa yang dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dan dilakukan di luar jam pelajaran (Nuryanto, 2017). Menurut Abidin (2018), “kegiatan ekstrakurikuler perlu diadakan dalam setiap sekolah, karena dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler ini siswa bisa menyalurkan keterampilan atau bakat siswa sebagai generasi muda yang direalisasikan oleh sekolah”. Sedangkan menurut Ardi Munir *et al.*, (2019), merupakan “suatu wahana dalam mengembangkan suatu bakat maupun keterampilan yang dimiliki oleh siswa. Kegiatan ekstrakurikuler adalah suatu bentuk kegiatan siswa-siswi untuk dapat mengembangkan bakat, minat maupun keterampilannya yang dilaksanakan di luar jam pelajaran sekolah dan dilaksanakan di luar maupun di dalam sekolah”. Permainan futsal di Indonesia saat ini sudah cukup berkembang pesat, saat sudah banyak *team* futsal yang didirikan untuk berkompetisi dengan tujuan mencari prestasi. Sekarang ini juga sudah cukup banyak sekolah-sekolah yang memiliki ekstrakurikuler ataupun tim futsal.

Olahraga futsal merupakan suatu permainan untuk menguasai dan merebut bola kembali apabila sedang dikuasai oleh lawan dan bertujuan mencetak sebuah gol ke gawang. Oleh sebab itu, supaya bisa bermain futsal maka harus menguasai keterampilan teknik dasar futsal yang baik terlebih dahulu. Agar dapat bermain futsal dengan baik, pemain harus didasari dengan teknik dasar yang benar dan baik, bukan hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam mengontrol dan menguasai bola. Menurut (Susi, 2016), mengatakan “setiap seorang pemain futsal wajib menguasai keterampilan dasar bermain futsal dengan tepat dan cepat, karena dalam permainan futsal dituntut untuk melakukan permainan yang cepat di bawah tekanan ritme permainan”. Ginting *et al.*, (2019), juga berpendapat sama bahwa “beberapa keterampilan dasar futsal yaitu: 1) keterampilan dasar *passing* (mengumpan), 2) keterampilan dasar *control* (menahan bola), 3) keterampilan dasar *chipping* (mengumpan lambung), 4) keterampilan dasar *dribbling* (menggiring bola), 5) keterampilan dasar *shooting* (menembak)”. Dalam permainan futsal mempunyai beberapa keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh seorang atlet futsal, yang paling utama adalah *passing*. Teknik dasar *passing* adalah kegiatan mengumpan bola yang dibutuhkan oleh setiap pemain futsal untuk melakukan serangan. Teknik dasar *passing* sangat perlu oleh setiap atlet futsal, karena dengan ukuran lapangan yang lebih relatif kecil dibutuhkan akurasi *passing* yang akurat dan keras (Ginting *et al.*, 2019). Memiliki teknik dasar *passing* yang akurat dapat menunjang seorang pemain futsal dapat menguasai suatu pertandingan dan itu harga mati bagi seorang pemain (Anindhika, 2016). *Passing* dalam permainan futsal merupakan bagian penting di dalam permainan futsal. Dalam permainan futsal membutuhkan strategi, kecepatan, dan ketepatan mengumpan yang baik. Keterampilan mengumpan merupakan penghubung semua pemain di seluruh sektor dan memungkinkan tim melakukan serangan ke lawan. Jika dalam

suatu pertandingan tim tersebut banyak sekali melakukan kesalahan *passing* maka tim tersebut akan sangat mudah kehilangan permainan. Guna memperbaiki keterampilan dasar mengumpan atau *passing* dalam olahraga futsal maka dibutuhkan *passing* yang bervariasi. Menurut Yogatama & Irawadi (2013) "ada dua cara untuk melakukan *passing*, diantaranya yaitu *short passing* dan *long passing*". Kegiatan *passing* juga memerlukan kegiatan latihan yang lebih banyak lagi. Seorang pemain futsal yang ingin mempunyai prestasi harus memiliki latihan yang teratur, rajin, terprogram, dan disiplin merupakan suatu proses yang dilakukan secara sistematis, dengan kian hari kian menambah beban latihannya (Asbanu & Triansyah, 2011). Latihan merupakan suatu aktivitas olahraga yang dilakukan secara sistematis dalam waktu yang lama, dalam latihan beban setiap hari ditingkatkan secara progresif dan fokus pada individu yang mengarah pada ciri-ciri fisiologis dan psikologis pemain untuk mencapai tujuan yang sudah ditentukan.

Dalam suatu pertandingan diperlukan yang namanya pengembangan teknik individu dan peningkatan keterampilan bermain futsal. Keterampilan dan pengembangan bermain futsal dinamakan dengan suatu variasi dalam latihan. Suatu variasi latihan diberikan bertujuan agar suatu proses latihan dapat berjalan menyenangkan, tidak membuat bosan, dan bisa menjadi suatu penyemangat bagi atlet atau pemain untuk mengikuti proses latihan tersebut. Variasi latihan merupakan bermacam-macam bentuk model latihan yang bertujuan untuk mengatasi suatu rasa kebosanan yang monoton dalam latihan tersebut. Seorang atlet memerlukan sebuah bentuk latihan untuk mengembangkan teknik dan meningkatkan keterampilan bermain futsal dengan menggunakan "metode *drill*. Metode *drill* yaitu suatu cara latihan untuk mencapai keterampilan yang benar dan dapat dilakukan secara otomatis atau menjadi terbiasa. Metode *drill* teknik dasar *passing* adalah suatu cara atau proses berlatih mengumpan atau memberikan bola kepada teman satu tim dengan tepat dan dilakukan secara berulang-ulang dan terus menerus untuk dapat mencapai gerakan teknik" dasar *passing* yang baik dan maksimal yang dilakukannya secara otomatis dan bisa menjadi terbiasa.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler futsal di Sekolah Menengah Pertama Lab UM, peneliti memperoleh hasil pengamatan oleh *observer* atau pengamat bahwa persentase kesalahan tertinggi yaitu terjadi pada kegiatan mengumpan bola atau *passing*, tingkat kesalahan yang diperoleh cukup tinggi yaitu 67.68%, sementara pada olahraga futsal teknik mengumpan atau *passing* merupakan keterampilan dasar yang harus dikuasai dahulu dan juga merupakan keterampilan dasar yang gelombangnya sangat sering dilakukan. Maka dari itu peneliti ingin berupaya untuk memperbaiki keterampilan dasar dalam melakukan teknik mengumpan peserta ekstrakurikuler futsal tersebut. Di samping itu, berdasarkan hasil dari penyebaran kuesioner kepada 20 siswa ekstrakurikuler tersebut diketahui bahwa sebanyak 16 siswa (80%) kesulitan saat melakukan teknik dasar *passing*, 14 siswa (70%) kesulitan saat melaksanakan keterampilan dasar mengumpan pada bagian pelaksanaan, 18 siswa (90%) berpendapat terlalu sedikit model latihan yang diberikan setiap latihannya, dan 17 siswa (85%) berkeinginan adanya model latihan keterampilan dasar mengumpan yang baru. Menurut hasil dari diskusi dan penyebaran kuesioner kepada pelatih bisa disimpulkan kalau pelatih memang belum maksimal saat memberikan model latihan keterampilan dasar mengumpan karena pelatih tidak membuat program latihan yang terstruktur atau terjadwal, dan pelatih juga mengatakan bahwa beliau sepekat sekali jika peneliti berkeinginan membagikan beberapa model latihan keterampilan dasar mengumpan atau *passing*.

Menurut dari perolehan pengamatan terkemuka dapat diketahui permasalahan antara lain yaitu minimnya penguatan secara terorganisir sehingga performa dari perolehan berlatih siswa ekstrakurikuler condong kurang ekuivalen dan versi pelatihan yang dibagikan terbatas variasinya kemudian mengakibatkan timbulnya rasa jenuh dan bosan pada saat berlatih. Karena sebab itu, guna mendapatkan keterampilan dasar mengumpan yang lebih baik dan benar hendaklah muncul solusi atau jalan keluar guna menumpas permasalahannya. Solusi atau jalan keluar guna memperbaiki keterampilan dasar mengumpan untuk siswa ekstrakurikuler futsal, peneliti berencana memberikan latihan yang dilaksanakan berulang (*drill*) secara sistematis dengan memanfaatkan beraneka ragam model latihan yang bervariasi.

Keinginan peneliti guna memperbaiki keterampilan dasar mengumpan amat selaras dengan sejumlah penelitian telah lalu yang mempunyai permasalahan dan sistem untuk meningkatkannya. Menurut Nurdiati (2018), mengatakan “menggunakan cara variasi latihan bisa memperbaiki ketangkasan keterampilan dasar mengumpan pada siswa SDN 3 Batu bersurat Kabupaten Kampar”. Wahyudi *et al.*, (2020), mengatakan “menggunakan gaya latihan *passing* futsal keterampilan pemain guna melakukan teknik dasar *passing* futsal menggunakan kaki bagian dalam yang mulanya tingkat keberhasilan umumnya 60% dapat lebih baik sampai tahap kemajuan 78,98 %”. Lebih lanjut Nurdiati (2018), menyatakan “menggunakan variasi latihan mengumpan dapat memperbaiki kemampuan mengumpan sepakbola pada atlet usia 12-13 tahun SSB PTP Wilayah I Sumatera Utara tahun 2013”. Menurut kerangka yang sudah disampaikan, lalu peneliti bakal melaksanakan penelitian tindakan olahraga memakai judul Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar *Passing* Futsal Menggunakan Metode *Drill* Bervariasi Terhadap Peserta Ekstrakurikuler Futsal di Sekolah Menengah Pertama Lab UM.

## 2. Metode

Rancangan penelitian ini menerapkan penelitian tindakan kelas, namun karena penelitian ini dilakukan di ekstrakurikuler futsal dan menjadi penelitian tindakan olahraga. Penelitian ini memiliki tujuan guna meningkatkan keterampilan dasar mengumpan atau *passing* futsal memakai beberapa model bentuk variasi latihan pada siswa ekstrakurikuler futsal di Sekolah Menengah Pertama Lab UM. Data yang diperoleh dan disatukan dalam penelitian ini yaitu tentang cara memperbaiki keterampilan dasar *passing* futsal yang didapatkan pada proses latihan dengan melakukan pengamatan, tanya jawab dengan pelatih serta kesimpulan dari penyebaran kuesioner kepada siswa ekstrakurikuler futsal. Sementara itu sumber data dalam penelitian ini yaitu siswa ekstrakurikuler futsal dengan jumlah 20 siswa. Data yang didapatkan atau diperoleh sangat berguna dalam penelitian karena dengan data yang diperoleh atau didapatkan akan membuat mudah peneliti untuk menguraikan hasil dari pengamatan yang didapatkan. Supaya hasil data yang didapatkan lebih *valid* atau objektif, peneliti dibantu dengan pelatih dan asisten pelatih sebagai pengamat. Cara pengumpulan data ada beberapa tahapan yakni: 1) persiapan, 2) pelaksanaan, dan 3) perhitungan.

Peneliti akan menggunakan teknik analisis data kuantitatif dan kualitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan populasi atau sampel dengan menggunakan persentase. Sudijono (2017), menyatakan “guna mengolah data yang berupa deskriptif persentase” “sebagai berikut.

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \quad (1)$$

### Keterangan:

P = Angka persentase.

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya.

N = Number of Cases (jumlah frekuensi/banyaknya individu)

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### 3.1. Hasil

Pada tanggal 10-19 Februari 2020 dilaksanakannya siklus 1, terlihat masih cukup banyak peserta yang mengalami kesulitan atau melakukan kesalahan gerakan pada beberapa indikator *passing*. Pada saat melaksanakan observasi pada siklus 1 pertemuan 1 sampai 5, peserta mengalami peningkatan namun masih belum signifikan. Berikut adalah tabel penilaian keterampilan teknik dasar *passing* pada siklus 1:

**Tabel 1. Hasil Ringkasan Data dari Pertemuan ke 1-5 pada Siklus 1**

Persentase Keberhasilan	Teknik Dasar <i>Passing</i> Futsal		
	Persiapan	Pelaksanaan	Gerakan Akhir
<b>Observasi Awal</b>	59,17%	43,75%	60%
Siklus 1			
Pert. 1	60,83%	48,75%	61,25%
Pert. 2	65,83%	50%	63,75%
Pert. 3	68,33%	52,5%	65%
Pert. 4	70%	55%	67,5%
Pert. 5	74,17%	57,5%	68,75%

Siklus 2 dilaksanakan pada tanggal 24 Februari sampai 04 Maret 2020. Setelah dilaksanakan 5 pertemuan di siklus 2, peserta sudah mengalami banyak peningkatan dan sudah benar dalam melakukan teknik dasar *passing* yang meliputi indikator persiapan, pelaksanaan, dan gerakan akhir. Pada siklus 1 pertemuan 1 sampai 5 dan hasil observasi siklus 2 pertemuan 1 sampai 5 menunjukkan adanya peningkatan. Hal ini menunjukkan tujuan penelitian tercapai dengan pemberian perlakuan menggunakan metode *drill* bervariasi dapat memperbaiki keterampilan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal di Sekolah Menengah Pertama Lab UM. Berikut adalah uraian tabel penilaian keterampilan teknik dasar *passing* pada siklus 2:

**Tabel 2. Hasil Ringkasan Data dari Pertemuan ke 1-5 pada Siklus 2**

Persentase Keberhasilan	Teknik Dasar <i>Passing</i> Futsal		
	Persiapan	Pelaksanaan	Gerakan Akhir
<b>Pertemuan 5 (siklus 1)</b>	74,17%	57,5%	68,75%
Siklus 1			
Pert. 1	79,17%	62,5%	73,75%
Pert. 2	82,5%	68,75%	77,5%
Pert. 3	86,67%	72,5%	81,25%
Pert. 4	92,5%	77,5%	86,25%
Pert. 5	95,83%	82,5%	91,25%

Observasi awal dilakukan pada tanggal 1 dan 6 Agustus 2018, dimana pada tahap awal ini peneliti melakukan observasi untuk teknik dasar futsal dengan melakukan penilaian yang dilakukan oleh *observer* pada saat permainan (*game*) dan hasilnya persentase kesalahan yang paling sering dilakukan oleh peserta yaitu teknik dasar *passing* daripada keterampilan yang

lain. Langkah berikutnya yakni siswa melakukan tes keterampilan *passing* untuk memperoleh data yang *valid*. Bersumber pada hasil observasi awal atau pengamatan yang dilakukan pada peserta ekstrakurikuler futsal maka diperoleh sebanyak 40,83% peserta melakukan kesalahan pada indikator "persiapan", 56,25% peserta melakukan kesalahan pada indikator "pelaksanaan", dan 40% peserta melakukan kesalahan pada indikator "gerakan akhir". Maka dari itu dapat ditarik kesimpulan bahwa peserta ekstrakurikuler futsal masih banyak yang kurang dan perlu diperbaiki dalam keterampilan teknik dasar *passing*. Oleh sebab itu, butuh diberikan suatu metode model latihan yang bertujuan untuk dapat memperbaiki (meningkatkan) teknik dasar *passing*. Metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* salah satunya yaitu metode *drill* bervariasi. Menurut Deri *et al.*, (2018), mendefinisikan bahwa metode *drill* digunakan oleh pelatih dengan tujuan membiasakan siswanya tentang suatu keterampilan tertentu. Jadi, selain latihan yang dilakukan secara diulang-ulang atau terus-menerus agar bisa maksimal hasil latihan, selalu dilakukan evaluasi berdasarkan latihan yang terlaksana pada sebelumnya.

### 3.2. Pembahasan

Temuan kelemahan pada observasi awal ini meliputi berbagai macam kesalahan pada teknik dasar *passing* diantaranya *passing* yang terlalu lemah, terlalu keras, bola naik, dan melenceng dari sasaran sehingga teman yang akan menerima bola mengalami kesulitan.

Pelaksanaan siklus 1 dimulai pada tanggal 10-19 Februari 2020. Pada tahap awal peneliti mengumpulkan data dari hasil pengamatan mengenai keterampilan *passing* yang meliputi indikator persiapan, pelaksanaan, dan gerakan akhir. Dari hasil pengamatan awal mengenai 3 aspek tersebut dapat diketahui bahwa dari 20 peserta yang melakukan tes keterampilan teknik dasar *passing*, peserta masih mengalami banyak kesalahan dalam melakukan *passing* diantaranya terlalu lemah, terlalu keras, bola naik, dan melenceng dari sasaran sehingga teman yang akan menerima bola mengalami kesulitan. Oleh karena itu pelatih perlu memberikan latihan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* yakni menggunakan metode *drill* bervariasi. Didasari dengan adanya teori Sari & Appulembang (2019), menyatakan bahwa "*drill* adalah metode membelajarkan anak untuk mengembangkan kemampuan, keterampilan, maupun sikap dan kebiasaan (*habit*)". *Drill* bervariasi dapat diterapkan dengan tujuan memberikan peningkatan pada keterampilan *passing* siswa dalam permainan futsal dengan cara dilakukan secara terus-menerus atau diulang-ulang dengan tujuan untuk mencapai hasil yang lebih maksimal dan tidak menjenuhkan atau membosankan.

Pada saat siklus 1 berlangsung peserta terlihat masih kurang menguasai bagaimana cara melakukan *passing* menggunakan metode *drill* bervariasi dengan benar. Pada saat latihan peserta banyak yang mengalami kesulitan karena kurang memperhatikan instruksi yang diberikan oleh pelatih. Setelah memperhatikan dengan baik dan pelatih dengan giat mengulang penjelasan tentang keterampilan *passing* dengan menggunakan metode *drill* bervariasi yang benar, peserta mencoba melakukan gerakan yang telah dijelaskan meskipun masih ada beberapa peserta yang salah dalam melakukan gerakan *drill* bervariasi. Pada refleksi akhir pada siklus 1 peneliti melihat ada peningkatan tetapi belum maksimal dan akan kembali dilanjutkan pada siklus 2 dengan menggunakan metode *drill* bervariasi untuk memperbaiki dan meningkatkan keterampilan *passing* siswa.

Pelaksanaan siklus 2 pada tanggal 24 Februari sampai dengan tanggal 04 Maret 2020. Setelah melihat perkembangan dan peningkatan pada siklus 1 peneliti bersama pelatih dan

asisten pelatih kembali menyusun program latihan yang akan dijalankan pada siklus 2. Pada siklus 2 sebagian besar sudah dapat menguasai keterampilan teknik dasar *passing* dengan benar. Saat latihan berlangsung peserta memperhatikan dan mengikuti instruksi yang diberikan oleh pelatih. Berdasarkan dari hasil paparan data pada bab sebelumnya, penerapan metode *drill* bervariasi dapat memberikan peningkatan pada keterampilan *passing* dalam permainan futsal.

Dalam penelitian ini juga diperkuat dengan teori yang dikemukakan oleh Robi Syuhada Istofian & Amiq (2016), yang menyebutkan tentang salah satu kelebihan dari metode *drill* yang bisa memperbaiki dan meningkatkan teknik dasar *passing* yaitu teknik *drill* adalah suatu latihan yang diulang-ulang secara terus-menerus yang berfungsi untuk memperoleh efek atau penguasaan yang lebih baik pada berbagai aspek teknis. Pada setiap pertemuan diberikan dua model *drill* bervariasi teknik dasar *passing* futsal. Pada refleksi akhir peneliti bersama pelatih dan asisten pelatih telah menyimpulkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan pada siklus 2 sehingga tidak perlu dilanjutkan ke siklus selanjutnya.

Latihan metode *drill* sangat berpengaruh terhadap pemain futsal. Menurut Fatchurrahman *et al.*, (2019), adanya pengaruh latihan *shuffle* tangga *in-out ladder drill* terhadap kelincahan pemain futsal di SMA Negeri 1 Krian. Oleh karena itu, peningkatan keterampilan teknik dasar *passing* futsal sejalan dengan beberapa pendapat yang serupa dan hasil pengamatan yang telah terlaksana. Dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa peningkatan keterampilan *passing* futsal di Sekolah Menengah Pertama akibat dilakukannya metode *drill* bervariasi.

#### 4. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dari data yang diperoleh dapat diambil kesimpulan bahwa metode *drill* bervariasi dapat memberikan peningkatan pada keterampilan *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMP Lab UM. *Drill* bervariasi yang digunakan antara lain: (1) model latihan 1 (*passing control and body position*), (2) model latihan 2 (*passing* persegi berotasi), (3) model latihan 3 (*passing and support*), (4) model latihan 4 (*passing wall pass*), (5) model latihan 5 (*passing* kombinasi). Dari keseluruhan metode *drill* bervariasi yang telah diberikan, peningkatan (perbaikan) hasil teknik dasar mengumpan atau *passing* menggunakan metode *drill* bervariasi dapat dilihat pada siklus 2, dimana teknik dasar *passing* peserta ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Lab UM meningkat lebih baik dari siklus 1.

#### Daftar Rujukan

- Abidin, A. M. (2018). Ekstrakurikuler Melalui Metode Pembiasaan. *Kependidikan*, 12(1978--0214), 183–196.
- Anindhika, A. B. (2016). Kontribusi Konsentrasi Terhadap Ketepatan Passing Lambung Saat Melakukan Tendangan Sudut Pada Pemain Ssb Mitra Surabaya U-14. *E-Journal Unesa*, 5(2), 35–40.
- Ardi Munir, M., Rasyid, M., & Keaktifan Berorganisasi, P. (2019). Pengaruh Keaktifan Berorganisasi Terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Di Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 6(2).
- Armanzah, M. M., & Nurrochmah, S. (2020). Perbedaan Kecepatan Gerak dan Daya Ledak Otot Lengan antara Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Bolabasket Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 20(7), 376–383.
- Asbanu, R., & Triansyah, A. (2011). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Hasil Passing Bola Futsal Pada Ekstrakurikuler SMPN 3 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(4), 1–9.
- Deri, A. M., Umar, & Damrah. (2018). Pengaruh latihan Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Kemampuan Passing Permainan Sepakbola Siswa SBB (Sekolah Sepakbola) Usia 11-12 Tahun. *Performa Olahraga*, 3(2), 52–63.

- Fadlilah, S., & Rahil, N. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Cidera Muskuloskeletal Pada Pemain Futsal. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(1), 66–75.
- Fatchurrahman, F., Sudijandoko, A., & Widodo, A. (2019). Perbandingan pengaruh latihan ladder drills in out dan ickey shuffle terhadap kecepatan dan kelincahan. *SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1).
- Ginting, S. S., Syafrial, S., & Defliyanto, D. (2019). Analisis Kemampuan Teknik Control, Heading Dan Passing Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 13 Kota Bengkulu. *Kinestetik*, 3(1), 118–124. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i1.8820>
- Magrisa, T., Wardhani, K. D. K., & Saf, M. R. A. (2018). Implementasi Metode SMART pada Sistem Pendukung Keputusan Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler untuk Siswa SMA. *Informatika Mulawarman : Jurnal Ilmiah Ilmu Komputer*, 13(1), 49. <https://doi.org/10.30872/jim.v13i1.648>
- Nurdiati, N. (2018). Upaya Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Passing Dan Stopping Dalam Permainan Sepakbola Melalui Metode Variasi Latihan Siswa Kelas V Sdn 003 Batu Bersurat Kabupaten Kampar. *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 2(3), 458. <https://doi.org/10.33578/pjr.v2i3.5548>
- Nuryanto, S. (2017). Manajemen Kegiatan Ekstrakurikuler di SD Al Irsyad 01 Purwokerto. *Jurnal Kependidikan*, 5(1), 151–168. <https://doi.org/10.24090/jk.v5i1.1260>
- Prasetyo, P. L., & Rohman, F. (2019). Manfaat Latihan Illionist Agility Test Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMAN 7 Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 07(02), 470–473.
- Robi Syuhada Istofian, & Amiq, F. (2016). Metode drill untuk meningkatkan teknik menendang Bola ( Shooting ) dalam permainan sepakbola usia 13-14 tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 105–113.
- Sari, T. N., & Appulembang, O. D. (2019). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Kognitif Siswa Pada Materi Himpunan Kelas Vii Pada Suatu Smp Di Sentani [the Implementation of the Drill Method To Increase Students' Cognitive Learning Outcomes of Sets in a Grade 7 Class At a Junior High School in Sentani]. *JOHME: Journal of Holistic Mathematics Education*, 2(2), 131. <https://doi.org/10.19166/johme.v2i2.1689>
- Sudijono. (2017). *Analysis and Predictions for Season 8*. 1–22.
- Susi, B. H. (2016). Pemanfaatan panduan latihan teknik dasar futsal bagi atlet pemula. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Dalam Menyangga Interdisipliner Ilmu Keolahragaan*, pp. 284–292.
- Taufik, M. S. (2019). Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Keterampilan Bermain Futsal Unit Kegiatan Mahasiswa Futsal Universitas Suryakencana. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10(02), 68–78. <https://doi.org/10.21009/gjik.102.01>
- Wahyudi, A. (Universitas N. M., Wahyudi, U. (Universitas N. M., & Amiq, F. (Universitas N. M. (2020). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Passing Futsal Menggunakan Metode Drill dan Metode Bermain pada Ekstrakurikuler Futsal Madrasah Aliyah. *Sport Science and Health*, 2(1), 24–31.
- Wirama, A. N., Yunus, M., & Andiana, O. (2019). Dampak Pemberian Kafein Terhadap Hasil Tes Kecepatan Dan Tes Kelincahan Mahasiswa Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang. *Jurnal Sport Science and Health*, 9(2), 131. <https://doi.org/10.17977/um057v9i2p131-139>
- Yogatama, R., & Irawadi, H. (2013). Metode Bermain Berpengaruh Terhadap Akurasi Passing Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 53(9), 1689–1699.